

# Die Freikörperkultur



GESNER

Jahrgang 1927  
Heft 10

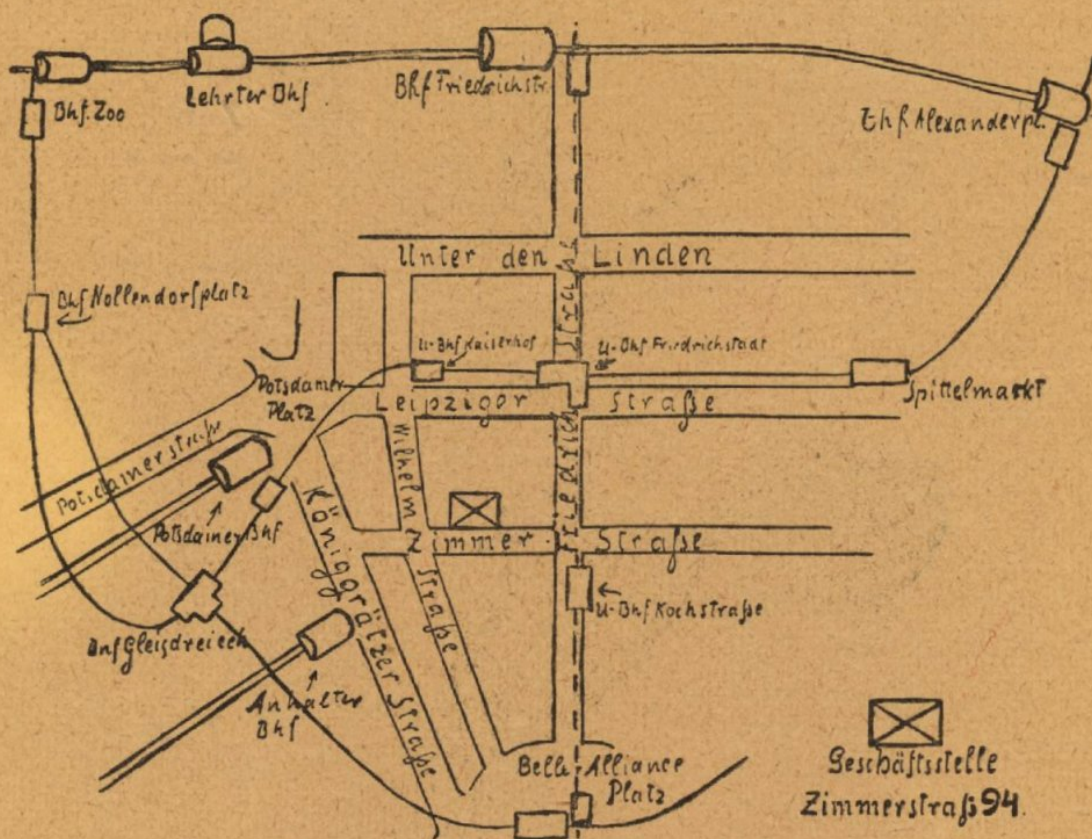
Oktober

Verlagsort Berlin

Preis 30 Pf.  
Oesterreich 50 g.



## Planskizze der Bahnverbindungen zur Geschäftsstelle Zimmerstrasse 94.



In unmittelbarer Nähe der Bahnhöfe:  
Potsdamer Bhf., Anhalter Bhf., U.-Bhf. Kaiserhof, U.-Bhf. Kochstr.

**W**egen des starken Andrangs wurden die Sprechstunden  
erweitert und finden in der Folge statt

**Montag, Donnerstag, Freitag**

5 bis 7 Uhr nachm. (17 bis 19 Uhr)

Anschriften der Bünde, sowie alle Auskünfte über die  
Freikörperkulturbewegung, die Einzelmitgliedschaft u. dergl.  
durch die Geschäftsstelle Zimmerstr. 94, Ruf Zentrum 8783.

Schriftlichen Anfragen ist Rückporto beizulegen.



# Die Freikörperkultur

## Monatsschrift für Lebensgestaltung

Herausgeber: Dr. Morenhoven.

Schriftleitung und Verlag Berlin S. W. 68. Zimmerstrasse 94

---

Jahrgang 1927

Oktober

Heft 10

---

### Inhalt:

Talus: Herbst, Gedicht.

A. Holzapfel: Studien.

Antialkoholbewegung Dresden.

Erich Welkow: Talus, Eine biografische Skizze.

Kampf gegen Körperfreiheit.

Erwiderung auf die Kundgebung des Bundes für Sexual-  
und Gesellschaftsordnung.

Entweder — Oder.

Mitteilungen der Bünde.

### Talus: Herbst.

Von den Bäumen hart am Wege  
Tropfen Blätter schwer und rot,  
Letztes Bluten, matt und träge,  
Taumelt Leben in den Tod.

Nebelüberrieselt hängen Blüten  
Ihre Köpfe still zur Ruh,  
Neigen sich wie stummes Bitten  
Ihrem Todesweben zu.

Alles ist im Hinbereiten,  
Eingesponnen in das Muss,  
Aus dem Leben zu entgleiten,  
Welk im letzten Sonnenkuss.

Menschheit ahnt im Todeswerben  
Engbegrenzten Tatenlauf,  
Und in ihr löst Herbstessterben  
Alle Härten gütig auf.



## „Studien.“

Oh, Therese Mülhause-Vogeler es hat wie der Geisterbesen gewirkt: Wer sich getroffen fühle schreie! Das Geschrei braust durch die Gassen der Bünde. Und jetzt fehlt uns die Machtstimme: in die Ecke Besen, Besen sei's gewesen! Ich muss es gleich beichten: vom Kegelklub bis zur Fraktion wirken die meisten Vereine wie ein Vorkriegsschutzmännchen auf mich: sicherheits- und furchteinflössend. Darum stelle ich mich lieber draussen hin und arbeite am inneren Menschen, etwas innigeres zu erreichen als Bundesnadelgesinnung.

Ich habe nur den grossen Fehler, Gutdenker zu sein und Anhänger der Freiheit, wozu ich auch rechne, meinen Körper nackt herumlaufen zu lassen, wo es angeht.

Wobei ich bemerkt habe, dass eine Mehrzahl auf unseren Geländen vergisst, mit den Kleidern auch die Spinnetze ihrer Fassadenkultur abzustreifen. Deshalb wollen wir sie erziehen und unsere Zeitschrift sollte ihnen offenbaren, dass es noch andere notwendige Dinge gäbe, den ausgezogenen Menschen zum nackten zu gestalten. Weidlich haben wir das getan und den Mut gehabt, unseren Widersachern offen zu begegnen. Wahrhaft frei ist, der die Wahrheit sagt. Der aber seinen Kopf im Moder seiner Buckeleien versteckt, bleibe auch nackt lumpig.

Mit Nacktkultur allein ist nichts erreicht, es kommt noch vieles hinzu, diese gesundheitliche Moralerziehung auszugestalten und

zu erhalten. Wir müssen auch die schillernden Gewänder von Neid und Gehässigkeit, Strebertum und Eitelkeit ausziehen. Wir dürfen nicht Torheiten der Talmikultur mitmachen, wenn wir uns nackt in die Brust werfen und sagen: Wir!

In den Zielsatzungen der Bünde kommt sie zum Ausdruck: die Freikörperkultur als Mittel zur Lebensgestaltung. Sie fasst über Körperbildung, Ernährung, Kleidung, Wohnung, Erziehung, Wissenschaft und Kunst gehend alle Möglichkeiten zusammen, Morsches zu stürzen und Neues in Erkenntnis des Ueberwundenen aufzubauen. Und diesen Dienst versieht die Zeitschrift. Trotz der Worte: : Exhibitionstrieb, Schweinehund, Corsage, Cul und Bordell, die nur aus dem Zusammenhang gerissen erschrecken können.

Ich habe mich der Freikörperkultur verschrieben aus tiefem Erkennen heraus, dass sie brechend mit dem Vorurteil falscher Scham, die verlogene Menschen züchtete, eine Spitzenmacht hoher Stosskraft birgt. Sie allein kann die Menschen schneller und sicherer als alle Sekten und Bekämpfungsvereinigungen wandeln in lebenserneuerndem Sinne: Körper und Geist frei zu machen von vergiftenden Schlacken und naturwidrigen Gedanken. Zum Zweckziel: dass auch ihre Kräfte frei werden zur endlichen Tat:

Liebe deinen Nächsten wie dich selbst.  
A. Holzapfel.



## Antialkoholtagung Dresden.

Die für das kulturelle Leben bedeutsame Tagung fand ihre Eröffnung unter Beteiligung der staatlichen und städtischen Behörden sowie einer zahlreichen Vertreterschaft aus dem Reiche. Aus der Fülle der Vorträge, Veranstaltungen und Nebenkongresse seien die Vorträge des Dr. K. Wagman: Alkohol und Kunst, Sanitätsrat Dr. Bandel, Nürnberg: Die Trinksitte als Todesursache, Frau Martha Dönhoff: Die Frau und Alkoholismus und der sehr interessante Vortrag Ragnar Bergs, Dresden: Die Früchteernährung des Menschen, erwähnt.

Wagman brachte die interessante Feststellung einer Kundfrage unter Künstlern im Jahre 1906. Das Resultat liess gelten, dass der Alkoholgenuss das künstlerische Schaffen keineswegs fördere, vielmehr sei eine Erschlaffung der Nerven, sowie eine Verflachung des Künstlergeistes die Folge. Allerdings musste Redner gestehen, dass eine kleine Menge geistiger Getränke belebend und entspannend wirke. Ein dem Alkohol ergebener Künstler aber würde nie eine schöpferische Grösse.

Dr. med. Brandel betonte in längerer Ausführung, dass der Alkoholgenuss beitrage zur erhöhten Sterblichkeit der Männer gegenüber den Frauen. Besonders im Alter von 41 bis 60 Jahren zeige die Statistik eine erschreckend hohe Sterblichkeitsziffer. Für den frühen Tod der meisten Männer in Bayern sei zweifellos der unmässige Genuss von Bier die Ursache. In den Jahren 1916-19, in welchen die geistigen Genuss-

mittel erheblich eingeschränkt wurden, zeigen die Kurven der Statistik eine erhebliche Abwärtsbewegung der Sterblichkeitsziffer der Männer. Diese Beobachtung wurde nicht nur in Deutschland, sondern in allen Ländern Skandinaviens gemacht. Der erste Grundsatz müsste sein: Sei enthaltsam! Die Männersterblichkeit, die in den letzten Jahren gefallen sei, beginnt wieder zu steigen. Die preussische Landtagsabgeordnete Frau Martha Dönhoff, befasste sich vornehmlich mit der Einstellung der Frau zum Alkoholismus. Der Frieden des Mannes, Wohlstand oder Gesundheit der Familie, die Erziehung der Kinder und deren Zukunft seien allzu oft das Opfer der Trunksucht und Trinkgewohnheit der rücksichtslosen Männer.

Die Frauen könnten sich nicht genug orientieren über die Wirkung des Alkohols auf die sittlichen, sozialen, gesundheitlichen Lebensbeziehungen. Die praktische Arbeit sei neben Fürsorge und Rettungstätigkeit vor allem auf die nähere Umgebung zu stellen.

Der bekannte Ernährungswissenschaftler Ragnar Berg führte aus, dass der Mensch ursprünglich auf eine Ernährung durch Früchte, Wurzeln und Blätter angewiesen war. Gewaltige Naturereignisse und Veränderungen hätten ihn mit der Zeit zum Genuss gemordeter Tiere gebracht. Heute sehen wir immer mehr, dass die Früchte nicht nur Genussmittel sind, sondern auch unschätzbare Werte für eine gesunde Ernäh-



rung enthalten. Bei schwierigen Krankheitsfällen können Obst-säfte, die frei und rein von alien Giften gewonnen werden müssten, lebensrettend wirken. Auch im Kampfe gegen den Alkoholismus haben die gärungslosen Fruchtsäfte eine ungeheure Bedeutung. Insbesondere aber auch, wenn sie recht wohlfeil hergestellt werden können. Nach den Vorträgen wurden verschiedene Entschliessungen angenommen, die sich zum grossen Teil auch ganz energisch an die Staatsregierung wenden

und Abhilfe gegen die steigende Alkoholflut verlangen. Und so wird es auch sein: alles Reden und alle Entschliessungen in Kongressen werden zerschellen am Un-verstand der breiten Masse, wenn sich nicht eine energische Staats-gewalt findet, die auf Gesetzeswegen die Alkoholflut eindämmt und vor allen Dingen einen ent-scheidenden Einfluss auf die Krei-se ausübt, die aus dem Missbrauch edlen Menschentums ihre Gewinne ziehen. M. H. Dresden.

