

# GESUND!



**ANGEBOTE 2012**

**Gesundheitshotel  
Spanberger**

Dr. F.X. Mayr Geburtshaus

**DIE NEUE GANZHEITLICHE  
F.X. MAYR MEDIZIN VEREINT  
NATURHEILKUNDE & SCHULMEDIZIN**

# LEBENSÄÄUME UND DESIGN

Unser Innenraumkonzept vermittelt verspielt antike Jugendstil-Zirbenm6bel und neue Designerm6bel vom Schweizer M6belbauer USM Haller sowie Sessel und Tische von Kartell. 50iger Jahre Sitzelemente erneuert mit hochwertigen Stoffen und Leuchten von Occhio setzen stimmungsvolle Akzente und laden zum Wohlf6hlen ein. Die B6den sind Weitzer Parkett und

verf6gen 6ber allergikerfreundliche, antibakterielle sowie atmungsaktive Eigenschaften.

**Geschmackvolles Interieur 6berrascht mit liebevollen Details.** Positive, kraftvolle Farben gestalten die verschiedenen Bereiche und Zimmer. Die erweiterte F.X. Mayr Bibliothek bietet Ihnen Einblicke in bedeut-

same Schriften, die Sonnenterrasse und behagliche Nischen laden zum Selbstentdecken, zum Lesen, zum Nichtstun ein.

Unsere Einzel- und Doppelzimmer, Studios und Appartements sind bequem nach dem 4-Sterne-Standard und dar6ber hinaus mit Arbeitstisch und WLAN ausgestattet.



Unser neuer Therapiegarten bietet zus6tzliche 170 m<sup>2</sup> f6r Ihre Gesundheit. Die Raumvision lieferte der geniale Designer Josef Frank. Sein Stoffdesign »windows« holt Ihnen w6hrend Ihres Aufenthaltes bei uns den Garten ins Haus!



**Liebe F.X. Mayr Freunde!**

Ein Jahr voller Ver6nderungen, Ideen und Innovationen geht zu Ende, sehr motiviert n6hern wir uns dem Jahr 2012.

R6ckblickend ist 2011 viel bei uns geschehen. Anfang des Jahres wurde die W6scherei vom Dachgeschoss ins Erdgeschoss verlegt, um f6r mehr Ruhe in den Zimmern zu sorgen. Ein neuer sehr angenehmer Massageraum folgte und l6dt zur vollkommenen Entspannung ein. Mit Hilfe der neuen K6che k6nnen wir unsere G6ste noch mehr verw6hnen.

Mit Stolz darf ich Ihnen unser erstes neues Designstudio mit Blick auf den Stoderzinken pr6sentieren: freistehende Badewanne von Phillippe Starck, Josef Frank Vorh6nge, Regendusche, Treca Bett (antiallergisch), sowie Sitzelemente von Gervasoni.

Weiters wurden zwei Einzelzimmer zu einem sehr freundlichen Lifestyle Studio mit Regendusche und asiatisch anmutender Einrichtung zusammengelegt.

Aber wir sind des Versch6nerns und Verbesserns noch nicht 6berdr6ssig und deshalb bringt auch das Jahr 2012 Neues mit sich. Im Juni vertrauen wir unser Hotel f6r 3 Wochen fachkundigen Handwerkern an, um unsere Ideen zu verwirklichen. Im Dachgeschoss entstehen 2 weitere Designstudios mit einer kleinen Loggia, die den Blick auf das wundersch6ne Bergpanorama 6ber den D6chern von Gr6bming erm6glichen werden.

Im August durften wir **Dr. Werner Zancolo als neuen 6rztlichen Leiter begr6u6en.** Wir sch6tzen sein ruhiges Auftreten sowie sein kompetentes fachliches Wissen, sowohl im diagnostischen, als auch im labormedizinischen Bereich.

**Dr. med. Henning Sartor** bleibt Ihnen und uns an bestimmten Ordinationstagen erhalten – in enger Zusammenarbeit mit Dr. Werner Zancolo.

Als weitere Neuerung bieten wir Ihnen seit August eines von nur drei Sauerstoffger6ten in ganz 6sterreich an. Dr. Zancolo wendet die **H6henlufttherapie** als effiziente Erg6nzung in der Mayr-Therapie an und Sie d6rfen sich einen noch besseren Kur-Erfolg erwarten.

Schlussendlich m6chte ich mich noch bei unseren G6sten bedanken, die uns auch w6hrend der Zeit des Umbaus die Treue gehalten haben. Ich hoffe, Sie bald wieder in Gr6bming begr6u6en zu d6rfen, um Ihnen sowohl die traditionellen als auch die neuen Seiten unseres Hauses zu zeigen.

