Die Top-CDs

Dr. Arnd Stein

# CDs für Gesundheit und Wohlbefinden

Experten für Gesundheit

VTM

# *Ein Gesundheits-Programm für Sie*

***Liebe Leserin, lieber Leser,***

*in diesem Prospekt möchten wir Ihnen die Top-Titel aus unserem aktuellen Verlagsprogramm vorstellen. Die aufwendig produzierten CDs helfen Ihnen dabei, Ihr Wohlbefinden zu steigern und Ihre Gesundheit zu stärken.*

*Die Informationen und Empfehlungen auf den folgenden Seiten erleichtern Ihnen eine gezielte Zusammenstellung Ihres ganz persönlichen Gesundheits-Programms – mit einer CD-Auswahl, die genau Ihren Wünschen und Erwartungen entspricht.*

*Unsere Entspannungs- und Wellness-Musik sowie unsere Tiefen- und Aktiv-Suggestionstitel sind wissenschaftlich fundierte, wirksame Möglichkeiten, Ihre körperlich-seelische Regeneration spürbar zu fördern – die Grundvoraussetzung für eine dauerhaft gute Gesundheit.*

*Der Verlag für Therapeutische Medien (VTM) gehört seit mehr als 20 Jahren zu den bedeutenden Vorreitern mentaler Suggestions-Programme. Zudem hat er zum ersten Mal Entspannungsmusik im Ruhepulstakt von 60 Schlägen pro Minute entwickelt und erfolgreich publiziert.*

*Unsere langjährige Erfahrung und Kompetenz sind die Basis für ein breites CD-Angebot mit solidem psychologischen Hintergrund – für Ihr tägliches Wohlbefinden.*

*Viel Freude, gute Entspannung und beste Erfolge bei der Anwendung Ihres persönlichen Gesundheits-Programms!*

***Herzlichst Ihr***
***Verlag für Therapeutische Medien***

***Ein Vertrauensbeweis:***
*Weit über 3 Mio. verkaufte CDs sprechen für sich!*

# *Entspannungsmusik*

*Kompositionen zum Entspannen und Wohlfühlen von Dr. Arnd Stein – eine musikalische Besonderheit! Das etwa halbstündige, durchgängige Arrangement, die harmonische Abstimmung von Melodie, Klang und Naturgeräuschen sowie der natürliche Rhythmus von 60 Taktschlägen pro Minute wirken sich äußerst wohltuend auf Ihr gesamtes körperlich-seelisches Befinden aus – gut für Ihre Gesundheit!*

*In zahlreichen wissenschaftlichen Studien wurde nachgewiesen: Ruhige Instrumentalmusik ist ein wirksamer Stress-Killer.*

*Die Gesamtspieldauer der CDs beträgt ca. 60 Minuten.*

***Am Meer***
Bestell-Nr.: 925 € 14,95

***Palmenstrand***
Bestell-Nr.: 929 € 14,95

***Paradies***
Bestell-Nr.: 934 € 14,95

***Bergquell***
Bestell-Nr.: 930 € 14,95

***Magic Moments***
Bestell-Nr.: 935 € 14,95

***Inspiration***
Bestell-Nr.: 921 € 14,95

***Silent Dreams***
Bestell-Nr.: 936 € 14,95

***Indian Summer***
Bestell-Nr.: 937 € 14,95

# Wellnessmusik und Entspannungs-Hits

*Wellnessmusik und Entspannungs-Hits – ein äußerst abwechslungsreicher Hörgenuss, der nicht nur entspannt, sondern zugleich Ihre Lebensfreude spürbar steigert. Die hier aufgeführten Titel enthalten jeweils mehrere klangvolle, harmonische Kompositionen.*

***Wellness-Musik Vol. 1***

Spieldauer: 63 Minuten
Bestell-Nr.: 960 € 14,95

***Wellness-Musik Vol. 2***

Spieldauer: 62 Minuten
Bestell-Nr.: 961 € 14,95

***Jubiläums-Edition***

Spieldauer: 2 x 60 Minuten
Bestell-Nr.: 995 € 14,95

***Wellness & Chillout***

Spieldauer: 42 Minuten
Bestell-Nr.: 730 € 9,95

***Wellness & Soul***

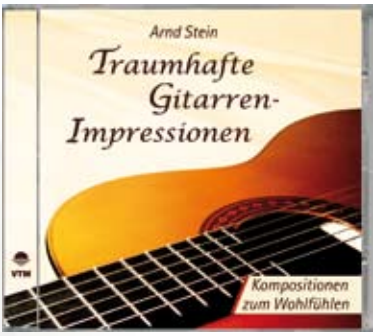
Spieldauer: 43 Minuten
Bestell-Nr.: 732 € 9,95

