



**MODERNE F.X. MAYR MEDIZIN**

REGENERATION UND ENTSCHLACKUNG

F.X. MAYR ZENTRUM  
0043 5675 64 31 86  
orjola-spa@rotflueh.com

Täglich für Sie von  
09:00 Uhr bis 19:00 Uhr geöffnet

Bildnachweis: Sylvy Sprenger, Adobe Stock

## INHALT

- 05 Moderne F.X. Mayr Medizin
- 06 Unser F.X. Mayr Team
- 07 Tagesablauf
- 08 F.X. Mayr Pauschalen
- 10 Ärztliche Zusatzleistungen
- 12 Zusatzleistungen Ayurveda
- 13 Skin Vital Concept
- 14 "Es ist in Ordnung, wenn Ordnung ist"

Die *GESUNDHEIT* ist nicht alles, aber  
ohne Gesundheit ist alles *NICHTS*.

*Arthur Schopenhauer*



## DIE MODERNE F.X. MAYR MEDIZIN

Der österreichische Arzt Dr. Franz Xaver Mayr (1875-1965) war mit seinem ganzheitlich- ärztlichen Konzept zur Diagnose, Therapie und Regeneration seiner Zeit weit voraus. In der heutigen Medizin ist die moderne Neurogastroenterologie ein immer mehr beachteter Teil der Humanmedizin. Wissenschaftliche Literatur wie „Der Darm, das zweite Gehirn“ von Prof. Emeran Mayer oder „Der kluge Bauch“ von Michael Gershon sowie auch der Sachbuch-Bestseller „Darm mit Charme“ von Giulia Enders bestätigen im Wesentlichen die Gedanken von F.X. Mayr.

Neben einer ausführlichen Anamnese und ausgereifter 5-Sinne-Diagnostik entwickelte Dr. F.X. Mayr seine effektiven therapeutischen Anwendungen, welche unter „F.X. Mayr Kuren“ bekannt wurden. Diese F.X. Mayr Medizin wird nach anerkannten Aus- und Weiterbildungen von zahlreichen Ärzten im In- und Ausland erfolgreich angewandt und weiterentwickelt. In Folge wurde der Name in „Moderne Mayr Medizin“ umgewandelt.

Schon Dr. F.X. Mayr sah im Verdauungstrakt die Wurzel für Gesundheit und Wohlbefinden. „Störungen“ führen zu Beeinträchtigung des optimalen Gesundheitszustandes, welche mit der Modernen Mayr Medizin vor oder bei Manifestation von Erkrankungen erfolgreich behandelt werden können.

Besonders wirksam ist die Moderne Mayr Medizin deshalb bei chronischen Gesundheitsstörungen wie Metabolisches Syndrom, Übergewicht, Gastritis, Refluxkrankheit, hoher Blutdruck, chronische Pankreatitis, chronischen Obstipation, Reizdarm, Nahrungsmittelintoleranzen, Migräne, Spannungskopfschmerz, Rheuma, degenerative Wirbel- und Gelenkerkrankungen, Allergien, chronischen Ekzemen uvam.

**In der Wirksamkeit als regelmäßige Gesundheitsvorsorge ist die Modernen F.X. Mayr Medizin nicht zu übertreffen!**



## BESTE ÄRZTLICHE BETREUUNG

MR Dr. med. Walter Bachlechner & MR Dr. med. Erwin Pfefferkorn

### MR Dr. med. Walter Bachlechner

- Seit 1979 in freier Praxis mit ganzheitlichen Schwerpunkten:
- Moderne F.X. Mayr Medizin seit 1988
- Klassische Homöopathie, Manuelle Medizin, Chirotherapie, Neuraltherapie nach Huneke
- Sportmedizin

*"Mit Hilfe der modernen F.X. Mayr Medizin konnten viele Menschen in meiner Praxis ihren Gesundheitszustand wesentlich verbessern. Neueste ernährungsphysiologische Erfahrungen im Zusammenhang mit der Lebensänderung im Sinne von F.X. Mayr führten zum Erreichen und Beibehalten eines höheren Gesundheitsniveau."*

### MR Dr. med. Erwin Pfefferkorn

- Seit 1982 in freier Praxis
- Arbeits-, Sport- und Notallmedizin Manuelle Medizin, Chirotherapie
- Psychosomatische Medizin
- Moderne F.X. Mayr Medizin

