

Amtl. Liste der Badegäste und Fremden des Nordseebades Juist

Erscheint während der Badezeit wöchentlich zweimal, Anfang und Ende der Saison nur einmal. — Bezugspreis: 3.50 Mk. — Einzelne Nummern sind bei den Herren Fritz Henning Frau H. Neunkirchen Wwe. (Kurhaus-Bazar), Bücherstube Kottmann & Nüthen, Firma C. Jaacksch, Zigarrengeschäft, Buchhandlung H. Arends, Ludwig Mölk, Strandbuchhandlung, zu haben. Preis der Einzelnummer 20 Pf. Geschäftsstelle: Otto G. Soltau, Buchdruckerei, in Norden, Fernsprech-Anschluß Nr. 19

Nr. 1 Juist, den 16. Juni 1929 30. Jahrgang

Die geehrten Kurgäste und Fremden werden gefälligst um **recht deutliche** Angabe des Namens und Titels ersucht. Nachdruck der Liste ist nur mit Genehmigung der Verlagshandlung gestattet.



An unsere Gäste!

Der Winter mit all seinen Vorbereitungen für die Saison ist vorüber. Das Nordseebad Juist hat seine Pforten geöffnet und ist gerüstet zum würdigen Empfang der Gäste. Ein Teil hat sich bereits eingefunden, darunter mehrere alte liebe Stammgäste: allen rufen wir von hier aus einen herzlichen Willkommensgruß zu.

Wer Juist früher kannte, wird erstaunt sein über die gewaltigen Aenderungen, die getroffen worden sind. Wir haben keine Mühe und Kosten gescheut, um unseren verehrten Gästen den Aufenthalt auf der Insel so angenehm wie nur möglich zu machen. Alle die vielen Arbeiten aufzuführen, würde zu weit gehen, jedoch sei darauf hingewiesen, daß zu diesen vor allen Dingen die Umstellung der Wasserversorgung in einen elektrischen Betrieb gehört, der mit seinen neuen Brunnen und Anlagen das neuzeitlichste der Wasserversorgung darstellt.

Die diesjährige außergewöhnlich starke Frostperiode hatte viele Wasserleitungsbrüche zur Folge, weshalb die Leitungen zum großen Teil erneuert und tiefer gelegt werden mußten, auch ist die Kanalisation bis in die entferntesten Häuser durchgeführt. Mit äußerster Anstrengung ist hieran gearbeitet worden, denn danach konnten erst die neuen Straßen in Angriff genommen werden, die bis zur Saison fertig sein mußten. Wenn diese Fertigstellung unter den schwierigsten Verhältnissen auch bis zum Beginn der Saison gelang, so war leider eines nicht möglich, die rechtzeitige Eröffnung der Warmbadeanstalt. Alles ist hier versucht worden, um auch hierin unsere Gäste zufriedenstellen zu können. Bedauerlicherweise hat die Lieferfirma (Weltfirma) bezüglich der rechtzeitigen Lieferung trotz schriftlicher, telegraphischer und telefonischer Vorstellung vollkommen versagt, so daß der im Prospekt angeführte Zeitpunkt der Eröffnung des Warmbades nicht innegehalten werden konnte.

Wir bitten diesbezüglich die verehrten Gäste um Entschuldigung und hoffen, daß wir das richtige Verständnis finden werden.

Wir werden nach wie vor bestrebt sein, unsere verehrten Gäste zufrieden zu stellen.

Die Badeverwaltung.

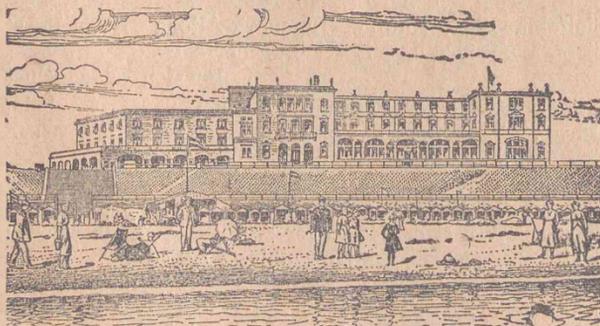


Amtliche Liste der bis zum 7. Juni angemeldeten Kurgäste und Fremden.

Ackermann, Dr. Adolf, Berufsberater, Essen a. R.	Pension Ludwigslust
Ahrem, Herbert, Kfm., Barmen	Hotel Friesenhof
Alberts, Gerhard, Vollziehungsbeamter, Norden	Hotel Pabst
Armbrecht, Heinrich, Kfm., mit Frau, Bremen	Hotel Fresena
Balke, Hermann, Buchdruckereibesitzer, Norden	Hotel Pabst
Barelmann, Johannes, Kirchenrat, mit Familie, Westerstede	Haus Ricklefs
Bartel, Hertha, Privatsekr., Essen	Haus Viktoria
Bartuleit, Hans Georg, Schüler, Bremen	Haus Eckhardt
Battermann, Trautel, Schülerin, Herrnhut	Haus Eckhardt
Bauer, Otto, Kaufm., Berlin	Pension Riedel
Bauer, Otto, Kaufm., Berlin	Hotel Worch
Bauer, Otto, Kfm., Vertreter, Leipzig	Hotel Pabst
Beck, Reg.-Baurat, Emden	Hotel Pabst
Beck, Zollinspektor, Norden	Hotel Pabst
Becker, Adolf, Kaufm., Hannover	Hotel Pabst
Becker, Frll., Studienrätin, Münster i. W.	Paxheim
Beckmann, Frau Direktor Max, mit Kind, Köln	Haus Siefkens
Beckkötter, Dr., Schulrat, Norden	Pension Inselrose
Behne, Dr. jur., Staatsanwaltschaftsrat, mit Frau und Tochter, Elberfeld	Hotel Fresena
Bente, Wilhelm, Kaufm., Peine (Hann.)	Hotel Itzen
v. Benzon, Regierungsrat, Emden	Hotel Pabst
Bergert, Frau Irmgard, mit Tochter, Hannover-Waldhausen	Hotel Fresena
Berke, Friedr., Kaufm., Bielefeld	Hotel Pabst
Binn, Ernst, Kaufm., Essen a. R.	Hotel Rose
Blankenstein, Heinr., Buchhalter, Castrop-Rauxel	Pension Ludwigslust
Blüter, Dr., Reichsbahnrat, Emden	Pension Inselrose
Böhlendorf, Frll., mit einem Kinde, Hannover	Pension Riedel
Böhrig, Dr. jur. Robert, Kfm., Hannover	Hotel Pabst
Böttcher, O. Fr., Färbereibesitzer, Emden	Hotel Itzen
Boljes, Hinr., Kaufm., mit Frau und Kindern, Bremen	Hotel Itzen

Strand-Hotel Kurhaus Nordseebad Juist

Fernruf: Dauerverbindung über Emden. Kurhaus Juist Nr. 6
Neu: Zentralheizung / Bäder / Fließendes Wasser
Alle Zimmer haben herrliche, freie Aussicht auf das Meer.



Täglich von 4-6 Uhr Familien-Kaffee auf der See-Terrasse. Der Treffpunkt aller Badegäste ist der Kurhaus-Saal. Jeden Mittwoch und Sonntag Kinderball. Jede Woche Reunion. Die Kapelle spielt wöchentlich 2 mal im weissen Saal von 8 1/2-10 Uhr zum Abendkonzert, von 10 Uhr ab Tanzunterhaltung. Tanzleitung: W. Bartel.

