

nach dem Trinken eintreten. Essig und Wasser mit Zuckerzusatz wird als besonders erfrischend gerühmt. Bei nicht zu heisser Temperatur ist mässiger Branntweingenuss nicht nur gestattet, sondern empfohlen. Bei grosser Hitze ist Branntwein zu meiden. Die Füsse sind am Abend in kühlem Wasser zu waschen und mit Talg und Sprit einzureiben. Bei 20° R. im Schatten soll der Soldat mit Marschieren um die Mittagszeit verschont werden. Sind die Märsche unumgänglich, soll er reichlich Wasser zu sich nehmen. Der Gebrauch der Soldaten, grüne Blätter und Zweige in die Kopfbedeckung zu legen oder auf derselben zu befestigen, wird als nützlich anerkannt.

Hieran sei noch folgendes geknüpft: Aerzte und Apotheker sind allerorts im Erzgebirge nicht weit. Die Taschenapotheke kann sich auf etwas engl. Pflaster für wunde Füsse und ein wenig Talg beschränken. Sind Fusswaschungen am Abend mit Schwierigkeiten verknüpft, so befreie man wenigstens den Fuss zeitig vom Schuhwerk. Zu warnen ist vor dem programmässigen Abhetzen einer Tour, wie es namentlich unter den jüngeren Touristen gebräuchlich; es beeinträchtigt den Reiseegenuss, hinterlässt nur dürftige Eindrücke und ist nicht ohne Gefahren. Im Ganzen sollte der Marschetat 8 Stunden oder 30 km nicht überschreiten. Am ersten Tag genügen oft schon 5 Stunden die Kräfte zu erschöpfen. In der Kleidung richtet sich Jeder am Besten nach seiner Gewohnheit. Der Schuh sei vor Allem bequem, hohe Absätze taugen nicht zum Wandern, sie drängen den Fuss nach vorn und verursachen Schmerzen in den Zehen. Wer an Rindlederschuhe nicht gewöhnt ist, wird im Anfang bittere Erfahrungen damit machen. Drei- und vierfache Sohlen sind ebenfalls nicht zu empfehlen, sie treten sich nur schwer nach dem Fuss und schmiegen sich zu wenig seinen Bewegungen an. Vorzüglich wandert sich auf einer einzigen Kernledersohle. Für Winterpartien empfehlen sich Stiefel mit Korkeinlage, sie halten den Fuss warm und gewähren vor Nässe Schutz.

### Gastronomisches.

Die Hotels der grösseren Gebirgsstädte unterscheiden sich nicht von denen des Niederlandes. Die ehemals sehr kleinen Betten ver-