*"Die Moderne F.X. Mayr Medizin ist nicht nur eine ganzheitliche Therapieform, sondern vor allem auch eine der wirksamsten Vorsorgemaßnahmen für die immer mehr zunehmenden Zivilisationskrankheiten wie Bluthochdruck, Diabetes, Fettstoffwechselstörungen, degenerative Wirbelsäulen- und Gelenkerkrankungen, Rheuma, Herz-Kreislaufkrankungen, um nur einige zu nennen."*



Unser F.X. Mayr Team v.l.n.r.  
Sven Hellwig (Küchenchef)  
Alexandra Huber (Spa Leitung)  
Dr. Erwin Pfefferkorn  
Dr. Walter Bachlechner

## EINBLICK IN EINEN TAGESABLAUF EINER F.X. MAYR KUR

- morgens 1 Teelöffel Bittersalz auf ¼ Liter warmes Wasser trinken
- anschließend Bewegung, Morgengymnastik, wenn möglich an der frischen Luft und danach Wechselduschen
- frühestens nach ½ Stunde Frühstück je nach Diätform mit bewusstem Kauen
- vormittags reichlich trinken, vor allem Kräutertees oder stilles Wasser
- Basenpulver oder Bullrichs Vital nach Bedarf/ Verordnung
- ärztliche manuelle Bauchbehandlung nach F.X. Mayr
- anschl. Heublumen-Leberwickel im Wasserbett
- zusätzliche verordnete physikalische Behandlungen
- ca. 11:00 Uhr Gemüsebrühe
- ca. 13:00 Uhr Mittagessen je nach Diätstufe
- nachmittags ebenfalls reichlich Flüssigkeit, Kräutertees
- leichte Bewegung, Wanderung, Schwimmen
- eventuelle physikalische Anwendungen
- Abendessen zwischen 18:00 Uhr und 19:00 Uhr je nach Diätform
- früh schlafen gehen, wenig Fernsehen, Computerabstinenz

Tagsüber immer wieder Ruhephase einplanen und sich bewusst Zeit für sich selbst gönnen.



# REFRESHERWOCHE

*nach der Modernen F.X. Mayr Medizin*

7 NÄCHTE

## Leistungsumfang:

- 7 Übernachtungen mit ärztlich angeordneter individueller Küche nach F.X. Mayr
- 1 Erstuntersuchung
- 3 ärztliche manuelle Bauchbehandlungen nach F.X. Mayr
- 3 Heublumenleberwickel im Wasserbett
- 1 Schlussuntersuchung mit Ernährungsberatung
- 1 Spezialmassage nach Verordnung
- 1 Fangobehandlung
- 1 Padabhyanga – Fuß- & Beinmassage

## Gruppenaktivitäten:

- Tägliche Morgengymnastik oder Aquajogging
- 1 geführte Wanderung
- Einschulung in Fitnessgeräte
- 1 Arztvortrag zum Thema Moderne F.X. Mayr Medizin
- 1 Kochvortrag

## Labor Untersuchung (fakultativ):

Harn chemisch und Sediment, Blutzucker Cholesterin ges., HDL und LDL, Triglyceride Gamma GT, Kreatinin

**Labor Untersuchungspreis: € 80,00**

Täglicher salinischer Morgentrink von Bittersalz. Jederzeit zugängliche Trinkbar mit Kräutertee und hauseigenem Quellwasser. Bademantel und freie Benutzung der Wellnesseinrichtungen wie Sauna, Dampfbad, Whirlpool, Panorama-Fitnessraum, Hallenbad. Ärztlicher Bereitschaftsdienst, Internetzugang, Parkplatz.

