



Die Bedeutung der inneren Muskelkraft für den menschlichen Körper.

Es gibt keinen Stillstand in der Natur, Bewegung ist eines der wichtigsten kosmischen Grundgesetze. Für den Körper des Menschen, der das höchste Produkt der Erdentwicklung darstellt, sind deshalb — wie für die ganze Natur — Bewegung und Tätigkeit ein Gesetz des Lebens, wogegen Stillstand Verfall bedeutet.

Die körperliche und geistige Wohlfahrt eines Menschen, d. h. ein guter körperlicher Zustand, widerstandsfähige Gesundheit, Kraft und Ausdauer, Nervenstärke und Willenskraft sind von der dauernden natürlichen Bewegtheit und Funktion aller Organe des Körpers abhängig. Wenn nur eines der inneren Organe des Körpers in seiner Tätigkeit behindert ist, wird allmählich der ganze Organismus in Mitleidenschaft gezogen, denn alle Teile des Körpers sind voneinander abhängig.

Alle Organe des Körpers arbeiten durch Muskelkraft, und wo immer Teile dieser ungeheuer wichtigen inneren Muskeln geschwächt sind oder ihren Dienst versagen, treten Stockungen im Organismus auf, körperliche Mängel, Schwächen und Beschwerden machen sich bemerkbar. Das ganze Leben und Gedeihen des Menschen ist von der dauernden rhythmischen Aktivität dieser unsichtbaren inneren Muskeln abhängig, welche die Tätigkeit der Verdauungs- und Stoffwechselorgane, des Herzens, der Lunge, der

Geschlechtsorgane usw. beherrschen. Das Herz ist ein Muskel; seine Muskelstruktur muß sich ausdehnen und zusammenziehen, um das Blut in alle Teile des Körpers zu pumpen. Die rhythmische Tätigkeit der Brust- und Rückenmuskeln ist erforderlich, um den Lungen gleichmäßige und tiefe

Atmung zu gestatten. Der Magen und die Gedärme arbeiten durch Muskelkraft, und der Verdauungsvorgang ist neben den chemischen Prozessen in erster Linie das Ergebnis von Muskelaktivität. Ohne Muskeltätigkeit sind weder Blutkreislauf noch Atmung, weder Verdauung noch Stoffwechsel möglich. Niemand kann gesund und kräftig sein ohne normale Aktivität der inneren Muskeln.

Wenn wir uns bewußt werden, von welcher großer Bedeutung für unser gesamtes körperliches Leben die naturgemäße Funktion der inneren Organe ist, erkennen wir, was für ein unschätzbare Verdienst Strongforts Entdeckung der Methoden zur Entwicklung der inneren Muskelaktivität beizumessen ist. In langjährigen Studien und Versuchen, während welchen er seinen eigenen Körper zu in der Welt einzig dastehender Vollkommenheit und Leistungsfähigkeit entwickelte, entdeckte er die Methoden, wie alle die feinen unsichtbaren Muskeln zur Tätigkeit angeregt werden können, wie deren Zusammenziehungsfähigkeit gestärkt und dadurch die normale Funktionskraft aller Organe entwickelt werden kann. Auf dieser Grundlage hat er in Verbindung mit geeigneten Anweisungen für Diät und Hygiene sein einzigartiges System „Strongfortismus“, die erfolgreichste amerikanische Körperkulturmethode, aufgebaut. Strongfort ist der berühmte Sportsmann, Athlet und Lehrer für Körperkultur, dessen unübertroffene Leistungen und einzigartige körperliche Entwicklung großes Aufsehen erregten. Er ist von Geburt Deutscher und hat nun — veranlaßt durch das ihm seitens seiner zahlreichen deutschen Schüler und Anhänger entgegengebrachte große Interesse — den deutschsprachlichen Teil seines Institutes nach Berlin verlegt. Durch die für jeden einzelnen individuell angepaßten natürlichen Methoden seines Lehrsystems hat er es seit fast drei Jahrzehnten Tausenden von Schülern in allen Teilen der Welt ermöglicht, ihre Beschwerden zu überwinden, die Gesundheit, Kraft und Leistungsfähigkeit des Körpers aufzubauen.



Die Elektrola-Werke wachsen. Das neue Bürohaus.

In einem wirtschaftlich schwierigen Zeitabschnitt können sich nur die Erzeugnisse durchsetzen, die einem wirklichen Bedürfnis beim Publikum entsprechen.

Im Vertrauen auf die Popularität ihrer Erzeugnisse macht die Elektrola-Gesellschaft stets neue Aufwendungen, um ihre Leistungsfähigkeit weiter zu steigern.

Gleichzeitig zeigt die Investierung von Kapitalien für Fabrik- und Bürohaus-Neubauten das Vertrauen der Industrie zu der ständig zunehmenden wirtschaftlichen Gesundung Deutschlands, die in den nächsten Jahren einen erheblich gesteigerten Konsum schaffen dürfte.