## Erich Welkow: Talus.

Wir sassen uns bereits einige Wochen bei dem täglichen Mittag-mahl im „Goldenen Löwen“ gegenüber und mochten uns nicht leiden. Ich hielt ihn für den blasierten Grosstadt-Neurastheniker, bei dem die messerscharfe Bügelfalte das fehlende Rückenmark ersetzt, und er mochte mich mit den achtundneunzig Pfund Lebendgewicht, die mir der Krieg freundlichst gelassen hatte, für einen schmalbrüstigen und engstirnigen Büroschreiber ansehen. Unsere endliche Bekanntschaft verdanken wir einem kleinen einfältigen Leutnant, der mich eines Tages besuchte, frisch aus dem Felde heraus und amüsierwütig. Ich ging mit ihm in den „Goldenen Löwen“, wo wir, als einziges Vergnügen, das uns das Kaff bot, zu zechen anfangen. Am Nebentisch sass „Er“, Talus, das Mittags-Visavis; ich ärgerte mich gewohnheitsgemäss über ihn, zumal es mir schien, als ob er sich über meinen kleinen, dummen Leutnant amüsierte.

Trotzdem kamen wir ins Gespräch, denn die Kriegsberichte des Leutnants forderten unseren Widerspruch heraus. So geschah es, dass auf einmal Talus und ich gegen den Leutnant disputierten und zwar so gründlich, dass diesem schliesslich nichts übrig blieb, als mit offenem Munde einzuschlafen. Wir aber sprachen weiter; über Krieg und Revolution, deren Kommen wir ahnten, ohne aber an die Möglichkeit ihrer saudummen Verwirklichung zu glauben; über Meyrink und Stirner; über Theater und Musik; über den lieben Gott und den bösen Teufel; über das schlechte Mittagessen und die braven Mädchen, kurzum über alles, was wir in acht Wochen täglichen Gegenübersitzens zu reden bislang verabsäumt hatten. Als wir uns trennten, kam bereits der neue Tag über das Städtchen; der Leutnant war vergessen und schläft in meiner Erinnerung mit offenem Munde weiter als einer der vielen Namen-



losen, mit denen einen der Krieg zusammenbrachte. Talus und ich aber wurden Freunde.

Wir sind es jetzt schon zehn Jahre lang; trotzdem wird es mir, wenn ich heute über ihn schreiben soll, etwas bänglich. Denn bei gründlicher Gewissensforschung stelle ich fest, dass ich trotz zehnjähriger Bekanntschaft ihn kaum kenne. Wir haben uns stunden- und tagelang über Tiere, Menschen und Götter, über alle nur möglichen Dinge der Um- und Aussenwelt, der Politik, der Kunst, des Sports, der Technik usw. unterhalten; wir sassen im Kabarett und wussten selbst da nichts besseres zu tun, als über den Gottesbegriff zu disputieren; wir wanderten durch meilenferne nächtliche Wälder und sprachen über Steiner; wir sassen beim Rotspon und einer gehamsterten Gans und wünschten am Mt. Everest zu sitzen und über den Nabel der Welt nachzusinnen. Wir haben uns unser Innerstes eröffnet und uns unterhalten über „Leben, Taten, Meinungen und Höllenfahrt“, nichts blieb unberührt und trotzdem wussten wir nichts voneinander. Er fiel unter die Dichter, ich unter die Politiker . . . Wir sahen uns an und wunderten uns übereinander. Aber die Freundschaft hielt . . .

Man verstehe nicht falsch: seine heimliche Liebe waren schon immer die Musen und ein erster Gedichtband erstand bereits vor zehn Jahren. Aber die Vielinteressiertheit des modernen Menschen, die Vielgeschäftigkeit des zeitgenössischen Selfmademan liessen ihm kaum Zeit zu musischer Tätigkeit. Er war Kaufmann und Techniker, Chemiker

und Fabrikant, Hausbesitzer und Chorsänger,, Kunstsammler und Notkabarettist, völkischer Kommunist und liberaler Konservativer, Feinschmecker und Abstinenzler, heute hier, morgen dort, immer in Tätigkeit, immer irgend etwas arbeitend oder planend, unermüdlich tätig, dabei grübelnd und zerrissen, selten zufrieden, vieles wissend und alles zu wissen begehrend; daher in dieser beängstigenden Vielseitigkeit und Vielgestaltigkeit auch dem Freund nicht immer verständlich, der sich mittlerweile in den geruh-samen Frieden einer bourgeois Lebenshaltung geflüchtet hatte.

Umgekehrt ging Talus; er warf alles über Bord, was ihn an Ort und Zeit, Zivilisation und Gesellschaft band und ging als ein wahrhafter Wanderer zwischen zwei Welten zurück zur Natur. So fand er zu seinem jetzigen Beruf des freien Schriftstellers; es hat ihn zum Dichten gedrängt, schon als er noch im Getriebe des Alltags stand und kaum Zeit fand, ein Buch zu lesen. Demgemäss atmen seine ersten Gedichte den Geist seiner Vergangenheit; unruhig und stürmisch, zerrissen und skeptisch, nicht immer klar, mehr Gefühl als Ueberlegung. Die Sprache noch drängend, überhastet, wie jemand, der viel zu sagen hat und Angst hat, nicht alles aussprechen zu können. In dem Masse, wie er zu sich selbst findet, kommt die Klärung; es entstehen kleine, sauber gefeilte Skizzen und Beobachtungen; Gedichte neuer Folge stellen sich ein, in denen die Liebe, die natürlich auch ihm nicht erspart blieb, zurückgedrängt ist zu Gunsten



fein empfundener Naturschilderung. Die Sprache immer noch eigenwillig, für meinen Geschmack sogar zu betont „neutönend“. Aber es gibt sich; klassisch wird er sich nie ausdrücken, auch wenn er in Hexametern schreibt. Dazu ist er zu eigensinnig und zu sehr belastet mit dem Selbstbewusstsein des modernen Menschen. Das schliesst nicht aus, dass er sehr kritisch den Zeiterscheinungen gegenüber steht und sehr wohl die Fehlerquellen einer verjazzten Gegenwart erkennt und geisselt. Noch ist er sich nicht ganz klar über Weg und Ziel; aber sein „Gespaltenes Ich“, — das schon beim dritten Verleger, dem es vorlag, unterkam, — zeigt Selbsterkenntnis, die auch hier der erste Schritt zur Besserung ist. Es kristallisiert sich eine Lebensanschauung heraus, die Grundlage für ein festumrissenes Gestaltungsprogramm werden wird. Er hat in einem buntbewegten Leben Tiefen und Höhen kennengelernt und dürfte frei sein von Illusionen. So wird er bei der nötigen Konzentration und hingebungsvollen Liebe zu allem Schönen und Wahren sich durchsetzen und, auch wenn er sich

frei glaubt von religiösem oder politischem Bekenntnis, doch eine Gemeinde um sich sammeln. Zwischen horazischer Beschaulichkeit und Rousseaus Naturerkenntnis, zwischen der Abgeschiedenheit des Weltenwanderers und der Betrachtung der irdischen Dinge geht sein Weg, bislang noch ohne Konzessionen nach oben und unten, rechts und links, dafür selbstbewusst und selbständig. Er ist der Gegenwartsmensch, der mit hellen Sinnen und wachen Augen in seiner Arbeit lebt, ohne mit ihr übereinzustimmen; der zu viel denkt in einer Epoche, wo der Bizeps höheren Marktwert hat, als das Grosshirn. Der aber den Vielzuvielen seiner Zeit das eine voraus hat, dass er sich rechtzeitig freizumachen gewusst hat von der lärmenden Geschäftigkeit der Maschinenstadt und nunmehr als ein innerlich Freier den Weg geht, den ihm Naturveranlagung, Erlebnis und innerster Drang zu gehen vorschreiben.

Was aus ihm wird, mag die nächste Zukunft zeigen.

Ein Roman „Schwankende Strassen“, der unter der Feder ist, wird Klarheit schaffen.

## Kampf gegen Körperfreiheit.

Die Arbeitsgemeinschaft für Volksgesundung e. V. erlässt unter dem 25. 8. 27 innerhalb ihrer Anhänger folgende Kundgebung mit der Bitte um Material als Unterlage für eine gross anzulegende Aktion, die gleichmässig möglichst von allen Verbänden unterstützt, in allen ihr zugängigen Zeitschriften und Zeitungen

im Februar-März 1928 zum Ausdruck kommen soll:

Die Nacktkultur als Problem der Gegenwart.

Wir bitten unsere Mitglieder möglichst vollzählig um ihre Mitarbeit an dieser wichtigen Frage.

Im Sommer 1925 hatte die Zentrumsfraktion im Preussischen











Landtag folgende grosse Anfrage eingebracht:

No. 471. Grosse Anfrage No. 43.

„Ist dem Staatsministerium bekannt, dass sich gegenwärtig im Theater, Lichtspiel und dem gesamten Schauspielungswesen eine im Kunstinteresse in keiner Weise begründete wohl aber der Lüsternheit dienende „Nacktkulturbewegung“ geltend macht?

Was denkt das Staatsministerium gegen bezügliche sittlich verrohende, insbesondere die Wohlfahrt der Jugend auf das Schwerste gefährdende Auswüchse zu tun?“

Das Ministerium hat darauf eine umfassende Untersuchung der ganzen Frage eingeleitet und am 16. Oktober 1925 durch Oberregierungsrat Bandmann sie beantworten lassen. Derselbe betonte, dass in der sogenannten modernen Nacktkulturbewegung, deren Anfänge bereits einige Jahrzehnte zurückliegen, neben hygienischen, sportlichen und ästhetischen Gesichtspunkten auch ethische und besonders sexuelle Tendenzen hervortreten, die keineswegs auf Befriedigung von Lüsternheit oder anderen niederen Instinkten abzielen, sondern im Gegenteil Stärkung des Sittlichkeitsbewusstseins, der Ehrfurcht vor dem eigenen und dem Körper des anderen sowie Reinhaltung dieses Körpers erstreben. Neben knappen Ausführungen über das Hervortreten solcher Nacktkulturtenden-

zen im Theatergewerbe, den Revuen, Kabaretts und Variétés kam er ausführlich auf die Benutzung des Films als Propagandamittel der Nacktkulturbewegung zu sprechen. Er verwies auf die Stellungnahme der Prüfkammer im Hinblick auf die Filme „Sonnenmenschen“, „Frohe Menschen in Luft und Sonne“, sowie „Wege zu Kraft und Schönheit“. Wie wohl noch rememberlich ist, wurde auf Grund des Einspruchs der Länder Bayern, Baden und Hessen die mit dem Thema des Bildstreifens in keinem oder nur ganz losem ursächlichem Zusammenhang stehenden Teile wie „Das Urteil des Paris“ (Akt. II) und „Das römische Bad“ (Akt. IV) verboten, während der Film als solcher genehmigt blieb. Der Regierungsvertreter verwies auf die vorliegenden Gesetzentwürfe zum Schutz der Jugend bei Lustbarkeiten sowie zur Bewahrung der Jugend vor Schund- und Schmutzschriften mit der Hoffnung einer baldigen Verabschiedung beider Gesetze.

Diese Gesetze sind inzwischen in Kraft getreten. Es erscheint uns aber fraglich, ob man berechtigterweise hieraus die Hoffnung auf eine wesentliche Besserung ableiten darf.

Während das Bild der Nacktkulturbewegung in den ersten Jahren nach dem Zusammenbruch ein ausserordentlich verworrenes war, zeigen sich jetzt doch deutliche Gruppenbildungen, die zu meist in der „Arbeitsgemeinschaft der Bünde deutscher Lichtkämp-



fer“ zusammengeschlossen sind und deren Organ die im eigenen Verlag erscheinende Zeitschrift „Leben und Sonne“ ist. Ziel dieser Bewegung, die „Kulturarbeit“ leisten will, ist die freie Körperkultur, die für diesen Kreis in einer „Hebung der Volkssittlichkeit, der Volksgesundheit und Befreiung der seichten Lebensauffassung der Jetztzeit“ besteht. Dieser Arbeitsgemeinschaft gehören unter anderem an: Die deutsche Luftbad-Gesellschaft E. V., — Bund für Körperkultur und Naturschutz E. V., — Bund der Lichtfreunde E. V., — Bund der Sonnenfreunde Orplid — und Treubund für aufsteigendes Leben. — Die Gesamtzahl der in jenen Vereinigungen organisierten Mitglieder ist auf etwa 200000 zu schätzen.

