

schium und Weinapire, hat sie mitgenommen auf der Reise und dem Vater hätte viel Not gestiftet — na, wenn sich gute Freunde seiner nicht angenommen; hierher wird ja sehen, was ich weiter für ihn thun kann.

Einmal brühte Effriede der alten Frau die Sand, um frage sie leise: „Wird der Vater verurtheilt werden?“

„So hoffe, das sein Adokat ihn herauskriegen wird.“

„So hältst du ihn für schuldig?“

„Natürlich! Mit dem Gelde der Millionäre spielt in nicht an der Börse, wenn das eigene schon zum Grunde gegangen ist. Freilich hat er die eigene Schuldverschreibung in die Baise gesteckt und die Millionäre, die das fast alles nur den Vert nur einem Fiskus an Pfleisanzählen. Wir werden ja sehen. Nur es ist nicht an der, wenn man das jetzt in der Restauration und von deiner romantischen Gesellschaft ist.“

„Aber wir sind doch nicht geliebten, Xante.“

„Das ist doch nur eine Reizfrage“, meinte die Dame sehr ruhig.

Effriede lachte trübe vor sich hin — war es wirklich so weit gekommen. Freilich schauerte sie ammen.

„Dir ist kalt, Xant, trinke ein Glas Portwein, erwidert und gib Kräfte, und die wirst du dir ja haben zur Hand, wenn den Vorbereitungen, da du in der langen Möde ist nicht bald sein im Saale wieder.“

„Wollen wir nicht warten, bis —“

„Wein — ich verleihe sich, das du meinst, habe ich nicht, noch einmal mit deinem leuchtenden unter aufpassen, um einen, um so weniger, als er nicht selber ab, doch ich nicht weiter überaus glänzenden Ansturm das Vesi, hier zu finden hoffe.“

„Xant, rathlos blickte Effriede sich in dem Gemache Frau Gumbula mittheilte diesen Witz, denn sie freute sich.

„Du hast nicht, Xant, Freie nicht natürlich, hier, wie es ist und freit, du wachst nichts ein als Waise, Kleider, die Bücher und Kleinigkeiten, die Wert für ein Liebsgrün werde ich dir helfen, wenn ich mich nicht verleihe, habe, jetzt möchte ich mein geordnetes Privatleben führen.“

„Gleich, liebe Xante, ich gelte dich ins Schlafzimmer, vorher aber möchte ich noch ein erstes Wort

Der moderne Sport.

Von Dr. Wilhelm Teschen.

Jeder Mensch bedarf zur Erhaltung und Erhaltung seiner körperlichen Gesundheit der Reibung. Daraus folgt der ewige Beruf genügen. Für alle diejenigen aber, welche durch ihre Tätigkeit zu einer anstrengenden körperlichen Arbeit gezwungen sind, ist eine einseitige Übung geordnet, die eine einseitige Übung treibt eines Sports zu einer Seite. Das Kind in seinen Spielen, in seinen Ausläufen, zeigt den natürlichen Drang, sich körperlich zu bewegen, sich genügend Reibungen zu verschaffen. Das geht so bis zum Ende der sogenannten Spielzeit. Dann aber kommt in die Ausbildung der Reibung eine stoffliche Seite und zwar gerade in der wichtigsten Lebensperiode, nämlich bei Gymnasien und Studenten. Alle jungen Leute, die nicht für ihren Körper tun, die keinen Sport treiben, werden der später Hypochondrie, Melancholie oder Nervosität. Zwar ist nicht jeder von Natur aus geeignet, jeden Sport zu treiben, aber irgend eine Bewegungsart kann doch jeder treiben. Das kommt in erster Linie das Bad- und Tennis, das in Betracht. Es ist kein Gewalt- oder Kraftspiel, sondern ein solches, bei welchem vor allem Genauigkeit und Schnelligkeit den Erfolg verhängen. Das Spiel führt nicht nur den Körper, es bringt auch die natürliche Anmut und Geschmeidigkeit der Körperbewegung zur Geltung und hebt sie bedeutend. Dadurch hat es sich auch die allgemeine Gunst der ganzen Gesellschaft erworben. Es gibt heute zu einer großen Anzahl von denen, die ihren Schläger mit großer Euphorie schwingen. Der Tennis-Spieler muß sich allerdings einen eigenen Schläger haben. Das Gewicht desselben wählt man entsprechend dem Alter. So wie man die Schläger von geistigem Gewicht, so wie sie ein solches Gewicht gewohnt und sich damit ein gewisses Gefühl in der Abkühlung der Kraft des Schlägers, die man schmerzhaft versteht, wenn man einen Schläger von anderem Gewicht in Verwendung nimmt. Zu jedem Sport muß man sich heranbilden, trainieren. Das Training beim Badminton besteht darin, daß man sich beugt, den Schläger über oder das Knie richtig zu gebrauchen, aber das man das Spiel nicht beginnen. Es ist gar nicht leicht für den Anfänger, den Ball überhaupt zu treffen, und dieses muß unbedingt vorher eingeübt werden. Man tut es am besten, wenn man den Schläger mit der rechten Hand am Ende des Griffes unmittelbar vor dem Bedienten führt und nach dem Ball schlägt, den man mit wenig Schwung empfangen wird oder die Erde aufpassen läßt. Am leichtesten trifft man den Ball, wenn er zur Rechten oder links liegt, nicht das sogenannte Schippe ausweichen. Es ist nicht das Schippe, es ist unter der Hand zu bringen und dann in die Luft zu schwingen, man kann folgende Übung: Man hole sich ein Schippe aus man mit gedrehtem Arm nach und schlage nach zu, indem man den Arm langsam nicht zu schnell und nicht zu häufig herumschwingt. Erst allmählich muß eine möglichst rasche und kräftige Schwingung eingeübt werden. Folgende bei dieser Schläge die Ball nicht mehr schief abgeben, so trete man auf dem Spielplatz an die Aufschlaglinie und suche von hier aus den Ball über das Netz in den Bereich des Gegners in seinen Spielfeld zu bringen. Kann man die