Bormann, Ministerialrat, Berlin	Hotel Pabst
Bos, Erni, Sekretärin, Barmen	Hotel Fresena
Brandts, Dora, Schneiderin, Wunstorf	Haus Bleyer
Brau, Ernst, Redakteur, Bremen-Berlin	Hotel Pabst
Brauch, Trude, Ohligs	Haus R. Cramer
Brenckmann, Wilh., Gutsbesitzer, Datteln i. W.	Hotel Seestern
Brodersen, Harald, Kaufm., Düsseldorf	Villa Charlotte
Bruchhaus, Lotte, Ohligs	Haus R. Cramer
Büsing, A., Kaufm., Bremen	Pension Inselrose
Bunk, Frau Oberreg.-Baurat Marie, Hildesheim	Haus Jabine
Cloer, Fritz, Kaufm., Münster i. W.	Hotel Itzen
Comen, Carl, Kaufm., Rheydt	Hotel Friesenhof



Dornkaat, Kornsaal, Nordsee, Juist
Deutsches Kornsaal, Kornsaal, Juist, 1806

Degenhardt, Liesel, Zahn-Assistentin, Elberfeld	Haus R. Cramer
Deires, Emil, Amtsgerichtsrat, Sülzbach a. d. Saar	Hotel Friesenhof
Derr, Charly, Vertreter, Bremerhaven	Hotel Pabst
Dirks, Dr. Johann, Regierungsrat, Essen a. R.	Pension Ludwigslust
Dirks, Frau Anneliese, Essen a. R.	Pension Ludwigslust
Dirska, Margarete, Schülerin, Dortmund	Kinderheim Günther
Dornburg, Johannes, Apothekenbes., Wesel	Peterhof
Döring, Friedrich Wilhelm, Schüler, Magdeburg	Kinderheim Günther
Dorssel, S., Wiedenbrück	Villa Charlotte
Drecker, Frll. Grete, Dorsten i. W.	Paxheim
Driesch, Heinr., Kfm., Mülheim a. R.	Hotel Friesenhof
Eckhardt, Frau Regierungsbaurat, mit Sohn Jürgen, Wiesbaden	Pension Riedel
Eekhoff, Frll. Riekchen, Emden	Frieda Pauls
Eickelberg, Elisabeth, Diakonisse, Weidenau a. d. Sieg	Ev. Schwesternheim
Eichmann, Ernst, Dortmund	Pension Ludwigslust
Eitel, Max, Zuschneider, Dortmund	Frau Heiken
Elias, Johannes, Handlungsgeh., Norden	Pension Riedel
Emde, Frll. Elli, Elberfeld	Pension Riedel
Engterding, Frau Käthe, Köln	Hotel Fresena
Faupel, Frll. Auguste, Dorsten i. W.	Paxheim
Faust, Hermann, Brauereidirektor, mit Frau und Töchterchen, Erlangen	Hotel Fresena
Fissenbert, Kfm., mit Familie, Hannover	Haus Sleeper
Fissenbert, Frau, Hannover	Haus Sleeper
Fissenbert, Waldtraut, Hannover	Haus Sleeper
Fissenbert, Friedrich, Hannover	Haus Sleeper
Focke, W., Lehrer d. Kunstgew.-Schule, Bremen	Pension Inselrose
Franke, Frau Else, mit Sohn Hans-Heino, Berlin-Charlottenburg	Frau Ufen
Fremer, Friedrich, Rechtsanwalt und Notar, Norden	Hotel Rose
Fröhlke, Frll. Anneliese, Syke b. Bremen	Pension Ludwigslust
Fröhlke, Frau Wilhelmine, Syke bei Bremen	Pension Ludwigslust
Gärisch, Marg., Bankbeamtin, Lübeck	Haus Jabine
Gaye, J., Reg.-Baurat, Norden	Hotel Pabst
Geilenberg, Berta, Kindergärtnerin, Milspe i. W.	Ev. Schwesternheim

Gelling, Frau E., Hannover Hotel Friesenhof
 Geropp, August, Kaufm., mit Frau Anny, Karlsruhe Hotel Friesenhof
 Giesmann, Erna, Berlin-Wilmersdorf Hotel Friesenhof
 Goebel, Stud.-Assessorin, Herne i. W. Paxheim
 Gottlieb, Frau Sanitätsrat, mit Kind und Bed., Berlin-Wilmersdorf Haus Ing
 Grabbe, Heinrich, Kaufm., Bielefeld Hotel Rose
 Gröning, Rob., Kaufm., Hannover Hotel Pabst
 Groß, Kaufm., Münster i. W. Hotel Itzen
 Großheim, Ed., Innen-Architekt, mit Frau und Kind, Elberfeld Hotel Worch
 Großmann, W., Kaufm., Hamburg Hotel Pabst
 Günther, Carl, Lagerhalter, mit Familie, Crumbach (Kr. Kassel) Haus Coordes
 Haase, Spark.-Direktor, Norden Hotel Pabst
 Harms, Adolf, Kaufm., Wunstorf i. H. Haus Bleyer
 Heck, Heinrich, Fabrikant, Barmen Hotel Friesenhof
 Heck, Frau Hans, Barmen Hotel Friesenhof
 Hedemann, P., Kaufm., Norden Hotel Itzen
 Hegar, Luise, mit Trudy und Hans Ritter, Frankfurt a. M.
 Heiden, Claus, Kaufm., Hamburg Pension Inselrose
 Heidmann, Theodor, Kaufm., Bremen Pension Inselrose
 Heitmann, Dr. Felix, Studienrat, Warendorf Paxheim

Zahnpraxis
W. Heiler, Dentist
 Telephone 41 in der Apotheke Telephone 41
 Modernste Einrichtung
 Sprechstunden von 9-1 und 2-7 Uhr
 Behandlung v. Mitgliedern sämtl. Krankenkassen
 Seit 1924 hier ansässig 6

Heitmann, Joseph, Justizobersekretär, Burgsteinfurt Paxheim
 Henke, Wilhelm, Pastor, mit Familie, Bückeberg Haus Ranft
 Heuser, Studienrat, Essen Paxheim
 Heweke, Katasterdirektor, mit Frau und Sohn, Arnsberg i. W. Hotel Worch
 Hillenbach, Anneliese, Elberfeld Haus R. Cramer
 Hinderks, Albert, Dr.-Ing., Hannover Hotel Fresena
 Hollstein, Günter, Kürschner, Berlin-Tegel Haus Bleyer
 Hunke, Geschwister Luise und Helene, Bielefeld Meint Aden
 Hunscheidt, Emilie, Schwester, Hamm i. W. Ev. Schwesternheim
 Hunscheidt, Lina, Verkäuferin, Dortmund-Marten Ev. Schwesternheim
 Jacke, Agnes, Priv.-Sekretärin, Dortmund Frau Heiken
 Jacobs, Karl, Lokomotivführer, mit Frau, Paderborn Haus Schwalbe
 Janssen, Friedr., Kaufm., Bremen Hotel Pabst
 Janssen, Trude, techn. Lehrerin, mit 13 Schülerinnen, Dortmund Pension Ludwigslust
 Janssen, Willm., Kaufm., Emden Hotel Rose
 Jaspers, Dr., Amtsgerichtsrat, mit Frau, Opladen Villa Viktoria
 Jost, Dr. Toni, Stud.-Rätin, Neheim i. W. Paxheim
 Jordan, Frau Helene, mit Tochter Erna, Berlin Villa Viktoria
 Kaiser, Margarete, Dortmund Hotel Fresena
 Kaiser, Hans Otto, Elberfeld Haus Eckhardt
 Kanitz, Hansjürgen und Inge, Schüler, Berlin Kinderheim Tilemann
 Kaul, Dr. Lothar, Oberreg.-Rat, Aurich Hotel Pabst
 Knese, Dr. Heinrich, Kreistierarzt, Norden Hotel Rose
 Kruse, Peter, Kfm., mit Frau, Osnabrück Haus Frisia
 Kienast, Reg.-Baumeister, Norden Hotel Pabst
 Kipp, Heinr., Handlungsgehilfe, Dortmund-Marten Haus Bleyer
 Kirsner, Arno, Kfm., mit Frau, Berlin Hotel Friesenhof
 Kirsner, Frau Käthe, Berlin Hotel Friesenhof
 Knaup, Anton, Düsseldorf Hotel Worch
 Knaup, Frau Thea, Düsseldorf Hotel Worch
 Kohl, Frau Hugo Wwe., Solingen Inselhospiz
 Kolz, Herbert, Kaufm., Lübeck Pension Inselrose
 Kraett, Heinrich, Kaufm., Bremen Pension Inselrose
 Kranz, Richard, Oberbaurat, Aurich Hotel Pabst
 Kreis, Maria, Krankenpflegerin, Münster Hotel Friesenhof
 Krause, Frau V., mit Kind, Geldern Hotel Fresena
 Kruse, Frau Elise, Osnabrück Hotel Pabst
 Kruse, Margarete, Schwester, Dortmund Ev. Schwesternheim
 Krüger, Emma, Hannover Haus Sleeper
 Kuhl, Frau Wwe. Bertha, Berlin-Lichterfeld Inselhospiz
 Kuhse, Preuß. Landstallmeister, mit Frau u. 2 Kindern, Osnabrück-Eversburg Villa Seestern
 Krumme, Erna, Säuglingspflegerin, Lünen Haus Margarete
 Krumme, Frau Paula, Lünen Haus Margarete
 Kühne, Frau Hanna, Brandenburg Hotel Worch
 Lambrich, Dr. L., Syndikus, M.-Gladbach Villa Charlotte
 Lamotte, Henry, Kaufm., mit Frau, Bremen Hotel Worch
 Langner, Max, Kaufm., Berlin Hotel Fresena
 Ledig, Dr. med. Rudolf, mit Familie u. Bed., Brandis (Bez. Leipzig) Hotel Friesenhof
 Leidereiter, Karl, Vertreter, mit Familie, Berlin-Mahlsdorf 2 Pension Ludwigslust
 Leidereiter, Frau Klara, Berlin-Mahlsdorf 2 Pension Ludwigslust
 Leineweber, Kaplan, Dortmund Paxheim
 Lenkersheimer, Julius, Kaufm., Charlottenburg Hotel Rose
 Lentzbach, Frau L., Freudenberg, Kr. Siegen Fr. Arends Wwe.
 Lewy, L., Kaufm., Hamburg Hotel Pabst

