

## Mindfulness Mayr® Entgiftung Entschleunigung Entspannung

Kurreise vom **15.04.2023 bis 23.04.2023** und **30.09.2023 bis 01.10.2023**  
ins Strandhotel \*\*\*\*S Travel Charme nach Heringsdorf/Usedom

Liebe Patientin, Lieber Patient

das aufregende Jahr 2023 zeigt uns wieder einmal, was das wirkliche Wichtige in unserem Leben ist – unser MITEINANDER und unsere GESUNDHEIT. Dies soll im kommenden Jahr, 2024, nicht anders sein und so beziehe ich mich einleitend erneut gern auf das Zitat des österreichischen Arztes, Dr. Franz Xaver Mayr, welches einen wunderbaren Vergleich zwischen Mensch und Baum schuf: „Das Gedeihen eines Baumes hängt bekanntlich gänzlich von der Beschaffenheit des Bodens ab, auf dem er gedeiht und so ist der Darm unser Wurzelsystem.“ Beide sind von Natur aus PERFECT geschaffen und bei entsprechender Terrainpflege mit SCHÖNHEIT und Gesundheit gesegnet.

Ich freue mich jedes Jahr aufs Neue, mit Ihnen diesen wunderbaren Kururlaub anzutreten, genau wie Dr. F. X. Mayr, bei dessen Schülern ich noch lernen durfte. Er unternahm jährlich mit seinen geschätzten Patienten eine Kurreise und betreute diese während einer Mayr Kur in einem Hotel intensiv. Diese Tradition pflege ich auch nun schon seit 20 Jahren.

Die Wirksamkeit der **Mindfulness Mayr®** Methode sowie der langanhaltende positive Effekt auf die Lebenszufriedenheit und Achtsamkeit wurde im universitären Rahmen der Komplementärmedizin untersucht. Darüber hinaus aktuellen Studien zur Mayr–Therapie konnte der **verjüngende** Effekt molekulargenetisch nachgewiesen werden.

Im April und Oktober 2023 werden wir wieder den **Mindfulness Mayr® Kurlaub** auf der Insel Usedom genießen. Wie in den Jahren zuvor werden uns, zusätzlich zur **intensiven Zellreinigung** und **Übung der Achtsamkeit**, die Gourmetköche des Hotels dazu verhelfen, die **Mindfulness Mayr® Kur** zu einem ganzheitlichen Genusserlebnis werden zu lassen. Es wird uns eine Freude sein, durch das **KauJogging** die Harmonie der ebenso wichtigen wie auch im Alltag vernachlässigten Mundverdauung (wieder-) zu entdecken.

Umseitig haben wir genauere Informationen zum Kurlaub für Sie zusammengestellt.

Über eine kurze Rückmeldung, telefonisch, per Mail oder auch gerne per beigelegtem Fax bis spätestens zum **01.04.2023 bzw. 15.09.2023** wäre ich Ihnen sehr verbunden.

Wir wünschen Ihnen einen wunderschönen Herbst und Winter und grüßen Sie herzlichst

Ihre Dr. med. Gesine Petereit mit ihrem Team, bei welchem Sie sich bestens aufgehoben fühlen werden;

Anne Lohuis Stotelder als erfahrene Krankenschwester und begnadete Körpertherapeutin sowie Katrin Voigt als hervorragende Bioresonanztherapeutin

### Informationen auf einen Blick

<b>HOTEL FEATURES</b>	Großer Wellnessbereich, Hallenbad, beheizter Außenpool, Saunen, Fitnessraum, Aqua-Fitness, Rückenfit- & Nordic-Walking-Kurse	
<b>HOTEL KOSTEN</b>	Die Kosten für Übernachtungen und Verpflegung werden direkt mit dem Hotel abgerechnet. Im Preis bereits inbegriffen sind : alle Mahlzeiten & Getränke nach Kriterien der Mindfulness Mayr Kur sowie Nutzung des Wellnessbereichs,	

