

PRESSETEXT

Buchneuerscheinung

Boris Nikolai Konrad

„Superhirn – Gedächtnistraining mit einem Weltmeister“

Herbst 2013, Goldegg Verlag

„Superhirn“ Boris Nikolai Konrad über die Geheimnisse der Gedächtnissportler

Gedächtnisweltmeister Boris Nikolai Konrad veröffentlicht sein Buch „Superhirn“

2012 wurde der Gedächtnisweltmeister und Neurowissenschaftler **Boris Nikolai Konrad** mit seinen außergewöhnlichen Leistungen einer großen Öffentlichkeit bekannt: Im deutschen Fernsehen meisterte er eine unglaublich schwierige Gedächtnisaufgabe und wurde zu „Deutschlands Superhirn“. Außerdem hält er Weltrekorde im Merken von Namen, Gesichtern und Geburtsdaten. Konrad ist nicht nur mehrfacher Weltrekordhalter, sondern forscht auch seit Jahren zu den Themen Gehirn und Gedächtnisleistungen.

In seinem neuen Buch **„Superhirn – Gedächtnistraining mit einem Weltmeister“** (Goldegg Verlag) verrät Boris Nikolai Konrad die Geheimnisse der Gedächtnissportler und zeigt, wie jeder sein Gedächtnis optimal verbessern kann. Er berichtet über die praktischen Erfahrungen seiner Wettkämpfe und über den Nutzen der Erkenntnisse seiner Forschungen. „Wirklich jeder kann sein Gedächtnis durch regelmäßiges Training erheblich verbessern. Ein besonderes Talent ist dazu nicht erforderlich“, sagt Konrad.

Übung macht also den Gedächtnismeister. Jeder kann durch konsequentes Training in sechs Wochen bei täglich einer halben Stunde Üben seine Leistung verdoppeln, etwa beim Merken von Namen und Zahlen, so Konrad. Er nutzt und lehrt dafür besondere Gedächtnistraining-Methoden, die er auch in seinen Vorträgen und Seminaren vermittelt. Eine evolutionäre Eigenheit unseres Gehirns ist es etwa, dass es sich Bildsprache besser einprägt als die gesprochene oder geschriebene Sprache. Lernen wir also mit Bildern, sind wir zu höheren und nachhaltigeren Gedächtnisleistungen fähig. Der Gedächtnisexperte präsentiert in seinem Buch viele weitere Methoden, die uns allen zur Verfügung stehen, um unsere persönlichen Rekorde aufzustellen. Hirndoping durch Pillen ist laut Konrad jedoch keine langfristige Lösung. Trainieren ist das beste Hirndoping, und das ohne Nebenwirkungen.



Der Autor steht für Interviews zur Verfügung.

Pressematerial

<http://www.goldegg-verlag.at/book/superhirn/?tab=presse>

„Superhirn – Gedächtnistraining mit einem Weltmeister“

Boris Nikolai Konrad

ISBN 978-3-902903-54-9

ISBN E-Book 978-3-902903-55-6

Hardcover, 294 Seiten

€ 19,95 [A] [D]

Neuerscheinung Herbst 2013, Goldegg Verlag

Presserückfragen, Rezensionsexemplare, Interviewanfragen

Goldegg Verlag GmbH

Mag. Maria Schlager-Krüger

Mommsengasse 4, 1040 Wien

Tel. +43 1 505 43 76-46 Fax -20

Mobil +43 699 1440 4445

maria.schlager@goldegg-verlag.at

www.goldegg-verlag.at