*Sonja Moser*

Sonja Moser, Gesch6ftsf6hrerin



TRECA Bett, franz6sische Spitzenmarke mit speziellen Matratzen (mittel und fest 100% antiallergisch), Sitzelemente vom italienischen Designer Gervasoni und Stoffe von Loden Steiner



Freistehende Badewanne von Phillippe Starck im Schlafzimmer, 150 Jahre alte Truhe

Josef Frank z6hlt zu den wichtigsten Vertretern der 6sterreichischen Moderne. Seine Stoffdesigns in kr6ftigen und klaren Farben stimmen uns Menschen heiter und f6rdern nachhaltiges Wohlbefinden.



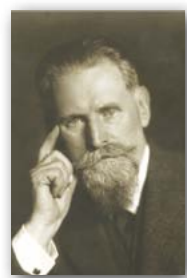
# WIR GEHEN NEUE WEGE, GEHEN SIE MIT UNS



## WIR VEREINEN NATURHEILKUNDE UND SCHULMEDIZIN

Es begann 1875 ...

### Dr. F.X. Mayr Geburtshaus



Unsere Wurzel bleibt natürlich die F.X. Mayr Medizin. Kein Wunder – der geniale Arzt Dr. F.X. Mayr wurde 1875 in unserem Gesundheits-hotel Spanberger geboren.

Dr. F.X. Mayr erkannte den Darm als Wurzelsystem des Menschen und dass richtige Ernährung und Verdauung die Basis für körperliche, seelische und geistige Gesundheit bietet. Diese Erkenntnis ist heute wahrer denn je! F.X. Mayr vereinte schon damals Naturheilkunde und Schulmedizin in höchst erfolgreicher Art und Weise!

»Die Kraft des Baumes liegt nicht in seinen Ästen oder Zweigen, sondern in seinen Wurzeln.«

Dr. F.X. Mayr

Unser nächster Schritt ...

### F.X. Mayr Medizin im 21. Jahrhundert

In unserem Gesundheitshotel Spanberger behandeln wir gemeinsam mit unserem Ärzte- und Therapeutenteam seit 1995 sehr erfolgreich Menschen mit den unterschiedlichsten Gesundheitsproblemen. Unseren Wurzeln bewusst, konnten wir uns beständig weiterentwickeln und wesentlich zur modernen F.X. Mayr Medizin im 21. Jahrhundert beitragen. Die gesamte Mayr Medizin meisterte den Schritt in unsere moderne Zeit mit Bravour. Wieder vereinten sich in unserem Haus Naturheilkunde und Schulmedizin.

Aktuell ...

### Ein integratives Konzept basierend auf 3 Säulen:

#### »MayrPrevent«

1

#### Darmsanierung Die 4 Säulen der traditionellen F.X. Mayr-Therapie

- Schonung
- Säuberung
- Schulung
- Substitution

2

#### Höhenluft-Therapie Zelltraining nach der IHHT-Methode bringt neue Energie in alle Zellen – spürbar, sichtbar und messbar! Siehe Seite 7

3

#### Laktatkontrolliertes Ausdauertraining »Enorm in Form« nach Heinrich Bergmüller Siehe Seite 7



## DR. WERNER ZANCOLO

Ärztliche Leitung

- Orthomolekulare Medizin
- Störfelddiagnostik
- »Holistic Pulsing«
- ganzheitliche Diagnostik
- Vorbeuge- und Regenerationsmedizin.

»Bekanntlich ist Gesundheit unser größtes Gut und jeder Einzelne hat auch ein Recht darauf. Damit Gesundheit jedoch bis ins hohe Lebensalter erhalten werden kann, sind in der Vorsorgemedizin sowohl der Arzt als Begleiter als auch der Einzelne selbst ständig gefordert. Und genau darin sehe ich meine Aufgabe, nämlich als Begleiter zu fungieren und die Patientin bzw. den Patienten optimal zu unterstützen und zu beraten«, erklärt Zanco seine Rolle als **neuer ärztlicher Leiter** im Gesundheitshotel Spanberger.

#### Modernste Präventionsmedizin

Die neue Art der Präventionsmedizin nennt sich »MayrPrevent«. Sie ist laut Zanco die optimale Kombination von traditioneller

Mayr-Therapie mit dem individuellen Bewegungsprogramm nach Heinrich Bergmüller, der bereits Sportler wie Hermann Maier betreute, sowie mit dem Höhenlufttraining und der Substitution notwendiger Mikronährstoffe, um die Nachhaltigkeit eines gesunden Lebensstils zu gewährleisten.

»Nicht Ausschluss der Schulmedizin oder Naturheilkunde ist unser Motiv, sondern die intelligente Vereinigung beider zu einer neuen ganzheitlichen Medizin«, pflichtet ihm Dr. Henning Sartor bei, der nach wie vor das Spanberger-Team begleitet, aber seinen Lebensmittelpunkt nach Wien verlagerte. »Durch die ambulante Ordination in Wien kann sicher gestellt werden, dass Patienten aus Wien und Umgebung auch zwischen den Aufenthalten im Gesundheitshotel in Gröbming bestens versorgt sind«, sieht auch Spanberger-Geschäftsführerin Sonja Moser viele Vorteile in der neuen Konstellation.