In der Gegenwart tritt uns das Problem der Nacktheit auf den verschiedensten Gebieten entgegen. Vielen durchaus ernst zu nehmenden Kreisen ist es eine religiöse Frage und ein Bekenntnis zur neuen Sittlichkeit. Ein Punkt, der meistens zu scharfen Auseinandersetzungen führt, ist die Frage des Nacktturnens in den Schulen und Heimen, wobei sich die politischen und weltanschaulichen Gegensätze besonders stark bemerkbar machen. Auch die Frage der Nacktkulturlager der Luft- und Sonnenbäder wie beispielsweise Rehbergen bei Potsdam, Motzen und Spreehagen (in der näheren Umgebung Berlins) sind bedauerlicherweise auch politische Fragen geworden. Gesondert zu beurteilen sind die gegenwärtigen Auswüchse in dieser Richtung bei

der Bühne, dem Variété und dem Zeitschriftenwesen. Mehr und mehr finden in den Zeitungsverkaufsstellen, auf Strassen und Bahnhöfen Zeitschriften Aufnahme, die zwar unter idealer Flagge, im Grunde aber nichts anderes als in Wort und Bild den nackten Körper in einer Weise zur Schau stellen und verherrlichen, die jeden sittlich und verantwortungsbewussten Menschen verletzen muss. Was uns an diesen im Grunde immer gleichen Aktphotographien abstösst, ist die Tatsache, dass es sich hierbei um die Wiedergabe von Körpern handelt, die nicht mehr unter der unmittelbaren Gestaltungskraft des Geistes stehen, sondern die Selbstzweck und letztes Ziel der Körperkultur geworden sind. Es ist überaus auffällig, wie deutlich sich diese Tatsache des nur Körperlich-Fleischlichen gegenüber Sportabbildungen zeigt, deren Leib bis zur letzten Muskelfaser von einem geistigen Ziel beherrscht wird und diesem dient. Die angeborene Schamhaftigkeit gehört nach unserer Ueberzeugung mit zu den stärksten Stützen jedes einzelnen und des Volkes. Ein Niederreißen derselben, wie es gerade durch eine derartige Propagierung des Nackten — besonders bei der Jugend — eine Folge ist, muss sowohl für den einzelnen wie für die Gesamtheit zu verheerenden Folgen führen.

Die Schwierigkeit einer wirklich ernsthaften Aktion gegen dieses Ueberhandnehmen der Nacktbestrebungen



in engster Beziehung mit einem sich sehr stark verzinsenden Schmutzkapital beruht vor allem in dem Problem der Abgrenzung. Oft werden hier von manchen Stellen gesunde Bestrebungen mit verdammt, und es wird dadurch erschwert, gegen die wirklichen Auswüchse vorzugehen.

Um die Frage einmal zu klären und dem Wunsche verschiedener angeschlossener Verbände folgend, hat sich der Vorstand entschlossen, eine grössere Aktion in dieser Richtung vorzubereiten. Dazu bedürfen wir allerdings der freiwilligen Mitarbeit möglichst zahlreicher interessierter Stellen. Wir bitten diese, sich möglichst umgehend mit der Geschäftsstelle in Verbindung zu setzen. Notwendig erscheint uns, dass über folgende Fragen örtliche Feststellungen gemacht werden:

1. Nacktdarstellungen in Zeitschriften:

Welche Zeitschriften dieser Art liegen an öffentlichen zugängigen Verkaufsständen aus (nähere Kennzeichnung der Verkaufsstellen, ob fliegender Händler, Kiosk in städtischem Besitz bzw. Verkaufsstelle einer Bahnhofsbuchhandlung). Ueber mehrere Wochen hin muss hier eine regelmässige Ueberwachung stattfinden und eine Zusammenstellung der Titel der in Frage kommenden Zeitschriften sowie der betreffenden Nummern und des Verlags gefertigt werden.

Erst aus diesem, wenn vollständig eingehendem Material ist eine einigermaßen brauchbare Uebersicht über die Verteilung der Zeitschriften zu erhalten, die in hervorragendem Masse Nacktbilder bringen.

Wenn irgend möglich ist durch geschickte Nachfrage in Erfahrung zu bringen, wie gross etwa der Absatz der verschiedenen Zeitschriften ist, welche am besten gehen, aus welchen Kreisen die jeweiligen Käufer stammen und in welchem Alter sie stehen. (Halbwüchsige).

2. Nacktdarstellungen auf Photographien und Postkarten:

Welche Art Geschäfte der betreffenden Stadt führen diese? In Haupt- oder Nebenstrassen, nahe Verkehrsknotenpunkten oder mehr abgelegen? Wo sind dieselben zur Ausstellung gebracht, Schaufenster oder Schaukästen, in Verbindung mit welchen andern Verkaufsartikeln? Liegen diese Geschäfte in der Nähe von Schulen und werden diese Auslagen häufig von Halbwüchsigen besehen?

An wen erfolgt vorzüglich der Absatz dieser Karten, Erwachsene oder Jugendliche, und aus welchen Schichten der Bevölkerung?

Verkaufspreis dieser Karten, Herstellung und Verlag?

Sind diese Geschäfte gleichzeitig Mittelpunkt des Kolportagehandels und des Schundliteratur-Vertriebs?

3. Wie ist das Auslagebild der Bücherläden?

Finden sich hier häufig Bücher aus dem Gebiet der Gym-



nastik, des Tanzes und der bildenden Kunst, die ausgesprochene im obigen Sinne gekennzeichnete Aktdarstellungen als Anreiss-Bild haben? Um was für Werke handelt es sich dabei? Titel und Verlag?

#### 4. Vereinigungen der Nacktkultur:

Gibt es besondere örtliche Vereinigungen, die die Nacktkultur als Zweck betreiben und hierfür besondere Luft- und Sonnenbäder geschaffen haben? Wie ist der Name der Vereinigung? Wie gross die Zahl der Mitglieder? Möglichst Satzungen, Zeitschrift und nähere Einzelheiten in Erfahrung bringen und mitsenden.

#### 5. Nacktdarstellungen im Kino und auf der Bühne:

Kommen Filme zur Aufführung, die besondere Nacktdarstellungen bringen und finden sich solche Einzelbilder in den Aushängekästen der Filmtheater? Welcher Art sind diese?

Sind Theater- oder Nacktbetriebe bekannt, in denen Nacktdarstellungen und Nackttänze eine besondere Rolle spielen? Welcher Art sind diese?

#### 6. Turnen, Baden und Nacktheit:

Wie liegen die Verhältnisse in dieser Beziehung beim Turnen, der Schulen sowie privater Kreise und ebenso beim Baden? Auch hier wird gegebenenfalls um genaue Umschreibung des betreffenden Personenkreises gebeten.

#### 7. Tagespresse, Politik und Nacktkultur:

Welche Stellung nehmen die verschiedenen örtlichen Zeitungen und Zeitschriften sowie die Parteien zu dieser Frage ein? Es wird möglichst um Beifügung bezeichnender Artikel und Aufsätze gebeten.

Der Reichsverband für Freikörperkultur schrieb unterm 31. August 1927 der AVG, dass er sich nachdrücklich dagegen verwahre, seine Anhänger mit den Gegenfüsslern: Kabarets, Revuen usw. zusammenzuwerfen und somit den Eindruck zu erwecken, als ob deren sittlicher Tiefstand auch der ihrige wäre. Die Freikörperkultur will mit aller Entschiedenheit einer geläuterten Sittlichkeit und der Volksgesundung dienen. Ihre Vereinigungen erheben daher Anspruch auf Unterstützung der den Kampf ankündigenden Stellen. In ihren Reihen herrscht keinerlei Geheimniskrämerei und es ist durchaus nicht nötig, sie auszuschnüffeln. Alle auf sie bezüglichen Angaben sind durchaus öffentlich und jedem zugänglich. Wir wünschen dringend, dass führende Persönlichkeiten zunächst einmal zur Gewinnung eines persönlichen Einblickes in unsere Art eine Freikörperkulturveranstaltung im Gelände oder dergl. besichtigen werden.

Diesen Einspruch berücksichtigt bereits ein zweites Rundschreiben der AVG vom 1. 10., das unsere Bestrebungen durchaus würdigt und von unserer Aufforderung, uns kennen zu lernen, erfreulicherweise Gebrauch zu machen verspricht.



## Erwiderung auf die Kundgebung des Bundes für Sexual- und Gesellschaftsordnung.

Die Kundgebung kann nicht unwidersprochen bleiben in den von dem Aerzte- und Volksbund für Sexual- und Gesellschaftsethik gemachten Behauptungen.

1. Durch die Nacktkultur sollen ernste Gefahren auf gesundheitlichem Gebiete erwachsen?

Es ist längst erwiesen, das Licht, Luft und Wasser auf den nackten Körper den denkbar günstigsten Einfluss haben. Es ist ferner erwiesen, dass von den im Sonnenlichte enthaltenen, dem Körper zu gute kommenden bakterientötenden ultravioletten Strahlen selbst von den feinsten Schleierstoffen, der grösste Prozentsatz zurückgehalten wird, durch die normale Badebekleidung überhaupt nichts hindurchgeht. Warum schicken denn die Aerzte lungenkranke, d. h. mit unzähligen Tuberkulosebakterien behaftete Leute, die sich es leisten können, nach hochgelegenen teuren Kurorten mit der ausdrücklichen Begründung, dass die dort besonders wirksamen ultravioletten Strahlen heilende Wirkung haben. In den letzten Jahrzehnten ist es Mode geworden, mit möglichst dunkler Haut in den Herbst hineinzugehen. Es ist absolut nicht einzusehen, dass es etwa schädlich wäre, wenn auch die Stellen von der Sonne beschienen würden, die der Badeanzug bedeckt. Die Anhänger der Freikörperkultur erfahren es am eigenen Leibe, welche gesundheitsfördernden Faktoren Licht, Luft

und Wasser für den ganzen Körper sind. Sie brauchen viel weniger Geld zum Arzt zu tragen als der Durchschnittsmensch.

Auch Wasser und Luft können nicht im entferntesten ihre infolge der Bewegung spülende Wirkung am Körper tun, wenn sie durch die in den Stoffporen festsitzenden, stagnierenden Luft- und Wasserteile daran gehindert werden. Es ist also garnicht möglich, „dass man hygienische Körperkultur in ausreichender und durchaus zweckentsprechender Weise betreiben kann, ohne die vollständige Entblössung“. Freikörperkultur bzw. Nacktkulturbewegung als gesundheitsschädlich zu bezeichnen, gehört in dieselbe Kategorie von Ausdrücken, wie etwa der, Bier oder andere alkoholische Getränke als flüssiges Brot zu bezeichnen. Es muss noch ganz besonders hervorgehoben werden, dass beim Nacktbaden kein Geschlechtskranker es wagen kann, zu erscheinen. Während jeder mit ekligen, ansteckenden Krankheiten behaftete Mensch, sofern er oder auch sie nur mit einem bis an den Hals geschlossenen Badeanzug, der nur Kopf, Arme und Unterschenkel freilässt, bekleidet ist, das Wasser in jedem Hallenbade verseuchen kann.

