

**Literatur zum Aufsatz: Müller B, Scheder A, Lehl S (2013)
Erfolgreiche Kurse für körperliche und geistige Fitness.
Geistig fit 22 (2):3-6.**

- [1] AOK Bayern, Zentrale Gesundheitsförderung, Nürnberg: Vitalitätstest: Basisfragebogen zu individueller Vitalität und gesundheitsförderlichen Verhaltensweisen (siehe Abbildung).
- [2] Gieseke O, Müller B, Lehl S (2011) „Rundum fit - auch im Kopf“ - ein AOK-Programm. GEISTIG FIT 21 (5) 3-7.
- [3] Hotelling H (1933) Analysis of a Complex of Statistical Variables Into Principal Components. Journal of Educational Psychology 24: 417-441, 498-520.
- [4] Kaiser HF, Dickman K (1959) Analytic determination of common factors. American Psychologist 14: 425.
- [5] Owen AM, Hampshire A, Grahn JA, Stenton R, Dajani S, Burns AS, Howard RJ, Ballard CG (2010) Putting brain training to the test. Nature 465 (7299) 775-778.