

Newsletter Ausgabe 250

für PcE Effect Project (PEP) & Eggetsberger.NET

Herzlich willkommen bei der Newsletter Ausgabe Nr. 250: Januar 2014!
Prosit 2014

Mehrmals (ca. 1 – 3 Mal) monatlich bekommen Sie von uns kostenlos per E-Mail top-aktuelle Meldungen aus den Bereichen Medizin, länger leben, Biofeedback, Biomesstechnik, Verhaltensforschung, Physik und Psychologie. Darüber hinaus werden Sie über unsere neuesten Forschungsergebnisse, Produkte und die aktuellen Seminartermine informiert.

Seit Newsletter Ausgabe 173 (Jänner 2010) wird der Newsletter des International-PcE-Networks (IPN) von unserer Forschungsplattform Eggetsberger.NET versendet. Unsere Newsletter finden Sie auch im Internet gratis im Newsletter Archiv

[» Zum Newsletter Archiv](#)

Aktuelle Themen:

1. Prosit 2014
2. Immunsystem der Frau
3. Lernpausen sind wichtig
4. Anti-Aging
5. Aktuelle Veranstaltungen

1. Prosit 2014

Es wird immer besser!

Wir wünschen Ihnen für das neue Jahr viel Glück, Gesundheit, Erfolg und alles Gute!

Im Namen unseres gesamten Teams bedanken wir uns für Ihre Treue und Unterstützung. Es ist schön zu sehen, dass die Zahl der Menschen, die sich für unsere Forschung und Arbeit interessieren ständig wächst.



Als Zeichen unseres Dankes können Sie seit 24. Dezember 2013 im Bio-Vit Shop zwei kostenlose Frequenzen herunterladen. Die beiden digitalen Geschenke sind noch bis inkl. 06. Januar 2014 über den Bio-Vit Shop erhältlich und wir hoffen, dass Sie mit den mp3's viel Spaß und Erfolg haben.

[» Holen Sie sich jetzt Ihr Geschenk \(zum Bio-Vit Shop\)!](#)

Auch 2014 werden unsere kostenlosen Angebote weiter ausgebaut werden. Es erwarten Sie neue spannende Vorträge in unserem PEP Center und auch das Online- Angebot wird stark erweitert. Über den Newsletter und Facebook bleiben Sie immer informiert. Auch ein regelmäßiger Blick in unseren Info- Blog lohnt sich. Dort finden Sie täglich mindestens einen neuen Eintrag.

[» Vorträge 2014](#)

[» Eggetsberger.NET auf Facebook](#)

[» Eggetsberger Info- Blog](#)

Schon jetzt können wir Ihnen versprechen, dass wir für 2014 wieder Großes geplant haben und wir würden uns freuen wenn Sie uns weiter begleiten!

Wer 2014 seiner persönlichen Potenzialentwicklung verschrieben hat und konsequent die Neujahrs- Vorsätze umsetzen will, findet bei uns eine Menge unterstützender Angebote.



Das Neuraltraining

Dieses Audio- Training eignet sich für alle Menschen, die mehr aus sich machen wollen! Entdecken Sie das volle Potenzial von Körper, Nervensystem und Gehirn mit diesem aufbauenden Training.

Mit Hilfe des kostenlosen Online- Tests können Sie schnell, anonym und einfach ermitteln, welcher Level für Sie der beste Einstieg ist. Den Online- Test finden Sie

hier:

[» ZUM ONLINE TEST](#)

Interessieren Sie sich für die Hintergründe zur Entwicklung und der Wirkung dieses Trainings? Das 24-seitige Gratis- PDF erklärt Ihnen das Neuraltraining im Detail:

[» JETZT LESEN!](#)

Starten Sie jetzt mit dem Neuraltraining und sparen Sie Geld! Die gesamte Sammlung der Frequenzen (27 Frequenzen) erhalten Sie aktuell zum Sonderpreis auf USB Stick!

[» Zum Neurostick](#)



Wenn Sie sofort loslegen wollen, können Sie die Frequenzen des ersten Levels (von 4) jetzt um 25% günstiger erwerben. Die höheren Levels werden wöchentlich als Aktion angeboten.

[» Zum Level 1 des Neuraltrainings](#)

Seminare & Vorträge 2014

Auch in diesem Jahr können Sie von unseren Vorträgen und Seminaren profitieren. Alle Vorträge sind ausnahmslos kostenlos und wir freuen uns stets über bekannte und neue Gesichter!