2. Sittliche Gefahren sollen entstehen?

Die Sitten der Menschen sind so verschieden, dass bei einem Volke etwas sittlich ist, was bei einem anderen als unsittlich angesehen wird. Das Primäre ist zunächst einmal die Gesundheit. Es ist alles zu tun, um diese zu wahren, das steht für alle Zeiten



fest. Danach hat sich die Sitte zu richten. Vor 20 Jahren wäre es für jedes weibliche Wesen anstössig gewesen, mit Röcken zu gehen, die auch nur die Spur einer Wade sehen liessen. In keiner Versammlung im überfüllten Saale bei der grössten Hundstagshitze ist es einem Manne möglich, den Rock auszuziehen. Es ist einfach undenkbar, dass ein Mann bei stärkstem Sonnenbrande etwa ohne Aermel oder barfuss durch die innere Stadt gehen könnte. Die Sitte fordert ihr Recht. Im Bade kann er sich **stundenlang** ergehen „fast“ ohne Bekleidung. Der Lehrer, der Beamte oder Angestellte, muss während seines langen Dienstes eingepresst in Hemd, Unterwäsche, Hose, Weste, Rock, Kragen und Krawatte im geschlossenen Raume womöglich mit 30 bis 40 anderen Menschen zusammen seine Arbeit verrichten. Was heisst Sitte? Es ist Sitte, dass in einer Revue „1000 süsse Beinchen“ schöner Mädchen zu sehen sind, die ein durchsichtiges Schleierstückchen ums Geschlechtsteil geschlungen haben, dass Hunderte von Zuschauern durch Operngläser darauf stieren. Der Bauchtanz ist Sitte. Sitte sind alle modernen und halbmodernen Tänze in staubigen Sälen, in denen jedes Kubikzentimeter Luft viele Tausende von Bakterien nachgewiesenermassen enthält. In den 31 Freikörperkulturverbänden Deutschlands, die in einem Reichsverband zusammengeschlossen sind, ist es Sitte, vom März bis Dezember nackt kräftige Gymnastik kürzere oder längere Zeit zu treiben je nach

der Jahreszeit, zu schwimmen, springen, laufen. Jeder muss sich ausziehen, keiner darf zusehen, jeder muss mitmachen! Wer einmal die Sonne alle, aber auch alle seine Körperteile hat bescheinen lassen, seine ganze Haut von Luft und Wasser hat gründlich durchfluten lassen, der weiss, wie wohliger das ist. Wer erlebt hat, welcher guter Ton, welche edle Geselligkeit in jahrelangem Verkehr unter Freikörperkulturmenschen geübt wird, wo jede Zweideutigkeit, jede Anzüglichkeit, jede Zote einfach unmöglich ist wird erkennen, dass gerade bei ihnen die wahre reine Sittlichkeit herrscht, die offen ist und nichts zu verbergen hat vor anderen. Jede Prüderie und Heuchelei ist ausgeschlossen.

Wenn Nacktbaden und Gymnastik in freier Natur, also mit wirklich ganz nacktem Körper, wie das Wort Gymnastik ausdrückt, als Verlust des Schamgefühls und als Anzeichen von Geisteskrankheit nach der Meinung des Bundes für Sexualethik ist, dann wären alle nordischen Völker und die Russen geisteskrank, ebenso die Germanen, die Jahrtausende nackt gebadet haben. Denn erst seit nachweislich etwa 200 Jahren ist die Badebekleidung in Deutschland eingeführt.

Ein an Geisteskrankheit grenzender Gedanke ist es jedoch, dass ein allgütiger und allweiser Gott unter den Hunderttausenden von Lebewesen gerade am Menschen unsittliche Körperteile geschaffen haben soll.

Devermann-Leipzig.



## Entweder — oder!

Bei allein Verdienst des Freundes Seitz für unsere Sache und seine in vieler Hinsicht guten Ausführungen unter dem Titel „Die Wandlungen der Freikörperkultur“ kann ich mich nicht des Eindrucks erwehren, als ob er vor den Gegnern eine Verbeugung macht, genau wie Ungewitter sich früher mit einem Rattenkönig von Nebenbestrebungen dafür entschuldigen zu müssen glaubte, dass der Mensch auch nackt sein darf. Man kann ja Verständnis für die frühere schwierige Situation von Ungewitter und auch bei Seitz für das schwierige Feld Bayern haben. Aber man soll mit den Entschuldigungen Nacktkultur zu treiben, nicht in die alten Fehler verfallen. Es ist doch zur Genüge wenigstens bei den Lichtfreunden bekannt, dass die Kleidung doch mit dem Wert des Menschen nichts zu tun hat und die Kleidermode und später der Kleiderzwang aus allerlei Ursachen entstanden sind, worüber wir weiter nicht streiten wollen. Die Kleidung ist also etwas künstliches, also unnatürliches und da wir natürliche Lebensweise auf unsere Fahne geschrieben haben, so ist es doch selbstverständlich, dass wir Nacktsein überall dort anstreben, wo es mit Rücksicht auf die anders eingestellten Mitmenschen möglich ist. Dabei wollen wir doch einmal eroberte Gebiete nicht wieder preisgeben, sondern im Gegenteil zusehen, noch mehr zu erreichen, so z. B. als fernes Ziel „Freigabe von grösseren Ge-

bieten“ für Nacktwanderungen. Denn wer das Nacktwandern kennt, wird das göttlichfreie zu schätzen wissen. Auch das Nackturnen ist was herrliches und es ist unbegreiflich, wie man da von einer zweckmässigen Turnbekleidung sprechen kann. Für uns ist eine Turnbekleidung schon aus folgenden Gründen zumindest überflüssig:

1) weil sie unhygienisch ist, der Schweiss sich in den Stoff festsetzt und dadurch die Luft verpestet. Bei nicht gut gewaschenen Anzügen kann der Gestank entsetzlich werden.

2) aus ästhetischen Gründen, da wir den schönen Gotteskörper mit bunten Lappen nicht verunzieren wollen.

3) aus seelischen Gründen, weil eine leichte Bekleidung immer aufreizend wirkt und gerade die nobelste unserer Aufgaben ist, die Menschen von einer krankhaften Fantasie zu befreien. —

Unsere Bewegung ist sehr berechtigt, deswegen keine unnötige Angst und weg mit nicht mehr angebrachten Entschuldigungen vor einem Episkopat oder dergleichen! — W. W.

Wir benötigen dringend Anschriften von Persönlichkeiten, die sich für unsere Arbeit interessieren. Wir bitten Sie daher herzlichst um Mitteilung der Ihnen bekannten Persönlichkeiten, damit wir an diese herantreten können mit der Bitte, uns zu helfen.



### Ab von Laurer!

Man hat also die falschen Freundinnen erkannt, die sich einschlichen in den Gedanken der Freikörperkultur. Sie waren trotz ihrer Nacktheit immer gut gekleidet, die Freude und das lachende Leben. Besser einen Fehler offen eingestehen, als ihn verkleistern wollen. Und freuen wir uns mit denen, „die es immer schon wussten“. Freikörperkultur voran! —oge.

### Schuhe auf dem Gelände.

Hans Zick kann nichts dafür, dass er so spricht, er hat wahrscheinlich gesunde Füße. Aber ein Herz hat er sicher auch nicht, denn sonst könnte er nicht so herzlos reden, vielleicht fehlt ihm auch der Körperteil, mit dem man allgemein Verstand entwickelt. Ich glaube, die Schriftleiter haben den Lapsus erst nach Herstellung der Auflage gesehen!? -s.

(Anmerkung der Schriftleitung: Die Ausführungen unter „Hans Zick“ wurden uns von dem Vorsitzenden des RFK, Dr. V. übergeben).

### Freilicht-Nacktspiel.

Wen sollte nicht der Gedanke, den unser —s-Freund im Augustheft aussprach, so erfüllen, dass er seine Mitwirkung versagte. Melden wir uns zur Tat, die wir uns berufen fühlen, künstlerisches zu geben: Schauspieler, Reigen und Ausdrucks-Tänzer, Spielleute, Volk. Vorbereitung zur Tat kann nicht früh genug erfolgen, soll der nächste Sommer die Verwirklichung bringen, die über unsere Kreise hinaus Interesse erregt. Also wir arbeiten mit. B.

### Im Kochbuch

der Frieda Mangold, letzthin hier

besprochen, wird eigentlich noch immer zuviel gekocht oder verkocht. Wer dies Buch in die Hand bekommt, muss schon vieles vorher wissen, namentlich was er zum Kochen nimmt und das ist recht wichtig. Welche Mehle, welchen Zucker, welchen Reis und manches mehr. In zwanzig oder vielleicht hoffentlich weniger Jahren wird man kopfschüttelnd sich dessen erinnern, was wir uns heute — andrehen liessen. Also da erst die Augen auf, dann das unvermeidliche Kochbuch. Und den jungen Mädchen eine Aufklärungs-Viertelstunde in der Schule! Ho.

### „Erika“.

Erika, ein kerndeutsches Lichtmädel wurde gereizt durch ein Inserat im „Lachenden Leben“. Ein junger Lichtfreund suchte eine Lichtfreundin, die 14 Tage mit ihm, in einem Lichtheim, auf seine Kosten, leben und die Strahlen der Sonne aufsaugen sollte.

Erika nahm das liebe Angebot an, billiger konnte sie nicht ihre Ferien verbringen und was sollte auch einem deutschen Mädel Schlimmes in den Weg laufen? Mit frohen schriftlichen Lichtheilgrüssen waren sich beide einig und bestimmten einen Tag und Ort, von wo sie gemeinsam dem Heime zustrebten.

Der Zufall wollte es, dass auch ich mich mit mehreren anderen Gästen für dieselbe Zeitspanne, in demselben Lichtheime aufhielt. Da fast alle Gäste das verlockende Inserat gelesen hatten, und auch der Lichtheimwirt seine Freude über den angesagten Besuch der Beiden nicht für sich behalten



konnte, kündigte er uns die Ankunft an und wir waren voller Spannung und übermütiger Laune. Sie kamen an, aber schon auf den ersten Blick konnte man sehen, dass sie nicht zusammenpassten, er fühlte sich beengt und unbehaglich, weil er wohl etwas anderes erwartet hatte, vielleicht nicht so viele Augen, sie lächelte überlegen und schalkhaft. Der Wirt wandte nicht nur alle Vorsichtsmassnahmen an, indem er Platzmangel vorschützte und Schlafgelegenheit in 2 verschiedenen Häusern beschaffte, sondern er gesellte die Beiden auch an einen Tisch, den ich bisher mit meiner Familie teilte und ich bekam deshalb 2 neue Tischgenossen. Die Natur hat mich mit der Gabe eines etwas stark satirisch-stechenden Sinnes ausgestattet, ich neige zu dem Uebel (?) des Foppens, des Aergerns, des Anpflaumens, des Stichelns usw., habe aber nebenbei die gute Gabe, nicht beleidigend zu wirken, sondern alle diese Uebel mit etwas Humor zu umkleiden.

Der erste Tag verlief ruhig und still, wir berieselten uns gegenseitig und sondierten, suchten nach verwundbaren Stellen und schwachen Seiten. Der zweite Tag war schon lebhafter und brachte ungewollt das erste Bekenntnis. In der Annahme, dass sich zwei Weggenossen mit dem vertraulichen „Du“ anreden, was bei unseren Beiden nicht geschah, fragte ich plötzlich, als ich wieder ein „Sie“ hörte: „wie duzt ihr beide euch nicht, ich denke doch, ihr seit Brautleute?“, worauf er patzig hereinfiel und die Antwort gab: „nein, wird sind Freund

und Freundin“. Erika hatte Spass, sie lachte abseits und still vergnügt. Später flüsterte sie mir zu, ich sei ein grosser Anpflaumer. Da sie selbst einsah, dass er ihr nicht gewachsen war und sich sehr knabenhaft anstellte, liess sie ihn ihre höhere Gesinnung bald fühlen, wovon er nur wenig merkte. Am dritten Tage kam ein Selbstverrat, es stellte sich nämlich heraus, dass er verheiratet und Vater von 2 Kindern war, seine Frau war angeblich noch nicht reif für Licht- und Sonnenbäder und seine Kinder waren wohl noch zu klein, sie tranken noch Muttermilch und hatten weitere kindliche Untugenden, die den übrigen Lichtkindern nicht eigen sind. Ach ja, es ist immer gut, wenn man um Ausreden nicht verlegen ist. Die folgenden Tage verliefen ähnlich wie die vorhergehenden, nur stellte sich eine schnelle Rötung der Haut beim ersten Sonnenbade ein, die unserem neuen Lichtfreunde viele Sorgen machte und ans Bett fesselte, ob in seinen Träumen die Freuden eines Lichtmenschen wiederkehrten, entzieht sich meiner Kenntnis. Ich freute mich schliesslich, als er sich unseren Augen entzog und seine 14-tägigen Ferien hoffentlich zu einer sittlichen Kur umgestaltete. — Welche Nutzanwendungen werden die in Frage kommenden Zeitschriften aus dieser Begebenheit ziehen? Werden die kleinen Inserate bald verschwinden? ? ? Merkt's Euch! Schönheit — Freude — Lachendes Leben —!

