F.X. MAYR KUR

PARKHOTEL
AM SOIER SEE

Ganzheitliche Erholung
für Körper, Geist und Seele

AKTIV WERDEN.

Sich auf sich selbst konzentrieren und den Terminkalender hinten anstellen.

Jeden Tag aufs Neue ist unser Körper negativen Einflüssen ausgesetzt. Sowohl mental als auch körperlich stellen uns unsere Umwelt, aber auch wir uns selbst auf die Probe. Irgendwann kommen wir durch diese Faktoren an einen Punkt, an dem man sich selbst und sein Wohlbefinden in den Mittelpunkt stellen muss.

Im 20. Jahrhundert entwickelte der österreichische Arzt F.X. Mayr eine Therapie, um den Körper vom ungesundem Ballast des Alltags zu erleichtern. Heute ist die „moderne Mayr Medizin" nicht nur eine ausgezeichnete Detox- und Entschlackungsmöglichkeit, sondern auch die perfekte Möglichkeit mental zur Ruhe zu kommen.

Begleitet von Dr. Sybille Novoa Lill ist Fachärztin für Allgemeinmedizin, Akupunktur, Psychosomatische Grundversorgung, Diplom als Ärztin für ganzheitliche F.X. Mayr-Medizin. Interessenschwerpunkte: Integrative Medizin, TCM und Naturheilverfahren.

Naturpark
Ammergauer Alpen

ÜBER F.X. MAYR.

Die F.X. Mayr Kur ist eine ganzheitliche Heilmethode, die auf die Verbesserung der Verdauung und die Entgiftung des Körpers abzielt.

Sie bietet eine Vielzahl von gesundheitlichen Vorteilen und kann dazu beitragen, das Wohlbefinden und die Vitalität zu steigern. Die Durchführung einer F.X. Mayr Kur in unserem Hotel stellt sicher, dass Sie die bestmögliche Betreuung und Unterstützung erhalten.

Wir laden Sie ein, die Vorteile dieser bewährten Heilmethode zu entdecken und Ihren Weg zu besserer Gesundheit und mehr Lebensqualität gemeinsam mit uns zu beginnen.

RUHE FÜR KÖRPER UND GEIST.

Die Mayr-Kur stellt einen naturgemäßen Weg zur Gesundung bzw. Gesunderhaltung des gesamten Organismus dar. Gerade in einer Zeit, in der jeder Einzelne durch Stress, erhöhte Umweltbelastungen sowie naturwidrige Lebens- und Ernährungsbedingungen von einer Vielzahl gesundheitlicher Schäden bedroht ist und häufig schon vor der Zeit Leistungseinbußen hinnehmen muss, ist dieser Heilweg aktueller denn je geworden. Über eine Entschlackungs- und Regenerationsbehandlung gelingt es, den Körper von einer Vielzahl an Schad- und Störstoffen zu befreien und das gesamte Stoffwechsel-geschehen nachhaltig zu verbessern.

Fasten und individuell dosierte Diät bilden das Fundament der Therapie.
Die sich darausergebende Gewichtsreduktion ist allerdings nicht Ziel, sondern nur (häufig erwünschte) Begleiterscheinung des Heilverfahrens.

ALLES IST ABGESTIMMT AUF SIE.

Kurz zusammengefasst.

Es kann fast kein krankhaftes Geschehen geben, das nicht durch eine allgemeine Verbesserung des Stoffwechsels und der Sauerstoffversorgung positiv zu beeinflussen wäre. Folgende gesundheitliche Störungen sprechen besonders gut auf die Therapie nach Mayr an:

Störungen, die unmittelbar den Verdauungsapparat betreffen: chronische Obstipation, chronische Durchfälle, Gastritis, Gallenwegserkrankungen, Entzündungen des Dünndarms und des Dickdarms (Colitis), chronische Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse;

Störungen im Bereich der Atmungsorgane: wiederholte Infekte der Atemwege (chronischer Schnupfen, Nebenhöhlenaffektionen, Anginen, Kehlkopfentzündungen, Bronchitiden)

Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises, entzündliche rheumatische Erkrankungen: Chronische Polyarthritis, M. Bechterew, Gicht, degenerative rheumatische Erkrankungen, Lumbalgien, Ischialgien, das Cervicalsyndrom und seine Folgen;

Chronische Kopfschmerzen, Stoffwechselstörungen wie Altersdiabetes, Erhöhung der Harnsäure, Erhöhung der Blutfette; Übergewichtigkeit und ihre Folgen, insbesondere die sogenannten Risikofaktoren (Bluthochdruck, Erhöhung von Blutzucker, Blutfetten, Harnsäure).

