

هجری شمسی (۱۴) تشرین ثانی سنه ۱۲۷۰ (نومرد ۱۴ - برنجی سنه) هجری قمری (۲۴) ربیع الآخر سنه ۱۳۰۹

مجله

۱۳۰۹

پرتقیه نشین کونری نشر اولنور

امور اداره و تحریریه طائد هر خصوص ایچون
مدیر مسئول قصبار نامه مراجعت اولنور.

سیاسیاتدن ماعدا هر شیدن بحث ایدر. درج
اولنمیان اوراق اعاده اولنماز.

نسخه سی ۲۰ پاره یه در

شرائط اشترا

برسنه لکی در سعادت ایچون - اداره خانه دن آلفق اوزره - یکرمی، ولایات
ایچون پوسته اجرتیه برابر اوتوز غروشد

اداره خانه سی :

باب عالی جاده سنده قصبار مطبعه و کتابخانه و مجلد خانه سیدر

قیزلرله قادینلره مخصوص حرکات بدنیه

ژیمناستیک حرکاتک محنت بدن ونشو و غای طبیعی ایچون درجه لزوم و منفعتی عموم اطبا و حیوونجه تسلیم ایدلش و بو فواید و منافعدن و مختلف حرکات بدنیهدن باحث جلدلرله کتابلر تدوین و نشرینه سبب اولمشدر . فقط آرزمان اوللرینه کلنجیه قدر آثار مذکوره یالکز ذکرور ایچون یازلقده و یالکز ارکک چوجقلره مخصوص مکاتبده ژیمناستیک درسلری ویرلکده ایدی ، که قیزلر بو فائده لردن محروم قالمقده ایدی .

ایشته شو حقائقله ارککلره مخصوص حرکات بدنیهدنک قادینلره یارایمسه جفی کیفیتی المان مکتبلی ژیمناستیک خواجه لردنن و اطبانن دوققور (آنکرشتاین) ایله (نهقلر) ک

نظر دقتی جلب ایتش و (قیزلرله قادینلره مخصوص او ژیمناستیک) عنوانیه بر اثر نشر ایتله رینه سبب اولمشدر که صحت عمومییه بویوزدن خدمتلی شایان شکران و محمدتدر . چونکه ژیمناستیک حرکاتی هم نشو و غای طبیعی بی تسهیل ایله وجوده قوت و چویمکک و برر و همدده حسن و آنک ترایدینه معاونت ایدرک تناسب اندامی موجب اولور .

کتابده تعریف ایدیلان حرکاتک بر چوغی بسیط و اجرایی قولای ایسه ده اک اولری شونلردر :

۱. یومروقلر قبالی والدر قالدیریلهرق ایکی طرفه اوزادلش بولندیفی حالده یومروقلره بیلکتر اطرافنده چرخ اجرا ایتدیرمک والدری بوکمکسزین اشانی یوقاری حرکت ایتدیرمک .



(شام شریفده کاش جامع کبیرک کورویشی)

حرکات مذکوره قول و باجاق طامارلرله عضلاتک و ارقه کیکله کوکس طامارلری و آق جکرک انبساط و قوتی موجب اولغله برابر قادینلرجه هیچ برمحذور تولید ایتمز .

ترهت

صناعت

{ فوطوغرافیا }

عملیاتخانه نلک تجهیزی

تنویر سیاحت اثناسنده هر برشی مکمل اوله من

۲. قالدینجه (۱ : ۲) سانتیمتره قطرندمه بردکنکی قوللرله بل اراسندن کجیرمک یومروقلر قبالی اولدینی حالده بازولری افقی طوغق .

۳. قارشو قارشوه طوران ایکی قیز چوجنی بربرینک ایکی النی طوتهرق مناوبه ایله دیزلرنی بوکوب و یا و طوروب قالمق .

۴. یان یانه طوروب ال اله و برن ایکی قیز چوجندن هربری طیش طرفده قالدین دیزنی بوکوب دیکرنی کز مک .

۵. ال اله و برن ایکی قیز مناوبه صاغ وصول یا قیلرنی بردن قالدیرمق .