Arnim



## Die schwarze Stimme.

Im „Simplizissimus“ findet sich folgende Notiz:

„Der gesamte Welt- und Ordensklerus des Stadtdekanates Ingolstadt erhebt hiermit Protest gegen den Beschluss des Stadtrates Ingolstadt auf Errichtung eines Familien (Gemeinschafts)-Bades, weil dieses den alle Katholiken im Gewissen verpflichtenden Richtlinien der deutschen Bischöfe in den modernen Sittlichkeitsfragen (VIII, Ziffer 2) offen widerspricht. Es gereicht, wie wir bestimmt wissen, dieser Schritt unserem allverehrten Diözesenbischöfe, der sich dessen von Ingolstadt am wenigsten versehen hätte, zu besonderem Schmerze. Der Klerus bittet die katholische Bevölkerung, die noch treu zu ihren Bischöfen stehen will, alle Badegelegenheiten, die den Anforderungen des christlichen Sittengesetzes nicht entsprechen, für sich und ihre Familienmitglieder zu meiden.“

Nicht aus dem Pergament des vierzehnten Jahrhunderts, sondern aus der Ingolstädter Zeitung vom 30. Juni 1927.

## Schon wieder ein Beethoven-Denkmal.

Unlängst stritten sich Menschen darum. Erst sollte ihm eins gesetzt werden. Dann fiels ins Wasser. Dann krähten die andern doch so lange drum. Schliesslich kams durch. 30 000 Mark sollte es kosten. Da steht es nun und glänzt in der Sonne. Und die Menschen gehen vorbei und schauen — auf die Uhr. „Papi, wer ist der weisse Mann?“ „Der?“ „Das ist

Goethe oder — pass auf Dein Kleid auf, Fratz!“ „Wo treffen wir uns — beim Denkmal — am Eck dort? Ja, Gell!“ Fünftausend und mehr Familien wohnen in einer Groszstadt zu fünfen aufwärts in einem einzigen Raum. Und was für einem! Aber Stadtväter ereifern sich: Beethoven das 827ste Denkmal zu setzen. Ob sie schon mal eine Symphonie von ihm gehört haben? Dann würden sie sich schämen, ihn so geschmacklos auf einen öffentlichen Platz zu stellen.

Oder es war doch ein gutes Geschäft!  
R.

## Höhensonne!

Von F. K o r t, Leiter d. künstl. Höhensonnenbades „Aktis“.

Mutter Sonne hat es diesen Sommer mit den Lichtmenschen recht stiefmütterlich gemeint. Der Lichthunger ist noch lange nicht gestillt und schon ist der Herbst da und ein langer Winter in Aussicht. Glücklicherweise kann man jetzt durch die Technik einigermaßen die Natur ersetzen. Einigermassen, sage ich, denn das Herumtollen (bei Sport und Spiel) im Lichtgewand in der freien Luft ist durch sie nicht zu ersetzen, wohl aber die Sonnenbäder an sich. Deshalb bieten die Bünde dem Beispiele der Berliner Bünde folgend, ihren Mitgliedern jetzt an vielen Orten im Winter künstliche Höhensonnenbäder. Demjenigen, der zuerst Höhensonnenbestrahlung nimmt, fällt besonders auf, dass er gar keine oder nur geringe Wärme verspürt und doch wirkt eine halbstündige Höhensonnenbestrahlung so viel, als läge man einen ganzen Tag in



der heissen Sonne. Wie geht das zu? — Das ist folgendermassen zu erklären. Bekanntlich besteht das Spektrum der natürlichen Sonne aus 7 sichtbaren Teilen, die sich in den sieben Regenbogenfarben von rot-violett dem Auge bemerkbar machen. Jede Farbe hat eine bestimmte Wellenlänge, am längsten und wärmsten rot und am kürzesten und relativ kältesten violett. Aber jenseits rot und violett hat das Sonnenlicht noch weitere unsichtbare Strahlen, jenseits rot die Wärmestrahlen ultrarot und jenseits violett die kalten Strahlen, das Ultraviolett. Und gerade die letzteren sind es, die die günstigen Wirkungen auf die Haut ausüben und die Rötung und darauffolgende Bräunung hervorrufen. Die wirksamen ultravioletten Strahlen sind aber so empfindlich, dass sie in dem Russ und Dunst der Grosstadt zum grössten Teil absorbiert werden und nur im Hochgebirge und an der See zur vollen Geltung kommen.

Das Spektrum der künstlichen Höhensonne, deren Licht durch im Vacuum zum Glühen gebrachte Quecksilberdämpfe erzeugt wird, besteht nun vorwiegend aus den kurzwelligen ultravioletten Strahlen. Wegen ihrer Empfindlichkeit muss die luftleere Röhre, in der das Licht erzeugt wird, aus Quarzglas bestehen, weil anderes Glas die wirksamsten Strahlen einfach verschlucken würde.

Wie wirkt nun die künstliche Höhensonne auf den Körper? Im allgemeinen ebenso wie die natürliche Sonne, besonders im

Hochgebirge und an der See, nur noch schneller und stärker. Das Empfangs- und Vermittlungsorgan ist die Haut, deshalb soll ebenso wie bei der natürlichen Sonne auch der ganze nackte Körper bestrahlt werden. Durch die Bestrahlung der Haut wird eine vermehrte Durchblutung derselben bewirkt und dadurch erfolgt ein vermehrter Stoffwechsel, eine Entgiftung des Körpers, eine Anreicherung des Blutes mit Sauerstoff, eine Entlastung des Herzens und verbesserter Blutkreislauf, eine Vermehrung des Hämoglobingehaltes des Blutes, eine Kräftigung der Abwehrkörper (Antitoxine) im Blut, eine Vermehrung der inneren Sekretion (womit ein Verjüngungsvorgang verbunden ist) und manches andere. Diese Vorgänge wirken so günstig auf das Allgemeinbefinden, dass die künstliche Höhensonne in den Ruf gekommen ist, man könne mit ihr alle Krankheiten heilen. Das trifft nun leider nicht ganz zu, man könnte höchstens sagen, sie ist als Hilfsmittel für die meisten Krankheiten anzuwenden. Aber bei recht vielen Krankheiten genügt sie allein zur Heilung, besonders, wo es sich darum handelt, die natürliche Heilungstendenz des Körpers zu unterstützen. Vor allem aber dient sie dazu, Krankheiten zu verhindern und das ist mit der Hauptzweck der natürlichen Sonnenbäder im Sommer und der Sonnenabende im Winter. Zum Schlusse möchte ich nochmals davor warnen, bei den ersten Abenden die Dauer der Bäder zu übertreiben, da man, wie ich schon erwähnte, keine Hitzewir-



kung verspürt. Die Wirkung kommt erst einige Stunden oder einen Tag später. Also am ersten Abend etwa 10 Minuten, dann 20 u. s. w. Wer wöchentlich 1—2 mal an den Sonnenabenden teilnimmt, wird am Ende des Winters genau so frisch und blühend aussehen, wie jetzt am Ende des Sommers und hat die Aussicht, im Winter von manchen Krankheiten verschont zu bleiben. Vor allen Dingen gilt dies für Frauen und junge Mädchen, für die Sonnenbäder besonders wichtig sind.

Vor den künstlichen Höhensonnenbädern darf die Haut nicht eingeölt oder eingefettet werden, denn durch die geringste Fettschicht werden die wirksamsten Ultraviolettstrahlen aufgesogen.

Diese kurzen Ausführungen sollen das Wesen der Höhensonne nicht erschöpfend behandeln, sondern sie wollen nur für die im Oktober wieder beginnenden Höhensonnenabende der Freikörperkulturverbände ein Geleitwort sein, damit Schäden vermieden und gute Erfolge erzielt werden.

### Geschäftliches.

Das Reformhaus Gesundheits-Zentrale gemeinn. G. m. b. H., Berlin W. 9, Linkstr. 40, hat ihr Geschäftslokal bedeutend erweitert. Wir machen unsere Leser darauf aufmerksam, dass die Gesundheits-Zentrale gemeinnützig arbeitet. Die erzielten Gewinne werden an lebensreformische Verbände und Unternehmen zur Förderung der Lebensreformbewegung verteilt.

Wir empfehlen das Unternehmen der Beachtung unserer Leser.

### Briefkasten

M. L. Wenn Sie die Artikel unserer Zeitschrift gelesen hätten, würden Sie uns die Einsendung nicht gemacht haben. Wir dienen Bestrebungen, die sich auf Lebensreform in allen Dingen beziehen. In den ersten Heften des Jahres sind diese Ziele ausdrücklich genannt. Natürlich nehmen wir auch Erzählungen, Glossen, Satyren usw., wenn sie eine erneuernde Einstellung haben. Also bitte keine Magazin- oder Detektiv-Geschichten. Dagegen literarische Leckerbissen jederzeit.

\*

G. S. Wir freuen uns, dass Sie unsere Zeitschrift immer mit Spannung erwarten und bedauern, Sie diesmal so lange auf die Folter gespannt zu haben. Die genannten Gebiete, werden bei Möglichkeit nach und nach besprochen. Platzmangel drängt unser eigenes vielseitiges Wollen zusammen.

\*

E. St. Wir verweisen Sie auf das sehr interessante Buch von Dr. Drews-Sommer, die natürliche Ernährung, das auch in einer kleinen Ausgabe erschienen ist. Auch die Schriften von Drebbler geben wertvolle Aufschlüsse. Beide Autoren stehen auf dem Boden der möglichen Ausführung.



## Mitteilungen der Bünde.

Durch das unerwartete und in den Tatsachen nicht begründete Vorgehen eines Herrn Seitz (2. Vors. im RFK), der vor einigen Monaten nach Berlin übersiedelte, ist eine Mitteilung an Bünde im RFK ergangen, deren Inhalt nach der Ansicht der meisten Empfänger den Geschäftsführer der RFK übermässiger und unberechtigter Ausgaben bezichtigt.

Ein Beweis für die ausgesprochenen Verdächtigungen ist nicht erbracht, die in dem Schreiben angeführten Einzelheiten zeigen vielmehr, dass der Geschäftsführer trotz grösster Schwierigkeiten der bekannten Art es verstanden hat, den RFK auch in seinen Finanzen zu sanieren und die Schulden des RFK abzuführen, wie er auch nach aussen Wachstum und Ansehen des RFK in erheblichem Umfang gefördert hat.

Die in dem erwähnten Rundschreiben getroffenen „Anordnungen“ widersprechen teils den Satzungen des RFK, teils dem Verlagsvertrage. Sie sind rechtsungültig und rechtsunwirksam und werden von der satzungsgemässen Geschäftsstelle des RFK nicht anerkannt. Ein Streit in breiter Öffentlichkeit dürfte aber unserer Bewegung kaum förderlich sein. Andererseits muss eine völlige Klarstellung des Falles Seitz erfolgen, damit nicht unsere Sache in irgendeiner Form belastet bleibe.

Klarheit und Sauberkeit bis auf den Grund der Seele ist für wahre Lichtfreunde eine Selbstver-

ständlichkeit. Der Geschäftsführer des RFK stellt daher

jedem Mitglied aus jedem Bunde im RFK sämtliche Unterlagen, Bücher usw. über Einnahmen und Ausgaben des RFK im Rechnungsjahr 26-27 ohne Einschränkung während der Geschäftsstunden zur Verfügung.

Ausgenommen sind nur die wenigen Führer, die sich in unverantwortlicher Weise an den Angriffen gegen den (bisher nicht gehörten) Geschäftsführer beteiligt haben. Hierbei wird lediglich verlangt, dass die Einsichtnehmenden eine eidesstattliche Erklärung über das Gesehene (auch wenn es zu Beanstandungen Anlass geben sollte) in der Geschäftsstelle zu Protokoll geben.

Damit ist für jeden einwandfrei Denkenden die Möglichkeit gegeben, sich ein ungetrübtes Urteil zu bilden.

Um darüber hinaus den nicht in Berlin ansässigen Freunden die Möglichkeit genauester Orientierung zu geben, wird in einem besonderen

### Weissbuch

eine aktenmässige Darstellung des Falles Seitz, seiner Unterlagen und Vorgänge gegeben. Dieses Weissbuch ist mit Rücksicht auf den unerfreulichen Eindruck, den einige Vorfälle in der Allgemeinheit machen könnten, der Öffentlichkeit nicht zugänglich, sondern wird nur an Mitglieder der Bünde im RFK abgegeben. Das Heft kann bei Voreinsen-



dung von 20 Pfg. zuzüglich Porto und bei genauer Angabe von Bund und Mitgliedsnummer von der Geschäftsstelle, Berlin SW. 68, Zimmerstr. 94 bezogen werden.