Lielfeldt, R., Kfm., Hamburg-Altona Hotel Pabst
 Lindemann, Lilly, Schwester, Hamm i. W. Ev. Schwesternheim
 Lindersberger, Religionslehrer, Weiden Paxheim
 Loewen, Frau Emilie, mit Tochter, Hagen i. W. Hotel Itzen
 Lucas, Hanna, Sekretärin, Berlin-Wilmersdorf Pension Ludwigslust
 Lünig, Inspektor, Emden Hotel Friesenhof
 Marcus, M., Kaufm., Hamburg Hotel Pabst
 Matecki, Georg, Kfm., Neukölln Pension Ludwigslust
 Mehler, J., Kaplan, Dortmund Paxheim
 Meinholdt, Curt, Schlossermeister, mit Familie, Plauen i. V. Tr. Heiken
 Weichels, Hermine, Bankbeamtin, Warburg i. W. Paxheim
 Merz, Frau, mit Kind, Holzwickede Pens. Ludwigslust
 Meschke, Hanna, Diakonisse, Lütgendortmund Ev. Schwesternheim
 Michael, Heinz, Schüler, Meßdorf, Kr. Osterburg Haus Eckhardt
 Michelmann, Frau Marg., Gr.-Börnicken, Bez. Magdeburg Haus Frisia
 Michelmann, Otto, Schüler, Gr.-Börnicken, Bez. Magdeburg Haus Eckhardt
 Möller, Elisabeth, Schwester, Gelsenkirchen Ev. Schwesternheim
 Müller, Frau, Frankfurt a. M. Hotel Itzen
 Müller, Friedrich, Reg.-Inspektor, Aurich Hotel Rose
 Müller, Werner, Expedient, Elberfeld Pension Riedel
 Mundt, R., Kaufm., Harburg i. W. Hotel Itzen
 Nauen, H., Brüggen Villa Charlotte
 Naumann, A., Kaufm., Bremen Hotel Pabst
 Neuffer-Rösner, Paul, Theateragent, Stuttgart Hotel Fresena
 Niemann, Kurt, Kaufm., Bielefeld Hotel Pabst
 Niehaus, Laura, Diakonisse, Milspe Ev. Schwesternheim
 Nisnowsky, Frä. Herta, Elberfeld Pension Riedel
 Nöh, Lina, Diakonisse, Menden i. W. Ev. Schwesternheim
 Nölke, H., Haushälterin, Hagen i. W. Paxheim
 Oltmanns, Hage b. Norden Hotel Friesenhof
 Pape, Ludwig, Elektrotechniker, Münster i. W. Hotel Itzen
 Peucker, Dr. Herbert, Reg.-Vizepräsident, Aurich Hotel Pabst
 Paul, Eva, Sekretärin, Berlin-Zehlendorf Inselhospiz
 Pegel, W., Student, Corstrop-Ranxel Paxheim
 Pelke, Heinr., Elektrotechniker, Bremen Pens. Riedel
 Plathmann, S., Studienrätin, Münster Paxheim
 Plathner, Toni, Gronau (Hann.) Pastorei
 Plüsener, Otto, Kaufm., Stettin Hotel Fresena
 Pentzek, Bruno, Restaurateur, mit Frau, Hannover Hotel Fresena
 Pommer, Jan, Leer (Ostfr.) Pension Riedel
 Pracht, Wilhelm, Stadtobersekretär, mit Familie, Hameln Haus Ranft
 Reichel, Alfred, Kaufm., Leipzig Haus Margarete
 Reichel, Erich, Kaufm., Chemnitz Pension Ludwigslust
 Reichel, Luise, Sekretärin, Dortmund Haus Viktoria
 Reichel, Frau Trude, Chemnitz Pension Ludwigslust
 von Reichenbach, Frau, mit Sohn, Berlin-Friedenau Frau Ufen
 Richter, Frau, Hannover Hotel Itzen
 Riemann, Lore, Korrespondentin, Essen Haus Viktoria
 Rittmeyer, Dr., Oberregierungsrat, Braunschweig Haus Seemannstreu
 Röhrich, Elfriede, Schwester, Gelsenkirchen Ev. Schwesternheim
 Romberg, Frau San.-Rat Dr., Braubach a. Rh. San.-Rat Arends Wwe.
 Ronopka, Otto, Regierungs- und Schulrat, Aurich Pension Inselrose
 Rulfes, Bernhard, Kfm., Steinfelde i. O. Hotel Rose
 Rumpe, Frau Rechtsanwältin, Münster i. W. Paxheim
 Rupp, Aug., Dipl.-Kaufm., mit Familie u. Bed., Düsseldorf Frieda Pauls
 von Seebeck, Frau Erika, geb. v. Denzius-Below, Pastamin i. Pom. Haus Jonxis
 Sieler, Kurt, Techniker, Norden Hotel Pabst
 Siefeldt, Rob., Kaufm., Hamburg-Altona Hotel Pabst
 Siepermann, Frau, mit Kind, Elberfeld Pension Ludwigslust
 Sittart, H., Generalsekretär, Aachen Paxheim
 Schaal, Frau Helene, Geldern Hotel Fresena
 Schacht, Bankbeamter, mit Familie, Hannover Haus Sleeper
 Schacht, Frau Ilse, Hannover Haus Sleeper
 Schacht, Wilfried, Hannover Haus Sleeper
 Schiff, Annemarie, Photographin, Altona-Othmarschen Villa Seestern
 Schirmacher, Edda, Schülerin, Münster Haus Eckhardt
 Schlenstein, Bürgermeister, Münster i. W. Hotel Itzen
 Schließ, Ernst, Kaufm., Emden Hotel Pabst
 Schmacke, Ewald, Stadtsekretär, Witten a. d. Ruhr Haus Viktoria
 Schmitz, Maria, Diakonisse, Witten Ev. Schwesternheim
 Schniederjost, Studiendirektor, Rheine i. W. Paxheim
 Scholl, Leopold, Vertreter, mit Frau, Elberfeld Pension Riedel
 Schorling, Alb., Kaufm., mit Familie und Schwester, Hannover Hotel Itzen
 Schubert, Georg, Kaufm., Solingen Hotel Rose
 Schumacher, Georg, Kaufm., mit Frau, Bremen Hotel Itzen
 Schinster, Oskar, Kaufm., Lübeck Hotel Pabst
 Schulze, Frau Reinh., mit Tochter Alwine, M.-Gladbach Peterhof
 Schute, Dr., Arzt, Oldenburg Hotel Itzen
 Schütz, Anna, Verkäuferin, Marienberg (Westerwald) Fr. Arends Wwe.

