

# ✓ Ihre F.X. Mayr Kur direkt anklicken

... im Dokument auswählen/anklicken, speichern und per Mail geschwind an [hotel@spanberger.at](mailto:hotel@spanberger.at) senden

Wählen Sie Ihr Lieblingszimmer  
plus die Dauer der F.X. Mayr Kur »pur«



## Lieblings-Zimmer

Details zu Ihrem Lieblingszimmer  
finden Sie auf der vorherigen Seite.

- Designzimmer Small** EZ 103,-
- Designzimmer Medium** EZ 165,- | 2. Person 60,-
- Designzimmer Large** EZ 199,- | 2. Person 60,-
- Zimmer Small** EZ 83,-
- Zimmer Medium** EZ 125,- | 2. Person 60,-
- Zimmer Large** EZ 179,- | 2. Person 60,-

### Inklusive

- Frühstück
- persönliche Tageszeitung
- Schuhputzservice
- kleiner Wäscheservice
- Benützung der Vollholz Bio Sauna und Infrarotkabine
- Bademantel und Frotteepantoffel
- Grander Wasser
- W-LAN und TV
- Abholung am Bahnhof Gröbming, Schladming oder Stainach-Irdning



## F.X. Mayr Kur »pur«

Fügen Sie die F.X. Mayr Kur »pur« hinzu

- 1 Woche** 632,-
- 10 Tage** 941,-
- 2 Wochen** 1.097,-
- 3 Wochen** 1.507,-
- 4 Wochen** 1.917,-

### Beinhaltet ärztliche Leistungen

- Erstuntersuchung
- Diäteinstellung
- Bauchbehandlungen
- Enduntersuchung
- Vorträge
- Harnanalyse & Fettvermessung

### Hotel und Therapie

- Verpflegung nach F.X. Mayr inkl. Gemüsebrühe & Heilkräutertees
- Kochvorträge
- 45min. Gespräch zur Kureinführung
- geführte Wanderungen
- Qi-Gong Einheiten
- Bittersalz & Basenpulver

*Wennschon, dennschon*

## Empfohlene Therapiepakete

Erweitern Sie Ihre Kur zu Vorteilspreisen

- Small** für 1 Woche / 221,-
  - 5 x Gesundheitsgymnastik
  - 2 x Kneipp-Wechselgüsse
  - 3 x kreislaufanregende Fußbäder (Schielebad)
  - 1 x Heilmassage (50 min.)
  - 2 x Heublumenwickel
  - 3 x Magnetfeldtherapie
  - 1 x Herz-Raten Variabilität/Stress Index

- Medium** für 1 Woche / 287,-
  - 5 x Gesundheitsgymnastik
  - 3 x Kneipp-Wechselgüsse
  - 3 x kreislaufanregende Fußbäder (Schielebad)
  - 1 x Klassische Massage (50 min.)
  - 1 x Lymphdrainage
  - 3 x Heublumenwickel
  - 3 x Magnetfeldtherapie
  - 1 x Herz-Raten Variabilität/Stress Index

- Large** für 1 Woche / 450,-
  - 5 x Gesundheitsgymnastik
  - 3 x Kneipp-Wechselgüsse
  - 2 x kreislaufanregende Fußbäder (Schielebad)
  - 1 x Klassische Massage (50 min.)
  - 1 x Lymphdrainage
  - 3 x Heublumenwickel
  - 3 x Magnetfeldtherapie
  - 1 x Herz-Raten Variabilität/Stress Index
  - 4 x IHHT Höhenlufttherapie, Intervall-Sauerstoff-Therapie



*Alles ist möglich*

## Persönliche Heilpakete

Maximieren Sie Ihren Kurerfolg mit  
speziellen Anwendungen für Ihr Krankheitsbild

- Beweglich** von Kopf bis Fuß
- Detox** ganzheitlich entgiften
- Mehr Energie** im Alltag
- Schön Sein** Zeit für sich
- Stressfrei** Entspannung pur
- Vorsorge** Stärkung des Immunsystems

*Details zu den persönlichen Heilpaketen finden sie auf der nächsten Seite.*





## 6 persönliche Heilpakete

Für Ihren idealen Kurerfolg empfehlen wir unsere Heilpakete mit speziellen Anwendungen je nach Krankheitsbild. Details unter [www.spanberger.at/preise](http://www.spanberger.at/preise)

### □ Beweglich

Therapiepaket zur Behandlung des Bewegungsapparats – Lockerung von Kopf bis Fuß!