## HOLISTIC PULSING

**Holistic Pulsing ist eine sanfte, jedoch intensive körperorientierte Entspannungstechnik.** Durch wiegende und vibrierende Bewegungen kommt der Körper in eine sanfte Schwingung, die vom Kopf bis zu den Füßen wirkt. Bereits nach wenigen Augenblicken versinkt der Behandelte in eine wohlige, tiefgehende Entspannung.

Ziel dieser intuitiven Energiearbeit ist es, Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen. Durch Stress, Angstzustände, ständige Anspannung, verdrängte Probleme und vieles mehr kann es zu einer Blockade im Energiefluss kommen, die durch Holistic Pulsing oft schon nach wenigen Sitzungen aufgelöst werden kann.

#### Holistic Pulsing ist geeignet für Menschen, die ...

- stressgeplagt und überlastet sind
- psychosomatische Beschwerden haben
- in einem Lebensbereich festgefahren sind und nach Lösungen suchen
- mit ihrer Umwelt in Harmonie leben wollen
- sich selbst etwas Gutes tun wollen



## BEWEGUNGSPROGRAMM

### »ENORM IN FORM« *Eine Zusammenarbeit mit Heinrich Bergmüller, dem Erfolgstrainer von Ex-Skistar Hermann Maier*

**Sie fühlen sich nicht wirklich krank und doch nicht gesund? Was fehlt Ihnen?**

Heini Bergmüller baut auf den Grundsatz der Messbarkeit von Fitness. »Nur wer seine inneren Werte kennt«, meint er charmant, »kann sich gezielt bewegen und so seine Gesundheit und damit Lebensqualität positiv beeinflussen.«

Speziell wenn sich Wehwehchen bemerkbar machen, bekommen die Begriffe Leistungsfähigkeit und Mobilität eine andere, tiefere Bedeutung.

Bergmüller motiviert konkret die individuellen Möglichkeiten zu einem gesunden Reifer werden zu nutzen. »Natürlich ist es besser, früher zu beginnen – aber für Bewegung ist es nie zu spät.«

**Neues Gesundheitsangebot:** Heini Bergmüllers Programm ermöglicht unseren Gästen sehr gute und nachhaltige gesundheitliche Erfolge, weshalb wir Ihnen das gesamte Programm als Standardleistungen in unserem Gesundheitshotel anbieten – inklusive Ergometrien, Laktat-tests, speziell auf Ihr Alter, Ihr Geschlecht und Ihre Bedürfnishintergründe abgestimmte Trainingsprogramme.

*Sanfter Sport ist die ideale Ergänzung zur F.X. Mayr Therapie und für die Gesunderhaltung danach.*

Heini Bergmüller



## UNSER ÄRZTE-NETZWERK

Einzigartig in Österreich ist **unser Netzwerk von Ärzten** mit sehr unterschiedlichen Spezialisierungen und einem dementsprechend breiten medizinischen Angebot.

Darüber hinaus bestehen intensive Kooperationen mit ambulanten Ordinationen in Wien, Kärnten und Tirol und zahlreichen Mayr-Ärzten/innen in Österreich und Deutschland. Eine nachhaltige, langfristige und leistbare Begleitung und Beratung – vor und nach der Kur – ist somit sichergestellt.

**Dr. med. Henning Sartor** vereint in sich: Praxis am Patienten, Labormedizin, Wissenschaft, Forschung, int. Ärzte-Ausbildungen und Vortragsserien. Weiters ist Dr. Sartor Vorstandsmitglied der internationalen Gesellschaft der Mayr Ärzte.

*»Nicht Ausschluss der Schulmedizin oder Naturheilkunde ist unser Motiv, sondern die gezielte Vereinigung beider zu einer neuen ganzheitlichen Medizin.«*  
Dr. Henning Sartor



**Dr. Astrid Paul**

Fachärztin für Allgemeinmedizin, Akupunktur und Naturheilkunde, energetisch-spirituelle Medizin, Detox-Therapie, moderne F.X. Mayr Therapie, zertifizierte PSE-Therapeutin und aktive Schröpf-Therapeutin

*»Ich sehe meine medizinische Tätigkeit in dem Bewusstsein, dass nicht der Arzt heilt, sondern meine Aufgabe darin besteht, die Menschen mittels meiner therapeutischen Ansätze wieder in die bewusste Aktivierung Ihrer Selbstheilungskräfte zu führen.«*  
Dr. Astrid Paul



**Dr. med. Irene Dittrich**

Gemeinschaftspraxis mit Dr. Henning Sartor



Ausgezeichnet durch die INTERNATIONALE GESELLSCHAFT DER MAYR-ÄRZTE 2011

### 12. F.X. Mayr-Ärzte und Journalisten Symposium 23. Juni bis 4. Juli 2012

Zum Wissensaustausch unter Ärzten-Kollegen, die im Rahmen dieses Zusammentreffens im Geburtshaus Kontakte knüpfen und verstärken, laden wir auch Journalisten ein, damit die Presse über den aktuellen Entwicklungsstand der F.X. Mayr Kur sowie über die neuesten Erkenntnisse informiert wird.