Schwarz, Friedrich, Dentist, mit Kind, Karlsruhe Hotel Friesenhof
 Schwarzbeck, Jul., Kaufm., Bielefeld Pension Inselros
 Schwarzmüller, Frau Dr., mit Kind, Hagen i. W. Pension Ludwigslust
 Staffeldt, Hugo: Kaufm., Wesermünde-G. Pension Inselrose
 Stansick, Adolf, Kaufm., Hamburg Hotel Itzen
 Stanz, Frau Hildegard, Berlin Pension Jonxis
 Stein, Julius, Kaufm., Hamburg Hotel Itzen
 Steinwärder, Kaufm., Hamburg Hotel Pabst
 Stelbrink, W., Techniker, Norden Hotel Pabst
 Stock, Maria, Haustochter, Wermelskirchen Paxheim
 Stork, Alex, Kaufm., Hamburg Hotel Pabst
 Strater, Kurt, Bauunternehmer, mit Frau, 2 Kindern und Fräulein, Rheydt Hotel Rose
 Strube, Frau, Düsseldorf Hotel Friesenhof
 Sturm, Isa, Krankenschwester, Kempten (Allg.) Pension Heiken
 Sturm, Vestina, Krankenschwester, Würzburg Pension Heiken
 Tappen, Frau Wwe. Bankdirektor Maria, Goslar Pastorei
 Töllner, Cuno Friedr., Kaufm., Norden Pension Riedel
 Ulmke, Else, Schwester, Hamm i. W. Ev. Schwesternheim
 Vögelin, Rud., Kaufm., Münster i. W. Hotel Pabst
 Vogt, Josef, Kaufm., Oldenburg i. O. Hotel Pabst
 Vollmer, Paul, Kaufm., Wiesdorf a. Rh. Frieda Pauls
 Waach, Josef, Kaufm., Berlin Hotel Fresena
 Walde, Elisabeth, Kinderpflegerin, Pustamin i. Pom. Haus Jonxis
 Walther, Friedrich, Reg.-Baumeister, Norderney Hotel Pabst
 Warnecke, Theodor, Chefredakteur, Münster i. W. Hotel Itzen
 Weber, Irmgard, Schülerin, Elberfeld Haus Eckhardt
 Weber, O., Dachdeckermeister, Elberfeld Inselhospiz
 von Weichs, Konrad Freiherr, Bürgermeister, mit Familie u. Bed., Ostbeverin (Kreis Warendorf) Villa Angelika
 Weingardt, Frau, Wittmund Hotel Pabst
 Westhoff, B., Rektor a. D., mit Frau, Sterkrade (Rhld.) Paxheim
 Weiß, Fritz, Dipl.-Ing., mit Familie u. Kindermädchen, Bremen Haus Jabine
 Weiß, Georg, Kaufm., Hamburg Hotel Rose
 Weyen, Anny, Haustochter, Bremen Pension Riedel
 Wiechmann, Frau, Hannover Hotel Itzen
 Wiegemann, Emil, Kaufm., Dortmund Paxheim
 Wieler, Wilhelm, Brennereibesitzer, Beckum i. W. Tob. Doyen
 Wilkesmann, Emil, Kaufm., Barmen Pension Seelust
 Wilkesmann, Wilhelmine, Barmen Pension Seelust
 Willwerth, Adolf, Prokurist, mit Frau, Krefeld Hotel Rose
 Wink, Ernst, Kaufm., Elberfeld Pension Jonxis
 v. Winzkowsky, Josef, Kaufm., Münster i. W. Hotel Itzen
 Witte, Frä., Assessorin, Münster i. W. Paxheim
 Wolbergs, Bonno, Kaufm., Norden Hotel Itzen
 Wolff, Hubert, Juwelier, Münster i. W. Pension Ludwigslust
 Wolff, Robert, Kaufm., Vohwinkel Hotel Friesenhof
 Willenweber, Dr. med. Albert, Arzt, mit Frau, 2 Kindern u. Bed., Derschlag Hotel Worch
 Zenker, W., Kaufm., Münster i. W. Hotel Pabst
 Zschintzsch, Oberförster, mit Familie, Stölzingen Hotel Friesenhof

Dortmunder Jugend-Ferienlager.

Jugendliche
 des Sports am 1. Juni 1929.

Fritz Boenke, Dortmund,	15 Jahre.
Walter Lindner, Dortmund,	21 „
Erich Meißner, Dortmund,	21 „
Otto Müller, Dortmund,	21 „
Heinrich Nettelstroth, Dortmund,	17 „
Ernst Rüping, Wellinghofen,	17 „
Helmuth Röhring, Iserlohn,	17 „
Werner Solberg, Dortmund,	21 „
Richard Soll, Dortmund,	18 „
Heinrich Walter, Dortmund,	21 „
Walter Wacker, Dortmund,	21 „
Alfred Zimmermann, Dortmund,	17 „
Heinz Eckhoff, Dortmund,	17 „
Hugo Höpker, Hartum,	20 „

Erwachsene Lagerinsassen.

Vom 1. bis 14. Juni 1929.

Elisabeth Charissé, Dortmund,	26 Jahre.
Christine Gronemann, Langendreer,	24 „
Wilhelm Krehenbrink, Recklingh.	22 „
Gottfried Solinger, Unna,	24 „
Willi Wegner, Dortmund.,	28 „
Alfred Ostermann, Dortmund,	23 „
Frau Steinmann, Dortmund,	36 „
Frau Strich, Dortmund,	59 „
Frau Schonneberg, Dortmund,	51 „
Frau Bügler, Dortmund,	52 „
Frau Klose, Wanne,	63 „
Frau Knörr, Dortmund,	47 „
Frau Kleine, Dortmund,	59 „
Frau Herder, Dortmund,	69 „
Frau Schommer, Hagen,	53 „
Frau Dustmann, Dortmund,	55 „
Frau Rehr, Dortmund,	53 „
Frau Wittgen, Dortmund,	25 „

Fortsetzung in der Beilage.

Amtl. Liste der Badegäste und Fremden des Nordseebades Juist

(Fortsetzung aus dem Hauptblatt.)

Frl. Henß, Dortmund,	37 Jahre
Frl. Kisker, Katernberg,	27 „
Frl. Salzmann, Katernberg,	26 „
Frl. Rode, Gelsenkirchen,	23 „
Frl. Fritsch, Dahlhausen,	36 „
Frl. Konopka, Werne,	22 „
Frl. Möllering, Dortmund,	30 „
Vom 1. bis 8. Juni.	
Frau Ebmeyer, Dortmund,	30 Jahre.
Frau Keck, Dortmund,	31 „
Frau Badt, Dortmund,	38 „
Frau Bögel, Dortmund,	27 „
Zusammen 436 Personen.	

Angemeldet bis zum 12. Juni.