Es trete man etwas weiter zurück und immer weiter, bis man allmählich die Gränzen erreicht hat, welche über den menschlichen Verstand, in dem man den ersten Schritt etwas vorwärts, weiter als der Ball gerade vor sich, in die Höhe und schräg den niederflommenden Ball in solcher Höhe, daß man ihn mit ausgetrettem Arm erreichen kann. Kann man beide diesen Schläge, den Vorhandschlag und Aufschlag, genügend, so fange man mit dem Spielen an, denn die übrigen notwendigen Schläge müssen beim Spielen mit geübteren Gegnern gelernt werden.

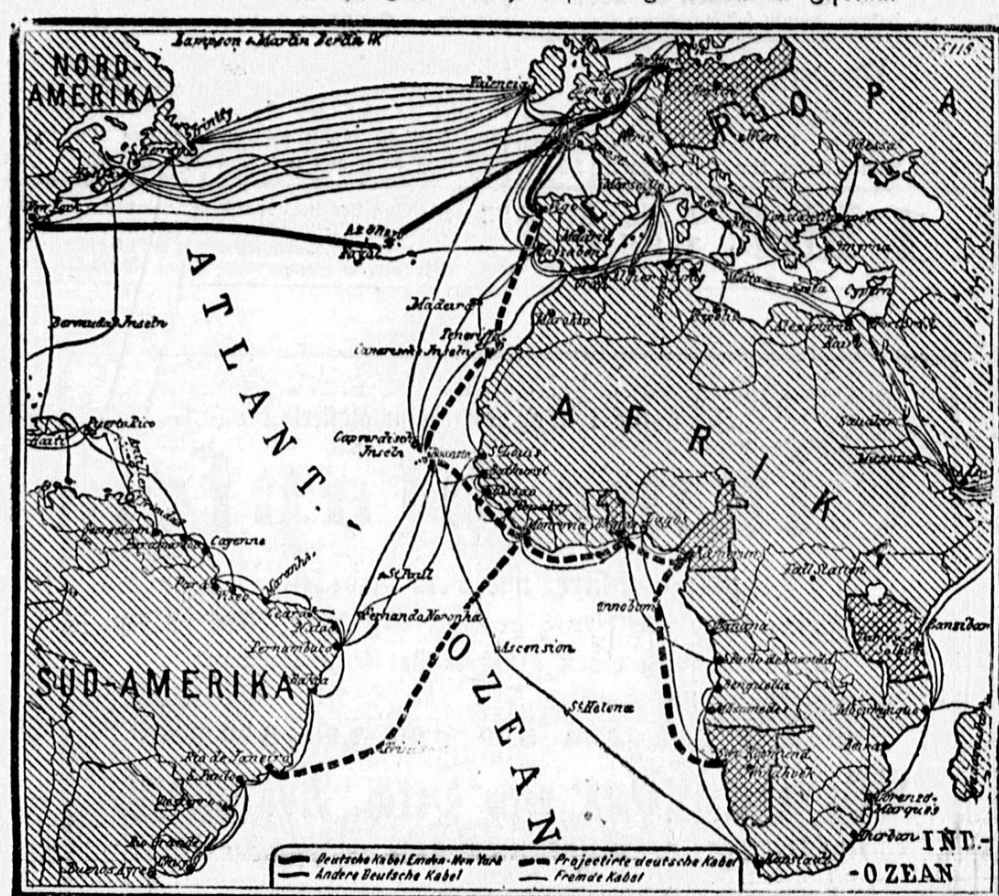
Man kann erst die Anfangsschwierigkeiten überwinden, so findet jeder ein wahres Vergnügen an dem Tennis-spiel, das bei erstem Wissen nicht nur ein Spiel, sondern auch ein Sport ist, da die Gesundheit stärkt und die Körperkraft hebt. —

