

Vítejte do HeartCloud™

HeartCloud turné



HeartCloud je víc než jen místo pro prohlížení dat z relací získaných v různých zařízeních a programech ... Je to zcela nová komunita, která sdílí úspěchy, ocenění a povzbuzení!"

HeartCloud registrace účtu

HeartCloud účty jsou zdarma a poskytují vám přístup k stále rostoucí komunitě lidí, kteří se aktivně snaží o změnu srdce.

Account Registration

Please enter an email address and password to create your account.
Age and Gender are optional.

Email Address*

Email Address (Confirm)*

Password*

Password (Confirm)*

Select or enter your date of birth:

Required date format: MM/DD/YYYY

Gender

☐ Female

☐ Male

Jak je uvedeno na stránce Registrace účtu (Account registration) výše, zadejte své údaje:

- E-mailovou adresu a potvrďte ji.

(Poznámka: Můžete mít pouze jeden účet HeartCloud na jednu e-mailovou adresu.)

- Vytvořte HeartCloud specifické heslo a potvrďte ho.

(Můžete zadat login k e-mailu, obnovit heslo, kdybyste ho někdy potřebovali.

Klikněte na tlačítko – Forgot Password (Zapomenuté heslo) na přihlašovací stránce HeartCloud na adrese HeartCloud.com)

- Zadejte datum narození
- Vyberte své pohlaví

(Datum narození a pohlaví nejsou povinnými údaji. Zadejte je pouze v případě, že chcete.)
Chcete-li zobrazit zásady ochrany osobních údajů HeartCloud, [klepněte sem](#). (Aj)
Klikněte na tlačítko Submit (Odeslat) a vytvořte svůj účet.

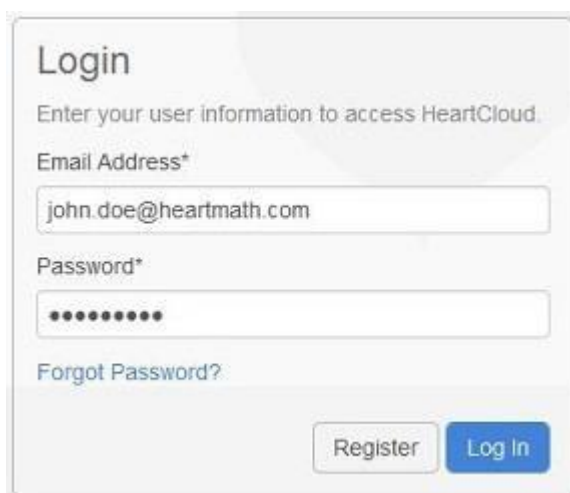
Váš účet HeartCloud je nyní vytvořen ... Vítejte na HeartCloud!

Doufáme, že se vám líbí osobní a komunitní úspěchy, které objevíte při práci s Vaším vlastním Inner Balance či emWave.

HeartCloud Login

Nyní, když máte svůj účet HeartCloud, můžete k němu kdykoli přistupovat na adrese <https://heartcloud.com>

Zadejte stejný e-mail a heslo, které jste použili k vytvoření účtu. Poznámka: Na účet HeartCloud může být použita pouze jedna e-mailová adresa.



The image shows a login form for HeartCloud. It has a title 'Login' and a subtitle 'Enter your user information to access HeartCloud.' Below this are two input fields: 'Email Address*' with the example 'john.doe@heartmath.com' and 'Password*' with masked characters. There is a link 'Forgot Password?' below the password field. At the bottom are two buttons: 'Register' and 'Log In'.

HeartCloud domácí stránka

Vyberte ikonu HeartCloud  v programu emWave nebo aplikace Inner Balance a přejděte přímo do svého účtu HeartCloud.

Domovská stránka začíná zobrazením vašich nejnovějších relací.

Zobrazuje se procentní podíl času, který jste strávili ve všech třech úrovních koherence ve vašich 4 posledních relacích.