[» VORTRÄGE 2014](#)

Wer tiefer in die Materie eintauchen möchte, sollte einen Blick auf unser Seminarangebot und die Mitgliedschaften werfen. Unsere Seminare überzeugen durch einen großen Praxisteil, der garantiert, dass Sie nachhaltiges Wissen und moderne Mentaltrainingstechniken mit nach Hause nehmen.

Vor allem die Erfolgreiche Theta-X Seminarreihe ist ideal für Menschen, die ihr volles Potenzial entfalten wollen!

[» SEMINARE 2014](#)

[» Infos zu Theta-X](#)

2. Immunsystem der Frau oft besser!

Das Immunsystem von Frauen reagiert besser auf Viren und Bakterien als das von Männern; es werden mehr Antikörper und Eiweiße produziert. Wissenschaftler der kalifornischen Stanford-Universität haben nun möglicherweise herausgefunden, warum das so ist. Für ihre Studie untersuchten sie die Reaktionen von 34 Männern und 53 Frauen verschiedenen Alters auf Grippeimpfungen.

Jetzt steht es also fest: Es gibt einen deutlichen Unterschied zwischen den Geschlechtern in der Immunantwort auf Infektionen und Impfungen, wobei die Frauen deutlich besser abschneiden. Der Grund für die Ungleichheit liegt laut der im Fachjournal «PNAS» publizierten Studie in Genen, die durch das Sexualhormon Testosteron beeinflusst werden. Sie zügeln die Reaktionen des Immunsystems. Männer mit erhöhtem Testosteronspiegel zeigten im Versuch eine schwächere Immunantwort auf die Grippeimpfungen.

Studienleiter Mark Davis zufolge hat dies mit der Evolution zu tun: Männer seien wegen ihres gefährlicheren Lebens öfter von Verletzungen und Infektionen betroffen. Um Überreaktionen zu vermeiden, reagiere ihr Immunsystem weniger stark.

Quelle: Fachjournal PNAS (pnas.org)

LINK: <http://www.pnas.org/content/early/2013/12/20/1321060111>

3. Lernpausen sind wichtig *gewusst wie!*

Besser lernen: Je nachdem, ob sich Eindrücke ins Kurz- oder Langzeitgedächtnis brennen, bilden sich die Nervenzellen im Gehirn auf unterschiedliche Art und Weise um. Das haben Forscher des Institute of Science and Technology Austria bei Versuchen mit Mäusen herausgefunden. Sie sahen auch, dass Lernpausen solche Nervenzellen-Veränderungen beschleunigen und dauerhafter machen. Ein internationales Team um den IST-Forscher Ryuichi Shigemoto ließ die Mäuse eine motorische Aufgabe üben. Die Mäuse mussten ein Bild mit ausgleichenden Augenbewegungen stabilisieren, wenn sich die Umgebung bewegt. Dabei untersuchten die Forscher, was mit den Nervenzellen in den Mäusehirnen geschah.

Effizienz der Reizleitung verringert

Es zeigte sich, dass die Nervenzellen im Kleinhirn auf das Training reagierten, indem sie die Effizienz der Reizleitung verringerten. Nach Angaben der Forscher wurde dieser Prozess zuvor schon mit motorischen Lernprozessen in Verbindung gebracht. Bei einem einmaligen einstündigen Training wurden dafür vorübergehend die Andockstellen (die sogenannten AMPA-Rezeptoren) für Botenstoffe (Neurotransmitter), die Signale zwischen Nervenzellen übertragen, weniger, berichten die Forscher im 'Fachjournal "PNAS"'.
Tägliche Übungsstunden führten hingegen dazu, dass nicht Andockstellen verschwanden, sondern knapp die Hälfte der sogenannten Parallelfaser-Purkinjezell-Synapsen. Das zeigt, dass kurz- und langfristige Anpassungen unterschiedliche Spuren im Gedächtnis hinterlassen, schreiben die Forscher.

Strukturelle Änderungen währen länger

In einer zweiten, ebenfalls in "PNAS" veröffentlichten Studie untersuchten sie den Einfluss von Lernpausen auf die Hirnzellen. Bereits 1885 habe der deutsche Psychologe Hermann Ebbinghaus herausgefunden, dass bei gleicher Lernzeit mehr

im Gedächtnis bleibt, wenn man zwischendurch Pausen macht, so die Forscher. Nun sahen sie, dass durch das Training mit und ohne Pausen die Synapsen weniger wurden sowie die Dornfortsätze an den Purkinjezellen, an denen sich die erregenden Synapsen befinden. Doch wenn die Mäuse durchlernen mussten, geschah dies langsamer und die Veränderungen hielten nicht so lange an, als wenn die Forscher ihnen Pausen gönnten, berichten sie.

