

# LÖSUNG



## INFORMATION:

Sie wissen: Übung macht den Meister. Je öfter Sie Gehirnjogging betreiben, desto fitter wird Ihr Gehirn. Durch regelmäßiges Gedächtnistraining merken Sie sich Dinge leichter und gleichzeitig reduzieren Sie Stress, regen den Hirnstoffwechsel an und setzen auch Endorphine (Glücksgefühle) frei.