

Bemerkung der Schriftleitung

Das in unserem Oktoberheft auf Seite 890 unter dem Titel „Hergott, ist die Welt schön!“ erschienene Hans-Albers-Bild stammt nicht von der Ufa, sondern von dem Photo-Haus Hutt in Warnemünde.

Wege zu Gesundheit und Kraft.

Von der rhythmischen Aktivität der inneren Muskeln hängt unser Wohlbefinden ab, denn die Tätigkeit des Herzens und der Lunge, der Verdauungs- und Stoffwechselorgane und der Geschlechtsorgane wird von dieser Aktivität beherrscht. Da die körperlichen und geistigen Eigenschaften eines Menschen eine Einheit sind und sich gegenseitig ergänzen, so bedeutet eine unvollkommene Muskelaktivität auch eine Schädigung der geistigen Kräfte.

Der bekannte Sportsmann und Lehrer für Körperkultur Lionel Strongfort hat ein besonderes System zur Entwicklung der inneren Muskelkraft des Körpers entdeckt. Es lehrt, wie durch geeignete wissenschaftliche Körperübungen in Verbindung mit Anweisungen für Diät und Hygiene eine systematische, gleichmäßige Durchbildung des ganzen Körpers in allen seinen Teilen erzielt werden kann.

Ein besonderer Vorzug des Strongfortismus allgemeinen Systemen gegenüber besteht darin, daß diese Methode stets den

speziellen persönlichen Bedürfnissen des einzelnen entsprechend individuell angepaßt wird. Hierin ist der Welterfolg des Strongfortismus begründet. Auch Willensstärke, Nervenkraft und geistige Spannkraft werden mit den körperlichen Kräften durch diese natürliche Methode entwickelt. Sie erzeugt Wohlbefinden und Harmonie. Seelische Hemmungen und Mißstimmungen werden bald überwunden. Strongfortismus bildet gesunde, tatkräftige und freudige, lebensbejahende und widerstandsfähige Menschen.

Probieren Sie es doch auch einmal!

Die Langenscheidtsche Verlagsbuchhandlung, Berlin-Schöneberg, gibt Ihnen kostenlos 14 Tage Sprachunterricht nach der Methode Toussaint-Langenscheidt. Sie brauchen nur den Abschnitt des heutigen Insetates ausgefüllt an den Verlag zu senden. Dieser Probeunterricht verpflichtet Sie zu nichts; das Unterrichtsmaterial wird Ihr Eigentum, Sie brauchen es nicht zurückzuschicken. Wie leicht verständlich der Unterricht nach Toussaint-Langenscheidt ist, können Sie daran sehen, daß bereits Hunderttausende nach der Methode Toussaint-Langenscheidt fremde Sprachen sprechen gelernt haben, ohne besondere Vorbildung oder Begabung zu besitzen! Überzeugen Sie sich selbst, schreiben Sie an den Verlag und verlangen Sie heute noch das Probematerial!

Die Vollschanke



Die vollschanke Figur ist wieder modern. Es ist heute doch so einfach, sein Körpergewicht in einigen Wochen um 10-20 Pfund zu erhöhen, nämlich durch die Eta-Tragol-Bonbons. Unschöne Knochenvorsprünge an Wangen und Schultern schwinden. Pfund für Pfund nehmen Sie zu. An allen Körperteilen zeigt sich Fettansatz, Unbehagen und Unlust weichen und nach ein paar Wochen hat das bisherige schwächliche Aussehen einer vollen ebenmäßigen Erscheinung Platz gemacht. Zugleich schaffen Eta-Tragol-Bonbons aber auch, indem sie die roten Blutkörperchen vermehren, Nervenkraft und Blut. Für Damen, Herren und Kinder gleich wirksam.

Eta-Tragol-Bonbons haben sich seit Jahren von allen Präparaten am besten bewährt. Schachtel Mark 2.50 gegen Nachnahme. Zu beziehen von der **Eta Chem. techn. Fabrik, Berlin-Pankow 111, Borkumstraße 2**

Schutz gegen Grippe Halsentzündung und Erkältung
Panflavin
PASTILLEN
(ACRIDINIUMDERIVAT)

Einheirat

Vermög. Dam., Ausländerinn., reiche, wünsch. glücl. Heirat. Auskunft überzeugt sofort.

Stabrey, Berlin
Stolpische Str. 48

Eisu-Me-tall-Betten

Stahlmattressen, Kinderbetten
günst. an Private Katal. 58 frei
Eisenmöbelfabrik Suhl (Thür.)

★ Reise und Bäder ★

Schwarzer Bock, Wiesbaden
Hotel und Kochbrunnenbadhaus 280 Betten, jeder Komfort. Pens. inkl. Thermalbad ab M.10.— Theodor Schäfer

S Sanatorium Dr. Möller, Dresden-Loschwitz
Diät-, Schroth-, Fastenkuren
Bei Rheuma, Blut-, Nerven-, Herz-, Magenkrankh. **M**

Sanatorium Dr. May

Dorf Kreuth bei Tegernsee im bayrischen Hochgebirge, 800 m ü. d. M. Für Erkrankungen der Luftwege, des Herzens, der blutbildenden Organe, Stoffwechsel, BASEDOW, Nervöse. Offene Tuberkulosen und Geistesranke werden nicht aufgenommen. Auf 70 Betten erweitert und neuzeitlich eingerichtet. Prospekte und Auskünfte durch Scherls Reisebüro.