

Amerikanische u. englische Turnapparate.

SANDOW'S FAMILI GYMNASTICS

Ein Apparat genügt für die ganze Familie.



Sandow's Turnapparat in Verbindung mit Hanteln wird von vielen Ärzten empfohlen.

Preis per Stück K 22.—

Sandow's Obesity Reducer

Turnapparat für Damen.

Zur Beseitigung der Fettleibigkeit.

Tägliche Übung mit dem Apparate verleiht dem Übenden schöne Körperformen und erhält auch dem Alter die Elastizität der Jugend.

Preis per Stück K 22.—



Turn-Apparat „Ideal“.

In Verbindung mit Hanteln, Ausführung wie Sandow's-Apparate.

Normale Stärke, Strang mit 65 Gummi-Fäden per Stück K 18.50
 Extrastark, " " 90 " " " " " 20.—

Der Apparat „Ideal“ ist ein Familienapparat, da derselbe für eine ganze Familie zu gebrauchen ist. Durch ein einfaches Aushaken der verschiedenen Gummischüre kann man aus einem Herrenapparat einen solchen für Damen und Kinder herstellen.

Hand- u. Forearm-Exerciser nach Dr. Phelan gegen Schreibkrampf

zur Stärkung der Hand- und Unterarm-Muskeln, per Stück K 9.—

AUTOGYMNAST

nach
Dr. Georg Müller.

Frage den Arzt nach dem

Besser als Muskel-
stärker, besser als
Wand-Apparate.
besser
als Freiübungen,
besser als Hanteln.

Billigster Gesund-
heits-Sport, stets
interessant, nicht er-
müdend, schnelle Er-
folge, wichtig für
Frauen.

Stärkt das Herz,
weitet den Brustkorb,
kräftigt Lungen, er-
höht Tief-Atmung,
fördert Verdauung,
verhütet Fettbildung.



Auto- gymnast

Besonders wichtig
für Nervöse, Schlaf-
lose, Energielose,
Fettleibige, Eng-
brüstige, Blutarme,
Schwächliche,
Männer, Frauen und
Kinder.

In der Hand des
Arztes ein wichtiges
Hilfsmittel f. medico-
mechan. Übungen.

Turnt täglich bis in's
hohe Alter, dann
bleibt Ihr, bei ver-
nünftiger Lebens-
weise, gesund.

Unterschied von den sogen. Muskelstärkern und widersinnig konstruierten Apparaten:

1. Auf physiologischer Basis konstruiert
2. Physiol. richtige Muskelübung die sich
3. auf den ganzen Körper system. verteilt
4. Fast unbeschr. Übungsmöglichkeiten
5. Befestigung und Widerstand am eigenen Körper
6. überallhin leicht mitzuführen und schnell gebrauchsfertig
7. Im Freien, im Hause, auf der Reise, auf Spaziergängen
8. Alle Vorzüge der schwedischen Heilgymnastik
9. Einfachheit und Bequemlichkeit der Handhabung
10. Wird, richtig benutzt, zum lebenslänglichen Bedürfnis

Größentabelle für den Gesundheitsturnapparat Autogymnast

D. R. P. Nr. 163.736

Nr. des Apparates	Entspricht einer		Passend für
	Körperlänge	Taillenweite	
I a	über 175 cm	85—125 cm	große Herren oder große, sehr starke Damen
II a	dto.	50—85 „	große Damen oder große, sehr schlanke Herren
I b	160—175 cm	85—125 cm	mittelgr. Herren od. mittelgr., sehr starke Damen
II b	dto.	50—85 „	mittelgr. Damen oder mittelgr. sehr schlanke Herren
I c	bis 160 cm	85—125 cm	kleine Herren oder kleine, sehr starke Damen
II c	dto.	50—85 „	kleine Damen oder kleine, sehr schlanke Herren oder Kinder

Preis per Apparat K 20.—

Sicherheits-Muskelstärker und Apparat

für heilgymnastische Übungen »Marke Matador«.

(Gesetzlich geschützt.)



Der Muskelstärker und Zimmer-Turnapparat für hygienische Körpergymnastik »Matador« übertrifft alle bisher in den Handel gebrachten ähnlichen Apparate in Bezug auf Einfachheit seiner Konstruktion und Sicherheit gegen körperliche Verletzungen. Der Muskelstärker »Matador« besitzt fünf elastische Stränge, welche aus einer Anzahl feinsten Gummifäden hergestellt und übersponnen sind.

In Verbindung mit seiner äußerst zierlichen und sinnreich konstruierten Metallmontierung bietet der Apparat die größtmögliche Sicherheit während der Übung, da das Reißen eines Stranges vollkommen ausgeschlossen ist.

Nachdem die Anzahl der Stränge des Apparates beliebig kombiniert, daher jeder Körperstärke angepaßt werden kann, ist dieser Apparat ein Turnapparat für die ganze Familie.

Die regelmäßigen Übungen mit unserem Apparat »Matador« kräftigen und stärken das gesammte Muskelsystem und üben einen woltätigen Einfluß auf die Funktionen sämtlicher Organe des menschlichen Körpers aus.