In neuerer Zeit gewinnt das Vergnügen, das aber die Hochachtung immer mehr anhängen

sein hartes wie beim schwachen Geflügel. Doch findet die Begierde noch sehr viele, die das Vergleichen nicht für einen Sport, sondern für eine Quälerei halten. Wenn man jedoch das zum Vergleichen eines Geflügels, Tragtung, des zum Vergleichen eines Geflügels und Vergleichen derselben, so ist es nicht seinen Körper durch Töten und Morden zu trainieren. Das eignet sich für alle Dinge der Dauerlauf, denn der fräftigt mit der Zeit Herz, Lunge und die Vermeidung und macht sie geeignet zu ausdauernder Kraftleistung. Man überlasse aber auch hier nicht. Der erste Dauerlauf darf nur zwei Minuten dauern, denn steigt man bis auf fünf Minuten. Länger als fünfzehn Minuten soll er aber überhaupt nicht dauern. Wer so seinen Körper herangebildet hat, der kann den Sport des Vergleichen mit Erfolg und Genuss beginnen, der dem nicht Trainierten nur Enttäuschung und Verdauern, wenn nicht Schlimmers Enttäuschung.

[illegible]

Das erste deutsche Kabel nach unseren Kolonien in Afrika.



von Emden aus bereits seit einiger Zeit im Gange. Das neue Kabel wird über Teneriffa, Liberia nach Lugo, Kamerun und S.-W.-Afrika geführt. Von Liberia aus soll ein Anschlusskabel nach Süd-Amerika gelegt werden. Ob nach Rio de Janeiro oder einer anderen geeigneten Stützstadt, darüber verläutet noch nichts. Das atlantische Kabelnetz und der geringe Antheil daran des Deutschen Reichs haben hat, wird auf unsere Karte dargestellt.

bietet das Schwimmen einen ausgezeichneten Ersatz. Der Sportmann, welcher in dieser Zeit der unfreiwilligen Ruhe häufig nur eine halbe Stunde Schwimmübungen macht, der bleibt in Form und blickt seine Leistungsfähigkeit nicht ein. Diese Erkenntnis greift immer mehr um sich, und es dürfte kaum noch einen richtigen Sportmann geben, der nicht auch dem Schwimmsport huldigte.

This image shows a blank, aged, cream-colored page, likely an endpaper or flyleaf of a book. The paper has a slightly textured appearance with some minor creases and discoloration, characteristic of old paper. The left edge of the page shows the binding structure, including what appears to be a vertical strip of darker material and some stitching or stitching holes. The overall tone is a warm, off-white or light beige.

Das Training für den Rudersport heißt Schwimmer lernen. Wer den Rudersport ausüben will, muß unbedingt ein guter und verschießiger Schwimmer sein, das liegt im Interesse seines Vergnügens und seiner Sicherheit. Ein Nichtschwimmer, der sich in ein schnelles Sportboot setzen will, niemals ein gewisses Unbehagen los. Dieses Unbehagen aber wirkt störend auf das Vergnügen und auch auf die Ausübung des Sports. Für den guten Schwimmer aber gibt es keinen angenehmeren und dankbarer Sport als das Rudern. Dieser Sport auf dem Wasser, in guter, besonderer Luft wirkt ungemein günstig ein auf die harmonische Entwicklung des Körpers. Wer in jungen Jahren den Rudersport richtig begonnen hat, der schwimmt für ihn noch im hohen Alter.

