

Spis treści

**KSIĄŻCE W DROGĘ
SPORTOWIEC NA ŚCIEŻCE WOJOWNIKA
REPREZENTACJA ROSJI W LEKKOATLETYCE
WPROWADZENIE**

I

PODEJŚCIE MEDYCyny AKADEMICKIEJ

WSPÓŁCZESNE KIERUNKI

KONTUZJE SPORTOWE

RODZAJE KONTUZJI SPORTOWYCH

Stan ostry i chroniczny

Kontuzje w zależności od rodzaju obrażeń i dotkniętej nimi tkanki

Przyczyny powstawania kontuzji

LECZENIE KONTUZJI SPORTOWYCH

METODY LECZENIA STOSOWANE PRZEZ MEDYCYNĘ AKADEMICKĄ

Postępowanie podczas leczenia

II

HOLISTYCZNE PODEJŚCIE DO LECZENIA KONTUZJI SPORTOWYCH

PODEJŚCIE HOLISTYCZNE

MEDYCyna KONWENCJONALNA

TRADYCYJNA MEDYCyna CHIŃSKA

Filozofia taoizmu jako podstawa tradycyjnej medycyny chińskiej

Diagnozowanie w tradycyjnej medycynie chińskiej - obrazy choroby i określanie leczniczych kontrobrzów

Porównanie TMC z zachodnią medycyną akademicką

TRADYCYJNA MEDYCyna HINDUSKA

Podstawy filozoficzne

Cechy charakterystyczne ajurwedy

Powstanie choroby

Diagnostyka ajurwedyjska

Terapie ajurwedyjskie

III

SYSTEM ENERGETYCZNY CZŁOWIEKA

SYSTEM ENERGETYCZNY JAKO CZĘŚĆ ANATOMII CZŁOWIEKA

ROZUMIENIE SYSTEMU ENERGETYCZNEGO CZŁOWIEKA

Istnienie trzech ciał

Ciała subtelne

Centra energetyczne - czakry

POLA ENERGETYCZNE

POLA MORFOGENETYCZNE

IV

MOŻLIWOŚĆ PORZĄDKOWANIA SYSTEMU ENERGETYCZNEGO CZŁOWIEKA

MOŻLIWOŚĆ PORZĄDKOWANIA STANU ENERGETYCZNEGO

TERAPIE MANUALNE

WPROWADZENIE

Terapia Bowena - delikatne ruchy, głębokie oddziaływanie

Terapia czaszkowo-krzyżowa (kraniosakralna) - „oddech życia” i prymarne oddychanie

Chiropraktyka - normalizacja biomechaniki kręgosłupa

Yumeiho - podstawa symetrii ciała

Masaż tui-na - stymulacja punktów na meridianach i wyrównywanie potencjału energetycznego

Refleksoterapia - mapa stóp

TERAPIE ENERGETYCZNE

WPROWADZENIE

KONTAKTOWE (DOTYKOWE) TERAPIE BIOENERGETYCZNE

Terapia metodami Zhanatyi i Lutowskiego - wyrównywanie energii za pomocą przykładania rąk

Terapia metodą Brennan - rozwijanie kreatywności

Wyrównywanie polaryzacji - współistnienie bieguna pozytywnego i negatywnego

Reiki - za pomocą symboli do uzyskania siły życiowej

DIAGNOSTYCZNO-TERAPEUTYCZNE METODY ENERGETYCZNE

Integralna biorgonomia - poszukiwanie brakującej połowy

Diagnostyka karmiczna - głębsze przyczyny problemów człowieka

Radiestezja - komunikacyjny spryt

TERAPIE RUCHEM

Tai ji quan (tai-chi) - medytacyjne mistrzostwo ruchu

Pranajama - świadome prowadzenie oddechu

MEDYTACJA

V

PRACA ZE SPORTOWCAMI

GŁĘBSZE PRZYCZYNY PROBLEMÓW SPORTOWCA

YOTISH - HINDUSKA ASTROLOGIA WEDYJSKA

Wpływ planet

Dlaczego sportowiec powinien poznać swoją kartę natalną

Pozostałe wpływy niematerialne

SZKODLIWE PROGRAMY W ŚWIADOMOŚCI

Rezonans podobnych programów podświadomości

ROLA RODZICÓW

WZORCOWA WSPÓLPRACA ZE SPORTOWCAMI

PRIMOZ KOZMUS - MISTRZ OLIMPIJSKI W RZUCIE MŁOTEM

Medytacja techniki

PRZYGOTOWANIE DO STARTU

ZWIĘKSZENIE ENERGII PRZED STARTEM

Axis mundi, oś świata

Trening autogenny

Wizualizacja

Dlaczego sportowiec zawodzi na ważnych zawodach?

MÓJ PUNKT WIDZENIA ZDOBYTY MEDAL OLIMPIJSKI

Przed wyjazdem do Pekinu

Przygotowania w Chinach
Na stadionie „Ptasie Gniazdo”
OPOWIEŚĆ PRANOTERAPEUTY BRANE SKUBICA - LUNGA
OPOWIEŚCI TRENERA SANDIEGO CIŹMANA

VI

MOŻLIWOŚCI ZWIĘKSZENIA ZDOLNOŚCI PSYCHOFIZYCZNYCH SPORTOWCÓW

GDZIE SĄ GRANICE WYNIKÓW SPORTOWYCH
ROZUMIENIE ŚWIATA I ROZWÓJ ŚWIADOMOŚCI

Trening poziomów ludzkiego bytu

W jaki sposób możemy wzmacniać poszczególne ciała

TEORIA PLANOWANIA TRENINGU WEDŁUG BONDARCZUKA

Reguły utraty formy sportowca

Czynniki wpływające na czas dochodzenia do formy

Skuteczne planowanie treningów

TRANSFORMACJA ENERGII ENDOGENNEJ

ODDYCHANIE ENDOGENNE

EKIPA TOWARZYSZĄCA SPORTOWCOWI

STOSUNEK TRENERA DO ZAWODNIKA I JEGO WĄTPLIWOŚCI

Zmiana wzorców myślowych o wzorów zachowania

SPORTOWIEC I JEGO STOSUNEK DO ŻYCIA I SPORTU

(BIO)TERAPEUTA SPORTOWIEC

Zalecana praca bioterapeuty

ZAMIAST ZAKOŃCZENIA