

ERFAHRUNGSBERICHT "F.X. MAYR KUR"

Viele unserer Gäste sind im Vorfeld unsicher, wie es ihnen mit einer Mayr Kur gehen wird. Und weil man bei schwierigen Entscheidungen oft wissen möchte „Wie ist es anderen damit ergangen?“ bitten wir Sie unseren zukünftigen Gästen zu helfen und mit der Beantwortung von 4 Fragen ein Bild zu vermitteln, welche Erfahrung Sie während der Mayr Kur gemacht haben. Wir stellen diese Informationen anonymisiert (mit Vornamen) auf unserer Homepage zur Verfügung.

ALLGEMEINE INFORMATIONEN

VORNAME BARBARA

DAUER DER KUR UN.

GESCHLECHT M W

GEWICHT VORHER 63

ALTER 27

GEWICHT DANACH 62,5

1. WARUM MACHE ICH EINE MAYR KUR?

Um den Körper zu entlasten und zu reinigen. Mein normales Essverhalten mit Süßem, Kaffee, ... und der Stress belasten den Körper doch. Außerdem möchte ich dadurch meine Verdauung wieder etwas in Schwung bringen.

2. WIE GING ES MIR WÄHREND DER MAYR KUR?

KÖRPERLICH/GESUNDHEITLICH: Am ersten Tag war ich sehr müde, das ging immer besser. (Mein Gusto auf) Mein Bauch war nicht mehr so aufgebläht und / ich fühlte mich viel wohler.

HUNGERGEFÜHL: Mein Gusto auf Süßes verschwand mit jedem Tag mehr. Anfangs hatte ich noch mehr Hunger, aber man ist durch das bewusste Essen lange satt. Zuhause konnte ich alle 3 Std. etwas essen.

ALLGEMEINES WOHLBEFINDEN: Sehr gut. Ich kam hier schnell zur Ruhe, daheim war es vor meinem Aufenthalt sehr stressig. Die Müdigkeit wurde weniger.

SOZIALES/MENSCHLICHES UMFELD: Das Personal sowie die anderen Gäste sind sehr nett.

HÖHEPUNKTE:

TIEFPUNKTE:

> Nennenswerte oder richtige Höhe- bzw. Tiefpunkte hatte ich nicht.

3. WAS HAT MIR DIE MAYR KUR GEBRACHT?

Mein Aufenthalt war zwar nicht sehr lange, trotzdem fühlte ich mich schon besser. Kein Blähbauch mehr + der Darm wurde mal gereinigt. Außerdem ist es schön, sich mal nur auf sich zu konzentrieren.

4. WÜRDEN SIE WIEDER EINE MAYR KUR MACHEN?

Auf alle Fälle! Der Körper dankt einem eine innere Reinigung, ich fühle mich nun körperlich viel leichter, nicht mehr so voll!

Ich bin damit einverstanden, dass meine Angaben auf diesem Fragebogen ausschließlich vom Gesundheitshotel Spanberger veröffentlicht werden.

Vielen Dank für Ihre Hilfe! 