ENTGIFTEN, ERNEUERN, ERLEBEN.

Fasten im Parkhotel am Soier See.

Fasten kann eine besondere Gelegenheit sein, um Körper, Geist und Seele Gutes zu tun. Mayr Angebote im Parkhotel helfen dabei, den Körper zu entschlacken und auch mentales Detoxing zu betreiben. Kurz: Eine Fastenkur nach F.X. Mayr kann uns vom Ballast des Alltags erleichtern und für mehr Gesundheit und Wohlbefinden sorgen.

Eine F.X.Meyer Diät ist eine reine Wohltat für den malträtierten Darm. Er erhält genau das und nur so viel wie er tatsächlich verarbeiten kann. Es gibt verschiedene Abstufungen von F.X.Mayr Kuren. Sie dienen alle der Schonung und Regeneration des Verdauungstraktes sowie der Stärkung der Verdauungskraft. Ziel ist eine gesunde, bedarfsangepasste, vollwertige Ernährung, die der individuellen Verdauungsleistung entspricht.

In der ersten Phase geht es vor allem um die Regeneration des Verdauungstrakts. Die Nahrungsauswahl ist daher eher eingeschränkt. Es kommen nur sehr leicht verdauliche Gerichte auf den Tisch.

Zu hHastiges Essen ist einer der Gründe für Verdauungsbeschwerden . Neben der richtigen Nahrungsauswahl und Zubereitung geht es bei einer Mayr Diät daher auch darum in Ruhe und mit Genuss zu essen.

F.X. MAYR AKTIV.

Unsere Kurleistungen.

- **Übernachtungen / Zimmer** (Größe & Ausstattung je nach gebuchter Kategorie) Wärmflasche für Leberwickel, Mappe mit persönlichem Kurbegleiter einschließlich individueller Therapie, Informationsbroschüre, Basentabletten, Rezeptheft, Kissenmenü, Bademantel (leihweise), Telefon für Weckruf
- **Sport** - Wirkt auf Herz, Kreislauf, Fitness und stärkt das Immunsystem
  Täglich (außer Sonntag) Frühgymnastik, 1x wöchentlich Nordic Walking, 4 x Aqua-Fit (Wassergymnastik), 2 x Atem-Balance, 2 x Vitaltraining (Yoga, Achtsamkeit oder Powerswing), Akupunktur oder andere ärztliche Leistungen zusätzlich buchbar.
- **Arzt** - 3x wöchentlich inklusive Bauchbehandlung
  Ernährungsplan und Therapie, Richtlinien für Ihre Ernährungsberatung
- **Anwendungen** - je nach gebuchtem Paket mit Massagen und energetischen Behandlungen Detox-Anwendungen für Gesicht und Körper, Ganzkörper-Lymphdrainagen oder Bad; zusätzliche Anwendungen buchbar
- **Verpflegung** - nach individueller Verordnung
  täglich salinischer Morgentrunk, Basentabletten, Basenbrühe, ganztägig Tees für die Trinkkur mit Kräutertees, Mineral- und Granderwasser
- **Natur**
  Der Naturpark »Ammergauer Alpen« ist der ideale Rahmen um zur Ruhe zu kommen.
  Beim Waldbaden kann man aktiv und passiv die Natur nutzen.
  NatuResponse und Atem-Balance begleiten Sie bei der F.X. Mayr Aktiv Kur.
- **Haus** - freie Nutzung sämtlicher Hoteleinrichtungen
  In der Saunalandschaft lässt sich wohltuende Wärme in allen Facetten genießen: Klassische Finnische Sauna; zum Durchatmen Sole- und Amethyst-Dampfsauna, Tepidarium, Infrarotkabine, Indoor-Panoramapool und Fitness im Techno-Gym. In unserem Haus befindet sich eine Bibliothek und es liegen aktuelle Tageszeitungen im Parkhotel aus.

PARKHOTEL AM SOIER SEE
AM KURPARK 1 • 82435 BAD BAYERSOIEN
TELEFON +49 8845 120
INFO@PARKHOTEL-BAYERSOIEN.DE