

# Inhalt

Einleitung . . . . .	7
1. Aufbau des Fitneßtrainings für Denker . . . . .	10
2. Gebrauch des FfD-Kurses . . . . .	20
3. Verarbeitung von Informationen . . . . .	41
4. Erkennen von Regeln . . . . .	91
5. Planung (Strategie) . . . . .	117
6. Erinnerungsvermögen . . . . .	140
7. Kreatives Denken . . . . .	164
8. Psychomotorische Aktivität . . . . .	191
9. Visuelles Denken . . . . .	198
10. Kommunikation . . . . .	226
11. Problemlösungen, Übertragung und Anwendungen . . . . .	243
Literaturhinweise . . . . .	267