Es ist zu hoffen, dass die starken, gesunden Kräfte in unserer Bewegung üble Folgen der

„Seitziade“ nicht aufkommen lassen. Der Geschäftsführer wird nach wie vor sein ganzes Streben dahin richten, unsere Bewegung und den RFK nach besten Kräften zu fördern.

Dr. Morenhoven.

### **Alpenklub „Sonnenfreunde“**

**Geschäftsstelle:** Innsbruck-Hötting, Probstenhofweg 3, part., Tirol.

**Werbeleiter:** Anton Putz zu Adlers-  
thurn, Schriftsteller, München 8,  
Rosenheimer Str. 100 I.

Neuanmeldungen nimmt der Werbeleiter entgegen. (Aufnahmegebühr 1 M.) Gäste wollen sich an die Geschäftsstelle wenden. Alle zweiten Sonntag im Monat Ausflug zur Klubhütte. Anfragen sind an die Geschäftsstelle zu richten.

Es wird auf den Roman unseres Werbeleiters „Die Insel der Nackten“ hingewiesen. Das Entgegenkommen des Klubs (Zutritt zum Gelände) bezieht sich ausschließlich nur auf Mitglieder des R.F.K. Allen Anfragen (Geschäftsstelle) sind stets 20 Pfg. in Briefmarken für Rückporto beizulegen. Anfragen ohne Rückporto können nicht beantwortet werden.

### **Arbeitsgemeinschaft Berliner Bünde für Freikörperkultur. (Freikörperkulturbund Berlin FKB, E. V.)**

Anmeldungen in der Geschäftsstelle, Zimmerstrasse 94 (Fernruf: Zentrum 8783) möglichst in den Sprechstunden (Montags, Donnerstags, Freitags 5-7) oder nach vorheriger Vereinbarung.

Der Mitgliedsbeitrag beträgt 1 Mark im Monat. Die Zeitschrift „Die Freikörperkultur“ erhalten die Mitglieder kostenlos. Ein-

trittsgeld wird für die vorl. Mitgliedschaft nicht erhoben. Parteipolitische, konfessionelle oder andere zu Zwistigkeiten führende einseitige Betätigung ist innerhalb der Arbeitsgemeinschaft unzulässig.

Gastkarten nur unter Bürgschaft eines Mitgliedes.

Für die angeschlossenen Bünde gelten besondere Aufnahme- und Beitragsbedingungen.

### **Gelände:**

Das Gelände in Kallinchen ist am Seeufer durch Hinzupachtung wesentlich erweitert worden. Eine Hütte mit Schlafgelegenheit nach Art der Jägerhütten ist aufgestellt worden, weitere Hütten der gleichen Art sowie Schutzhallen zur Unterkunft bei schlechtem Wetter sind in Aussicht genommen. Der Bau eines grösseren Freilufttheaters wird noch vor Beginn des Winters begonnen, da die Uraufführung eines Freilichtspiels für das Frühjahr geplant ist.

Den Anträgen betr. Aufstellung von Hütten ist genaue Lagebezeichnung und möglichst Bauskizze beizufügen.



### F a h r t e n :

Wenn bei ungünstigem Wetter der Aufenthalt auf dem Gelände nicht mehr in Betracht kommt, werden Fahrten angesetzt. Näheres durch Fahrtwart Fritz Eltz und Geschäftsstelle.

### S c h w i m m b ä d e r.

Im Wellenbad im Lunapark findet jeden Sonnabend von 7-9 Uhr ein Morgenbad mit Gymnastik statt. Eintritt 50 Pfennig. Zutritt haben nur Mitglieder der Arbeitsgemeinschaft und der angeschlossenen Vereinigungen, Schulen usw. Ausser Badehauben (für weibliche Teilnehmer) ist jegliche Bekleidung unzulässig.

Nach dem Bad Gelegenheit zum Frühstück.

An anderen Tagen haben die Mitglieder gegen Vorzeigung des Ausweises (graue Karte) Zutritt zum Wellenbad zum ermässigten Preise von 50 Pfennig (statt 1 Mark). Bei diesen Gelegenheiten ist jedoch Badebekleidung zu tragen.

Das Lunabad hat eine Schwimmbahn von 46 m Länge und 15 m Breite. Es ist das grösste und modernste Bad Berlins. Das Wasser hat keinen Chlorgeruch und wird während der Nacht erneuert, sodass für das Morgenbad unbedingt einwandfreies Wasser zur Verfügung steht.

Verbindungen: Stadtring (Bahnhof Halensee). — Autobus 1 u. 2. — Strassenbahn 76, 76E, 176, 78, 79, 79 E. — Eingang Bornimerstr. 91.

### H ö h e n s o n n e.

Im Oktober beginnen wieder

die Höhensonnenabende im künstl. Höhensonnenbad „Aktis“, Belle-Allianceplatz 6a (genau Platz und Nummer merken) und zwar Montags von 8-9 Uhr abends. — Pünktliches Erscheinen ist erwünscht, da kurz nach 8 Uhr das Haus geschlossen wird. Die Beitragsgebühren sind die gleichen wie im vorigen Jahre, nämlich 1 Mark für Erwachsene und 50 Pfennig für Jugendliche bis 16 Jahre einschliesslich. Nach 4 Karten gibt es eine Freikarte. Zugelassen sind die Mitglieder aller der Arbeitsgemeinschaft angeschlossenen Verbände und die Einzelmitglieder der Arbeitsgemeinschaft (graue Karte) aber nur mit Ausweis. Gastkarten haben für die Höhensonnenabende keine Gültigkeit.

### G y m n a s t i k.

Fachschaft für Gymnastik. Kindergymnastik mit Musikbegleitung jeden Mittwoch 4—5 Uhr für Kinder von 3—12 Jahren. (keine Bekleidung). Leiterin Maja Tips.

Labangymnastik im Sinne der Freikörperkultur. In der Tanz- und Gymnastikschule Hertha Feist (Dipl.) Halensee, Georg Wilhelmstr. 9-11, werden von November ab Labankurse für beide Geschlechter eingerichtet. Auskünfte, Meldungen bei Hertha Feist (Uhland 2894) oder Geschäftsstelle (Zentrum 8783) vgl. auch Lichtgruppe im „Rhythmus“.

Fachschaft für allgemeine Leibesübungen.

Fechtkurse. Jeden Mittwoch 8 bis 10 Uhr abends Florettfech-



ten ohne Bekleidung für beide Geschlechter. Leitung: Fritz Eltz.

Fachschaft für Musik.

Orchester sowie wahlweise Trio, oder Quartett, jeden Freitag abds. 7½ U. im Hause Zimmerstr. 94.

Chor (gemischter Chor) jeden Donnerstag abds. 7½ ebenda.

Weitere Meldungen musikalisch Begabter zu Chor und Orchester erwünscht.

**Technische Fachschaft.**

Auf dem Gelände Kallinchen wird ein neuer Sportplatz angelegt. Die Vorarbeiten beginnen noch in diesem Jahre. Arbeitsfrohe und gewandte Helfer melden sich bei dem Leiter der technischen Fachschaft, Alfred Löchert, NW. 87, Sickingenstr. 4 oder in der Geschäftsstelle.

Für die Uraufführung eines Freilichtdramas, die im Frühjahr 1928 stattfindet, werden schauspielerisch Begabte und Mitglieder für den Sprechchor gesucht.

Es werden in Verbindung mit dem Jugendamt der Stadt Berlin alkoholgnersische Jugendführerschulen eingerichtet werden. Wir bitten unsere Mitglieder, die bereit sind, an den Abenden mitzuwirken — als Vortragende oder als Helfer — uns dies mitzuteilen.

#### **Lichtbilder.**

Auf mehrfache Anregung ist zum Entwickeln und Kopieren von Lichtbildern eine eigene Stelle geschaffen worden, die von fachkundigen Mitgliedern bedient wird und alle einschlägigen Arbeiten zu den üblichen Preisen gewissenhaft ausführt. Gesucht wird ein Vergrößerungsapparat (elektr. Anschluß 220 Volt). Auskünfte Geschäftsstelle FKB.

### **Bund der Licht- und Naturfreunde.**

Obmann: Wilhelm Mlehe, Berlin-Wilmersdorf, Wiesbadener Str. 46 III. Fernruf Rheingau 3644.

Der Monatsbeitrag beträgt eine Mark, Ermäßigung ist für später in Aussicht genommen.

Die Wartezeit der Gäste wird auf ein Jahr festgesetzt. Die Dreiviertelmehrheit der Vollversammlung entscheidet endgültige Aufnahme.

Da die zur Verfügung stehende Hütte für die Jugendlichen nicht mehr ausreicht, wird im Frühjahr des kommenden Jahres eine zweite Hütte errichtet.

Für den Herbst sind Pflanzungen und Planierungsarbeiten in Aussicht genommen. Arbeitskräfte herzlich willkommen.

### **Bund für Körperkultur und Wassersport.**

Anschrift: Fritz Eltz, Berlin SW. 61, Möckernstr. 140.

Auf mehrere Anfragen wird mitgeteilt, daß Besitz eines Bootes u. dergl. nicht Voraussetzung für die Mitgliedschaft im B.K.W. ist. Sportfreudige und körperlich geeignete Mitglieder werden nach Möglichkeit in verschiedenen Arten des Wassersportes ausgebildet.

In dem Bootshaus an der Havel können Boote bis zu 6 m Länge, also die Paddelboote und kleineren Skuller in verschlossenen Ständen untergebracht werden. Andere Boote kommen auf die regulären Stände in der Halle.

### **Bund für Körperkultur Bunzlau.**

Arthur Jaehne, Markt 36 II.

Rundschriebe und die Freikörperkultur, werden auf Wunsch auch in verschlossenen Umschläge versandt. Hierfür entstandene erhöhte Postgebühren gehen zu Lasten des Mitgliedes.

Für Gäste kann wenn sich mindestens zwei Mitglieder verbürgen, Gästekarte durch die Geschäftsführung angefordert werden; die-











selben unterwerfen sich den Geländevorschriften.

### **Freikörperkulturbund Leipzig, E. V.**

Führer und Vorsitzender: Georg Goerß, Leipzig-Leutzsch, Barnecker Straße 29 II.

Postscheckkonto Leipzig Nr. 3263.

Jeden Sonntag Treffen auf dem Gelände an der Batzschke, daselbst Sport, Spiel und Gymnastik.

Jeden Freitag ab 8 Uhr abends Höhen-sonnebestrahlung in der „Natura“, Emilienstraße 36. Preis pro Person M. 0.50.

Teilnehmer wollen sich Montags vorher bei Freund Diederich anmelden.

Jeden Sonnabend Zusammenkünfte der Jugendgruppe abends 7.30 Uhr Sport, Spiel und Gymnastik, ebenso am Montag, den 31. 10. (Reformationsfest.)

Alle anderen Montage Unterhaltungsabend mit musikalischen Darbietungen 20 Uhr abends im Frauenklub, Felixstr. 6 I. Gäste herzlich willkommen!

Jeden Mittwoch und Sonnabend ab ½16 Uhr Gymnastik im Eutritzscher Bad.

Im Jugendheim, Leipzig C 1, Mühlenstraße 14. Programm: 1. 10: Menschenkenntnis, 8. 10: Bunter Abend, 15. 10.: Fahrtenaustausch, 22. 10.: Liederabend, 29. 10.: Verbotenes und Erlaubtes auf der Fahrt, 5. 11.: Menschenkenntnis, 12. 11.: Die Neue Wohnung, von Bruno Taut. —

Montag, den 14. 11. 1927: Mitgliederversammlung im Heim, Felixstraße 6. Beginn pünktlich 20 Uhr! Nur für Mitglieder!

Benutzt unser Postscheckkonto Leipzig 3263.

### **Lichtbund, Vereinigung für Lebenserneuerung.**

Bundesleitung: Alfred Krebs, Barmen, Bismarckstr. 87.

Die Wanderungen werden jetzt wieder aufgenommen. Auch sind Zusammenkünfte an einzelnen Abenden

geplant, jedoch fehlt hierfür vorläufig noch ein geeigneter Raum.

Sonntag, den 16. 10. 27. Tageswanderung. Hohenlimburg—Wiblingwerde—Dahl. Abfahrt mit Sonntagsfahrkarte Elberfeld H. B. um 7.05 Uhr, Barmen H. B. 7.17 bis Hohenlimburg.

An den übrigen Sonntagen bei passender Witterung stets Treffen im Luftbad. Dort Spiel und Singen.