Arnold, Phil. Pius, Kassenverwalter, Hammelburg (Bayern)	Haus Alberta
Amtage, Frau Charlotte, mit Kind, Leipzig	Haus Gertrude
Bastelberger, Frau Dr. iur. Carl, mit Sohn Horst, Köln	Hotel Fresena
Becker, Frau Elli, mit Sohn Heinz Otto, Tochter Brigitte u. Bed., Wiesbaden-Biebrich	Inselfriede
Botsch, Alfred, Kaufm., Kassel	Hotel Seeblick
Binding, Frau Iringard, mit Kind, Northeim (Harz)	Hotel Worch
Bolz, Lene, Krankenschwester, Massen bei Unna	Haus Jabine
Borgard, Jos., Apothekenbesitzer, mit Tochter Hedwig, Birkesdorf	Friesenhof
Brandt, Dr. Lothar, Chemiker, Leipzig	Hotel Friesenhof
Brand, Frau Lulu, Detmold	Villa Daheim
Bruns, Joh., Landwirt, Himmelsthür	Hotel Worch
Brüning, Christa, Haustochter, Gerthe	Paxheim
Curdts, Otto, Direktor, Hannover	Hotel Rose
Daehmke, Marine-Amtmann, Borkum	Claassens Hotel
Deerberg, Eduard, techn. Aufsichtsbeamter, Barmen	Claassens Hotel
Dodt, Frau Dore, mit Kindern, Essen-Ruhr	Haus Coordes
Dülfer, Lisel, Bankbeamtin, Kassel	Hotel Seeblick
Ernst, Gerh., Himmelsthür	Hotel Worch
Falkner, Frau, Berlin-Waidmannslust	Claassens Hotel
Fecher, Eugen, Kaufm., mit Familie, Königstein i. T.	Haus Arnecke
Fenster, Ernst, Kaufm., Essen	Carl Fischer
Fischer, Frau Paul, mit Söhnchen, Barmen	Haus Ranft
Franke, Geschwister, Osnabrück	Haus Eleonore
Franke, Carl Ernst, Kfm., Hannover	Hotel Friesenhof
Frickenhelm, Meta, Bankbeamtin, mit Familie, Bremen	Haus Jabine
Ganswindt, Frau J., mit Sohn, Dortmund	Hotel Rose
Gemmecker, Dr. med. Wilhelm, Arzt, Thannhausen (Bayern)	Strandhotel Kurhaus
Ggade, Paul, Kaufm., mit Frau, Bremen	Strandhotel Kurhaus
Gottlieb, San.-Rat Dr. Paul, Arzt, Berlin-Wilmersdorf	Haus Ing.
Häuser, Oswald, Kfm., Herborn (Dillkr.)	Carl Fischer
Hage, Fritz, Kaufm., Gelsenkirchen	Hotel Seeblick
Heine, Fritz, Kaufm., Dresden	Claassens Hotel
Heitmann, Fritz, staatl. Rentmeister, Bad Schwalbach i. Taunus	Hotel Friesenhof
Heitmann, Frau Trudel, Bad Schwalbach i. Taunus	Hotel Friesenhof
Hemke, Frau Prokurist Albert, mit Sohn Gerd, Wetzlar	Hotel Fresena
Henschen, F., Kaufm., mit Frau, Bremen-Oberneuland	Strandhotel Kurhaus
Herbst, Marg., Schwester, Pirna	Hotel Pabst
Heß, Johanna, Charlottenburg-Berlin	Haus Lieselotte
Hilbrenner, Betriebsführer, mit Frau, Drewer i. W.	Paxheim
Hiller, Dr. jur. Joh., Syndikus, mit Frau, Dresden	Strandhotel Kurhaus

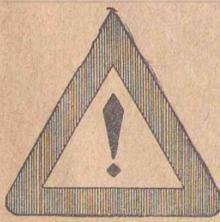
Hinkens, Maria, Bonn	Paxheim
Holtz, August, Bürovorsteher, mit Familie, Dortmund	Haus Erholung
Horstmann, H., Reisender, Norden	Claassens Hotel
Hoberg, Münster	Villa Charlotte
Hupfer, Alfred, Dipl.-Ing., mit Familie, Cosnitz (Anhalt)	Haus Alberta
Heutelbeck, Kaufm., mit Familie u. Bed., Iserlohn	Haus Bracht
Iburg, J., Himmelsthür	Hotel Worch
Ingelmann, Gern., Himmelstür	Hotel Worch
Jasper, Friedrich, Kaufm., Ahlen	Claassens Hotel
Kaefer, Anna, Diakonisse, Marten-Dortmund	Ev. Schwesternheim
Klopper, Lotte, Klaus u. Lore, Dortmund	Hotel Itzen
Knoche, E., Oberschullehrerin, mit 19 Schülerinnen, Dortmund	Haus Alberta
Kneof, Carl, Prokurist, mit Frau u. Kind, Hannover	Haus Ranft
Koerner, Frau M., Essen	Haus Ufen
Lollenbach, Herm., Kaufm., Rheinberg	Claassens Hotel
Kölze, Frau Dr., mit 2 Kindern u. Bed., Düsseldorf	Hotel Itzen
Kroeber, C., Kaufm., mit Familie u. Bed., Osnabrück	Claassens Hotel
Kuhl, Heinz, Kaufm., Essen	Carl Fischer
Kuhlmeier, Frau K., Münster i. W.	Villa Nordsee
Kühnemund, Frau Fränze, mit Kind, Dissen-Rotenfelde	Haus Lieselotte
Lambrecht, Walter, Reisender, Wilhelms-haven	Claassens Hotel
Leibach, Frau Dr., Elberfeld	Hotel Rose
Lehmann, Ernst, Oberinspektor, Berlin-Wilmersdorf	J. K. Wäcken Wwe.
Liebner, Frau Dr. Hedwig, mit Kind, Düsseldorf-Oberkassel	Haus Seemannstreu
Lies, Otto, Kaufm., mit Frau u. Tochter, Bremen	Haus Antonie
Lindhorst, Mary, Buchhalterin, Braunschweig	Haus Gertrude
Lütgert, Heinr., Kaufm., Bielefeld	Haus Eleonore
Malisius, Oberpostdirektor, mit Familie u. Bed., Magdeburg	Villa Erika
Meinerts, M. B., Kaufm., Esens	
Meißer, Margarete, Schwester, Pirna i. S.	Hotel Pabst
Moritz, Berta, Sekretärin, Uelzen i. Hann.	Peterhof
Moritz, Ella, Krankenschwester, Uelzen	Peterhof
Münnich, Wilhelm, Apothekenbesitzer, mit Frau, Braunschweig	Hotel Rose
Niederhamm, Erich, Masch.-Techniker, Dortmund-Kurl	Haus Schwalbe
Nieling, Elly, Schwester, Volmarstein	Ev. Schwesternheim
Niermann, Frau Apotheker, mit 2 Töchtern, Bad Godesberg a. Rh.	Haus Viktoria
Noack, Ernst, Kaufm., Oldenburg	Hotel Itzen
Nöcker, Kreisrentmeister, mit Familie, Holthausen b. Hagen i. W.	Haus Viktoria
Obermann, Peter, Werkmeister, Lörenich bei Köln	Paxheim
Ortner, Franz, Kaufm., mit Frau, 2 Kindern u. Kinderfräulein, Dortmund	Hotel Rose
Othmer, Gust., Kaufm., mit Frau u. Kind, Hannover	Hotel Fresena
Perker, Frau Syndikus Dr., mit Familie, Hagen i. W.	Haus Wäcken
Peters, Gerhard, Beamter, Bremen	Villa Seestern
Pralle, Willi, Kaufm., mit Frau, Hamburg	Strandhotel Kurhaus
Pürckhauer, H., kaufm. Angestellter, Dresden-A.	Haus Viktoria
Quax jr., Robert, Kaufm., Elberfeld	Strandhotel Kurhaus
Redeker, W., Kaufm., Bremen	Hotel Friesenhof
Reineking, Fachschuldirektor, mit Frau, Blankenburg a. Harz	Claassens Hotel
Rilfitt, Lilly u. Hanna, Bochum	Haus Hook