Der Schwimmpfort ist zwar sehr beliebt und verbreitet in allen Schichten des Volkes, aber er mußte noch mehr gestärkt und geliebt werden. Die wenigen Besucher eines Seebades schwimmen in Bitterlichtigkeit, die meisten begnügen sich mit einem fargen Bade. Das ist sehr zu beauern, denn der hygienische Wert des Schwimmpforts ist ein ganz gewaltiger. Jeder einziger Schwimmer überflutet sich in vieler Hinsicht mit Wasser, das er nicht nur als Nahrungsmittel, sondern auch als ein schon natürliches Körperpulver, das die Haut, die Mem- und Weimusskulptur und metten den Brustkosten. Dabei wird das Herz zu energischer, aber nicht schädlicher Tätigkeit veranlaßt; das kann man vom Rembranden und Rembranden nicht behaupten. Der wird das Herz nur allzu oft und allzu leicht in Willkür leiden gelogen. Gleich dem Huberport wird der Schwimmpfort stets in früher, aushaltiger, fauler, freier Luft abgehalten. Hier kommen den Schwimmpforten, die in der Natur, die in der Natur, die in der Natur, in erster Linie Abkühlung des Körpers und Bekämpfung des Stoffwechsels. Diese und anderen hygienischen Vorteile genießt der Schwimmer aber in weit höherem Maße als der nur Badende, der im Nichtschwimmer. Der Schwimmer wird auch durch seinen Sport mehr veranlaßt, das kalte Bad in der freien aufzusuchen. Ihm erscheint ein Wasser von 15 Gr. R. noch angenehm, während der Nichtschwimmer es nicht ertragen würde. Die Schwimmer ist auch ein Training für jeden anderen Sport. Die Reusfahrer, die Fußballspieler, die Gockensportler und Preisträger leben sich oft lange Zeit genötigt, ihren Sport auszuheilen. In solchen Fällen bietet das Schwimmen einen ausgezeichneten Ersatz. Der Sportskann, welcher in dieser Zeit der unfreiwilligen Ruhe täglich nur eine halbe Stunde Schwimmen macht, der bleibt in form und Kraft erhalten, während der andere, der nicht schwimmt, allseitig immer mehr um sich, und es dürfte kaum und einen richtigen Sportskann geben, der nicht auch ein Schwimmpfort subalt.

This image shows a blank, aged, cream-colored page, likely an endpaper or flyleaf of a book. The paper has a slightly textured appearance with some minor creases and discoloration, characteristic of old paper. The left edge of the page is bound into a dark, possibly black or dark brown, cover material. The overall lighting is even, highlighting the subtle variations in the paper's tone and texture.

Fenilleton.

△ Die Herbstmode.

Bon Cyprienne.

[illegible]

idere Stoffe bevorzugt, als in den vorläufigen
 Geröstung. Auch in mittleren Zonen, unter denen
 besonders blau dabei. — waffel. — mals-
 fahig und mairneblau — sowie braune vorberden
 der Stoffe. — waffel. — mairneblau. — waffel.
 Streifen- und mehr noch mairneblau. — waffel.
 Promenade in jedem Grade. — waffel. — mairne-
 blau einfarbig und definierte Stoffe zusammen.
 Geflecht das in sehr alter Stoffe, indem man a. d.
 der Stoffe. — waffel. — mairneblau. — waffel.
 schneit und in trocknen, eine mairneblau. — waffel.
 aufsteht. einem Stoffe als droppbar.
 Gebiet waren dunkel- und braunfarbte handbetrie-
 Treiben bis zur mairneblau. — waffel. — mairne-
 blau. — waffel. — mairneblau. — waffel.
 und an den Seiten bis zum Gürtel aufsteigend, ein-
 färbende Streifen empor. Die fursche Stoff bestand
 aus farbigem Stoff nur für den Streifen und die
 der Stoffe. — waffel. — mairneblau. — waffel.
 Ein oder zwei Kermel hatte man Unmenge verwen-
 det. — waffel. — mairneblau. — waffel.
 als filigranum und art und mairneblau gefärbtem
 Stoff. Die atone Grundform schiedne gestreife, blau-
 wellenartige Blenden, für den drei bis vier Stoffe
 neben Blauet von Dreierfärbung nur davon a. d.
 der Stoffe. — waffel. — mairneblau. — waffel.
 mairneblau. — waffel. — mairneblau. — waffel.
 ebenso wie die Kermel. Eine den Winter- und Seiter-
 teilen einem oberhalb der Äußerlinie aufsteigenden
 der Stoffe. — waffel. — mairneblau. — waffel.
 war. — waffel. — mairneblau. — waffel.

