

Deutscher Turner-Bund (Hrsg.)

# GEHIRNTRAINING DURCH BEWEGUNG

Wie körperliche Aktivität das Denken fördert



**WO SPORT SPASS MACHT**

**DTB**   
DEUTSCHER TURNER BUND

**DAK**  
Gesundheit  
Unternehmen Leber

**MEYER  
& MEYER  
VERLAG**

# Gehirntraining durch Bewegung

Das vorliegende Buch wurde sorgfältig erarbeitet. Dennoch erfolgen alle Angaben ohne Gewähr. Weder die Autorinnen noch der Herausgeber können für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus dem vorliegenden Buch resultieren, Haftung übernehmen.

**Hinweis:** Diese Veröffentlichung ist aus Gründen der besseren Lesbarkeit in der männlichen Sprachform abgefasst. Selbstverständlich sind immer sowohl Übungsleiter und Übungsleiterinnen oder Teilnehmer und Teilnehmerinnen gemeint.

Herausgeber:  
Deutscher Turner-Bund  
Otto-Fleck-Schneise 8  
60528 Frankfurt

Das Buch wurde mit freundlicher Unterstützung der DAK-Gesundheit erstellt.

**WO SPORT SPASS MACHT**

Deutscher Turner-Bund (Hrsg.)

# **Gehirntraining durch Bewegung**

**Wie körperliche Aktivität das Denken fördert**

Claudia Voelcker-Rehage, Susanne Tittlbach,  
Bettina M. Jasper & Petra Regelin

Meyer & Meyer Verlag

### **Gehirntraining durch Bewegung**

Wie körperliche Aktivität das Denken fördert

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Details sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie das Recht der Übersetzung, vorbehalten.  
Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form – durch Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren – ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet, gespeichert, vervielfältigt oder verbreitet werden.

© 2013 by Meyer & Meyer Verlag, Aachen  
Auckland, Beirut, Budapest, Cairo, Cape Town, Dubai, Hügendorf,  
Indianapolis, Maidenhead, Singapore, Sydney, Tehran, Wien



Member of the World Sport Publishers' Association (WSPA)

ISBN 978-3-8403-0985-4

E-Mail: [verlag@m-m-sports.com](mailto:verlag@m-m-sports.com)

[www.dersportverlag.de](http://www.dersportverlag.de)