Kurze Pausen sind hilfreich

Der Vorteil von Lernpausen liegt also offenbar darin, dass die Nervenzellen ihre Verbindungen schneller anpassen und strukturelle Veränderungen länger wahren, so die Forscher. Allerdings können faule Zeitgenossen damit nicht endlos lange Auszeiten rechtfertigen, denn nach einer Stunde Siesta war zumindest bei den Mäusen das Optimum erreicht.

Quellen: "PNAS": "Distinct cerebellar engrams in short-term and long-term motor learning" von Wen Wang et al.

<http://www.pnas.org/content/early/2013/12/17/1315541111>

"Distinct kinetics of synaptic structural plasticity, memory formation, and memory decay in massed and spaced learning" von Wajeeha Aziz et al., erschienen am 23. Dezember 2013. <http://www.pnas.org/content/early/2013/12/17/1303317110>

4. Anti-Aging Erfolge

Die gute Nachricht für alle die sich mit Anti Aging beschäftigen!

Ein wichtiger Durchbruch im Kampf gegen das Altern: Die in einem Tierversuch getestete Substanz war so erfolgreich, dass sie bald auch am Menschen als Verjüngungsmittel erprobt werden soll!

Altern hängt unter anderem auch von der Kommunikation in den Zellen selbst ab. Ein internationales Forschungsteam hat jetzt einen der wichtigsten Signalwege innerhalb der Zellen entschlüsselt, der direkt mit dem Alter sich verschlechtert. Gleichzeitig haben sie an Mäusen auch einen Wirkstoff getestet, der die Kommunikation in den Zellen wieder enorm verbessern kann.

Hintergrund: Bei dem Signalweg geht es um die Kommunikation zwischen den Mitochondrien, den Kraftwerken der Zelle und dem Zellkern. Im Laufe der Zeit nimmt diese Art der Kommunikation zwischen den beiden Bereichen (Kern - Energiezellen) ab - was zur Zellalterung mit allen unangenehmen Nebenerscheinungen führt, dazu gehören unter anderem auch Muskelgewebsschwund und Entzündungen.

Eine Schlüsselrolle bei der interzellularen Kommunikation kommt dabei einem Molekül zu, dem Nicotinamid-Adenin-Dinukleotid (kurz NAD). Die Forschungen zeigten: Sinkt die Menge von NAD in Zellen ab, verschlechtert sich die Kommunikation zwischen Zellkern und Mitochondrien immer weiter. Und das bedeutet nichts anderes, als alt zu werden und gesundheitliche Probleme zu bekommen. Das Forscherteam um den Harvard-Wissenschaftler David Sinclair untersuchte wie man den NAD-Signalweg bei alten Mäusen wieder verbessern- und die Mäuse damit auch "verjüngen" kann. Sie injizierten zwei Jahre alten Mäusen (das entspricht umgerechnet in etwa 60-jährigen Menschen) eine Woche lang zweimal täglich das Nicotinamidadeninmononukleotid (NMD), vor dem man weiß, dass es die Produktion von NAD ankurbelt.

Das Ergebnis der Spritzenkur war erstaunlich: Die Mäuse zeigten bei den spezifischen Altersmarkern für Muskelgewebe und Entzündungen plötzlich Werte von sechs Monate alten Tieren. Auf den Menschen umgerechnet würde das eine "Verjüngung" von sechzig auf zwanzig Jahre bedeuten, ein sensationelles Ergebnis.

Die in der Fachzeitschrift "Cell" publizierten Versuche waren so erfolgreich, dass jetzt daran gedacht ist, die NAD möglichst bald auch beim Menschen zu testen. Mit dem Beginn einer klinischer Erprobungen ist spätestens 2015 zu rechnen, das umso mehr da NMD eine natürlich vorkommende Substanz ist und daher wenig bis keine Nebenwirkungen haben wird.

Auch für Krankheiten wie Krebs, Diabetes und nicht zuletzt Demenz bedeutsam. Dazu der Ko-Autor Nigel Turner im Interview mit der britischen Tageszeitung The Guardian sieht ein großes Potenzial für den Ansatz, zumal der Signalweg auch bei Krankheiten wie Demenz, Krebs oder Diabetes bedeutsam ist. Doch das derzeitige Ziel der Forschung es nicht, dass Menschen 200 Jahre alt werden, sondern dass sie länger gesund leben.