Level (Úroveň) - je úroveň náročnosti cvičení, která byla použita během každé relace.

Length (Délka) - je doba každé relace.

Achievement (Úspěch) - je bodový systém založený na součtu vašich jednotlivých koherenčních skóre během doby trvání relace.

Device (Zařízení) - Zobrazuje zařízení, které bylo použito pro spuštění posledních 4 relací.

Latest Sessions

High %	37	61	95	92
Medium %	46	10	3	7
Low %	17	29	2	1
Level	★★★★	★★★★	★★★★	★★★★
Length	10:00	06:00	05:03	07:25
Achievement	658	180	327	427
Device				
	Sep 05	Sep 05	Sep 05	Sep 05

Denní koherenční poměr

Průměrné koherenční podíly jsou sestaveny pro snadnější prohlížení ve sloupcovém grafu.

Celkové denní výsledky

Zobrazí se množství dosažených Úspěchů (Achievements) ve dni.

Nejlepší dosažené výsledky v komunitě

Pokud jde o nejlepší výsledky v komunitě ...

Tato oblast není zaměřena na soutěž, jejímž cílem je upozornit lidi, kteří jsou kolektivní, že přispívají koherenci k vytvoření lepšího světa.

Top Community Achievement Scores

Your Achievement	DOaddy	6,771
Last 24 Hours	Nabado	10,023
	Richard D'agular	5,626
	Fernando	4,675
Week	Richard D'agular	107,310
	Nabado	87,150
	Manon	38,879
Lifetime	Nabado	3,141,223
	Khali	1,680,793
	Heart Ambassador	1,708,551
	User	Achievement

Úspěchy (Achievements)

Součet jednotlivých koherenčních skóre během trvání relace.

Může se zlepšit dosažením vyšších koherenčních skóre a délky času stráveného v koherenci během relace. Je to souhrn všech koherencí. Bodovací algoritmus aktualizuje skóre koherence každých 5 vteřin během aktivní relace, přičítá je během relace a výsledné skóre se nazývá Achievement (Úspěch). Možná si budete chtít nastavit denní dosažený cíl, skóre úspěchu 300 bodů za den je dobrý začátek. Úspěch během dne můžete dosáhnout v jedné relaci nebo si den rozdělit na dvě nebo více relací v závislosti na vašem programu nebo preferencích.

Záložky domovské stránky

[Review](#) (Přehled)

[Awards](#) (Ocenění)

[Training](#) (Trénink)

[Profile](#) (Profil) [HeartMath](#)

Review (Přehled)

-Aktivita (Activity)

Aktivitu vašeho HeartCloud lze zobrazit v průběhu týdne, měsíce nebo roku.

Zobrazí se aktivita celé relace, procento vysoké koherence a nejvyšší průměrné procento koherence. Ilustrováním využití tréninkového času v minutách vám pomůže plánovat denní režim. Denní tréninkový vzor (Daily Training Pattern) ukazuje množství relací a zařízení, které jste na ně použili. Můžete to být užitečné při plánování vašeho denního programu na základě dostupnosti tréninkového zařízení a pro nalezení vhodného času k jeho použití.

-Historie (History)

Každá jednotlivá relace je zde zaznamenána ve vaší historii. Výsledky můžete zobrazit kliknutím na relaci.

Karta Sdílení (Sharing) označuje relace, které chcete sdílet s vaším odborníkem nebo prostřednictvím sociálních médií.

-Deník (Journal)

Deník představuje jakékoli komentáře a volby nálad, které jste přiřadili během jednotlivých relací.

- Oznámení (Notifications)

Kdykoliv obdržíte cocenění (Award), obdržíte oznámení a ocenění bude zobrazeno ve vaší kolekci ocenění (Award Collection).

Kliknutím na odkaz pro udělení se dostanete na stránku Ocenění (Awards).

Ocenění (Awards)

Každé z ocenění je jako milník ve vašem pokroku.

