

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 STEFANIE

DAUER DER KUR 8 NA

GESCHLECHT M W

GEWICHT VORHER 61

ALTER 36

GEWICHT DANACH 57,6

1. WARUM MACHE ICH EINE MAYR KUR?

immer wieder Magen-Darm Probleme (seit 10 Jahren, die letzte 2 Jahre verstärkt), Gallensteine
→ Gallenblase sollte entfernt werden

2. WIE GING ES MIR WÄHREND DER MAYR KUR?

KÖRPERLICH/GESUNDHEITLICH: am Anfang Kopfschmerzen (1. Tag), Übelkeit (Tag 1+3), körperlich schwach, ab dem 4. Tag besser bis sehr gut (6.-7. Tag)

HUNGERGEFÜHL: manchmal nachmittags, abends so ging mit Abendbrot weg

ALLGEMEINES WOHLBEFINDEN: Habe mich im Spanberger Hotel sehr wohl gefühlt, gute Betreuung durch sehr nettes Personal

SOZIALES/MENSCHLICHES UMFELD: sehr gut.

HÖHEPUNKTE: wieder Abendessen statt Abendtee, Wanderungen, Kino (tolle Filmauswahl!) + tolle Umgebung

TIEFPUNKTE: Unbehagen bei Entgiftung

3. WAS HAT MIR DIE MAYR KUR GEBRACHT?

Bewusst sein
~~meiner Empfindungen~~ für richtige Nahrungsaufnahme, gut kochen, nicht zu viel bzw. Anflure wenn man satt ist, Erholung, Entspannung, ~~und~~ Besserung der Beschwerden, sehr gute ärztliche Anamnese + Behandlung, Zeit für mich + meinen Körper

4. WÜRDEN SIE WIEDER EINE MAYR KUR MACHEN?

Definitiv ja.

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

Vielen Dank für Ihre Hilfe! 