

Müllers Bücher wurden bisher in 16 verschiedenen Sprachen

Demnächst erscheinen:

# Mein System für Frauen

Ⓢ Mit vielen Illustrationen nach Originalaufnahmen

J. P. Müller

Leutnant  
Ingenieur  
Verf. von  
„Hygiene“  
„Dänischen  
Corps“,  
„System“,  
„Linke“ usw.

Der Verfasser, dessen langjährige Anstrengungen, die Menschen durch ein einfaches System von Leibesübungen gesund und leistungsfähig zu machen, eine Kulturlist ersten Ranges darstellt, sagt gelegentlich, dass gesunde Kinder ohne gesunde Mütter undenkbar seien. Er weist dabei auf die Notwendigkeit hin, dass auch unsere Frauen und Mädchen körperliche Übungen treiben und versuchen, es dem anderen Geschlecht an körperlicher Leistungsfähigkeit gleichzutun. Müllers Ausführungen und Begründungen sind klar und logisch, und ebenso sind es die Übungen, die er empfiehlt, sein System, das er für Frauen und Mädchen zusammengestellt hat. Das Müllersche Übungssystem stellt keine allzu grossen Anforderungen an die Übende; es sind täglich nur 15 Minuten körperlicher Arbeit um der Gesundheit willen, die Müller vorschreibt, und die Zweckmässigkeit der Übungen ist so einleuchtend, dass jede Frau, die sich erst einmal in den Inhalt des anregend geschriebenen Buches vertieft hat, kaum anders kann, als das „System“ am eigenen Leibe zu erproben.

Ⓢ Hierzu 2 Übungstafeln aufgezo-gen auf Pappe zum Aufhängen  
Preis pro Tafel 60 Pfg.

J. P. Müllers Übungen sind geeignet,  
zu einer robusten Gesundheit zu verhelfen!

Wir können in Kommission nur in einfacher Anzahl und nur an Firmen, mit denen wir in ständigem Rechnungsverkehr stehen, liefern. Es dürfte aber wohl sofort entschliessen; selbst die kleinste Handlung setzt spielend Partien ab.

Bezugsbedingungen: Je 1 broschiertes Exemplar  
in Kommission mit 25%, bar mit 30% und Freixemplar 13/12.  
als Plakat verwendbar in beschränkter Anzahl kostenlos.

**Leipzig • Grethlen & Co. G. m. b. H.**

Leutnant Müllers System ist von Hunderten der höchsten militärischen

veröffentlicht und in mehr als 600 000 Exemplaren verkauft!

# Mein System für Kinder

Ⓢ Mit vielen Illustrationen nach Originalaufnahmen

Vor der Entwicklung des Geistes hat der Körper zurücktreten müssen, überall wird aber jetzt auf die zwingende Notwendigkeit hingewiesen, der Ausbildung unserer körperlichen Fähigkeiten mehr als bisher Beachtung zu schenken. Da kommt das Buch J. P. Müllers, des berühmten Vorkämpfers für vernünftige Körperpflege, zur rechten Zeit. Wer Müller ist, weiss heute jedes Kind. So darf man denn auch seinem neuesten Buche, in dem er ein von ihm erfundenes System besonders für Kinder schildert, eine beifällige Aufnahme voraussagen. Müller spricht auch hier als Mann der Praxis; seine drei Söhne Ib, Per und Bror, selbst Muster blühender Gesundheit und geübter Kraft, boten ihm Gelegenheit zu eingehenden Studien, und so spricht denn sein Buch eine eindringliche Sprache, deren Beredsamkeit sich niemand entziehen können wird, dem das Wohl und Wehe seiner Kinder am Herzen liegt. Wer die Erziehung seiner Kinder nach den Müllerschen Anweisungen leitet, wird reichlich für die aufgewendete Mühe und Arbeit belohnt werden.

Ⓢ Hierzu 1 Übungstafel aufgezo-gen auf Pappe zum Aufhängen  
Preis 60 Pfg.

Unentbehrlich für alle Eltern, die ihren  
Kindern Gesundheit u. Lebenskraft wünschen!

Wir können in Kommission nur in einfacher Anzahl und nur an Firmen, mit denen wir in ständigem Rechnungsverkehr stehen, liefern. Es dürfte aber wohl sofort entschliessen; selbst die kleinste Handlung setzt spielend Partien ab.

Bezugsbedingungen: Je 1 broschiertes Exemplar  
in Kommission mit 25%, bar mit 30% und Freixemplar 13/12.  
als Plakat verwendbar in beschränkter Anzahl kostenlos.

**Leipzig • Grethlen & Co. G. m. b. H.**

inischen Autoritäten in der ganzen Welt anerkannt worden!