Pokud umístíte kurzor nad ocenění, uvidíte jeho popis. Ceny v šedé barvě jsou cíle dosud nedosažené ... Sbírejte je všechny!

Výcvik (Training)

- Technika rychlé koherence (Quick Coherence Technique)

Skvělé místo pro začátek!

Začněte s dýcháním soustředěným do srdce a vyzdvihněte svou koherenci na nové vrcholy tím, že aktivujete pozitivní nebo obnovující pocit.

-Video Tutoriály (Video Tutorials) v anglickém jazyce

Zde představená videa jsou určena k ilustraci podrobnějšího užití aplikace Inner Balance.

-Denní praxe (Daily Practice) v anglickém jazyce

Obsahuje výcvikové video, které vás povzbuzuje k nastavení rutiny v používání vašeho trenažéru Inner Balance. Tímto způsobem nastavíte novou základní rovinu koherence a pomůže vám získat maximální užitek z této technologie zlepšující život.

-Další kroky (Next Steps)

Zde se dozvíte o různých školeních HeartMath, které jsou k dispozici pro hlubší pochopení systémů a technik HeartMath.

Profil (Profile)

-Účet (Account)

Zobrazí se Váš online profil vašeho účtu HeartCloud.

Můžete upravit uživatelské informace, změnit zobrazované jméno nebo spravovat způsob přijímání e-mailů s oceněními a mobilní oznámení.

Chcete-li tuto funkci vypnout, zrušte zaškrtnutí příslušného políčka.

Zvolte příslušné zobrazované jméno a zobrazte své úspěchy ve vrcholných komunitních výsledcích.

-Bezpečnost (Security)

Zobrazí se přihlašovací e-mail pro váš účet.

Heslo můžete kdykoli změnit pomocí tohoto formuláře.

POZNÁMKA: Ujistěte se, že změny uložíte.

-Sdílení (Sharing)

K dispozici je funkce HeartCloud, která umožňuje sdílet některá nebo všechna zaznamenaná data relací s každým, koho si vyberete, ale kdo vlastní emWave PRO (pouze), aby mohl tuto funkci používat. Vytvořením konkrétního hesla pouze pro osobu, s níž sdílíte data, poskytujete přístup k datům relace jen pro čtení. Umožňuje jim vidět relace, které chcete sdílet, a je skvělou příležitostí ke osobnějšímu sdílení zkušeností a koučování odborníkem. Chcete-li se dozvědět více o funkci Sdílení, [klikněte sem](#).

HeartMath

-O HeartMath

Poskytnutím informací o misi HeartMath a využitím této příležitosti k popisu organizací HeartMath získá uživatel pochopení, proč byl HeartMath vytvořen a kde leží naše vize do budoucna. Naše práce ve vzdělávání, obchodních společnostech, celostátně uznávaných zdravotnických zařízeních a individuálních osobách ve všech oblastech života rozvíjí na celém světě pokrok.

-Science & Research

Věda o variabilitě srdeční frekvence (HRV) je všeobecně známá. Ovšem pochopení schopnosti jednotlivce ovlivňovat a ovládat HRV přišlo do našeho denního světla.

Tato stránka poskytuje náhled na HRV způsobem, který vás naučí a povzbudí, abyste použili techniky HeartMath ve vašem osobním životě.

Abychom vám ukázali výhody použití těchto technik, zveme vás k podniknutí pozitivních kroků k lepšímu zdraví, duševní jasnosti a lepší emocionální kontrole.

-HeartMath produkty

Je prokázané, že použití více produktů HeartMath prokázalo zlepšuje vaši osobní cestu a poskytuje větší šanci na úspěch v životě, sportu, práci a ve společnosti.

-FAQ

Zobrazí se nejoblíbenější otázky týkající se aplikací, programů, senzorů a obecných informací aplikace HeartMath.

Další podporu naleznete v Knowledge Base společnosti HeartMath na adrese:

Podpora: <http://support.heartmath.com>

Copyright © 2016 HeartMath LLC. All rights reserved.