



*Phot. A. B. C.*

Aus einer amerikanischen Mädchenschule

Den Boxern nachgeahmt: eine Gymnastikübung, die fast alle Sportsleute zum Training benutzen. Sie stärkt Bauch-, Rücken-, Brust- und Schultermuskeln und gestattet zahllose Variationen.

sonst verstauben, vertrocknen, verfallen sie und werden hinausgekehrt aus dem bunten Lebensgarten.“

„Aber...“

„Ich werde weiter auf dem Kopf, den Händen, dem Bauch, dem Rücken stehen, wenn es meiner Grazie, meinem edlen Gleichgewichte, meinen Rückenmuskeln oder meiner Nackenlinie gut tut und wenn ihr euch alle auf den Kopf stellt oder ebenso platt wie ich auf den Rücken fällt. Handstand drauf!“

*Dr. W. Meisl*



*Phot. G. Klemm*

Die Schauspielerin Lilli Flohr

in einer Grätschstellung mit Rumpfbeuge, einer vorzüglichen Atemübung.