

Treffen Sie

eine gesunde

Entscheidung!

Was ist eine Mayr-Kur?

Der österreichische Arzt Dr. F.X Mayr erkannte, dass der Schlüssel zur Gesundheit und Wohlbefinden in einer gesunden, leistungsfähigen Verdauung liegt. Er entwickelte ein Ernährungskonzept, das den Darm von Grund auf reinigt und regeneriert und zu einer natürlichen, bewussten Lebensweise führt.

Zur Kur gehört nicht nur Fasten, sondern ein umfassendes Programm zur Entgiftung und Heilung des Körpers.

Drei Wochen Schonung, Säuberung und Schulung garantieren einen optimalen Kurerfolg. Sollte Ihnen weniger Zeit zur Verfügung stehen, bieten wir die Kur auch für eine oder zwei Wochen an.

Heilanzeigen

- Allgemeine Vorbeugung gegen Krankheiten
- Erkrankungen der Verdauungsorgane
- Herz- und Kreislauferkrankungen
- Nierenerkrankungen
- Stoffwechselstörungen
- Übergewicht
- Rheumatische Erkrankungen
- Bandscheibenschäden, Arthrosen
- Chronische Hautleiden

Kurfahrplan

Sie reisen am Sonntag an, Ihr Zimmer ist ab 14 Uhr bereit.

Am späten Nachmittag werden Sie von der diplomierten Mayr-Ärztin Rosa Lange gründlich untersucht und auf etwaige Nahrungsmittelunverträglichkeiten getestet. Danach wird Ihr Ernährungsplan für die folgende Woche festgelegt.



Am Sonntagabend hören Sie einen informellen Gesundheitsvortrag von Frau Lange. Nutzen Sie die anschließende Gesprächsrunde, um Fragen zu Ihrer Gesundheit und Ihrer Mayr-Kur zu stellen.

In den Arztkosten sind drei Bauchmassagen und zwei Schröpfbehandlungen pro Woche enthalten. Eine Colon-Hydro-Therapie sowie Massagen sowie weitere Wellness-Anwendungen können Sie gegen Aufpreis zusätzlich buchen.



Tagesablauf

- 7:00 Aufstehen
Zur Unterstützung der Darmreinigung trinken Sie direkt nach dem Aufstehen ein Glas Wasser mit gelöstem Bittersalz
- 7:30 Kleiner Spaziergang
Bewegung regt Ihren Kreislauf an.
- 8:30 Frühstück
Je nach individueller Verordnung z. B. Dinkelfladen mit Joghurt
- 11:30 Ruhezeit mit Leberwickel
Der Leberwickel fördert entscheidend die Entgiftung der Leber und unterstützt wohltuend das Einschlafen
- 13:00 Mittagessen
Je nach individueller Verordnung z. B. Dinkelfladen mit Joghurt
- 18:30 Basensuppe
Durch die Suppe werden dem Körper wichtige natürliche Mineralstoffe zugeführt, die die Entsäuerung wesentlich unterstützen
- 21:00 Bettruhe
Schlaf ist das beste Schönheitsmittel.

Ruhig und idyllisch liegt das Landhaus Florian in einem gepflegten Wohngebiet mit schönem Ausblick in die grüne Sauerländer Landschaft.

In der gemütlichen Atmosphäre und bei der persönlichen Betreuung im Landhaus Florian dreht sich alles um Ihr Wohlbefinden und die Gesundheit unserer Gäste.

Die Gästezimmer sind hell und behaglich eingerichtet und haben Flachbild-TV mit Kabelprogramm und kostenfreier Internet-Zugang über W-LAN. Die meisten haben Sonnenterrasse oder Balkon.

Unser Haus liegt im staatlich anerkannten Luftkurort Winterberg-Züschchen. Bevorzugt durch seine geschützte Lage am Südhang des Kahlen Astens suchen schon seit mehr als 100 Jahren die Gäste Erholung in der Sommerfrische. Gepflegte, gut ausgeschilderte Wanderwege eröffnen fantastische Fernblicke.



Auch für Ihre Fitness ist gesorgt. Mehrmals wöchentlich finden geführte Wanderungen statt. Für die, welche es etwas flotter mögen, bieten wir Nordic Walking oder Radfahren an.



Familie Kleinsorge

An der Ebenau 29

59955 Winterberg – Züschchen

Tel 02981 1618

Fax 02981 820528

Web www.pension-florian.de

E-Mail landhausflorian@gmx.de



Regenerationskur

nach Dr. F. X. Mayr



Schlank, schön und gesund durch
Darmreinigung, Entschlackung
und Entgiftung.

