

Einleitung: Alles einsteigen .....	7
Station 1: Selbstüberprüfung .....	12
Station 2: Entspannung .....	19
Station 3: Arbeitsplatz .....	28
Station 4: Zeitplanung .....	37
Station 5: Bewusster arbeiten .....	44
Station 6: Gekonnt entspannen .....	52
Station 7: Lernphasen .....	60
Station 8: Schlaue Reime .....	68
Station 9: Lesen und merken .....	76
Station 10: Schönschreiben .....	84
Endstation .....	90
Lösungen .....	93