Dieses Symposium wird als Refresherkurs für F.X. Mayr Ärzte anerkannt.



## HÖHENLUFT-THERAPIE KURBELT SELBSTTHEILUNG UND REGENERATION DER ZELLEN AN.

**NEU!**

### Was ist Zelltraining?

Zelltraining nach der IHHT™- Methode ist eine besondere, weiterentwickelte Form eines simulierten Höhentrainings zur Verbesserung der zellulären Energiegewinnung.

### Wie wirkt Zelltraining?

- Mehr Zellenenergie
- Mehr Schutz vor oxidativen Stress durch Stimulation des körpereigenen Q10
- Stärkung des Immunsystems
- Steigerung der Konzentrationsfähigkeit
- Steigerung der physischen und mentalen Leistungsfähigkeit
- Verbesserung von Stressresistenz
- Verkürzung von Regenerationszeiten
- Unterstützung der Gewichtsabnahme durch Aktivierung des Fettstoffwechsels
- Balancierung der Hormonproduktion

### Wie funktioniert Zelltraining?

Das Zelltraining erfolgt ganz entspannt im Liegen. Über eine Atemmaske wird jeweils

für wenige Minuten »dünne Höhenluft« d.h. sauerstoffarme Luft (Reizphase) im Wechsel mit sauerstoffreicher Luft (Erholungsphase) eingeatmet. Durch diesen hocheffektiven Trainingsreiz werden innerhalb der Mitochondrien zahlreiche biochemische Prozesse für Selbstheilung und Regeneration angekurbelt. Die natürliche Produktion von körpereigenem Q10 wird angeregt.

### Höhenluftangebote

1 Behandlung	€ 63,-
5 er Paket	€ 299,-
10 er Paket	€ 567,-

HRV-Messung (Herz-Raten Variabilität/Stress Index/Biologisches Alter)	€ 45,-
--	--------



# 5X PAUSCHALANGEBOTE 2012

»Die F.X. Mayr-Kur wird als Medizin der Zukunft bezeichnet«.

## 1 Gesundheitswoche nach Dr. F.X. Mayr

6

Empfehlenswert:  
Sonntag Anreise – Samstag Abreise

### Ärztliche Behandlungen

- Ausgiebige Anamnese mit Erstuntersuchung und Erstellung Ihres individuellen Diätplanes
- 4 x manuelle Bauchbehandlung nach Dr. F.X. Mayr
- Schlussuntersuchung

### Therapeutische Leistungen

- 5 x Gesundheitsgymnastik
- 4 x Kneipp-Wechselgüsse
- 4 x kreislaufanregende Fußbäder (Schielebad)
- 1 x Heilmassage (50 Min.)
- 2 x Heusäcke
- 1 x Harnanalyse

## 10 Tage Regenerieren nach Dr. F.X. Mayr

10

Empfehlenswert:  
Sonntag Anreise – Mittwoch Abreise  
Mittwoch Anreise – Samstag Abreise

### Ärztliche Behandlungen

- Ausgiebige Anamnese mit Erstuntersuchung und Erstellung Ihres individuellen Diätplanes
- 5 x manuelle Bauchbehandlung nach Dr. F.X. Mayr
- Schlussuntersuchung

### Therapeutische Leistungen

- 7 x Gesundheitsgymnastik
- 5 x Kneipp-Wechselgüsse
- 5 x kreislaufanregende Fußbäder (Schielebad)
- 1 x Heilmassage (50 Min.)
- 4 x Heusäcke
- 2 x Fettvermessung/Harnanalyse

## 2 Regenerationswochen nach Dr. F.X. Mayr

13

Empfehlenswert:  
Sonntag Anreise – Samstag Abreise

### Ärztliche Behandlungen

- Ausgiebige Anamnese mit Erstuntersuchung und Erstellung Ihres individuellen Diätplanes
- 6 x manuelle Bauchbehandlung nach Dr. F.X. Mayr
- Schlussuntersuchung

### Therapeutische Leistungen

- 10 x Gesundheitsgymnastik
- 4 x Kneipp-Wechselgüsse
- 6 x kreislaufanregende Fußbäder (Schielebad)
- 2 x Heilmassage (50 Min.)
- 6 x Heusäcke
- 2 x Fettvermessung/Harnanalyse

