

ミラクルサウンド BOX トレーニング方法 &チェック

トレーニング CD
を増やして再開

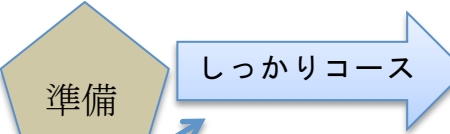
- トレーニング CD
- 原音 CD
- 自然音 CD
- 音楽 CD

トレーニング CD
がら交互に
アフターケア

4~6ヶ月続ける

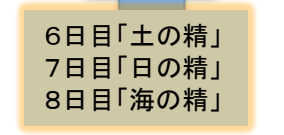
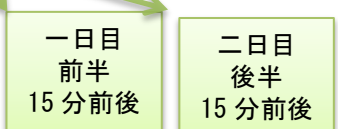
週に一度、15分程度、曜日を決めてアフターケア

能力開発のトレーニングは約20時間で終了



それぞれの目的に従って、トレーニング前に自分の写真・録音・ビデオ・タイム等の記録を取って、トレーニング後と比較して下さい。

ゆっくりコース
時間が取れない方、子供や学生等の方法
小学生以下は時々でも5分でも可



一日約20~15分のトレーニングを合計20時間前後続けて終了。自然音を挟む

半分ずつの場合は「しっかりコース」の倍の時間がかかります。



中日に約3日間自然音もしくは原音盤



Start!!
※エイジング(ガイダンス CD を参照)
※再トレーニング前に3分程度エイジング

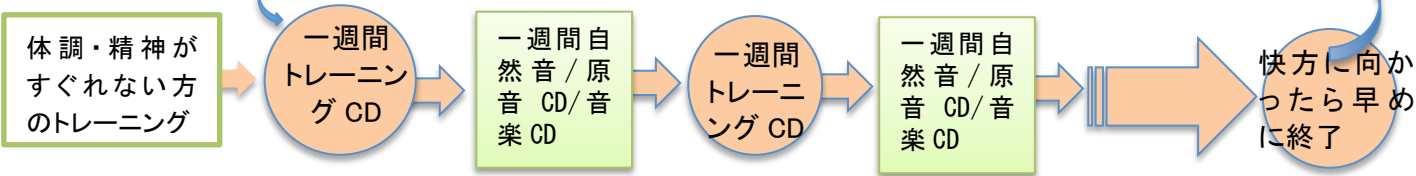
このトレーニングには CD ラジカセの音質は適しておりません。高級な CD 再生装置をお持ちでない方は伝聴研特製の USB オーディオ《デンダック》、もしくは CD プレーヤーセットをお使い下さい。

義務的なトレーニングは効果が出ない。
気分が乗らない時は中止したり、半分ずつ分けて聴いても可。

ランダム再生機能がある再生機をお持ちの場合はランダム再生でお楽しみ下さい。

聴覚トレーニング (自然音はトレーニング時間を含めません)

- 順番に合計 20 時間前後聴いて下さい。表のように自然音をトレーニング半ばに挟んで頂くとより効果的なトレーニングになります。
- 初回はしっかりコースでのトレーニングがお勧め。
- トレーニング終了後、効果を維持させるため、またトレーニングを忘れないためにも週一度は聴くと良いでしょう。
- 半年に一度くらい再トレーニングしていくと効果が積み重なって大きな成果を得られるでしょう。
- 再トレーニングの時にトレーニング CD を増やしていくとより効果的なトレーニングが可能です。



トレーニング CD、は覚えてしまうと効果が薄れます。数があるほど効果的です。追加 CD をご利用ください。

