

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 21 (1964)
Heft: 4

Buchbesprechung: Bücherbesprechung

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

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. [Voir Informations légales.](#)

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. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 14.03.2025

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

BÜCHERBESPRECHUNG

Erholung durch Kreislauftraining

Frau Dr. med. Käthe Bischoff, Ärztin für Naturheilverwesen aus Hamburg, nennt ihre hilfreichen Bücher zum Wohle unserer Gesundheit: «Eckpfeiler der Gesundheit». Eines davon beschäftigt sich in der Hauptsache mit der Erholung durch Kreislauftraining. Bevor aber dieses Training beginnt, dürfen wir ruhen, um dann erst jene Schulung kennen zu lernen, die uns trotz der heutigen unnatürlichen Beanspruchung im gesundheitlichen Gleichgewicht zu erhalten vermag. Es ist erfreulich, wie geschickt die Verfasserin dem vielseitigen Wandel unserer unruhigen Zeit Rechnung trägt, indem sie die auftretenden Schädigungen beleuchtet und uns alsdann zu deren Behebung auch das entsprechend einfache Mittel verrät. Ihre Erklärungen, Beanstandungen und Ratschläge sind von mannigfachen, anregenden Illustrationen begleitet, so dass sie leicht verständlich für uns werden. Selbst die Übungen können wir uns dadurch gut einprägen und gewissermassen mühelos nachahmen. Einmal mehr kommt besonders die so notwendige Atmung und Bewegung im Freien zu ihrem Recht. Herz und Kreislauf ziehen erholungsreichen Nutzen aus den dargebotenen Vorschlägen. Statt infolge von Aufpeitschmitteln schliesslich versagen zu müssen, hilft uns das tägliche Training die Ermüdung auf natürliche Weise zu beheben.

Dabei ist die Autorin jedoch keineswegs einseitig nur auf körperliche Übungen eingestellt. Sie streift im Gegenteil alle Möglichkeiten, die uns Hilfe bieten können und zeigt, wie vernünftig es ist, Schädliches zu meiden. Das Buch wird jene nicht enttäuschen, die bemüht sind, ihre Leistungsfähigkeit auf natürliche Weise zu fördern und zu stärken. Es ist in unserem Sinne geschrieben und wird bei richtiger Beachtung manchem Versagen den Riegel stossen.

Das Buch umfasst 168 Seiten und ist anschaulich illustriert. Sein Preis beträgt kart. DM 7.80, Halbl. DM 10.60 und ist herausgegeben vom Omnium-Druck und Verlag Kurt Strutzke Berlin-Tempelhof, Ringbahnstrasse 16-20.

Zur Beachtung

Unsere Leser möchten Anfragen und Bestellungen nach wie vor an die Adresse von:

A. Vogel, Biologische Heilmittel, Teufen AR senden, da die Bioforce AG, Roggwil, nur der Engros-Kundschaft dient.

Korrektur

Im Artikel «Neue Gesichtspunkte in der Epilepsiebehandlung» in Nummer 3, Seite 44 hat sich in der 2. Spalte, auf der 6. Linie ein Druckfehler eingeschlichen: statt gesunder, muss es heissen, gesunkener Kalkspiegel.

Besonders schonend hergestellte Säfte aus Edel-Trauben sind:

RIMUSS, moussierend; RIMETT, natur (nicht schäumend) und RIMO angenehm gespritzt — alle aus der Rimuss-Kellerei Rahm, Weinbau, Hallau.

Dank dem neuesten vitamin- und wirkstoffhaltenden Kurzpasteurisations-Verfahren sind diese Erzeugnisse nicht nur besonders gesund, sondern auch wunderbar fruchtig. Rimuss erhält man fast überall, Rimett und Rimo in Spezialgeschäften (auch SHG- u. Usego-Läden).

In Zürich

erhalten Sie unsere Naturheilmittel (IKS bewilligte) in Apotheken und Drogerien, wo nicht, bei unserem Depositär: **Dr. Brum-Antonioli, Lindenhofapotheke, Rennweg 46**

Für Hilfsbuchhaltung

und Patienten-Korrespondenz

suchen wir eine tüchtige Hilfe.

A. Vogel, Teufen AR