## 3 Wochen Behandlung - Dr. F.X. Mayr Kur PUR

20

Empfehlenswert:  
Sonntag Anreise – Samstag Abreise

### Ärztliche Behandlungen

- Ausgiebige Anamnese mit Erstuntersuchung und Erstellung Ihres individuellen Diätplanes
- 9 x manuelle Bauchbehandlung nach Dr. F.X. Mayr
- Schlussuntersuchung

### Therapeutische Leistungen

- 15 x Gesundheitsgymnastik
- 2 x Fettvermessung/Harnanalyse

## 3 Wochen intensiv Dr. F.X. Mayr Kur Mit Bewegungsprogramm nach Heini Bergmüller

20+

Empfehlenswert:  
Sonntag Anreise – Samstag Abreise

### Ärztliche Behandlungen

- Ausgiebige Anamnese mit Erstuntersuchung und Erstellung Ihres individuellen Diätplanes
- 12 x manuelle Bauchbehandlung nach Dr. F.X. Mayr
- Schlussuntersuchung

### »Enorm in Form« (siehe Seite 10)

- Stresstest
- Lactat Auswertung
- Trainingprogramm für 8 Wochen

### Therapeutische Leistungen

- 15 x Gesundheitsgymnastik
- 6 x Heilmassage (50 Min.)
- 6 x Kneipp-Wechselgüsse
- 6 x kreislaufanregende Fußbäder (Schielebad)
- 9 x Heusäcke
- 9 x Magnetfeldtherapie
- 2 x Fettvermessung/Harnanalyse

## Die Hauben/Sterne-Diät

»Gesund sein und genussvoll  
Essen ist kein Widerspruch mehr.«

Die Hauben/Sterne-Rezepte beruhen auf Mayr's Ernährungslehren, sind ausnahmslos kuhmilch- und weizenfrei, sehr leicht verdaulich und fördern daher Ihre Gesundheit. Alle Speisen werden individuell bereits während der Mayr-Therapie gereicht. Bei weiterer Anwendung zu Hause sichern Sie damit Ihren dauerhaften Kurerfolg.

»Mit jahrelanger Erfahrung der schonenden, liebevollen Handhabung von regionalen Bio-Lebensmitteln ist es für mich die Aufgabe und Herausforderung, unseren Gästen die gesunde, kreative F. X. Mayr-Küche zu präsentieren. Mit Tipps und Ratschlägen bei den Kochvorträgen ist es mir eine Freude, den Gästen für die Anwendung Ihrer verträglichen Lebensmitteln nach dem Kuraufenthalt in unserem Gesundheits-hotel behilflich zu sein.«

Karin Helm

## Unsere Zimmer erzählen alle eine besondere Geschichte



1,20 m breites Bett, in Richtung zur Kirche sehr ruhig – Norden – Osten mit Morgensonne, in den Farben grün, rosa-äpfelgrün, gelb und blau mit Lesesessel, kleinem Schreibtisch, Teppich- oder Parkett-Boden, Badewanne mit Dusche, Flachbildschirm, CD-Radio-Wecker

### Einzelzimmer

ca. 17m<sup>2</sup>  
Wohnfläche

Tage	6	10	13	20	20+
Einzelbelegung	1.273,-	1.819,-	2.112,-	2.585,-	3.700,-

Pauschal-Preise inklusive Hotelleistungen und Tagesaktivitäten



1,80 m breites Doppelbett, in Richtung zur Kirche sehr ruhig – Norden – Osten mit Morgensonne, in den Farben grün-gelb und beige mit Lesesessel, kleinem Schreibtisch, Teppich- oder Parkett-Boden, Badewanne mit Dusche, Flachbildschirm, CD-Radio-Wecker

### Doppelzimmer

ca. 19m<sup>2</sup>  
Wohnfläche

Tage	6	10	13	20	20+
Einzelbelegung	1.315,-	1.889,-	2.196,-	2.711,-	3.826,-
Doppelbelegung pro Pers.	1.195,-	1.689,-	1.954,-	2.351,-	3.466,-

Pauschal-Preise inklusive Hotelleistungen und Tagesaktivitäten



1,80 m breites Doppelbett, in Richtung zur Kirche sehr ruhig – Norden – Osten mit Morgensonne – Süden sehr sonnig, in den Farben grün-gelb, orange, grün-rot, gelb-rot und orange-türkis mit Sofa, großem Schreibtisch, mit Parkett-Boden, teilweise franz. Balkon, Badewanne mit Dusche, Flachbildschirm, iPod-Radio-Wecker, (Zi 15 mit Erlebnis- Kneippdusche und DVD-Player)

### Studio Lifestyle

ca. 35m<sup>2</sup>  
Wohnfläche

Tage	6	10	13	20	20+
Einzelbelegung	1.513,-	2.219,-	2.595,-	3.305,-	4.420,-
Doppelbelegung pro Pers.	1.315,-	1.889,-	2.196,-	2.711,-	3.826,-