**Ihre Probleme:** Rückenschmerzen, Verspannungen, Kopfschmerzen, Bandscheiben, Knie

**Unser Ziel:** Schmerzlinderung, mehr Beweglichkeit, gezielter Muskelaufbau und erhöhte Belastbarkeit

### □ Detox

Therapiepaket für eine intensive Entgiftung von Verdauungsapparat & Körper.

**Ihre Probleme:** Allergien & Unverträglichkeiten, chron. Darmbeschwerden, Diabetes, Gicht, hormon. Störungen, Pilzkrankungen, Immunschwäche

**Unser Ziel:** Stabilisierung des Immunsystems & des hormonellen Gleichgewichts, schnellere Heilung nach Operationen

### □ Mehr Energie

Therapiepaket für mehr Energie im Alltag, Leistungssteigerung und Muskelaufbau!

**Ihre Probleme:** Antriebslosigkeit, Schlafstörungen, geschwächte Muskulatur, Bewegungsmangel, Kurzatmigkeit

**Unser Ziel:** erhöhte Fitness, Muskelaufbau, Herz-Kreislauf- & Immunstärkung, Vorbereitung für sportliche Leistungen

### □ Schön Sein

Therapiepaket mit kosmetischen Anwendungen. Fühlen Sie sich schön!

**Ihre Probleme:** Cellulite, trockene Haut, Haarausfall, Neurodermitis, Psoriasis

**Unser Ziel:** dass Sie sich wieder wohl in Ihrer Haut & Ihrem Körper fühlen!

### □ Stressfrei

Therapiepaket zur Behandlung von Stressbelastung & Überforderung. Entspannung pur!

**Ihre Probleme:** Stress, psychische Belastung, Schlafmangel & -losigkeit, Bluthochdruck, Panikattacken

**Unser Ziel:** Regeneration, Entspannung, Ausgewogenheit & innere Ausgeglichenheit finden

### □ Vorsorge

Therapiepaket für eine nachhaltige Gesundheitsvorsorge & zur Stärkung des Immunsystems.

**Ihre Probleme:** anfällig für Krankheiten, Gewichtsprobleme, oftmals kleine Wehwehchen

**Unser Ziel:** Gesundheitsvorsorge, Stärkung des Immunsystems, innere Balance

### Wissenswertes

**An- und Abreise:** Anreise bitte bis spätestens 18 Uhr. Abreise nach dem Mittagessen. Bei früherer Abreise (als gebucht) kann leider kein Preisnachlass gewährt werden.

**Transfer:** Auf Anfrage organisieren wir diesen gerne für Sie aus dem In- und Ausland.

Persönliche und kostenlose Abholung von den Bahnhöfen in Gröbming, Stainach/Irdnig oder Schladming. Flughafentransfer Salzburg hin/retour 160,-

**Hunde sind willkommen:** weil sie den Kurerfolg ihrer Besitzer fördern. Aus Respekt anderen Gästen gegenüber bitten wir Sie jedoch Ihren

Hund nicht in die Therapiebereiche mitzunehmen. Aufpreis pro Tag 8,-

**Bezahlung:** Sie haben die Möglichkeit, die Kurabrechnung in bar, mit Visa, Mastercard oder Bankomat-Karte zu begleichen – letztere bietet Ihnen durch unser Hotel-Abrechnungssystem ein erweitertes Limit bis max. 7.000,-

Bei Buchung bitten wir um eine Anzahlung von 30%. Stornogebühren werden gemäß der Österreichischen Hotelvertragsbedingungen verrechnet.

Impressum: Konzeption und Gestaltung: [www.lemon.co.at](http://www.lemon.co.at)  
 Druck: Wallig, Gröbming · Fotos: [www.ikarus.cc](http://www.ikarus.cc), [lanxx.at](http://lanxx.at), Theresa Moser, Schladming-Dachstein/Raffalt, Armin Walcher · Interieur & Design in Zusammenarbeit mit Fa. Karl Weber, Zell am See