Die Frauen der Abendindustrie ist die alte, wie die der Straßenhändler, aus mit dem Untergrund der Gesellschaft verbunden. Sie sind auf schlechteren Erträgen, als die, die Stoffe mitunter man bewirnen Affuren und Ründen, Formenden und weichen Zünftines und anderen Draperien auf den Markt zu bringen. Sie sind in der Regel nicht in der Säfärfarbeit, die meist weiß oder creme, feinerer fchwarz und farbig ausgefärbt wird. Die dabei angewendete Technik ist nicht die der Strick-Cloute, sondern die, die vielmehr eine Nachahmung von Bolangeten darftellt. Die Arbeiterinnen der Abendindustrie wahren und arbeitet die Figuren und Einfälle, so wie die ist irgend möglich ist, in Riefelwollen. Der Preis dieser Säfärfen und mehr noch der damit garnierten Konfektionen, ist fast vierhundertprozent höher, als zu mehr Waren nehmen muß, als eigentlich an den unholsten noch weibliche Weien, das fens als Arbeiterinnen abseht hat, sie mit ganz wenig Mühe anfertigen kann. Noch mehr als in der Säfärfarbeit ist die Arbeit in der Abendindustrie eine Arbeit der Frauen. Der Zude ein wenig Zeit winnet, der demnach fchäbbar ohne bemerkte Kosten eine Tülle fenshaft auszufärfen. Sch habe Blumen, Ausfärfen, Helber und

vorrieten und in Maßarbeit nichts anderes waren als vor- und vorbereitete, mit Aufblähemaße ein- gewandene eigener Sandarbeit modernisierte Garbwerke flüde.

Die Kunst und Formen einer Reiferen möge sich im Hinblick auf meine Befürchtungen nicht hier folgen. Die Freude, die ich durch die Arbeit empfangt, Gefeileiten im Weltbild. Man verbindet die Maßnahmen durch beliebige breite Entzehr, tief die- gleichfalls aufweisen der oberen Aermelnals ein an- derer infultant den vorderen Maßelstößen ziemlich groß- artig, die Maßelstöße durch die Maßelstöße, die Maßel- tragen für die gesamte Garnitur bündels eine Maß- für Umarmen arbeitet man ähnliche Maßelstöße in- mitteln (schwarzen Seidenwaren, verflochten ist die- selben durch schneidende Gefeile. Die Grundform der- selben ist die Maßelstöße, die Maßelstöße, die Maßel- einfindung ähnlich Gefeileit arbeit. Eine entziefende An- schuldigung von Seidenstoffen wird Maßelstöße aus breitere- Schlangenteile, aus Maßelstöße. Die gewanderten in- allen Farben häufig ist. Die Maßelstöße werden er- zeugt durch die Maßelstöße, die Maßelstöße, die Maßel- Gefeileit vergrößert; der hier hervorgeraten elegant Maßel- will, man in der Mitte eine Schiene mit Goldbren- nungen. Man kann die Maßelstöße sowohl einzeln infrat- stehen, als es auch zu Maßen vereinigen. Nichts da- von ist nicht aus zu sehen in Nicht-Garbwerke oder Point-Loose. Eine Variation der letzten Maßelstöße Technik sind die aus Maßen und Seidene, nur durch- wenige Stiche verbunden Ephyen. Eine feillich ver- schmälerte, armellose Überblöse aus Point-Loose if- fene Abend- und Theaterkleider, hier beliebt ist man form sie über ihre unermessliche Größe oder Mini- mieren.

Ungefährdentlich viel Sorgfalt wird auf five-
clock-Zeitletten verwendet. Für die, die die Be-
schlachten tragen, ist das halboffene Jackett mit born-
steinfarbenen oder gelben oder auch dem Stoff
dieses die bezeichnende Farbe. Die Uniformen
sind im Genre gehalten, aber, was die Stoffen aus
sichemem Jackett und harmonisierenden Hosen.
Nicht hat man bis zur Kniehöhe glatt mit dem Stoff
zu überlegen, und dann aus Jackett-Blenden
anreißende Blende heraus. In diesem Jackett
sind die Hosen, die die Hosen, die die Hosen
einle, befördert. An einem silbernen Knopf
wurde wiederum eine weiche Gürtelschleife und Tüll
blau getragen.

Eines mit auch bezüglich des Aermels an-
geordnet. Während es heißt den Knäuel hat, also
die Hosen, die die Hosen, die die Hosen
um Knäuel mehr und mehr. Für elegante Jackett
jeden ist sowohl der nur bis zum Ellenbogen gehend
als eine, als auch der offene, oben und unten gleich
mäßig weite, natürlich formlose modern; anziehender

[illegible][illegible]

This image shows a blank, aged, cream-colored page, likely an endpaper or flyleaf of a book. The paper has a slightly textured appearance with some minor discoloration and creases, particularly along the left edge where it is bound into a dark cover. A small, dark, circular spot is visible near the bottom center of the page. The overall tone is warm and vintage.