	<p>Fitnessbereichs und den verschiedenen Kursen, welche vom Hotel direkt angeboten werden. Bitte nehmen Sie die Buchung direkt mit dem Hotel vor: <b>038378/4760</b></p> <p><b>Doppelzimmer zur Landseite</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ca 25 qm groß</li> <li>• alle Zimmer sind mit Balkon oder Terrasse und einer Dusche oder Wanne ausgestattet</li> </ul> <p>Aufgrund der coronabedingten wirtschaftlichen Einbußen sah sich das Hotel leider gezwungen, die Preise zum Vorjahr um 20,00 Euro anzuheben. Die Kosten der Therapiewoche von unserer Seite behalten wir jedoch bei.</p> <p>Einzelnutzung <b>150,00 €</b> pro Zimmer &amp; Nacht Doppelnutzung <b>229,00 €</b> pro Zimmer &amp; Nacht <b>inkl.</b> aller Bewirtschaftungsleistungen nach dem Mindfulness Mayr Bewusstseins</p> <p>Gern wird Ihnen zum Preis von <b>10,00 Euro pro PKW/ Tagein Parkplatz</b> im hoteleigenen Parkhaus zur Verfügung gestellt</p> <p><b>Stornierungsbedingungen:</b> bis 4 Wochen vor der Anreise: kostenfrei ab 6 Tage vor Anreise fallen 80% der Kosten an</p>	
<b>ZEITRAUM KURREISE</b>	<p><b>Sonnabend 15.04.2023 (Anreisetag) bis Sonntag 23.04.2023 (Abreisetag) bzw. Sonnabend 30.09.2023 (Anreisetag) bis Sonntag 08.10.2023 (Abreisetag)</b> <b>Die Reise findet ab einer Teilnehmeranzahl von 10 Personen statt.</b></p>	
<b>KOSTEN DER THERAPIEWOCHE</b>	<p><b>890,00 Euro</b> pro Person und Woche enthaltene Therapien pro Woche:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• drei ärztliche manuelle Bauchbehandlungen incl. Bauchuntersuchung</li> <li>• eine ärztliche Erstuntersuchung</li> <li>• geführte Meditationen</li> <li>• eine Bioresonanztherapie zur Entgiftungsaktivierung</li> <li>• zwei das vegetative Stresssystem ausgleichende Theragem-Lichttherapien</li> <li>• eine aromatherapeutische Ganzkörperbehandlung bzw. spezielle Reflexzonenbehandlung zur Entgiftungsaktivierung (ca. 60 min)</li> <li>• täglich Morgens Yoga / Thai Chi</li> <li>• zwei Vorträge zu Themen der Gesunderhaltung</li> </ul> <p>Hinweis: Darüber hinaus gehende Therapien (z. B. weitere Aromatherapie, Bioresonanztherapie, klassische Homöopathie, Neuraltherapie, Eigenbluttherapie, Psychokinesiologie oder ähnliches) sind <b>nach vorheriger Absprache möglich</b> und werden <b>gesondert liquidiert</b>. Sie können über die therapeutischen Anwendungen eine ärztliche Abrechnung nach der gesetzlichen Gebührenordnung für Ärzte erhalten.</p>	
<b>ANFAHRT</b>	Individuelle Organisation	

### Vorkur

Vorab werden wir mit Ihnen eine ambulante Vorkur durchführen und an deren Ende den Ablauf der intensiven Mayrtherapie und der in der Kur erforderlichen Diätetik in meiner Praxis festlegen.

Nach Abschluss der intensiven Mayrtherapie werden wir Sie, soweit erforderlich und gewünscht, in

meiner Praxis weiter betreuen.

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Website: [www.fxmayr-dresden.de](http://www.fxmayr-dresden.de)

Es grüsst Sie herzlich Ihr Team der Arztpraxis Dr. Petereit

**böhm**

**Ihre Rückmeldung per FAX**

**Antwort bitte erbeten (spätestens bis 01.04.2023 bzw. 15.09.2023)**

**Fax.-Nr.: 0351-2632168**

Name: \_\_\_\_\_

Tel.-Nr.: \_\_\_\_\_



Ich nehme gerne an der **Mindfulness Mayr® Kur** in Heringsdorf teil.  
Wir sind \_\_\_\_ Personen.



Ich kann leider nicht teilnehmen und würde gerne weitere Informationen erhalten.

**Meine Bemerkungen und Wünsche:**

**Vielen Dank!!!**