

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin  
**Band:** 94 (1968)  
**Heft:** 8

## Werbung

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### Terms of use

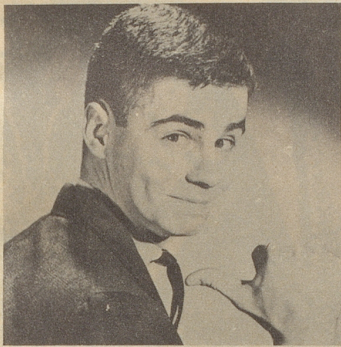
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 25.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Ob Sie nun 20, 40, 60 oder noch älter sind ...

... der **Telepander** verhilft Ihnen zum Aussehen und zur Gesundheit eines Champions. **mit nur drei Minuten leichtem Training pro Tag** werden Sie gesünder, kräftiger und vollgetankt mit Energie und Vitalität.



Der **Telepander** formt Jünglinge zu «harten» Männern. Verleiht ihren Körpern die betont männliche Muskelkraft.



Wenn andere Ihres Alters müde und abgespant wirken, bleiben Sie – dank dem **Telepander** – jung und aktiv.



Der **Telepander** verlängert Ihr Leben. Ihre jugendliche Spannkraft bleibt Ihnen erhalten.



Wer sagt, daß man mit 60 alt sein muß? Der Gesundheit sind keine Grenzen gesetzt.

## Lesen Sie, was begeisterte Telepander-Benutzer schreiben:

«Ganz offen: Ich zweifelte an Ihrem System, das in nur drei Minuten Erfolg versprach. Doch nun bin ich überzeugt: Sie haben recht, die Methode bewährt sich.»  
(L. B., Schweden)

«... und machte die Feststellung, dass überhaupt nichts Derartiges wie der **Telepander** auf dem Markt ist... er verdient es, daß man von «Tatsachen» redet und nicht nur von «Eindrücken»... verblüffende Wirkung auf die Gesundheit, Wohlbefinden, Lebensfreude, Arbeitsfreudigkeit und Leistungsfähigkeit.»  
(Pfr. A. K.)

«Das **Telepander**-Fitness-Programm hält, was es verspricht...»  
(J., S., England)

«Ich bin glücklich verheiratet und brauchte deshalb niemanden mehr zu beeindrucken. Doch ich entdeckte die Tatsache, daß ich älter aussah, als ich war. Mit dem **Telepander** habe ich nun meine Fitness und Muskelkraft zurückerhalten und fühle mich wie am Tage meiner Vermählung.»  
(O. K., Dänemark)

«Vor einigen Monaten wurde ich pensioniert. Doch dank dem **Telepander** bin ich noch so bei Kraft wie in meinen besten Jahren. Ich bin bei guter Gesundheit und voll Lebensfreude. Ich fühle mich den ganzen Tag in Form.»  
(A. N., Italien)

«Gute Gesundheit und weniger Bauchumfang waren mir wichtiger als kraftstrotzende Muskeln. Ihre Versprechungen sind eher unter- als übertrieben.»  
(K. J. M., Australien)

Das sichtbare Resultat liefert Ihr Spiegelbild und mit dem Messband kontrollieren Sie Ihren Trainingserfolg. Wir garantieren Ihnen, daß Sie zufrieden sein werden, sonst bezahlen Sie uns nichts. Wir empfehlen keine Pillen oder Drogen, auch keine kostspieligen Gewichte oder Hanteln. Weder Schweiß noch Anstrengungen werden gefordert – Sie opfern einzig fünf Minuten Ihrer Zeit für unser einfaches isometrisch-isotonisches Training.

Wir versprechen keine Wunder. Wir reden nur von einem erprobten Drei-Minuten-Trainingsprogramm, dessen Resultat Männer aller Altersstufen in über 30 Ländern der Erde begeistert hat.

Schwergewichts-Champion Cassius Clay, Judo-Weltmeister Wim Ruska, der britische Gewichtshebermeister Dave Prowse empfehlen unsere Methode. Trainer von Olympia-Mannschaften, Ärzte und Gesundheitspraktiker sind begeistert. Zehntausende von Männern wie Sie und ich, die sich den ganzen Tag über ein Schreibpult beugen, an einem Zeichentisch oder an einer Werkbank stehen, abends müde und abgESPANT nach Hause kommen und keine Lust nach langweiligen, strengen Körperübungen verspüren, sind äusserst zufrieden mit dem **Telepander**-Fitness-Programm.

Das **Telepander**-Training ist der einfachste Weg zu kräftigen Muskeln, jugendlicher

**FITNESS und DURCHSTEHVERMÖGEN.** In drei Minuten täglich bewältigen Sie spielend eine Serie von Vier-Sekunden-Übungen, also in weniger Zeit, als Sie zum Rasieren benötigen. Sie brauchen sich dabei nicht umzuziehen, Sie benützen den **Telepander** zu Hause, im Büro, wo immer Sie wollen – sogar vor dem Fernsehapparat.

Senden Sie uns untenstehenden Coupon oder eine Postkarte und Sie erhalten umgehend unsere Broschüre, die Sie anhand vieler Bilder mit unserer Methode vertraut machen wird. Wir garantieren Ihnen ein zufriedenstellendes Resultat innert zehn Tagen, oder Sie haben nichts zu bezahlen. Ohne Kosten, ohne Verpflichtungen und ohne Vertreterbesuch kommen Sie auf das Geheimnis unserer Drei-Minuten-Erfolgsmethode.

FREIZEIT-KULTUR, Abt. NE 802  
8008 ZÜRICH, Seefeldstrasse 35

Freizeit-Kultur, Abt NE 802  
Ein Spezialdienst der Tono AG  
8008 Zürich, Seefeldstrasse 35

Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

Beruf: \_\_\_\_\_

Alter: \_\_\_\_\_

Strasse: \_\_\_\_\_

PL/Ort: \_\_\_\_\_

JA! Senden Sie mir bitte sofort die illustrierte Telepander-Broschüre mit allen Einzelheiten zur Erreichung einer **Weltmeisterschafts-Fitness** in nur 3 Minuten täglich. Keine Verpflichtungen. Kein Vertreterbesuch!

NE 802



Gratis-Broschüre

Wussten Sie,

**VOR**

der Elektro-Rasur



das macht die  
Barthaare  
hart und  
schnittfest.



Als beliebte Vorspeise rate ich zu Pilz-  
schnitten. Auf gerösteten, warmen Brot-  
schnitten Champignons oder Steinpilze  
émincés (küchenfertig geschnitten);  
dazu etwas mit dem Dosenwasser  
aromatisierte Rahmsauce. – Ganz fein!

## Stofer Champignons

sind bevorzugt, weil aus der  
Pilz-Konserven AG, Pratteln

**hotel eiger**

1650 m  
Berner Oberland

das traditionelle Familienhotel

Sommer- und Wintersport

Telephon (036) 34731  
Fam. von Allmen + Stähli

**mürren**