Pauschal-Preise inklusive Hotelleistungen und Tagesaktivitäten



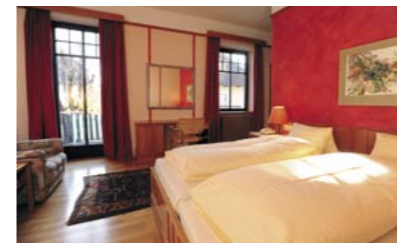
2 m breites antiallergisches Bett von TRECA, in Richtung Süd-Westen mit Blick zum Stoderzinken in den Farben Rot-Weiß mit alten Holzbalken, Bade-Ausstattung und freistehende Badewanne von Philippe Starck, Josef Frank Vorhänge, eine 150 Jahre alte Truhe, Blue Ray Player, 40 Zoll Flachbildschirm, Radiowecker mit iPod Dockingstation

### Design Studio Elegance Stoderblick

ca. 48m<sup>2</sup>  
Wohnfläche

Tage	6	10	13	20	20+
Einzelbelegung	1.735,-	2.589,-	3.043,-	3.971,-	5.086,-
Doppelbelegung pro Pers.	1.405,-	2.039,-	2.378,-	2.981,-	4.096,-

Pauschal-Preise inklusive Hotelleistungen und Tagesaktivitäten



2 getrennte Räume mit getrennten Schlafmöglichkeiten, 1 x mit Bad/WC, 1 x mit Dusche/WC in Richtung Süden mit Balkon, mit Teppich- oder Parkett-Boden, kleine Kochnische, Sofa, Schreib- Esstisch, Fernseher und CD-Radio-Wecker

### Appartement mit Wohn- und Schlafraum

ca. 48m<sup>2</sup>  
Wohnfläche

Tage	7	10	13	20	20+
Doppelbelegung pro Pers.	1.405,-	2.039,-	2.378,-	2.981,-	4.096,-

Pauschal-Preise inklusive Hotelleistungen und Tagesaktivitäten

## Alle Pauschal-Angebote beinhalten nachstehende Hotelleistungen und Tagesaktivitäten:

- Nächtigung im Komfortzimmer
- Grander Wasser, Gemüsebrühe, Kräutertee Trinkkur
- Ihr individuell abgestimmtes Diätprogramm (inkl. Bittersalz und Basenpulver)

- Sanfte Bewegung und geführte Wanderungen in kraftvoller Natur
- Arztvortrag, Kochvortrag – Tipps für Daheim
- Ihre persönliche Tageszeitung

- Benützung von Vollholz Bio Sauna und Infrarotkabine

### Partnerpreis:

Sonderpreis im Zimmer Ihres Partners inklusive Frühstück € 54,-

inklusive

# ÄRZTLICHE LEISTUNGEN

## Ärztliche Leistungen

**Ärztliche Bauchbehandlung**  
nach F.X. Mayr ca. 20 min. € 56,-

**Ordnation**  
Ärztliche Ordinationen werden nach  
Dauer abgerechnet 15 min. € 38,-  
30 min. € 76,-  
60 min. € 150,-

**Blut-, Stuhl- und Urinanalysen**  
Über ein Speziallabor inkl. Nahrungs-  
mittel-Unverträglichkeitsanalyse.  
Diagnostische Kosten zwischen  
€ 50,- bis ca. € 500,-

**Injektionen** je € 15,-  
Preis exkl. Medikament

**Infusionen** je € 35,-  
Preis exkl. Medikament

**Neuralthherapie** € 32,- bis € 65,-  
Preis exkl. Medikament

**Aderlass** € 35,-

**Sonographie**  
Ultraschall Erstuntersuchung  
30 min. € 100,-  
Kontrolltermin 15 min. € 65,-  
**Aktive Schröpftherapie**  
60 min. € 150,-

In der Bioenergetischen-Intervention  
nach Dr. med. Heber erlebt die heilende  
Kunst des blutigen Schröpfens (ein  
uraltres menschliches Wissen in allen  
Kulturkreisen) eine Renaissance.

**Holistic Pulsing** 40 min. € 65,-  
Holistic Pulsing ist eine sanfte, jedoch  
intensive körperorientierte Entspan-  
nungstechnik.