Rohde, Emma, Schwester, Volmarstein	Ev. Schwesternheim
Sarstedt, Hermann, Beamter, Himmelsthür	Haus Worch
Sckerl, Frau Dr. Else, Leipzig	Hotel Friesenhof
Sckerl, Gertrud, Leipzig	Hotel Friesenhof
Seifarh, Frl., Koburg	Tilemanns Kinderheim
Siegert, Frau Martha, mit Tochter Hildegard, Frankenstein i. Schl.	Haus Jabine
Slucke, Frau Hedwig, mit Kind, Hannover	Hotel Worch
Sommer, J., Rektor, mit G. Sommer, Geilenkirchen-Hünshoven	Paxheim
Spaeth, Frau Max, mit Kind Lieselotte, Düsseldorf	Hotel Itzen
Sybrecht, Frl. E., Dortmund	Villa Charlotte
Schlitzberg, Annchen, Kassel	Hotel Seeblick
Schlitzberg, Karl, Bankbeamter, Kassel	Hotel Seeblick
Schmeertmann, Dr. med., Arzt, mit Familie, Magdeburg	Schmeertmann
Schmitz, Helene, Schwester, Voerde	Ev. Schwesternheim
Schneider, Wilh. H., Direktor, mit Frau, Wiesbaden	Villa Inselfriede
Scholl, Wilhelm, OBERINGENIEUR, mit Familie u. Bed., Düsseldorf	Abheiden
Schröll, Hedwig, Haustochter, Dortmund	Haus Gertrude
Schulte, Frl., Dortmund-Asseln	Villa Charlotte
Schulte-Nölle, Stadtobersekretär, mit Familie, Dortmund	Wwe. W. Kleen
Stahn, Wilhelm, Reg.-Obersekretär, Hannover	Haus Ludwigslust
Standke, Maria, Korrespondentin, Bremen	Haus Gertrude
Stanzel, Karl, Zuschneider, Norden	Hotel Itzen
Steffens, Ernst, Werkführer, mit Familie, Elberfeld	Haus Erholung
Steigleder, Meta, Sparkassen-Buchhalterin, Wattenscheid	Ev. Schwesternheim
Steuerberg, H., Hotelier, Hannover	Hotel Worch
Stöter-Tillmann, Else, Sprockhövel	Haus Erholung
Thiemann, Frau Amtsgerichtsrat, mit Kind, Lünen i. W.	Haus Ing
Thure, Frau Maria, mit Kindern und Bed., Essen	O. Altmanns Wwe.
Thilker, P., Monteur, Mettmann	Haus Alberta
Turk, Heinrich, Kaufmann, mit Familie, Düsseldorf	Haus Christa
Vahlbruch, Helene, Hausdame, Osnabrück	Claassens Hotel
Wehrmann, H., Zimmerstr., Dortmund	Hotel Seeblick
Weinfurter, Frau, mit Familie, Düsseldorf-Oberkassel	Haus Lieselotte
Weisterwick, Prof. Dr., Studienrat i. R., Münster i. W.	Villa Nordsee
Weth, Frau, mit Familie, Elberfeld	Tilemanns Kinderh.
Wickenberg, Heinr., Buchhalter, Bremen	Haus Jabine
Wilkening, R., Hotelier, Hannover	Hotel Worch
Zebender, Ernst, Kaufmann, mit Kind, Chemnitz	Frau Gerhardt
Zülch, Hedwig, Abteilungsleiterin, Osnabrück	Haus Aden
Zülch, Frau Wwe., Altena i. W.	Haus Aden

Dortmunder Jugend-Ferienlager. Gäste vom 9. bis 14. Juni 1929.

Unter 20 Jahre.

Annemarie Meyer.
Ise Widmann.
Käthe Leiding.
Edith Baltenberg.
Ursula Kannengießer.
Ruth Waller.
Margot Weicher.
Marie Hardegen.
Irmgard Schulze.
Irmgard Amelung.
Eva Spitta.
Dorothea Apelt.
Julie Merkel.
Zusammen 719 Personen.



Auto-Dienst
Gebr. Freese 33 * **Norden**
 Erstes u. ältestes Ostfr. Autohaus
 Einstellhalle, Fahrschule
 Fernruf 2046 / Fernruf 2046

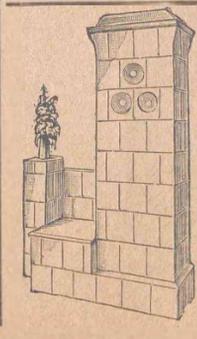
Verlangen Sie
 Herforder Export- und Lager-Bier
 aus der Brauerei „Felsenteller“, Herford
Niederlage Laats & Tholen, Norden
 Fernruf Nr. 310

IDA NESSO, NORDEN
 HINDENBURGSTRASSE 110
 51 Erstes und
 größtes Spezial-Putzgeschäft am Platze
 bietet ständig reiche Auswahl modernster Damen-
 hüte in allen Preislagen. Neuheiten in Reishüten, Strandkappen, Mützen
 Schals, Handschuhen und seidenen Strümpfen

**Katholischer
 Gottesdienst**
 24 ist vorläufig auf den
 Außenanschlag an der
 Kirchentür zu erleben!

Persil *allein*
 verwenden
 (ohne Zusatz)
 das heißt: *billig, sparsam!*
u. richtig waschen!

Modewaren
Wäsche
 42 **Badartikel**
 für Damen- und Herren
Strand- u. Gesellschaftskleider
 Aparte Neuheiten Große Auswahl
 Keine Saisonpreise
 Badeanzüge: Marke Forma
Willy Tiemann, Juist am Bahnhof



P. Fritsche, Norden
 Töpfer- und Ofensehmeister
 Al. Neufstraße :: Fernruf 2129
Ofen und Herde
 Fabrikation 47
 transportabler Kachelofen
 Versand nach allen Orten
Wand- und Fußbodenfliesen
 Umbau - Reparatur - Reinigung

Der Siegeslauf des Ultravioletts.

Von Dr. Lillj Wagner, Berlin.

Als kurz vor dem Kriege die Bestrahlung mit der „Künstlichen Höhen Sonne“ aufkam und sich rasch einbürgerte, da sprach man in Laienkreisen zum erstenmal von der Bedeutung des Ultravioletts, von dem man bis dahin höchstens in der Schule als von dem unsichtbaren Teil des Spektrums gehört hatte, dem man wenig Bedeutung beimah. Eben dieser unsichtbare, jenseits des Violett liegende Teil des Spektrums aber besteht aus jenen kurzwelligen Strahlen, die in letzter Zeit geradezu eine Revolution auf hygienischem Gebiet hervorgerufen haben. Ultraviolett ist eine Zauberformel geworden, die viele Weiden heilt: Ultraviolett steigert unsere Lebenskraft, es heilt Tuberkulose, englische Krankheit und andere bisher kaum beeinflussbare Weiden, es erzeugt das lebenswichtige Vitamin D, dessen Fehlen eben verantwortlich ist für die englische Krankheit, die Rachitis, die Kinder zu Krüppeln und für ihr ganzes Leben schwächlich und unglücklich machen kann.

In der Breslauer Kinderklinik hat man stillende Mütter mit dem ultravioletten Licht der Quarzlampe (Künstliche Höhen Sonne) bestrahlt, und die Mutterbrust gab reichlichere Nahrung. Bestrahlungen schon Monate vor der Geburt vermochten den leider gar oft gelähmten Verfall der werdenden Mutter aufzuhalten. Ihre Zähne blieben gesund, das Knochengewebe blieb ungeschwächt, ein vorher blühendes Aussehen ging nicht verloren, und der junge Erdenbürger kam voll gesund zur Welt.

Der Siegeslauf des Ultravioletts ist unaufhaltbar, die Kenntnis der wunderbaren Heilwirkung kurzwelliger Strahlen heute schon fast allgemein verbreitet. Dennoch konnten die Forschungen der deutschen Island-Expedition, die zur strahlenbiologischen Erforschung Islands im vorigen Jahr entsandt worden war, noch wichtige neue Ergebnisse zutage fördern.

