Zeitschrift: Das neue Leben - Im Lichte neuzeitlicher Erkenntnis : monatliche Zeitschrift und Ratgeber über alle Gebiete der Lebensreform

Herausgeber: A. Vogel

Band: 3 (1931-1932)

Heft: 5

Buchbesprechung: Büchertisch

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: 10.10.2025

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

Wenn wir von Sport reden, soll damit nicht die Jagd nach Höchstleistungen und Rekord gemeint sein, denn dies ist eher als Auswuchs, wie als Errungenschaft zu bezeichnen. Wenn der Lebensreformer von Sport spricht, so ist darunter der normale, gesunde, körperformende und veredelnde Sport zu verstehen. Die Fabrikanten von Reformnahrungsmitteln haben eine eigene Halle, in der auch das vegetarische Musterrestaurant zu finden ist. Wer es einigermassen möglich machen kann, die Hyspa zu besuchen, sollte es nicht unterlassen, denn das Gebotene wird eine Reise wert sein, und zudem kommt die S. B. B. durch eine erhebliche Preisermäßigung entgegen. Im nächsten Hefte wird noch eingehender über die Hyspa berichtet, jedoch wollen wir hier noch nicht zuviel verraten, um die Ueberraschungsfreude nicht zu schmälern.

Büchertisch.

A. Glucker: **„Die neuesten Spiele für Wochenend, Freizeit und Ferien“,** mit 37 Bildern. — Süddeutsches Verlagshaus G. m. b. H. Stuttgart. — Preis Mark 1.25, Fr. 1.55.

Freizeit! Ferien! Endlich ist sie da, die langersehnte Erhohlungszeit! Und nun, wie soll sie am zweckdienlichsten benützt werden, um gesundheitlich recht gute Erfolge erzielen zu können? Die Kinder wissen es am besten. Sie legen ihre Bücher und Hefte bei Seite und beginnen zu spielen. Nicht etwa in Stubenluft und Straßenstaub, nein, draußen im Freien, auf Wiesland oder auf Bergeshöh, kurz, wo sie die Ferienzeit gerade verbringen dürfen. In Spielform betriebener Sport ist auch dem geistig angespannten Erwachsenen von nicht geringem Nutzen zu seiner Erholung. Aber zumeist hat der Erwachsene den Kontakt zum Spiel längst verloren. Möchte er ihn wiederfinden und mit seinen Kleinen oder im Freundeskreis einmal ungezwungen seinem Körper die notwendige Entspannung gönnen, so greift er mit Interesse zur erwähnten Schrift von A. Glucker, die wirklich vielseitige Anregung bietet und in ihrer Einfachheit leicht durchführbar ist. — Die heranwachsende Jugend wird sie mit Freuden begrüssen und jeder Mutter wird sie zum Hilfsmittel werden für die Kleinen, die es ihr mit freudigem Herzen danken, wenn sie ihre Spiele anzuleiten versteht und neue Anregungen darbietet.

Lisa Mar / Dr. med. H. Balzli: **„Körperschönheit trotz Mutterschaft“,** mit 18 Bildern. — Süddeutsches Verlagshaus G.m.b.H. Stuttgart. — Preis Mark 1.25, Fr. 1.55.

Frohe Mutterschaft, gute Gesundheit, wahre Schönheit können erreicht werden durch zweckmäßige Ernährung, Gymnastik und Körperpflege. Dr. med. H. Balzli spricht aus seinem Erfahrungskreis zur werdenden Mutter, und sie kann geruhig seinen Ratschlägen folgen, sie werden ihre Schwangerschaft zu einer frohen Zeit werden lassen. Führt sie ferner noch die äußerst angenehmen Gymnastikübungen von Lisa Mar aus, so wird sie sich kaum über Beschwerden zu beklagen haben. Im Gegenteil, sie wird sich jugendlich wohl fühlen und auch mit ihrem Kinde neu erblühen. Sie braucht nicht zu befürchten, daß ihr Körper zu unangenehmer Mißgestalt werden wird. Nur verkehrte Lebensweise, Verzärtelung und Bequemlichkeit könnten ihr solches einbringen. Richtet sie sich aber nach den vernünftigen Gesetzen der Natur, so wird sie ihre jugendliche Frische und körperliche Schönheit durch das innige Erleben mit ihrem Kind nur noch in vermehrtem Masse zu eigen erhalten. — Ja, sie kann sogar oft wieder von bereits eingetretenen Beschwerden frei werden durch beharrliches Befolgen notwendiger Lebensgesetze. — Wir können die mit überzeugender Liebe geschriebene Schrift jeder Mutter empfehlen.