### **Lichtgruppe im „Rhythmus“- Gymnastikbund E. V., Berlin.**

Vors.: Elsa Hahn, Berlin SO, Wiener Straße 1-t

Montag ½8—10 Uhr: Gymnastik in der Turnhalle Prinzenstr. Nr. 51.

Wer 3 Monate im Rückstand mit Beiträgen ist, wird gestrichen.

Neue Karten sind ausgegeben, die alten nicht mehr gültig. — Karten sind abzuholen bei Vorstand oder Geschäftsstelle.

### **Licht-Luft-Gesellschaft, E. V., München.**

**Vereinigung für Volksgesundheit und  
Siedlung.**

Vors. Jos. Rötzer, München, Sophienstr. 5 b. G. G.

Jeden Dienstag abends 7 bis 8 Uhr Saal-Gymnastik unter fachgemäßer Leitung. Außer Cache-Sexe keine besondere Bekleidungs-vorschrift. Getrennte Auskleide-räume. Dampfheizung. Douchen, Gästebeteiligung. Keine Zuschauer. Anmeldung b. Vorsitzenden, Damen können sich auch bei dessen weiblichen Beirat melden: Frau Käti Haupt, Paul-Heyse-Str. 8, Rückgebäude II (Büro).

Gastgebühr pro Abend 50 Pfg. Jedes Mitglied möge wenigstens einen männlichen oder weiblichen Gast gewinnen.

Im Frühjahr wieder Freikörperkultur in den Freiluftbadeanlagen der Gesellschaft. Neuaufnahmen nur ab März. Im Herbst und Winter Vor-merkungen.



Der Monatsbeitrag für Mitglieder ist M. 1.50. Alle Mitglieder, Herren wie Damen, sind zu reger gesunder Mitarbeit an der Verbesserung und Verschönerung der gesellschaftlichen Luftbadeanlagen in den Herbst- und Wintermonaten eingeladen. Gemeinsame Fahrten, auch unter Gästebeteiligung.

## **ORPLID, Bund für Geistes- und Körperkultur, E. V.**

### **Sitz: Darmstadt.**

Bundesleitung: Dr. Hans Fuchs,  
Darmstadt, Rheinstr. 8.

#### **I. Ortsgruppe: Darmstadt.**

4. 10. 27. Erster Nestabend im Feierabend, Stiftstraße 51. (Mitgliederversammlung). Es soll entschieden werden u. a. über die Ausgestaltung der Nestabende, Bildung einer Musikantengruppe, Wanderungen im Winter.

18. 10. 27. Mozartsaal abends 8¼ Uhr: Vortrag Freundin Mülhause-Vogeler (Frankfurt a. M.) „Die Ehe als Kulturproblem“. Eintritt für Mitglieder frei! (Schwimmen fällt an diesem Abend aus!)

Der Besuch folgender, nicht im Rahmen des Bundes stattfindender Vorträge wird dringend empfohlen:

14. 10. 27. Mathildenhörsaal (Dieburgerstr.) abends 8¼ Uhr: Dr. Ludwig Klages: „Handschrift und Charakter“.

25. 10. 27. Fürstensaal (Grafenstr.) abends 8¼ Uhr: Rudolf v. Delius: „Philosophie der Zukunft“.

Wegen der Gymnastik ergeht nähere Mitteilung im ersten Nestabend.

Schwimmen wie seither.

Treffen auf dem Luftbadeplatz Mittwochs und Samstags nachmittags sowie Sonntags.

#### **II. Ortsgruppe: Frankfurt a. M.**

Anschrift: Heinz Blek, Wittelsbacher Allee 45.

3. 10. 27: Freundin Grete Kitz: Rhythmische Seelengymnastik, System Mulford.

10. 10. 27: Freund Wollgarten: Brasilien, Land und Leute.

17. 10. 27: Herr Volkshochschullehrer Pfr. Clemens Taesler spricht über „Liebe und Ehe im Lichte der Philosophie: „Vollzähliges Erscheinen dringend erbeten.“

24. 10. 27: Freund Karl Wilmes: Erlauschtes und Erschautes von der Waterkant.

31. 10. 27: Freundin Grete Kitz: Schweizerfahrt mit Lichtbildern.

Jeden Samstag in der Turnhalle, Weberstraße 38.

Von 19.30—20.30 Uhr pünktlich Gymnastikunterricht, anschließend bis 22.00 Uhr Kürturnen und Spiele.

**Der Gymnastikabend am Samstag, den 15. 10. 27 fällt aus.**

Das diesjährige Anschwimmen gemeinsam mit einem hiesigen Sportverein in der Städt. Schwimmhalle findet voraussichtlich am 5. 10. 27 statt. Näheres wird noch in den Nestabenden bekanntgegeben.

#### **III. Ortsgruppe: Wiesbaden.**

Anschrift: Frau Magda Müller, Jahnstraße 3.

Die Mitgliederversammlung hat einen neuen Vorstand gewählt:

Hermann Lingohr, Vorsitzender,  
Fr. Magda Müller, Schriftführerin,  
Frl. Helmar Seewald, Kassiererin.

Nun soll's mit frischem Mut und neuen Kräften an die Winterarbeit gehen.

Im Luftbad Walkmühlstr. 15 treffen wir uns während der Wintermonate Sonntags von 11 Uhr an.

Die Nestabende mit Vorträgen, Sang und Spiel sind Dienstags abends abwechselnd bei der Freundin Müller und den Freunden Horn. Hier können Gäste und Interessenten eingeführt werden.

Wegen Wanderungen und Gymnastikkursen ergeht Ortsgruppenrundschrift.

#### **Ring Stuttgart.**

Führer: Erich B. Wagner, Neckarstraße 33 a.

Jeden ersten und dritten Freitag im Monat 8 Uhr Nestabend mit Vortrag. Jeden Dienstag abends 8 Uhr Gymnastik. Allmonatlich eine Wanderung; an den übrigen Sonntagen Treffen auf Lichthöh. Zwar zeigte sich der Sommer uns lichthungrigem Volke nicht oft gewogen, doch haben



wir von unseren Lichthöh-Tagen und Wanderungen viel Gewinn mit heimtragen dürfen. —

In einer schönen Sommernacht loderten auf unserer Lichthöh die Flammen der Sonnwend: leuchtende Gedanken aus der Finsternis mißverständener Kultur. —

Es kommt immer wieder darauf an, daß wir uns starkem Erleben bereitwillig aufschließen. An all unserem Tun habe das Herz Anteil!

### **Sonnenfreunde Hannover.**

#### **Bund froher Menschen für Körperkultur, Wandern und Naturschutz.**

Bundesleitung Walter Köster, Hannover, Lutherstr. 21. Vertr. Alexander Zierhut jr., Hannover, Georgstr. 15.

In der letzten Mitglieder-Versammlung mußte leider eine Neuwahl der Bundesleitung vorgenommen werden. Da unser lieber Paul Meißner erklärte, wegen starker Ueberlastung sein Amt niederlegen zu müssen. Es ist wohl keiner im Bund, der nicht bedauert, daß wir diesen tüchtigen Führer verlieren und sei ihm an dieser Stelle noch ausdrücklich der Dank der Mitglieder ausgesprochen, für das, was er in selbstloser Weise für den Bund geleistet hat.

Als erster Führer wurde gewählt: Walter Köster, Hannover, Lutherstraße 2, als zweiter Alexander Zierhut jr., Hannover, Georgstr. 15. Als Kassierer erfolgte einstimmige Widerwahl unseres Freundes Ernst Meyer.

Es ist zu berichten, daß der Besuch unseres Geländes im Verhältnis zu unserer Mitgliederzahl ein sehr reger ist. Es herrscht stets ein frohes Treiben, das durch das günstige Wetter der letzten Zeit ermöglicht wurde. Unser lieber Fedor sorgt dafür, daß der Faustball und sonstige Bewegungsspiele nicht zu kurz kommen. Auch Gymnastikkurse sind eingeführt worden und wird unsere liebe Erni in die Hand nehmen. Ebenfalls wird sehr fleißig gebadet, es sind richtige Wasser-raten unter uns. Man freut sich, wenn man abends bei der Heimfahrt hört, wie sich die Mädels bereits wieder nach dem nächsten Sonntag sehnen. Ein prächtiges Geschlecht muß das werden.

Die Nestabende sollen jetzt auch anregend gestaltet werden. Nach den geschäftlichen Bundesangelegenheiten soll ein Vortrag gehalten werden, der unsere Bestrebungen etc. behandelt, hieran schließt sich eine Aussprache. Der Beschluß des Abends soll aus Gesang mit Lauten- oder Zitherbegleitung bestehen. Wir fordern die Mitglieder zur regen Mitarbeit auf.

-----  
Nach dem Protokoll des VT Darmstadt, das am 2. September in der Geschäftsstelle einlief, ist ein neuer Prüfungsbericht zu veröffentlichen. Er lautet wie folgt:

#### **P r ü f u n g s p r o t o k o l l.**

Berlin, den 5. August 1927.

Die heutige Prüfung der RFK-Bücher erstreckte sich auf folgende Konten:

Bareinnahmen,  
Postscheckkonto,  
Mitgliederbeiträge,  
Bundesabrechnungen,  
Nadelkonto und Portobuch.

Die vorgenommenen Stichproben ergaben, dass die Führung der Konten zu Beanstandungen keinen Anlass gab. Sowohl die Eintragungen als auch die rechnerische Richtigkeit derselben, waren einwandfrei.

gez.: Dattan.

Berlin, den 18. September 1927.

Die Abrechnungsblätter der Bünde Freikörperkulturbund Dessau, Bund d. Lichtfreunde, München und Neusonnlandbund Berlin für das Jahr 1926-27 sind von seiten dieser Bünde unvollständig eingegangen, die Nachprüfung konnte deshalb an diesen Stellen nur unvollständig erfolgen. Im übrigen schliesse ich mich obigem Prüfungsprotokoll an.

gez.: Adolf Günther.



## Unsere Bilder.

Tafel XIX bringt „Spiegelbild“, phot. Dr. Jordan-Magdeburg, und

„Ruhepause“, phot. Schanewitzki-Berlin, Tafel XX „Im Heidekraut“, phot. Beul, Berlin-Adlershof und „Spiel am Morgen“, phot. Finus-Danzig.

---

Alle Einsendungen sind ausschliesslich an den Verlag zu richten.

---

**I n s e r e n t e n** fordern Anzeigenpreise vom Verlag. Die Aufnahme in den Werbeteil unseres Blattes erfolgt nach Prüfung. — Wir veröffentlichen nur Anpreisungen, die unseren Lesern dienen, besonders was Ernährung und Gesundwerden betrifft. Geheim-

Rausch- und ähnliche Mittel scheiden aus.

Unverlangt eingesandte Handschriften werden — falls unwendbar — nur dann zurückgegeben, wenn ein Frei-Umschlag beiliegt.

---

Verantwortlich für den allgemeinen Teil A. Holzapfel, Minusio-Locarno, für die Mitteilungen des Reichsverbandes für Freikörperkultur und die Bildbeilage Dr. Morenhoven Berlin, für die Anzeigen A. Wachholz, Berlin-Steglitz. Druck und Verlag: Medizinisch-technische Verlagsanstalt und Druckerei (Dr. Morenhoven), Berlin S.W. 68 Zimmerstrasse 94.

---

### Buchhalterin

mit sämtlichen Büroarbeiten vertraut, mit besten, langjährigen Zeugnissen, 24 Jahre, sucht sofort Stellung in Berlin. Off an Marg. Siepert, Neukölln, Steinmetzstrasse 39.

E. S. Berlin W. Ich bitte um Angabe eines Buches über richtige Ernährung in unserem Sinne.

### Englisch

Deutscher, von mehrjährigem Aufenthalt aus England zurück, gibt Stunden in Grammatik, Umgangssprache, Konversation und Lektüre für Anfänger und Fortgeschrittene. Uebernimmt auch Uebersetzungen.

Zuschriften unter W. S 1 an die Geschäftsstelle der Freikörperkultur.

### Student

(Rheinländer), sucht möbliertes Zimmer im Westen oder Südwesten bei Lichtfreunden. Angebote unter S. R. 12 an die Gesch. d. Freikörperkultur.

### Unterweisung

sucht verh. Frau von Rohköstler(in) oder Vegetarier(in) zwecks Kennenlernens der Küche. Zuschriften unter Nr. 93 an die Geschäftsstelle der Freikörperkultur erbeten.

