**Dr. Margerith Bühringer**

FÄ für Orthopädie und orthop. Chirurgie

Akupunktur Hauptplatz 19

manuelle Medizin A- 3340 Waidhofen/Ybbs

orthomolekulare Medizin +43(0)7442 53625

MayrPrevent m.buehringer@aon.at

**Kraft schöpfen mit FX Mayr im Fastenhaus Maria Seesal 3.-12.4.2018**

„Im Darm liegt die Wurzel der Gesundheit“ schon Paracelsus wusste über die Bedeutung des Fastens, der Verdauung und Ernährung für unser Wohlbefinden. Viele chronische Erkrankungen des Bewegungsapparates, Allergien, Stress , Burnout und Übergewicht resultieren aus falschem Essverhalten und beeinträchtigter Verdauungstätigkeit, wichtige Vitamine und Nährstoffe können oft trotz gesunder Lebensmittel nicht ausreichend aufgenommen werden.

Die FX Mayr Kur bietet Ihnen ein modernes und effektives Basenfasten- und Ernährungskonzept mit wohltuender Regernerierung Ihres Verdauungstraktes durch Entgiftung und Entsäuerung, Unterstützung der Darmtätigkeit mit Bauchbehandlungen und das Erlernen einer richtigen Ernährungsweise, die Sie ohne zu Hungern langfristig in Ihren Alltag integrieren können.

Als positive Effekte können aufgeführt werden:

Gewichtsmanagement

Stärkung des Immunsystems

verbesserte Schlafqualität

Verschönerung der Haut und Haare

Verbesserung der Stoffwechselsituation (Diabetes..) sowie

Linderung der Beschwerden bei Wirbelsäulen- und Gelenkserkrankungen.

Durch die optimale Versorgung mit wertvollen Nährstoffen erlangen Sie wieder Kraft und Vitalität und nicht nur der Darm, sondern der gesamte Körper, Geist und Seele sollen zur Ruhe kommen.

Während einer 10-tägigen FX Mayr Kur werden Sie vom erfahrenen Fastenteam sanft in die Kulinarik der Basenküche (die Zeiten von Milch und Semmeln sind natürlich längst vorbei) geleitet, die ganzheitliche medizinische Betreuung erfolgt durch die Orthopädin und FX Mayr Ärztin Dr. Margerith Bühringer während der gesamten Kurdauer.

Zur natürlichen Unterstützung der Entsäuerung und Entschlackung gibt es tägliche Aktivitäten wie Yoga, Nordic walking, Meditation, Sauna und Wellness sowie den täglichen Leberwickel.

Also Kraft schöpfen mit einem inneren Frühjahrsputz für Körper und Seele!

Anmeldung und Information:

Dr. Margerith Bühringer 07442/53625 nachm. [www.fasten-haus.at](http://www.fasten-haus.at/) 07443/88311