## »Enorm in Form«

In Zusammenarbeit mit Heinrich Berg-  
müller, dem Erfolgstrainer von Ex-Skistar  
Hermann Maier

**Bewegungsprogramm für 8 Wochen**  
**Fitness-Check, Beratung und Auswer-  
tung**

**Stresstest** EKG, welches gleichzeitig  
ihren Stresslevel und ihre Regenera-  
tionsfähigkeit misst

**Laktat-Kontrolle** auf dem Fahrrad-  
ergometer wird Ihre Laktatproduktion  
gemessen und ihre optimalen Bewe-  
gungszonen ermittelt

**Beratung**  
**Trainingsprogramm** 8-Wocheneinstel-  
lung für Ihr optimales Schlankheits- und  
Koordinationstraining auf dem Fahrrad  
€ 370,-

## Metabolic Screen – Programm

Ihr Weg zu Gesundheit und Wohlfühlge-  
wicht! Den Ursachen des Übergewichts  
auf die Schliche kommen und dann  
erfolgreich und gesund abnehmen!  
Die aktuellen Entwicklungen der Labor-  
medizin erlauben einen neuen, sehr viel  
tieferen Einblick in den Stoffwechsel der  
Organe und der Zellen. Hierdurch kann  
die Tendenz zu einer Erkrankung noch  
wesentlich früher erkannt und der Ver-  
lauf dargestellt werden.

- **Erstordination**
- **Blutabnahme**
- **Befundbesprechung** € 348,-\*

\* (Preis ohne Laborkosten) Laborkosten richten sich nach  
dem individuellen Gesundheitszustand jedes Einzel-  
nen von € 200,- bis € 500,-

## Heil- und Spezial- massagen

- ▶ **Lymphdrainage**
- ▶ **Fußreflexzonenmassage**
- ▶ **Klassische Massage**
- ▶ **Bindegewebsmassage** 50 min. € 49,-
- ▶ **Ausgleichende Punkt- und Meridian-  
massage / APM** 75 min. € 72,-
- ▶ **Shiatsu-Behandlung** 60 min. € 69,-
- ▶ **Shiatsu-Massage** 60 min. € 69,-
- ▶ **Synchrone Rückenmassage – nach  
Brückler** 50 min. € 59,-
- ▶ **Dorn-Breuss – die sanfte Wirbel-  
säulentherapie** 80 min. € 98,-
- ▶ **Ayurveda Massage** 60 min. € 79,-
- ▶ **Thai Joga Behandlung** 90 min. € 110,-

## Therapeutische Leistungen

- Akupunktur mit Wärme (Moxen)** 25 min. € 28,-
- Bindegewebsentschlackung  
(Schröpfen)** 20 min. € 32,-
- Ohrkerzentherapie** 20 min. € 25,-
- Traditionelle Harnanalyse** € 26,-
- Fettvermessung** € 29,-
- Medizinische Fußbäder**  
Detox-Fußbäder zum Entgiften von  
Umwelttoxinen 30 min. € 38,-  
**Spartipp: 5er Paket Fußbäder**  
(nur gültig bei Vorabbuchung) € 171,-
- Schiele Fußbäder** 30 min. € 19,-
- Colon-Hydro-Therapie** 60 min. € 90,-
- Magnetfeldtherapie** € 15,-
- Kneipp-Wechselgüsse** € 8,-
- Blütentherapie nach Dr. Bach**  
90 min. € 96,-
- Energiebehandlung** 60 min. € 102,-
- Gestalt-Einzelberatung** 60 min. € 60,-
- Spiegelgesetz-Methode nach  
Krista Kössner**  
Einzelberatung 60 min. € 60,-
- Bioenergetischer Lebensmittel-  
unverträglichkeits-Test**  
inkl. Ernährungsberatung € 126,-

## Kosmetik



### Phytomer

»Schönheitspflege aus dem Meer«

## Gesichts-Behandlungen

- Anti-Aging Behandlung** € 78,-
- Feuchtigkeitspflege**  
»Hydratation-Intensiv« € 78,-
- Couperose Behandlung**  
»Douceur marin« € 74,-
- Gesichtspflege für reizbare Haut**  
»Accept Capital Defence« € 65,-
- Augenbehandlung**  
»Contour des Yeux« € 35,-
- Spezialbehandlung für die Hände**  
mit Peeling, Maske, Massage € 25,-
- Alle Gesichtsbehandlungen** können  
auf Wunsch mit der speziellen »Reflexo-  
thermalen Methode« unterstützt  
und vertieft werden! Aufpreis € 12,-
- Wimpern und Augenbrauen**  
färben und faconieren € 19,-

## Ganzkörperbehandlungen

- Schlankheits-Algenpackung**  
inkl. Peeling € 85,-
- Cellulite – Spezialbehandlung** € 92,-
- Straffungsbehandlung**  
»Sea Tonic Fermete« € 59,-
- Büstenstraffung** »Buste Tonifiant«  
Einzelbehandlung € 30,-  
Während einer Gesichtsbehandlung  
Aufpreis € 24,-
- Spa Peelingmassage**  
inkl. Körpercreme € 32,-

## Beauty & Wellness-Pakete

- Beauty Paket – klein**
  - 1 x Gesichtsbehandlung – je nach  
Hauttyp
  - 1 x Straffungsbehandlung
  - Augen / Wimpern färben und  
faconieren

Gesamtpreis € 137,-
- Beauty Paket – groß**
  - 1 x Gesichtsbehandlung – je nach  
Hauttyp
  - 1 x Schlankheits-Algenpackung  
inkl. Peeling
  - 2 x Cellulite – Spezialbehandlung  
inkl. Fußmassage
  - 2 x Bindegewebsmassage à 50 min.

