

# Hut ab!!

# Lesen Sie Vogt!! Leben Sie wie Vogt!!

— Z — — Z — — Z — — Z — — Z — — Z — — Z — —

## Körperkultur — aber wie — und warum — —?

(Z) Ein Ratgeber für jedermann, hrsg. von KARL VOGT.

Die „Deutsche Zeitung“ (Friedr. Lange) und die „Berliner Neuesten Nachrichten“ bringen soeben die ersten Besprechungen unserer Verlags-Neuheit im redaktionellen Teil unter der obigen Überschrift: **Hut ab!**

### Hut ab!

Noch weiter als die Leute, die Vereine gründen, um das Grüßen durch Hutabziehen abzuschaffen, geht J. P. Müller, der gleich den Hut selbst abschaffen will. J. P. Müller ist kein gewöhnlicher Müller, sondern der berühmte „Mein-System“-Müller, dessen Turnvorschriften unsere deutsche Sprache um das neue Wort „müllern“ bereichert haben. Er hat zu einem kleinen Sammelwerk „Körperkultur“, das Karl Vogt im Verlag von Priber & Lammers (Berlin, Charlottenstrasse 50-51; Preis 1,20 M.) herausgegeben hat, einen Artikel beigetragen, der von dem „Lufthut“ handelt — d. h. also den Hut überhaupt verwirft. Sein „System“ hat vor einigen Jahren in Deutschland eine geradezu begeisterte Aufnahme gefunden — ob der „Lufthut“ wohl denselben Erfolg haben wird? Wozu brauchen wir einen Hut? fragt er. Um den Kopf zu wärmen? Unsinn! Gesunde Leute . . .

### Inhalt:

Zur Körperkultur, von Johannes Gaulke  
Männliche Körperpflege, von Karl Vogt  
Frauengymnastik, von Johanna Kanitz  
Von der Schönheit, von Georg Döring  
Spiel u. Gymnastik für unsere Kleinen, von Mary Rüstau-Oberberg  
Atmungsgymnastik, von Karl Vogt  
Kallisthenische Lebensführung  
Sonnenstrahlen als Bazillentöter, von Dr. Heinrich Pudor  
Die gesundheitlichen Vorteile der Nacktheit, von Richard Ungewitter

Vom Essen und Trinken, von Dr. Halfdan Söhnelandt  
Bücherlisten  
Der Lufthut, von J. P. Müller  
Hautgymnastik als Schönheitspflege, von J. P. Müller  
Vom Schnürleib der Frauen, von Prof. Paul Schultze-Naumburg  
Vernunftgemässe Fusspflege  
Frauenkleidung, v. Doris Kiesewetter  
Isadora Duncan — eine Erlösung, von Maria Holgers  
Vom Tanzen, von Dr. Theodor Lessing

In ähnlicher Ausstattung wie Winkelmanns Atmen wird auch diese Publikation von Karl Vogt rücksichtlich ihres ernsten Inhalts für alle, denen ihr eigenes Wohl und das Wohl unseres Volkes am Herzen

liegt, als ein Führer für jedermann zu einer **natürlichen, einfach-gesunden und fröhlichen Lebensweise** dieselbe starke Verbreitung finden wie Winkelmann.

Wie sehr von der körperlichen Tüchtigkeit das Gedeihen und die Kultur des ganzen Volkes abhängen, lehrt die Weltgeschichte an vielen Beispielen; die Devise = „Der Geist ist alles — das Fleisch ist nichts“ wird kein Volk zum Siege führen können. Gesundheit des Leibes muss auch vorangehen, um von den Triumphen des Geistes zu profitieren.

Wer sich die nach einheitlichen modernen Gesichtspunkten aufgestellten Grundsätze dieses Heftes zu eigen macht, wird nicht nur sehen, wie die kleinen Leiden der Alltäglichkeit verschwinden, wie Unwohlsein, Kopfschmerzen, allgemeine Schwächen, Hühneraugen, Plattfüsse und ähnliche, sondern wie **selbst ernsthafte Leiden wie Zuckerkrankheit, Lungenleiden, Störungen der Leber, des Magens, der Nieren, Darmträgheit, last not least, „Nervosität“** und sonstige Zivilisationskrankheiten vor einer richtig betriebenen Körperkultur weichen müssen. So kann das Büchlein unendlichen Segen stiften, und es sei jedermann zur Anschaffung wärmstens empfohlen.

Lesen Sie Vogt — —!

Leben Sie wie Vogt!!

Der Preis ist trotz des hohen Rabatts und des starken Umfanges mit M. 1.20 ord. äussert niedrig gestellt, um eine recht weite Verbreitung auch auf diese Weise zu fördern.

Benutzen Sie den heutigen Zettel! Zur Einführung liefern wir

**20 Expl. mit 50% und mit Rem.-Recht! ord. M. 1.20**

Bitte, sogleich nach Empfang ins Schaufenster! Der ausserordentlich wirkungsvolle Umschlag erfüllt seinen Zweck und führt Ihnen Käufer zu, wenn Sie ihm dazu Gelegenheit geben.