

# 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 Daniel

DAUER DER KUR 13

GESCHLECHT  M  W

GEWICHT VORHER 121,2

ALTER 43

GEWICHT DANACH 115,2

## 1. WARUM MACHE ICH EINE MAYR KUR?

1) Mein Stoffwechsel ist/war faktisch zum Erliegen gekommen 2) Ich hatte keine guten Darmbakterien mehr 3) Ich war überstreßt und hatte Angst vor Burnout.

## 2. WIE GING ES MIR WÄHREND DER MAYR KUR?

KÖRPERLICH/GESUNDHEITLICH: Ich fühle mich leicht, erholt und durchlese aber rückwärts die Erkrankungen der letzten 10 Jahre.

HUNGERGEFÜHL: überhaupt nicht, nur als ein gebratenes Hühnchen an mir vorbei zum Nachbartisch getragen wurde, was es für mich schwer, die Zucchini-Suppe zu genießen.

ALLGEMEINES WOHLBEFINDEN: Ich habe Zugang gefunden zu meinem Körper und das tut mir sehr gut.

SOZIALES/MENSCHLICHES UMFELD: Das Team hier ist 'ne Wucht. Ich fühle mich als Teil einer großen Familie.

HÖHEPUNKTE: Das Schröpfen durch Fr. Dr. Paul und die Massage von Gabriele. Sie fand heraus, daß ich ein Zwilling bin (meine Mutter hatte einen Abgang im 2. Schwangerschaftsmonat)

TIEFPUNKTE: mein Timkus, der sonst nur bei Stress auftritt, ist wieder da und hoffentlich bald wieder weg.

### 3. WAS HAT MIR DIE MAYR KUR GEBRACHT?

Selbstfindung. Die Gewissheit, etwas für meinen Körper getan zu haben

### 4. WÜRDEN SIE WIEDER EINE MAYR KUR MACHEN?

Definitiv. Ich reserviere morgen.

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

Vielen Dank für Ihre Hilfe! 