

# Büchertisch

Objekttyp: **BookReview**

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

Band (Jahr): **3 (1931-1932)**

Heft 11-12

PDF erstellt am: **22.07.2024**

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

## Büchertisch.

„Gesunde neuzeitliche Ernährung für die werdende Mutter, Säugling und Kleinkind.“ Ein praktischer Ratgeber mit Speisefolgen und erprobten Rezepten, mit vielen Bildern, von Marianne Fleischhack. Soeben erschienen im süddeutschen Verlagshaus G. m. b. H. Stuttgart, Birkenwaldstraße 44. Preis steif kart. RM. 2.60, Fr. 3.25. Geschenkleinen RM. 3.80, Fr. 4.75.

Wir wissen, daß das Gedeihen unsres Kindes von der richtigen Ernährung abhängt. Schon die Nahrung der Mutter vor der Schwangerschaft hat ungeahnten Einfluß auf das Wachsen und Werden des Menschenkindleins. Welche Mutter möchte nicht rechtzeitig alles tun, um der Verantwortung gegenüber ihren Nachkommen gerecht werden zu können?

Marianne Fleischhack hat, gestützt auf praktische Erfahrungen bei ihren Kindern und auf umfangreiche theoretische Kenntnisse diesen wirklich praktischen Ratgeber zusammengestellt. Aus warmherzigem Verstehen der Mutterschaftssorgen vieler Frauen und aus der Erkenntnis für die Verantwortlichkeit der Mütter ist dieses Buch entstanden, das den großen Vorteil hat, wirklich praktische Winke zu enthalten. Es zeigt in seinem reichen Inhalt beispielsweise den Einfluß der Ernährung, gibt praktische Hinweise für die Ernährung des Frauenkörpers während der Periode der Schwangerschaft, des Wochenbetts, wie auch während der Stillzeit für Mutter und Kind. Die Beikost für das Kind findet seine wichtige Erwähnung, wie auch die naturgemäße künstliche Ernährung des Säuglings und die Ernährung des Kleinkindes. Ein reichlicher Rezeptanhang vervollständigt das Ganze zu einem wirklich praktischen Nutzen und ist es in der Tat eine Fundgrube praktischer Gesundheitspflege für Mutter und Kind.

**Gut und sicher Ski fahren.** „Das Neueste in Skitechnik und Skitraining“, von A. Glucker, Stuttgart. Mit 36 Bildern. Preis nur RM. 1.25, Fr. 1.55. Soeben erschienen i. südd. Verlagshaus G. m. b. H. Stuttgart, Birkenwaldstr.

Jedes Buch dieses Autors ist ein sportliches Ereignis! Diesmal behandelt Glucker mit der ihm eigenen Klarheit das gesamte Gebiet des Skilaufs unter Berücksichtigung der neuesten und bewährtesten Skitechnik; gibt wertvolle Ratschläge für Skitraining und richtiges Atmen beim Skilauf, alles in allem ist es ein überaus praktisches Uebungsbuch für Anfänger, wie auch für Fortgeschrittene. Dies zeigt der reiche Inhalt:

Fassen der Stöcke. — Gehen in der Ebene. — Dreischritt und Paßgang. — Wenden- und Gräten-Treppenschritt. — Abfahrt. — Pflug. — Pflugbogen. Ganz ausführlich sind weiter behandelt: Stemmbogen. — Stemmkristiana. — Kristiana- und Scherenkristiana. — Schlittschuhschritt. — Telemark. — Gelände- und Schanzensprung, sowie der beliebte Wendeschwung und Drehsprung.

Besonders wertvoll machen das Buch die vielen äußerst lehrreichen und wundervollen Bilder, wobei die Hauptübungen in ihren wichtigsten Phasen photographiert sind, so daß man die charakteristischen Merkmale: Mitarbeit von Schulter und Hüfte, Körperhaltung, Verlegen des Körpergewichtes und dergleichen klar erkennen kann. Wer wirklich gut und sicher Skifahren erlernen will, dem kann dieses neueste Büchlein nicht dringend genug empfohlen werden, zumal der niedrige Preis bei so hervorragender Ausstattung und bei so reichem Bilderschmuck jedermann die Anschaffung ermöglicht.