Schon lange hatte man sich darüber Gedanken gemacht, weshalb der Gesundheitszustand auf Island ein so viel besserer ist als etwa auf den Färöern, einer einsamen Inselgruppe im Nordatlantik, auf der, wie man wußte, die gleiche Ernährungsweise herrscht wie in Island: nämlich Fischnahrung, speziell der Genuß von rohem, getrocknetem Fisch und Dorschlebertran, also Nahrungsmittel, die in großer Menge das rachitisverhindernde Vitamin D enthalten; während aber in Island die englische Krankheit eine Ausnahmeerscheinung ist, sind auf den Färöern mehr als die Hälfte der Kinder rachitisch. Die Fischnahrung allein reicht also offenbar nicht aus, die Rachitis zu verhindern. Es muß auf Island noch ein zweiter Faktor im Spiele sein, der für den hervorragenden Gesundheitszustand der Islandkinder verantwortlich ist: die unmittelbare Sonnen- und Himmelsstrahlung. Man hat gefunden, daß die ultravioletten Strahlen des Sonnenlichtes das bedeutsame Vitamin direkt in der Haut erzeugen, Ultraviolettstrahlung also noch wichtiger ist als vitaminreiche Nahrung. Ein tüchtiges Schicksal will es, daß gerade im Sommer, wo auf den Färöern ebenso wie auf Island ewiger Tag herrscht, dieser dort durch beständige Gollstromnebel verdunkelt wird, so daß es nur sechs sonnige Tage im Jahre gibt! Die Islander dagegen bleiben von der Rachitis verschont, weil ihnen das antirachitische Vitamin aus zwei Quellen fließt: durch die Nahrung und die Strahlung.

Als Erfolg darf die Expedition (über die die „Anschau in Wissenschaft und Technik“, Frankfurt a. M. berichtet) es sich buchen, die starke Ultraviolettstrahlung auf Island, sowie die Gesamtsonnenstrahlung energetisch festgelegt zu haben. Ein wunderbarer Zufall, daß nämlich eine lichtempfindliche Radiumzelle dieselbe Empfindlichkeit für Ultraviolett hat wie die menschliche Haut, setzt uns instand, das ganze Ultraviolettgebiet rein physikalisch zu messen. Die Messungen mit der Radiumzelle geben uns einen exakten Anhalt für die gesundheitsbringende Strahlung der Sonne.

Noch eine andere wichtige Einsicht verdanken wir der Islandexpedition, nämlich eine Bestätigung und ein besseres Verständnis der Messungen, die kürzlich von dem berühmten Lichtforschungsinstitut in Hamburg bekannt gegeben wurden. Diese ergaben, daß in den Straßen der Großstadt, die in den ganzen Dunst und Rauch der Fabrik- und Schlote eingehüllt sind, das Ultraviolett selten ist und nur in der Mittagszeit kräftig genug auftritt, um unsere Jugend gesund zu erhalten. In Hamburg muß man 30 bis 40 Kilometer weit wandern, um von dem Großstadtstaub loszukommen, und in London soll man sogar 100 Kilometer vor der Stadt den Großstadtbunk an der Berringerung der Ultraviolettdurchlässigkeit der Luft spüren.

Der Instinkt, der uns seit dem Anwaschen und der Vermehrung der Fabrikbetriebe und des Verkehrs aus dem Bereich der Städte so oft wie möglich entfliehen heißt und uns mit Sehnsucht nach der reinen Luft von Meeres- und Gebirgslandschaften erfüllt, hat uns wieder einmal richtig gelenkt. Ohne daß wir die Gründe kannten, ohne daß wir ahnten, daß Ultraviolett das große Elixer ist, auf das wir im Hochgebirge fahnden, hat sich die Sitte, weite Reisen zu machen, in immer breiteren Schichten unseres Volkes längst durchgesetzt und ist an die Stelle der früher so beliebten Sommerwohnungen getreten, die man gern in der nächsten Nähe der Stadt aufschlug. Die Sucht, in die Ferne zu schweifen, hat also einen wohlberechtigten Sinn; sie entspringt nicht nur wie

oft zu Unrecht behauptet wird, der Sensationslust und der Freude am Fernen und Fremden, sondern vielmehr der Beobachtung, daß man sich am Meer oder im Gebirge viel schneller und gründlicher erholt als in der Nähe der großen Städte, was schon rein äußerlich an der viel intensiveren Braunfärbung der Haut erkenntlich ist, eben einer Folge der Ultraviolettstrahlung. Wie oftmals, so hat sich auch hier wieder gezeigt, daß der Instinkt auf den richtigen Weg führt, dessen Richtigkeit die Wissenschaft erst nachträglich bestätigt.

Heute ist eine Forderung der Hygiene: So oft und so weit wie möglich dies nicht möglich ist, — wo es an natürlichem Sonnenlicht fehlt —, Bestrahlung mit „Künstlicher Höhen Sonne“. Darüber hinaus erhebt sie den Ruf nach Vitaminierung der Lebensmittel, besonders der Kindermilch durch Bestrahlung. Mit der Bestrahlung der Kindermilch geht man in Deutschland, dem Geburtslande der Quarzlampe (1906) der ganzen Welt voran. Schon heute wird in über 50 Städten die Kindermilchbestrahlung zum Segen unseres Volkes durchgeführt.

Sport am Strande von Juit.

Die Bedeutung der Leibesübungen.

Des Menschen höchstes Gut ist die Gesundheit, sie ist die Quelle des Lebens, aus welcher der Mensch die Kraft für den großen Kampf ums Dasein schöpft. Die hohe, die heilige Kraft, die wir nach einem verlorenen Krieg und seinen Folgen mehr denn je für unser ganzes Volk benötigen. Nur ein gesundes, starkes, gekräftigtes Volk kann lebensfähig bleiben und in der Geschichte der Nationen eine bedeutende Rolle spielen.

Es gibt nur eine Gesundheit und tausend Krankheiten! Nur ein völlig Gesunder kann sich in diesem schweren Kampfe behaupten, der Schwache wird zu Grunde gehen, da sein Körper den Anstrengungen, Sorgen und Krankheiten nicht gewachsen ist. Wir brauchen gesunde, kräftige Männer und Frauen, eine gesunde, blühende, willensstarke Jugend, aus der später die Führer eines Volkes hervorgehen sollen. Und die Führer sind Vorbilder.

Gesund muß Leib und Seele, Handeln und Denken sein! Nur wer derartig gesund ist, wird auch in der heutigen schweren Zeit seine Freude haben. Die Gesundheit, sie ist nicht ein Geschenk der Natur, sie kann durch unzweckmäßige Lebensweise vernichtet, aber auch erhalten werden durch Stärkung von Körper und Geist.

Das Herrlichste, das Schönste, das Heiligste ist ein schöner, wohlgebauter Körper voll strotzender Gesundheit. Deshalb sei es Grundsatz eines jeden, sich dieses hohe Gut zu erhalten durch Leibesübungen. Sie sollen den Menschen auf seinem Lebenswege begleiten und sollen ihm Sinn und Verständnis für den eigenen Körper geben.

Welche Art der Leibesübung betrieben wird, ist gleich. Hauptsache ist, daß sie dem Menschen die so notwendige Gesundheit gibt und erhält. Auch die Kranken brauchen nicht verzweifeln; für sie sind sachgemäß betriebene Leibesübungen die Quelle steter Gesundheit. Bewahrt Euch eure heilige Gesundheit! Schafft Euch dadurch Freude am Dasein!

Darum fasset die Leibesübungen in diesem Sinne auf!

Trinkt aus dem erquickenden, unerschöpflichen Lebensborn in tiefen Zügen, stählt den Körper durch Kampf und Spiel, erfreut Euch am Spiel der Glieder und Muskeln, badet den Körper in Luft und Sonne, taucht ihn in die erfrischende, verjüngende Flut! Erzieht Euch zur täglichen Leibesübung, zur Gesundheit! Macht Leibesübung zum täglichen Brot! Sammelt in der Jugend für Euer Alter, sammelt die Kraft zum Leben, zum Kämpfen! Denn unser Leben ist ein Kampf.

Und in diesem Kampfe mußt Du siegen! ff.

Die Jagd nach der Sekunde.

