

Nebis Fitstressprogramm

Autor(en): **Wyss, Hanspeter**

Objekttyp: **Illustration**

Zeitschrift: **Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin**

Band (Jahr): **109 (1983)**

Heft 4

PDF erstellt am: **03.08.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern. Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

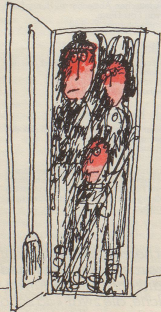
Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Nebis Fitstressprogramm

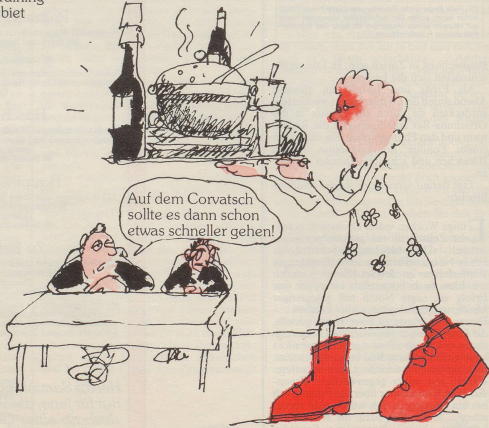
Skisaison 82/83



Dank dem ganzjährigen Stautraining sind wir für die Fahrt ins Skigebiet bestens gerüstet.



Täglich 2 bis 3 Stunden im Besenschrank, und jede Seilbahnfahrt wird zum erholsamen Erlebnis.



Exklusiv für Mütter: Während den Wintermonaten Servierarbeit grundsätzlich nur mit Skischuhen.



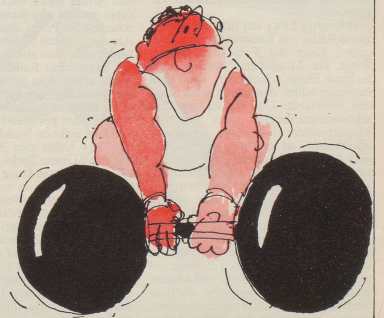
Wir üben Ausdauer und Gelassenheit! 20 Minuten warten, 2 cm vorwärts, 20 Minuten warten, 2 cm vorwärts, 20 Minuten ... Täglich 100 m. So gestärkt, beeindruckt keine Skiliftschlange.



Durch systematisches Gewöhnen an grössere Zahlen erträgt man auch Winterkurortpreise.

Ein Familienoberhaupt sollte in der Lage sein, die Skiausrüstung seiner Lieben ohne Murren zu buckeln. Unser Rat: Denken Sie an Winkelried!

Ausserdem: Sie haben dieses Jahr wieder Skischuhschnallen zu schliessen!!



Achtung! Glühweinkonsum nur langsam steigern!