

Anfang April erscheint  
 das 370. bis 390. Tausend

# MEIN SYSTEM

15 Minuten täglicher Arbeit  
 für die Gesundheit

VON  
**J. P. MÜLLER**

Verfasser von:

Mein System für Frauen, 53. Tausend, Mein System für Kinder, 25. Tausend  
 Mein Atmungs-System, 10. Tausend und Die täglichen fünf Minuten, 20. Tausend  
 Mit 119 Abbildungen  
 Kart. M. 4.—



„Mein System“ ist ein Buch von beispiellosem Erfolg. Der weltbekannte Verfasser hat sich sein Leben lang mit Sport und Körperkultur befaßt. In der neuen, völlig umgearbeiteten und erweiterten Auflage sind seine langjährigen Erfahrungen niedergelegt.



Bestellzettel anbei!



**Brethlein & Co., G. m. b. H., Leipzig und Zürich**