### Lichtfreund

männl. od. weibl. vegel. Frischköstler kann einwohnen, auch tageweise. Helle Stube, kein Gegenüber evtl. Wohnungsübernahme. M. Greiss, W. 39, Kiekerstr. 23, II Treppen.



# **Veg. Ferien- und Lichtschulheim im RFK**

## **Glüsing, Post Betzendorf, Kreis Lüneburg**

dicht an Wald u. Heide gelegen, mit gr. Garten u. 20 Morgen gr. Freilichtgelände. Gründlicher Unterricht Sexta bis Obertertia. Fernsprecher: Endsen 294. Neuaufnahmen nicht zu dem in beiliegendem Prospekt angegebenen Zeitpunkt, sondern Mitte September und Anfang Oktoker. / Anmeldungen jederzeit.

## **Bezugsquellen.**

**Allgemeiner Bedarf (Naturreine Nahrungsmittel, alkoholfreie Getränke, Haut- und Körperpflegemittel.)**

„Gesundheitsquelle“ M & A. Adorno, S. 14, Neue Jacobstr. 28.  
Anruf: Mpl. 639.

„Gesundheits - Zentrale“ Berlin W. 9, Linkstr. 40, (siehe Anzeige.)  
Reformhaus Freya, Frankfurt am Main, Schäfergasse 23/25.

Reformhaus „Norden“ R. Zorn, Berlin N. 54, Chorinerstraße 68.

Reformhaus „Süd - Ost“, E. Unger, SO 33, Falckensteinstraße 6,  
Anruf: Moritzplatz 5285.

Reformhaus „Bios“ Arth. Sasse, Berlin-Tempelhof, Kais. Wilh. Str. 76  
Tel. Südring 4527.

Reformhaus des Westens, Bln-Steglitz, Kielerstr. 3 Anruf Steglitz 3525

Reformhaus am Schles.-Bhf., Berlin O. 17, Madaistraße 11

Steglitzer Reformhaus, Berlin-Steglitz, Kuhligkshof 5, am Bahnhof,  
Ruf Steglitz 3037

## **Buchhandlungen.**

Buchhandlung am Lyzeum Wiesbaden, Schwalbacherstrasse 33

Jugend-Bücherstube Adolf Günther, Charlottenburg 4, Bismarckstr. 104,  
— Eingang Leibnizstrasse. — Fernsprecher: Steinplatz 2279,

Med.-technische Verlagsanstalt und Druckerei, Dr. Morenhoven, Berlin SW. 68, Zimmerstrasse 94.

Josef Rötzer, München, Sophienstr. 5 b. GG, Schriften über Freikörperkultur. — Auch portofreier Versand.

Joh Rudolph Nachf. Walter Flehsig, Dresden- A. 1, Grunaerstr. 38

## **Lichtbildnerei-Bedarf.**

Apparate und sämtl. Zubehör, Lichtbildner-Arbeiten, Werkstatt und Verlag. Wandervogel - Lichtbildamt, Jul. Gross, Berlin NO, 18, Friedenstr. 63 Fernruf: Königstadt 491



*Süsser Apfelrohsaft*  
**POMMLER**  
*zur Blutentsäuerung*

Kuren jeder Art sind nur bei gleichzeitiger Blutentsäuerung völlig erfolgreich. Der kalt ohne Zucker und Chemikalien eingedickte Apfelsaft „Pommler“ (60% Fruchtzuckergehalt) bewirkt, da stark alkalisch, die Entsäuerung auf angenehmste Art, weil er noch nebenbei ein köstliches Erfrischungsgetränk darstellt. Probeflasche (10-fach zu verdünnen) RM. 1,25 Pommler-Gelee hergestellt aus Pommler, feinsten Brofbelag, 500-Gramm-Dose RM. 1.25. Gutachten u. Analysen gratis, ebenso Drucksachen üb. and. Natursäfte u. diät. Nahrung. **KURMITTEL - GESELLSCHAFT** Berlin SW 68, Alte Jacobstrasse 106

**Sport-Geräte**  
 (Bälle, Speere, Kugeln, Disken usw.)  
**Gustav Steidel, Berlin**  
 Leipzigerstr. 67.

**Velde, Dr. Th. Die vollkommene Ehe**

*Eine Studie üb. ihre Physiologie u. Technik*

Ausg. 1926, gr. 80, 340 S., mit Tafeln und Abbildungen M. 12.50. Geschlechtsphysiologie. — Die 4 Eckpfeiler. — Evolution des Geschlechtstriebes. — Geschlechtsgefühle, innere und äussere Reize. — Besondere Geschlechtsphysiologie der erwachs. Frau u. deren Geschlechtsorgane. — Anatomie der männlichen Geschlechtsorgane. — Der Geschlechtsverkehr (Vorspiel — Liebespiel — Körperkuss). — Die Geschlechtsverbindung. — Physiologisches und Technisches. — Beschreibung des Vorganges. — Die ideale Vergattung. — Stellung und Haltung beim Koitus. — Einfluß der geschlechtlichen Betätigung auf Körper und Psyche. — Seelische Hygiene — Vorstehendes Werk auch leihweise ohne Einsatz nur v. 25 J. aufw. gesch. Position!

Katalog „G“ gratis.

**Kasper Gut, Buchhdlg., München, Pfarrstr. 7**



Für Lichtheim oder Reformhaus in Baden Grundstück gesucht. Angebote unter L. R. 1 an die Geschäftsstelle der Freikörperkultur.



Alle Bücher, die den Lichtfreund interessieren, erhält er in der  
**Med.-Techn. Verlagsanstalt u. Druckerei**  
**Berlin SW 68, Zimmerstr. 94 hp.**

Besonders empfehlenswert:

**Die Wahrheit um den Körper**, Die Vertreter versch. Weltanschauungen und Berufe zur Freikörperkultur . . . M. 3,20

**Die vollkommene Ehe**, offene Worte für ernste Menschen.  
 geh. M. 9.50, geb. M. 12.50

**Prof. Grotjahn**, Das Gesundheitsbuch der Frau, geb. M. 4.50

**Aus sonniger Kindheit**, 40 Bilder mit Versen und Zitaten, ein Buch für Mütter und solche, die es werden wollen, geb. M. 3.50  
 Batikb. M. 5.—

**A. Talus**, Gedichte neuer Folge, . . . gebunden M. 0.50  
 „Das gespaltene Ich“ . . . geheftet M. 0.50

sowie sämtliche Bücher der Bewegung, Liederbücher, Kinderbücher, gute Literatur. — Unverbindliche Besichtigung erbeten.



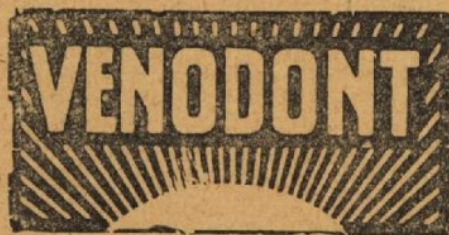
# Ferienheim Spöktal

**Post Hützel**  
(Lüneburger Heide)

im schönsten Teil der Lüneburger Heide gelegen, unweit des Naturschutz-Parkes. Herrliches, grosses einsam gelegenes Luftbadgelände mit Wald und fliessendem Wasser. Sonnige, geschützte Lage. Kostenloser Gymnastik - Unterricht, Leichtathletik. Neuerbautes Landhaus im niedersächsischen Stil, behaglich eingerichtet. Verstreut liegende, kleine Wohnhäuschen für Familien u. Einzelpersonen. Beste, reichhalt. Verpflegung. Gute Betten. Zwangloser, familiärer Aufenthalt. Billige Preise. Das ganze Jahr geöffnet. :: Ausführlichen, bebilderten Prospekt gegen 20 Pfennig Rückporto. ::

## Lebensreformer!

Eure Krankenkasse ist die „Volkswohl“ Sitz Dortmund. Sie führt ihre Mitglieder zu naturgemässer Lebensweise, daher niedrige Krankheitsziffern, hohe Leistungen. Aufklärende Schriften, kostenl. Zusendung der Zeitschrift „Der gesunde Mensch“ durch die Geschäftsstelle Dortmund, Betenstr. 10/12



## Zahnpflegekästen

(patentamtlich geschützt)

für Reise und Wanderung unentbehrlich und allen Lichtfreunden u. -Bünden bestens empfohlen.

Muster Mk. 2.- franco.

**W. H. G. van der Ven & Co.,**  
Venodont-Werk,  
**Rees a. Rhein**

und durch die Geschäftsstelle  
des R.F.K. Berlin S. W. 68,  
Zimmerstrasse 94.



## Swantus auf Wollin

**Post Kolzow.**

Ferienaufenthalt im Sinne der Freikörperkultur. / Beste Verpflegung. / Schöner Strand. / Zahlreiche Referenzen aus dem RFK.

**Maria B. Kliem.**

## \* Korpulenz macht alt \*

Fettleibigkeit wird durch eine Trinkkur mit

**Dr. Blanks „Mexicaner Tee“**

tägl. 3-4 Tassen, in 4-6 Wochen erfolgreich beseitigt. Preisgekrönt mit vielen goldenen und silbernen Medaillen und Ehrendiplomen. **Kein starker Leib, das Doppelkinn verschwindet, keine starken Hüften, sondern jugendlich schlanke, elegante Figur.** Keine Diät, keine Berufsstörung und kein Abführmittel. Viele Dankschreiben. Aerztlich glänzend begutachtet. Verlangen Sie Gratisprospekt. **Preis** per Doppeldosis M. 4.80 incl. Porto,

1 Kurpackung M. 12,90 incl. Porto.

**Bei Nichterfolg Geld zurück.**

Diskreter Versand durch den alleinigen Fabrikanten

**N. P. Müller, Fabrik chem.-pharm. Präparate Frankfurt a. M., Melemstr. 24**





# LICHTFREUNDE

versichert Euer Leben und Gut gegen alles Missgeschick durch unsere Vermittlung.

## Billigste Prämien

Die Mitglieder des RFK sowie die Leser dieser Zeitschrift geniessen auf Grund vertraglicher Abmachungen besondere Vorteile

## Günstige Bedingungen.

### Versicherungszweige

*Unfall / Haftpflicht / Feuer / Einbruchdiebstahl / Boot / Auto / Leben Aussteuer / Invalidität / Renten / Pension / Familien- u. Kinderversicherung / Spar- und Sterbekasse / Krankenversicherung.*

Anfragen und sachdienliche Auskünfte bereitwilligst und kostenlos bei der Versicherungsstelle **Paul Schultz**, Berlin S 59, Plan-Ufer 88. Fernspr. Hasenheide 6579.



Eine grössere Anzahl

## transportable Holzbaracken

wenig gebraucht für Erholungs- und Genesungsheime, Liege-, Turn-, Gymnastik- und Umkleidehallen, Versammlungssäle, Unterkunftshäuser, Waldheime sowie für Wohlfahrtsanlagen jeder Art bestens geeignet zu einem Drittel des Neupreises ab Standort, Nähe Hannover, Köln, Oldenburg und Berlin, abzugeben.

Zahlbar in 18 Monatsraten; bei Barzahlung 10% Rabatt.

Anfragen an:

**Kämper & Seeberg A.-G**

Holzbauwerke,

BERLIN W. 35, Potsdamerstr. 31.

Tel.: Nollendorf 3994—3996.




**PORÖSE**  
Anzugstoffe, Decken  
und Wäschestoffe

Prächtige Musterauswahl  
für Sommer und Winter  
Abgabe jeden Maasses  
Platen's poröse Stoffe  
sind prämiert mit höchsten  
Auszeichnungen

**Frdr. Hammer**  
Gegr. Forst-Lausitz 34  
1853 Tuchfabrik

## Künstl. Höhensonnenbad „Aktis“

Licht- und elektrophysikalische Heilanstalt Belle-Allianceplatz 6a.

Behandlung mit den neuesten elektrophysikalischen Apparaten, 20 Höhensonnen 4 Diathermie-Apparaten, 4 Sollux-Lampen, Rot- und Blaulicht, Ultrasonne, Hochfrequenz, Galvanisation und Faradisation, Röntgen-Instrumentarium. Erfolgreiche Behandlung fast aller Krankheiten. Fachärztliche Untersuchungen und Röntgendurchleuchtungen. Untersuchungs- und Behandlungszeiten 10-1 und 4-7, Sonnabends 10-4 Uhr, Mässige Preise. Für Minderbemittelte Dienstags und Freitags 6-7 $\frac{1}{2}$  Uhr zu etwa halben Preisen