Doch dass der "Superstoff-NMD" bald auf dem Markt kommen wird, glaubt Nigel Turner aber nicht: Im Moment käme eine Tagesration NMD für Menschen auf umgerechnet Kosten von rund 40.000 Euro (was sich nur Millionäre leisten könnten).

Quelle: Cell: "Declining NAD+ Induces a Pseudohypoxic State Disrupting Nuclear-Mitochondrial Communication during Aging".

LINK: <http://www.cell.com/retrieve/pii/S0092867413015213?cc=y>

PDF dazu: <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0092867413015213>

5. Aktuelle Veranstaltungen im PEP Center

Alle aufgeführten Veranstaltungen finden im PEP Center statt:

PEP Center
Schottenfeldgasse 60/3/35
1070 Wien
Österreich

Vortrag & Trainingsabend: Power für den ganzen Tag: Geheime Lebensenergien & Pce+ | Pce Yoga

Donnerstag, 22.01.2014

18:00 - 21:00

Eintritt: FREI (Vortrag & Schnupperstunde)

Anmeldung: [DIREKTLINK!](#)

Die Veranstaltung startet mit einem Vortrag zum Thema der Lebensenergien und wie diese beeinflusst werden können. Seit vielen Jahren ist uns klar, dass man mit Hilfe des Pce Trainings große Erfolge beim Lenken der körpereigenen Energien erzielen kann. Wer das anschließend praktisch erfahren möchte, kann ab 19:00 Uhr am kostenlosen Schnuppertraining teilnehmen.

***Alle regelmäßigen Besucher von Pce+ | Pce Yoga erwartet eine reguläre
Trainingsstunde!***

Anfänger und Fortgeschrittene aller Altersgruppen sind herzlich eingeladen zu diesem Trainingsabend mit Jenny Fox. Das belebende Training verbessert den Energiefluss, löst Verspannungen und schafft mehr Stabilität in der Wirbelsäule. Die anschließende Frequenz- Meditation mit unterstützender Erdung regt den Energiefluss der Pce Yogis an!

Privatstunden Pce+ | Pce Yoga auf Anfrage!

Seminar: Theta-X

Samstag & Sonntag, 25. & 26.01.2014

11:00 - 17:00

Eintritt: 395,- Euro

Anmeldung: [DIREKTLINK!](#)

Steigen Sie jetzt in den Theta-X Prozess ein oder frischen Sie auf! Theta-X ist die Basis für den gesamten Theta-X Prozess (auch für die neuen Seminare: Theta-X Success und Theta-X Energy Balance). An zwei Seminartagen haben Sie die Möglichkeit Ihre ersten Neurostimulationen durchzuführen und so Ihr Gehirn und Ihren Geist auf den nächsten Level zu bringen. Der aufklärende Theorie Teil des Seminars erklärt warum welche Gehirnareale stimuliert werden und was Sie durch den Theta-X Prozess gewinnen.

Entdecken auch Sie den Seminar Bestseller aus 2012 und 2013!

[» Folgen Sie uns auf Facebook \(Eggetsberger.NET\)!](#)

[» Bio-Vit Shop](#)

[» Eggetsberger- Info Wissenschaftsblog](#)

[» Eggetsberger.NET](#)

Wenn Sie keine Mitteilungen von -eggetsberger.net- Eterna Management S.L. bekommen möchten klicken Sie bitte auf diesen Link [Link](#)

Eggetsberger Net
Forschungs- und Arbeitsgemeinschaft für

System- und Biofeedbackentwicklung

Eterna Management S.L.
Mitglied des International-PcE-Network

* Eterna Management:(Firmenbuch) Company Registration No.: Registro Mercantil de Mallorca, tomo 2067, folio 203, hoja PM-47533

* International-PcE-Network (ZVR-Zahl 182402090)

Tel.: ++43 (01) 402 57 19

Tel.: ++34 65 000 22 61

Die Newsletterredaktion erreichen Sie unter

eFax-Nummer ++43-1-253-67229090

E-Mail: http://eggetsberger.net/email_newsletter.html

Forschungsplattform Web: www.eggetsberger.net

Bio-Vit-Internetshop Web: www.ilm1.com

Für den Inhalt verantwortlich: Gerhard und Markus Eggetsberger sowie das Newsletterteam
Newsletter - Gerichtsstand: Palma de Mallorca - Spanien

--

Wenn Sie keine Mitteilungen von "eggetsberger.net" bekommen möchten klicken Sie bitte
auf diesen [Link](#)