

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 ROBERT

DAUER DER KUR 20 TÄ

GESCHLECHT M W

GEWICHT VORHER 65kg

ALTER _____

GEWICHT DANACH 61kg

1. WARUM MACHE ICH EINE MAYR KUR?

Zur vollständigen ERHOLUNG (Erschlackung, Entgiftung + Stressabbau)

2. WIE GING ES MIR WÄHREND DER MAYR KUR?

KÖRPERLICH/GESUNDHEITLICH: gut / sehr gut

am körperlich: Fitness → Jogging Runde nach Woche 1: 56min →

selbe Joggingrunde am Ende Woche 3: 45min :-)

HUNGERGEFÜHL: Keines (Fastengefühl ergeht durch seit

3 Jahren anhaltende Praxis von 1 in 2 (Berhard Ludwig Diät))

ALLGEMEINES WOHLBEFINDEN: ausgezeichnet (aber weils/pelaid, mehr unter

SOZIALES/MENSCHLICHES UMFELD: sehr nette und relevante Gäste
wunderbares und großartiges Hotel-TEAM!

HÖHEPUNKTE: kulinarisch: feine Zubereitung / Heusack / die Massage
Kino Anbahnung, Qi Gong, Yoga, Massage, Wanderungen
Wetter, Landschaft

TIEFPUNKTE:

3. WAS HAT MIR DIE MAYR KUR GEBRACHT?

vollkommenes Abschalten der Arbeit → sehr gelungene
Erholung, keine Blockaden mehr, gutes Körpergefühl
große wirksame Entspannung

4. WÜRDEN SIE WIEDER EINE MAYR KUR MACHEN?

JA, ca. 1 mal pro Jahr. Zu Hause/ambulanz und
sicher wiederholt auch im Haus Spanberger

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

Vielen Dank für Ihre Hilfe! 