

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin  
**Band:** 95 (1969)  
**Heft:** 40

## **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:** 23.02.2026

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

Nur eine erfrischende Minute im Tag:

# Das ist die einfachste <Bauch-weg-Methode!>



**Das ist wirklich sensationell neu: Die «Isomet-Roller-Methode» verringert den Bauchumfang schon nach ein bis zwei Wochen — ohne Schlankheitskur, ohne Diät, ohne anstrengende und zeitraubende Gymnastik.**

Viele Menschen, die sonst vielleicht mit ihrer Figur ganz zufrieden sind, ärgern sich immer wieder über den Wulst über dem Gürtel, über das Bäuchlein, das den Jupe unter dem Bund vorwölbt. Sie alle haben nur den einen, sehnlichen Wunsch: ihren Bauch los zu werden.

## Der Sitzbauch — und warum herkömmliche Methoden oft nichts helfen.

Ärzte und Gymnastiklehrer wissen, dass durch unsere sitzende Lebensweise jene Muskelbänder verkümmern, welche eigentlich die Organe in der Bauchhöhle stützen und zusammenhalten sollten. Fehlt dieser Halt, drängen die inneren Organe durch ihr eigenes Gewicht nach vorne und wölben das schlaffe Bindegewebe zum Bauch aus. Gleichzeitig entsteht dadurch ein Zug an der Wirbelsäule. Oft der Grund eines müden Rückens und schlechter Haltung.

Abmagern nützt dagegen wenig. Und selbst die übliche Gymnastik vermag diese speziellen Muskeln kaum oder nur ungenügend zu stärken.

## Profitieren Sie jetzt von einer genialen, wissenschaftlich erprobten Idee.

In Zusammenarbeit mit Ärzten und Sportlern wurde der neue «Isomet-Roller» entwickelt. Dieses Gerät erlaubt Ihnen eine ganz neue, konzentrierte Übung, welche Ihnen in kurzer Zeit wieder zu einem unsichtbaren, straffen Muskelband verhilft, das Ihren Bauch automatisch flach hält. Ohne Ihren Rücken zu belasten. Ohne mehr als eine Minute Zeit pro Tag in Anspruch zu nehmen.

## Ganz gleich, ob Sie 20, 40 oder 60 Jahre alt sind.

Die «Isomet-Roller»-Methode ist so einfach, dass sie von jedermann durchgeführt werden kann. Es ist wie ein Spiel: Sie machen die Übung fünfmal am Morgen und sechsmal abends. Das ist alles. Dazu brauchen Sie kaum eine Minute im Tag. Und wir müssen Ihnen sogar davon abraten, mehr zu tun. Obwohl Sie Lust dazu haben werden. Aber es wäre sinnlos, sich am Anfang zuviel zuzumuten.

## Der Bauch verschwindet, Zentimeter um Zentimeter, ohne dass Sie mehr als eine Minute im Tag aufwenden.

Vielleicht wird es Ihnen zuerst unglaublich vorkommen, dass diese simple «Isomet-Roller»-Methode etwas nützen soll. Aber schon nach ein bis zwei Wochen werden Sie freudig überrascht feststellen: Plötzlich passt Ihnen wieder alles, ohne zu spannen, auch Ihre Haltung hat sich ganz allgemein verbessert.

## Sie werden sich auf Jahre hinaus als neuer Mensch fühlen.

Denn genauso bedeutsam wie die äußerliche Wirkung, ist auch der Einfluss der «Isomet-Roller»-Methode auf Ihr Wohlbefinden. Sie erleben das stolze Gefühl, Ihrem Körper unter Kontrolle zu haben und wieder jung auszusehen. Ihre ganze Bauchpartie ist flacher geworden, straff und elastisch. Das kann für Sie sogar bessere Verdauung bedeuten. Vor allem aber sind Sie von Ihrem müden Kreuz befreit, neue Vitalität und Lebensfreude durchströmt Sie.

## Sehen Sie sich den «Isomet-Roller» unverbindlich an.

Der «Isomet-Roller» ist jetzt in beschränkter Anzahl in Drogerien, Warenhäusern und Sportgeschäften zu Fr. 39.— erhältlich. Wo noch nicht verfügbar, wird man ihn gerne für Sie bestellen. Am besten sichern Sie sich Ihr Gerät heute noch. Denn warum sollten nicht auch Sie zu den glücklichen Menschen gehören, die dank dem «Isomet-Roller» weniger Bauch- und mehr vom Leben haben?



## So urteilt Karl Odermatt:

Auch Karl Odermatt, Nationalspieler und Mannschaftscaptain des FC Basel, hat den Isomet-Roller ausprobiert. Er sagt: «Ein erstaunliches Gerät. So einfach und doch so wirksam. Ich kann den Isomet-Roller jedem empfehlen, der ohne Mühe und ohne Zeitaufwand seinen Bauch los werden möchte.»

*Karl Odermatt*

**isomet roller**  
patent pending

Vertrieb für Drogerien, Apotheken, Parfümerien und Warenhäuser: Doetsch, Grether & Cie AG, Basel  
Vertrieb für Sportgeschäfte: A. Hopf AG, Basel

# Avis - wir vermieten Autos.



Jederzeit.

Überall in Europa.

Wohin auch immer Ihre Geschäfte Sie führen. Ihr eigener AVIS-Wagen kann dort sein. Die Marke und das Modell Ihrer Wahl. Wann immer Sie ihn brauchen.

Solange Sie ihn brauchen.

So einfach ist das.

Vielleicht wählen Sie einen zuverlässigen Simca. Aber für welche Marke Sie sich auch entscheiden, es wird ein neuwertiger Wagen sein.

Erst wenn Sie einen AVIS-Wagen für Ihre Geschäftsreise gemietet haben, sind Sie ganz und gar Ihr eigener Meister. Reservieren Sie Ihren Wagen, wenn Sie Ihr Flugbillet buchen. Oder wenden Sie sich an Ihr Reisebüro. AVIS ist auf über 100 Flughäfen in Europa vertreten. Daher können Sie sicher sein, dort ein AVIS-Girl anzutreffen. Mit einem Wagen, der auf Sie wartet.

Und bei jeder der 390 AVIS-Niederlassungen in Europa können Sie ihn zurückgeben. Wenn es innerhalb des gleichen Landes geschieht, sogar ohne Zuschlag. Ausserhalb ist der Zuschlag minimal.

Wenn Sie oft reisen, besorgen Sie sich eine Kreditkarte, dadurch sparen Sie noch mehr Zeit. Das gehört einfach zu unserem Service.

AVIS ist dank Leuten wie Sie so gewachsen. Lasst uns zusammen weitergehen.



## Avis - wir vermieten Autos.

© AVIS RENT A CAR SYSTEM INC. A WORLDWIDE SERVICE OF ITT

AVIS - Autovermietung AG  
Schwamendingenstrasse 5 8050 Zürich Tel. 051/48 06 08



**MARY Long**

Alle sind sich einig:  
sie ist so mild...  
so mild...



**so mild**  
...denn Tabak und Filter  
passen genau zueinander