Gesamtpreis € 388,-

## Aromatherapie/Beinwickel mit thermoaktiver Wirkung

- Zum Abbau schwacher bis starker  
Cellulite
  - Zur Verfeinerung des Hautbildes
  - Zum Straffen von schlaffer Haut
- Was Sie mit der Aromatherapie Wickel-  
methode noch erreichen können:*
- Gewichtsreduktion, Anregung des  
Fettstoffwechsels
  - Gezielte Entschlackung, Entgiftung  
der Problemzonen
  - Erhöhter Abtransport der Schlacken-  
stoffe über die Lymphe
  - Starke Haut- und Gewebestraffung  
an den behandelten Zonen
- Einzelbehandlung € 41,-  
3er Package € 118,-  
5er Package € 194,-  
8er Package € 295,-

## WISSENSWERTES

### Anreise und Abreise:

Anreise bitte möglichst am Sonntag bis späte-  
stens 18.00 Uhr. Abreise am Samstag nach dem  
Mittagessen. Bei früherer Abreise (als gebucht)  
kann leider kein Preisnachlass gewährt werden.

### Mitzubringen sind:

Badebekleidung und warme Socken für Kneipp-  
anwendungen, Trainings- oder Gymnastikanzug,  
Wanderbekleidung mit festem Schuhwerk und  
Regenschutz, einen kleinen Rucksack mit einer  
Wasserflasche. Im Winter eventuell Langlaufski.  
Einfache Sportbekleidung, so richtig zum Wohl-  
fühlen!

### Bezahlung:

Wir akzeptieren keine Kreditkarten. Sie haben  
die Möglichkeit, die Kurabrechnung in bar oder  
mit Bankomat Karte zu begleichen.  
Bei Buchung bitten wir um eine Anzahlung von  
30%. Bis 20 Tage vor Reiseantritt fallen keine  
Stornogebühren an!

## WICHTIGE TERMINE

- **22. 2. bis 7. 4. 2012**  
Klassische Fastenzeit
- **23. 6. bis 4. 7. 2012**  
Ärzte- und Journalistensymposium
- **11. 7. bis 15. 7. 2012**  
Ennstal-Classic (Kein Kurbetrieb)

### Vollmondtermine 2012:

- 8. Jänner · 5. Februar · 11. März · 8. April · 6. Mai
- 3. Juni · 1. Juli · 5. August · 2. September
- 30. September · 28. Oktober · 25. November
- 30. Dezember

### Vormittags Therapien – nachmittags Golf ...

Gerne planen wir sämtliche Therapien nach  
Ihren Abschlagzeiten und erstellen Ihnen Ihr  
persönliches Golf- & Kurprogramm.

- Garantierte Abschlagzeiten
- 20% Greenfee-Ermäßigung



# Gesundheitshotel Spanberger

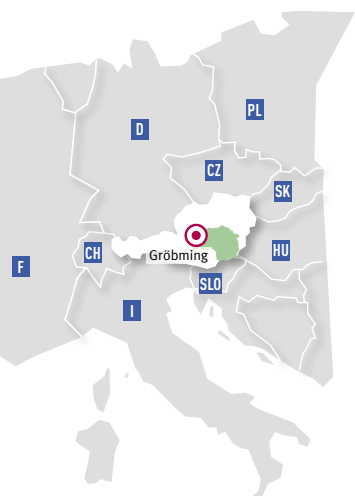
Dr. F.X. Mayr Geburtshaus

Ihrer Gesundheit zuliebe  
betreuen wir maximal 27 Kurgäste!



Werde Fan  
und sei immer informiert!

*Gemeinsam beflügeln wir Ihre Gesundheit mit höchster  
Qualität – weshalb wir flexibel, ganzheitlich und höchst  
individuell auf Sie eingehen – bei Ihrem Weg zur nach-  
haltigen Gesundheit!  
Wir freuen uns auf Sie.*



## **Gesundheitshotel Spanberger**

Stoderplatzl 65, A-8962 Gröbming

Tel. +43(0)3685/22106-0

Fax +43(0)3685/22106-30

[www.spanberger.at](http://www.spanberger.at)

[hotel@spanberger.at](mailto:hotel@spanberger.at)

### **Transfer**

Auf Anfrage organisieren  
wir diesen gerne für Sie:  
Bahnhof Gröbming,  
Stainach, Schladming;  
Flughafen Salzburg

