

## Verlag der Deutschen Gesellschaft für Züchtungskunde, Berlin-Halensee.

Es sind soeben erschienen, und zwar als Hefte von Wildorf's Taschenstammbuchbibliothek der Zuchtgebiete:

### Becker, Die hervorragendsten Stämme des Dänischen Pferdes.

Mit 15 Abbildungen. Nach Studien in Dänemark und Schleswig. 92 Seiten.  
Preis M. 1.50.

### Lüthy, Die wichtigsten Blutlinien des Simmentaler Rindes in der Schweiz.

Mit 56 Abbildungen. Nach amtlichen Quellen. 228 Seiten. Preis M. 2.50.

### Rau, Die wichtigsten Blutströme in der Hannoverschen Pferdezucht.

Ihre Charakteristik, Bedeutung und Verwendung, sowie ihre Träger. Mit 62 Abbildungen und 258 Ahnentafeln. 315 Seiten. Preis M. 3.50.

Die Hefte werden auch einzeln abgegeben:

Bestellungen an den

Verlag der Deutschen Gesellschaft für Züchtungskunde, Berlin-Halensee, Seefenerstraße 15.  
Fernsprecher Berlin, Amt Umland 5082. Postcheckkonto Berlin 6759.



Ⓩ Soeben erschien:

## Ide, Dr., Nordsee-Sanatorium Amrum, **Praktische Atmungsgymnastik**

zum täglichen Gebrauch für jedermann, besonders für Schulbesucher, Stubenhocker, Berufsredner und Sänger, Lungen- und Herzschwache, zum Selbstunterricht oder als Anleitung durch den Arzt, Lehrer oder Gymnasten. Mit 23 Abbildungen.  
4. Auflage. M. —.75, M. —.50 no. u. 7/6.

Das Büchlein wendet sich in sehr klaren, guten Bildern und leicht verständlicher Erläuterung, wie der Titel des näheren besagt, an Schulbesucher, Stubenhocker, Berufsredner und Sänger, Lungen- und Herzschwache zum Selbstunterricht oder an den Arzt, Lehrer und Gymnasten als Anleitung. Namentlich im Turnunterricht verdient dieser Teil körperlicher Kräftigung noch mehr Beachtung, wenn auch gewiss schon jetzt vielfach den Atemübungen gebührendes Augenmerk geschenkt wird. Den obengenannten Kategorien ist die Anleitung wärmstens zum Studium und zur Befolgung zu empfehlen.  
*Ztschr. f. Schulges.-Pfl.*

## Sperling, San.-R. Dr., leit. Arzt des Sanatoriums Birkenwerder b. Berl., **Hygienische Morgentoilette.**

Gymnastik und Selbstmassage für Gesunde und Kranke. Mit einer Übungstafel in 20 Bildern.  
9. u. 10. Tausend. M. 1.—, M. —.70 no., M. .65 bar u. 7/6.

Es ist ein sehr glücklicher Gedanke von Sperling gewesen, dass er das, was er sehr treffend hygienische Morgentoilette nennt, in knappen Sätzen zusammenfasste. Diese Morgengymnastik ist notwendig wie Zähneputzen und Haarkämmen. Die Darstellung ist flüssig und lebhaft. Wie man seine hygienische Morgentoilette macht, das muss eben in dem ganz vortrefflichen kleinen Buche selbst nachgelesen werden und an den Bildern probiert werden. Auch hier heisst es: Probieren geht über Studieren. Wir wünschen dem Buche weiteste Verbreitung, vor allem in den Familien. Denn das kleine Kind muss schon beginnen mit der hygienischen Morgentoilette, dann werden die wohltätigen Folgen beim Erwachsenen nicht ausbleiben.

Möchten recht viel diese ausgezeichnet dargestellte „hygienische Morgentoilette“ treiben! Besser als Parfüms und verweichlichende Kinkerlitzchen sind die von Sperling anschaulich dargestellten, erklärten und begründeten gymnastischen Übungen. Wer von Kindesbeinen an diese Morgentoilette betreibt, wird ein wahrhaft gesunder Mensch werden.

*Jungdeutschland-Bund.*

7/6 Exemplare mit 33 1/3%, 10 Exemplare mit 50% Rabatt, auch gemischt.

Verlag der Aerztlichen Rundschau Otto Gmelin, München N. O.