Das heutige Zeitalter der Technik macht auch den Menschen zur Maschine. Ein ewiges Jagen und Hasten von früh bis abends. Kaum ist der Mensch frühmorgens aufgestanden, so muß er schon einen Blick in die noch warme Morgenzeitung nehmen, um die sich überstürzenden Ereignisse verfolgen zu können. Ein Kaffeetrinken in Ruhe und Behagen ist gar nicht möglich, da die Zeit schon dazu fehlt. Wer hätte übrigens des Morgens noch Zeit, regelmäßig gymnastische Übungen zu machen, um frisch gestärkt an die Arbeit zu gehen, um die schädigenden Einwirkungen der Arbeit selbst und der Ermüdung zu vermindern? Nein, da wird beim Lesen der neuesten Berichte der noch heiße Kaffee hinuntergeschlürft, während die andere Hand nach dem getrichenen Brötchen tastet und dieses dem Munde zuführt. Wahrlich, die linke Hand weiß nicht, was die rechte tut. Ein Blick auf die Uhr: es ist höchste Zeit, um die Elektrische noch zu erreichen. Hastig die Frühstücksbrote eingesteckt, noch einen letzten, heimliche übergroßen Biß in den Mund gedrückt, der Gattin Lebewohl gesagt und in den bereitgehaltenen Mantel gesprungen. Bums, fliegt die Tür ins Schloß, und immer noch tauend und schluckend, springt man die Treppe hinunter, stürzt zum Hause hinaus und läuft zur Haltestelle, unterwegs von dem schon wartenden Zeitungsverkäufer — der alle seine Kunden genau kennt — noch schnell die allerneueste Morgenzeitung in Empfang nehmend.

Nun sitzt er da in die Ecke gedrückt und überfliegt, noch immer schnaufend und nach Luft schnappend, die großen Uberschriften und Nachrichten. Das Licht des erwachenden Morgens ist ungenau; die Beleuchtung in der Bahn zum Lesen ungünstig, vielfach ist die Luft durch den Qualm der Raucher dick zum Durchschneiden, dazu zittert und rattert die Elektrische, daß die Buchstaben nur so hin und her tanzen. Man wird gestoßen, zur Seite gedrückt, doch die Hand hält die Zeitung festhaft, und die Augen verfolgen scharf Zeile auf Zeile.

So gelangt der berufstätige Mensch heute meist zu seiner Arbeitsstätte. Dort geht es unvermindert weiter. Angehäufte Arbeit muß dringend erledigt werden, neue Arbeit steht drängend in Aussicht, dazu Abhaltungen unerwünschter, aber oft notwendiger Art. Und dabei der Aerger mit dem und dem. Und das jeden Tag; ja, Herrgott, ändert es sich denn überhaupt nicht? Wann kommt man denn zur Ruhe??!! Ruhe, sage ich, Ruhe. Na ja, man merkt es schon, man muß mal wieder ausspannen; dieses ewige Treiben und Jagen verlangt nach Ruhe und Erholung in einem Bade, am besten in einem solchen natürlich, wo viel los ist, damit man abends nicht so allein in seinen vier Ecken herumhockt oder allein Mondscheinpromenaden machen muß.

Kommt der Mann von der Arbeit nach Hause, ist er müde und abgespant. Aber die Gattin behauptet, auch leben zu wollen, auch ihr Recht verlangen zu können. Na, denn schnell ins Kino, da gibt es einen herrlichen Film mit Mord und Totschlag. Denn aber nun fix, sonst ist es zu spät. Nun noch schnell umgezogen, vielleicht noch schnell rasiert. Das Abendbrot, ach so, na, das essen wir nebenbei. Hauptsache, daß wir rechtzeitig ins Kino kommen. Mit zitternden Händen wird noch schnell eine Zigarette angesteckt. Alle Wetter, die Schachtel ist ja schon wieder leer! Also muß ich mir noch unterwegs neue kaufen. Ja, aber im Kino darf doch nicht mehr geraucht werden! Ach, Unsinn, dann gehe ich in der großen Pause mal schnell auf die Straße und rauche fix die Zigarette.

Und so lebt der Mensch der Jetztzeit als Maschine, getrieben und gejagt von Tag zu Tag! Wo bleiben da der Körper und die Seele? Wo bleibt die Häuslichkeit, wo das echte Familienleben? Ist es hier denn nicht möglich, Abhilfe zu schaffen? Wie schön wäre es, wenn man in aller Ruhe seinen Morgenkaffee genießen könnte, dann könnte auch ein Blick in die Zeitung getan werden, denn zehn Minuten früher aufstehen, hilft hier ungeheuer viel. Keine Hast zur Elektrischen. Mach dich unabhängig von der dich drängenden Zeit! Richtige Zeiteinteilung, ruhiges Ueberlegen, das hilft dir vorwärts. Das schnelle Essen, das schon mehr ein Schlingen der Speisen ist, schadet dem Körper, denn die verdauenden Organe werden in erhöhtem Maße in Anspruch genommen. Die sich wiederholende Hast macht auch dich nervös, zum Sklaven der Sekunde, zum ruhelosen Geschöpf der Zeit. Halte überall Maß, überlege alles vorher, handle dann aber schnell und entschlossen, wappne dich gegen die Widerwärtigkeiten des Lebens, mach dich gesund und widerstandsfähig durch Sport und Gymnastik! Nutze die Freizeit richtig aus, meide Nikotin und Alkohol, widme dich deiner Familie, wandere, schaue mit offenen Augen in die Natur deiner engeren und weiteren Heimat, erfreue dich am wechselnden Spiel der Naturwunder, sei Herr deiner selbst und laß dich nicht jagen und treiben! Ein durch Leibesübungen gesunder und gestählter Körper nimmt den täglichen Kampf mit dem Dasein leichter und erfolgreicher auf, als der nervöse, überhastete, kurzfristige, ubellaunige, gegen Krankheiten empfindliche Körper.

Die Freiheit deines Körpers sei dein Ziel. Sklave seines Körpers sein, heißt dauernd Lasten tragen, ständig gebunden sein, unfrei, ein Spielzeug der dahinfliehenden Zeit. Schau dir die hastenden Menschen an, die täglich zur Arbeitszeit dahinstürmen! Haben sie ein befriedigendes Aussehen, sind sie gesund, lebensstark? Oder sind sie ge jagt, gebeugt, getrieben, eilen sie ohne Willen, ohne Freiheit dahin? Eine getriebene Maschine? Sieh dir den Strom der Tag für Tag dahinfliehenden Menschen an, reißt er nicht noch andere mit hinweg, versucht er nicht, auch den Abseitsstehenden in seinen Bann zu zwingen? Wie von unsichtbarer Hand getrieben und gelenkt, so stürmt das vollendetste Wunder der Natur, der Mensch, dahin, irren Blickes, suchend, tastend, unruhig, zitternd, die Angst vor der verlorenen Sekunde. Nur wenige stehen kraftvoll da, überragen um Haupteslänge die andern, trotz dem Wind und dem Wetter, laden den Strom der Vorbeistürmenden an, haben blitzende Augen voll Mut und Tatkraft, Nerven wie Stahl, sportgestählte Körper. Auch sie sind die Glieder einer Kette wie du, aber sie schauen mit anderen Augen in die Welt, mit Augen des Ueberlegenen, des Herrschers, des Führers. Sie fühlen ihre Kraft, sie nehmen den Kampf auf, sie kennen die Wunderkraft der Freiheit, sie verwerten dieses Kleinod in richtiger, überlegter Weise.

Frage dich, wer mehr vom Leben hat, wer die echten Freuden des Daseins kennt, wem Lebenskraft und Schaffensfreude innewohnt? Nun, die Antwort gib dir selbst, wenn du dir beide Bilder genau betrachtest. Strebe danach, frei zu sein, verwende deine natürlichen Güter und Gaben, erhalte deine Gesundheit und Stärke, überbe nach Höherem und mach dich los von dem unendlichen Schraubengewinde der dahindraufenden Zeit! Sieger bleibt, wer kämpfen kann! ff.

HOTEL FRESENA

Anerkannt vorzügliche Küche. Mittag- und Abendessen zu Tagespreisen. Im kleinen Restaurant Tagesplatten zu mäßigen Preisen. — Zur Unterhaltung der geehrten Badegäste finden in meinem Parkettsaale vornehme Künstlerkonzerte mit anschließendem Tanz statt.