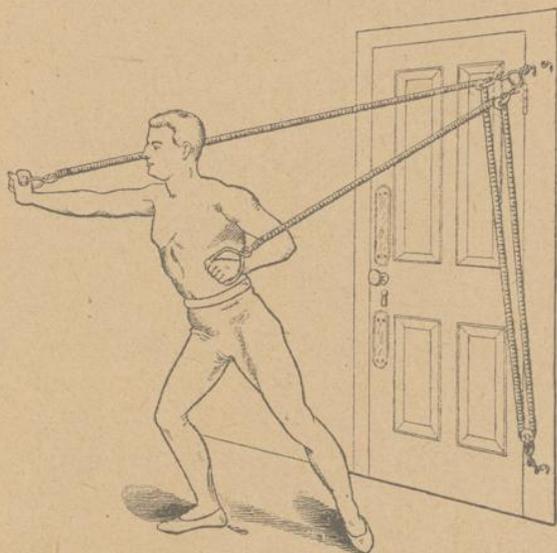
Trotz seiner Vielseitigkeit ist die Handhabung des Apparates infolge seiner einfachen Konstruktion eine überaus leichte; er bleibt stets in Ordnung und ist jederzeit zum Gebrauche bereit.

Mittels der beigegebenen zwei Stahlhaken und des Metallschildes kann der Muskelstärker sofort in einen Zimmer-Turnapparat umgewandelt werden und ist als solcher, wie aus obigen Illustrationen ersichtlich ist, überall leicht anzubringen.

Es ist besonders darauf zu achten, daß die Haken in gesundes Holz möglichst tief eingeschraubt werden.

Preis per Stück K 15.—

Whitely-Muskelstärker.



Für Damen und Kinder, . . .	Strang mit 45 Gummi-Fäden	pr. St. K	9.—
> Herren,	> > 65	> > > >	11.—
> kräftige Herren (Athlet)	> > 90	> > > >	13.—
> > extra Herkules	> > 110	> > > >	16.—

Die Wiener Klinische Wochenschrift vom 22. Juni 1899, sowie die Wiener Medizinische Wochenschrift vom 8. Juli 1899 bringen den folgenden Auszug aus dem offiziellen Protokoll der Sitzung vom 16. Juni 1899 der Gesellschaft der Ärzte in Wien:

»Schließlich demonstriert Dr. Louis J. Phelan aus New-York seinen Muskelstärker »Whitely Exerciser«. Derselbe besteht aus einer langen elastischen Schnur, die über mehrere Rollen läuft und an den freien Enden mit zwei Handgriffen versehen ist. Vermöge seiner einfachen Konstruktion — der Apparat kann mittels zweier Schrauben an jedem Türstock befestigt werden — und seines billigen Preises eignet er sich ganz besonders als Hilfsmittel für Zimmergymnastik. Sehr interessant war die Demonstration Dr. Phelan's an seinem eigenen Körper; er zeigte, wie mittels des Apparates einzelne Muskelgruppen, ja einzelne Muskeln in Aktion versetzt werden, und wie durch systematische und anhaltende Uebung einzelne Muskeln, insbesondere am Vorderarme, zu einer überraschenden Entwicklung gelangen können; hieran schloß sich die Erörterung der therapeutischen Indikationen.«

Der Apparat kann bei der Behandlung folgender Krankheiten zur Anwendung gelangen:

1. Als allgemeine hygienische Maßregel.
2. Bei der Behandlung von Herzschwäche.
3. Bei der Behandlung von Lungenschwindsucht.
4. Bei Fettsucht.
5. Bei gewissen Verdauungsstörungen.
6. Bei Verstopfung.
7. Bei Neurasthenie.
8. Bei Verkrümmungen der Wirbelsäule.
9. Bei der Behandlung von Verrenkungen, Gliedersteifheit und Muskelschwund.

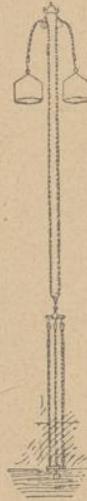
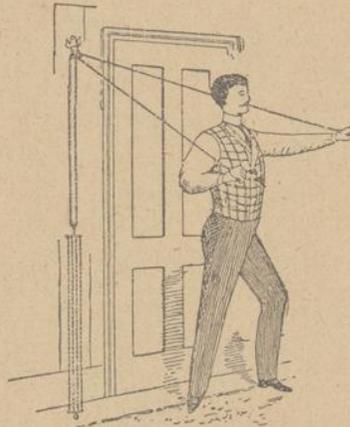
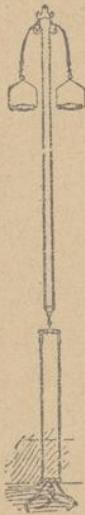
Kombinations-Exerciser

»Elegant«.

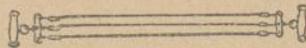
Ein Apparat
für die ganze
Familie.



Aerztlich
empfohlen.



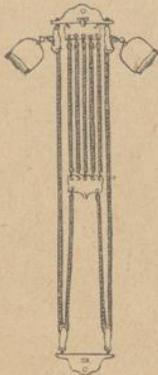
Alle Teile
abnehmbar,
daher für
Herren,
Damen und
Kinder als
Turnapparat
und als
Armstrecker
zu
verwenden.



Mit 3 Strängen à 65	Gummi-Fäden	per Stück K 18.—
» 3 » » 90	» »	» « » 20.—
» 5 » » 65	» »	» » » 24.—
» 5 » » 90	» »	» » » 26.—

Dr. med. Kemperdick's „Teuton“

mit 5 teiligem Expander. — D. R. Patent Nr. 159043.



Ein Zimmerturnapparat für eine
ganze Familie.

Alle Teile zerlegbar

Aus solidestem Materiale nur in
hochfeiner Ausführung.

5 strängig . . . per Stück K 25.—

