

# 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 HOPRIKA

DAUER DER KUR 5 Tage

GESCHLECHT  M  W

GEWICHT VORHER 53,5

ALTER 71

GEWICHT DANACH 51,8

## 1. WARUM MACHE ICH EINE MAYR KUR?

Darum v. Knieproblemen, dadurch einen zu großen  
Bruch für den gesamten Körper

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

KÖRPERLICH/GESUNDHEITLICH: Gut, die ersten Tage viel ge-  
schlafen, auch während des Tages

HUNGERGEFÜHL: Nicht besonders, sehr schnell an  
dasessen v. wenig essen gewöhnt

ALLGEMEINES WOHLBEFINDEN: Gut

SOZIALES/MENSCHLICHES UMFELD: Sehr nettes Personal, Arzt und  
and Gäste.

HÖHEPUNKTE: der erste Sonnenbesuch, Gespräche mit dem  
Arzt, Vortrag über Magnesium vom Arzt.

TIEFPUNKTE: keine

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

Wohlbefinden. Das Lernen vom "richtigen" Essen.  
Viele andere Anregungen. Das Hoffen dass der  
Darm sich wieder ganz erholt, wenn man  
die Richtlinien der Magn Diet ernst nimmt.

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

Das kann ich mir gut vorstellen. Ich würde  
es jedem empfehlen.

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

Vielen Dank für Ihre Hilfe! 