***Traumhafte Saxophon-Klänge***

Spieldauer: 45 Minuten
Bestell-Nr.: 762 € 9,95

***Traumhafte Flöten-Melodien***

Spieldauer: 47 Minuten
Bestell-Nr.: 763 € 9,95

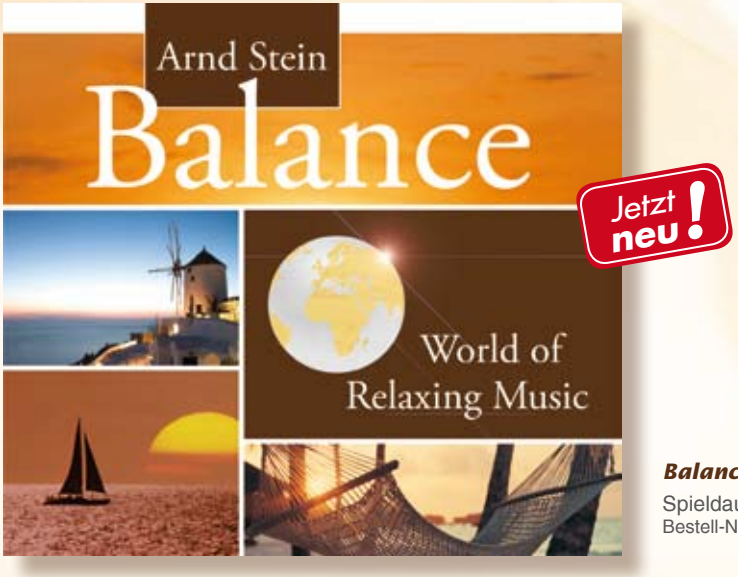



***Traumhafte Gitarren-Impressionen***

Spieldauer: 51 Minuten
Bestell-Nr.: 764 € 9,95

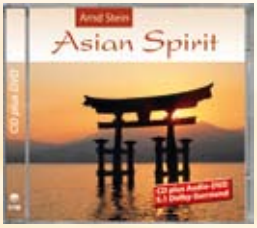
# *Eine musikalische Weltreise*

*Die vier CDs Balance, Asian Spirit, Traumhafte Stunden am Meer und African Dreams vermitteln das Flair ferner Länder und azurblauer Meere – eine entspannende mentale Weltreise.*



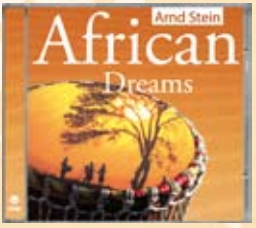

***Balance***
Spieldauer: 56 Minuten
Bestell-Nr.: 962 € 14,95

# Balance yourself –
## in our World of Relaxing Music




***Asian Spirit***
CD plus Audio-DVD
Spieldauer: 43 Minuten
Bestell-Nr.: 410 € 14,95

***Traumhafte Stunden am Meer***
Spieldauer: 65 Minuten
Bestell-Nr.: 964 € 14,95



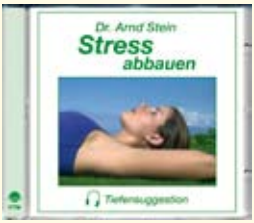

***African Dreams***
Spieldauer: 48 Minuten
Bestell-Nr.: 740 € 9,95

# Tiefensuggestion

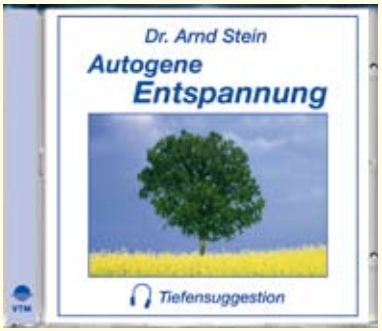
*Sie setzen den Kopfhörer auf, lehnen sich zurück – und schon nach wenigen Minuten werden Sie von der angenehmen Wirkung der Tiefensuggestion überrascht: Mühelos sinken Sie in einen erstaunlich tiefen, wohltuenden Entspannungszustand.*

