

Содержание

Предисловие	4
Как использовать эту книгу	5
Структура книги.....	5
Как проводить тест-проверку	5
Как записывать и понимать результаты теста	8
Как тренировать мозг	9
Первичная проверка возраста мозга	17
Результаты первичной проверки возраста мозга	21
Ежедневные тренировки мозга и тесты для проверки возраста мозга.....	27
Проверка возраста мозга (1-я неделя).....	35
Результаты проверки возраста мозга (1-я неделя)	39
Совет от профессора Кавашимы	42
Проверка возраста мозга (2-я неделя).....	50
Результаты проверки возраста мозга (2-я неделя)	54
Совет от профессора Кавашимы	57
Проверка возраста мозга (3-я неделя).....	66
Результаты проверки возраста мозга (3-я неделя)	71
Совет от профессора Кавашимы	75
Проверка возраста мозга (4-я неделя).....	83
Результаты проверки возраста мозга (4-я неделя)	88
Совет от профессора Кавашимы	93
В заключение	94
Ответы	95
Результаты тренировок	106
Обзор средних показателей возраста мозга по возрастным группам	108