

# 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
<b>Ежедневные тренировки мозга и тесты для проверки возраста мозга.....</b>	<b>27</b>
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