

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	4
Es klingelt – der Horrortrip beginnt.....	6
Das Training geht los	14
Besuchssituationen	22
Geräuschkulisse	76
Früh übt sich! Vorbeugungsmaßnahmen.....	78
Danke	80
Über die Autorin	81
Quellenangaben	82
Serviceteil	83
Das eigene Trainingsprotokoll.....	84