*Verschiedene – gleichzeitig geflüsterte und gesprochene – „wirksame Worte" erzielen durch eine bislang unerreichte Informationsdichte eine äußerst intensive positive Wirkung auf Ihr gesamtes körperlich-seelisches Wohlbefinden.*

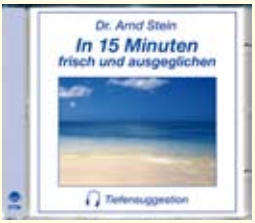
## Tägliche Entspannung und Regeneration




***Stress abbauen***
Bestell-Nr.: 856 € 19,95




***Autogene Entspannung***
Bestell-Nr.: 801 € 19,95




***In 15 Minuten frisch und ausgeglichen***
Bestell-Nr.: 802 € 19,95

## Gesünder leben

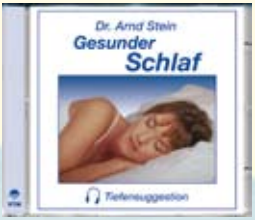
***Raucherentwöhnung***
Bestell-Nr.: 851 € 19,95

***Idealgewicht ohne Diät***
Bestell-Nr.: 852 € 19,95

## Seelische Ausgeglichenheit

***Selbstbewusstsein stärken***
Bestell-Nr.: 857 € 19,95

***Lebensmut statt Depression***
Bestell-Nr.: 865 € 19,95




***Gesunder Schlaf***
Bestell-Nr.: 863 € 19,95

*Die einzelnen Suggestions-Programme haben eine Spieldauer von 30 Minuten. Die CDs enthalten zusätzlich eine 30-minütige Entspannungsmusik.*

# Aktiv-Suggestion

*Positive Leitsätze, Ermutigungen und Anregungen entfalten auch dann ihre Wirkung, wenn Sie gleichzeitig einer Tätigkeit nachgehen. Unbewusste negative „Programme“ werden durch Zuversicht, mentale Energie und Optimismus ersetzt.*

***Mit guter Laune in den Tag***
Bestell-Nr.: 980 € 14,95

***Den Stress bewältigen***
Bestell-Nr.: 983 € 19,95

***Meine Ziele verwirklichen***
Bestell-Nr.: 984 € 19,95

# Die Klassiker der Entspannung

*– neue Versionen von Dr. Arnd Stein*

***Progressive Muskelentspannung nach Jacobson***
Spieldauer: 60 Minuten
Bestell-Nr.: 885 € 19,95

***Autogenes Training***
Spieldauer: 75 Minuten
Bestell-Nr.: 887 € 19,95

# Sonderprogramme

***Fit und vital das Leben genießen***
Spieldauer: 73 Minuten
Bestell-Nr.: 845 € 19,95

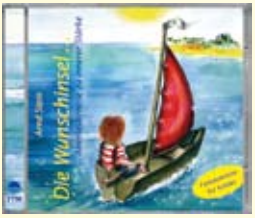
***Regulationstraining bei Tinnitus***
Spieldauer: 2 x 60 Minuten
Bestell-Nr.: 891 € 24,95

***Dr. Arnd Stein**, Jahrgang 1946, studierte Psychologie an der Ruhr-Universität Bochum und promovierte dort in den Bereichen Medienpsychologie und Publizistik.*

*Während seiner Arbeit als Psychotherapeut entwickelte er im Laufe der Jahre aus einer Kombination verschiedener Entspannungstechniken mit Verhaltens- und hypnotherapeutischen Methoden die Tiefensuggestion und die Aktiv-Suggestion.*

*Neben seiner therapeutischen Tätigkeit arbeitet Dr. Stein für verschiedene Zeitungen und Zeitschriften als psychologischer Berater. Zudem ist er durch seine Mitwirkung bei zahlreichen Rundfunk- und Fernsehsendungen einem breiten Publikum bekannt.*

# *Entspannung für Kinder*




*Außergewöhnliche Fantasiegeschichten: Eine Kombination aus kindgerechter Entspannungsmusik, einer mentalen Entdeckungsreise durch verschiedene Fantasiewelten und Märchenszenen mit psychologischer Bedeutung. Durch angewandte Kinderpsychologie werden dabei – ganz unauffällig – die pädagogischen Ziele der Fantasiereise erreicht.*

*In unserem Sonderprospekt **Entspannung für Kinder** werden die Fantasiereisen sowie spezielle Entspannungsmusik für Kinder ausführlich beschrieben.*

*Bestelladresse:*