Kurbeginn Montag (Anreise Sonntag), Mittwoch (Anreise Dienstag) oder Freitag (Anreise Donnerstag)

## Unser F.X. Mayr PLUS für Sie:

- jederzeit zugängliche Trinkbar mit Kräutertee und hauseigenem Energie - Quellwasser
- 1 Handtuch für Ihren Leberwickel am Abend
- 1 Dose Bittersalz inklusive Anleitung
- Wasserkocher und Wärmeflasche am Zimmer

## Inklusivpreise pro Person ab € 1.890,00

in unserer Premium Superior Doppelzimmer ohne Einzelzimmerzuschlag



# REGENERATION UND ENTSCHLACKUNG

*nach der Modernen F.X. Mayr Medizin*

14 NÄCHTE

## Leistungsumfang:

- 14 Übernachtungen mit ärztlich angeordneter individueller Küche nach F.X. Mayr
- 1 Erstuntersuchung
- 6 ärztliche manuelle Bauchbehandlungen nach F.X. Mayr
- 6 Heublumenleberwickel im Wasserbett
- 1 Schlussuntersuchung mit Ernährungsberatung
- 2 Spezialmassagen nach Verordnung
- 2 Fangobehandlung
- 1 Padabhyanga – Fuß- & Beinmassage

## Gruppenaktivitäten:

- Tägliche Morgengymnastik oder Aquajogging
- 2 geführte Wanderungen
- Einschulung in Fitnessgeräte
- 1 Arztvortrag zum Thema Moderne F.X. Mayr Medizin
- 1 Kochvortrag

## Labor Untersuchung (fakultativ):

Harn chemisch und Sediment, Blutzucker Cholesterin ges., HDL und LDL, Triglyceride Gamma GT, Kreatinin

Labor Untersuchungspreis: € 80,00

Täglicher salinischer Morgentrunke von Bittersalz. Jederzeit zugängliche Trinkbar mit Kräutertee und hauseigenem Quellwasser. Bademantel und freie Benutzung der Wellnessanlagen wie Sauna, Dampfbad, Whirlpool, Panorama-Fitnessraum, Hallenbad. Ärztlicher Bereitschaftsdienst, Internetzugang, Parkplatz.

Kurbeginn Montag (Anreise Sonntag), Mittwoch (Anreise Dienstag) oder Freitag (Anreise Donnerstag)

## Unser F.X. Mayr PLUS für Sie:

- jederzeit zugängliche Trinkbar mit Kräutertee und hauseigenem Energie - Quellwasser
- 1 Handtuch für Ihren Leberwickel am Abend
- 1 Dose Bittersalz inklusive Anleitung
- Wasserkocher und Wärmeflasche am Zimmer

## Inklusivpreise pro Person ab € 3.479,00

in unserer Premium Superior Doppelzimmer ohne Einzelzimmerzuschlag



## ÄRZTLICHE ZUSATZLEISTUNGEN

*nach der Modernen F.X. Mayr Medizin*

Medizinisches Labor nach ärztlicher Anordnung .....	€ 80,00
Zusätzliche ärztliche Bauchbehandlung nach F.X. Mayr .....	€ 80,00
Ruhe EKG .....	€ 50,00
Spirometrie zur Messung der Lungenfunktion.....	€ 40,00
<b>VEGA-Check—energetische Ganzkörperuntersuchung</b> .....	€ 200,00
erfasst den energetischen Gesamtzustand und die Reaktionsfähigkeit des Organismus beurteilt Abwehrkräfte gibt Hinweise auf Störfelder,...	
<b>Infusionstherapie</b> (z.B. Baseninfusionen, Radikalfängerinfusionen) .....	€ 30,00 - € 50,00
bei Elektrolytstörungen zur allgemeinen Roborierung	
<b>Manuelle Medizin, Chirotherapie</b> .....	€ 60,00 - € 100,00
bei funktionellen Störungen des Bewegungsapparates	
<b>Neuraltherapie nach Huneke</b> .....	€ 60,00 - € 150,00
Störfeld- und Schmerztherapie	

## BEHANDLUNGS PAKETE

### Relax Paket

- 1 Phyto 5 Gesichtsbehandlung
- 1 Cleopatra Softpack
- 1 Körperpeeling
- 1 Relaxing Massage

Paketpreis ..... € 298,00

### DETOX - Entstauung

- 2 manuelle Lymphdrainagen Ganzkörper
- 1 Fußreflexzonenmassage
- 2 Softpack (Alpenfango oder Alge)

Paketpreis ..... € 259,00

## ZUSATZLEISTUNGEN AYURVEDA

*für die innere Ruhe*

Ayurveda, "die Wissenschaft vom langen und gesunden Leben" ist das älteste überlieferte Gesundheitssystem. Es blickt auf eine über 5000-jährige Tradition zurück. Die ayurvedische Medizin sieht den Menschen als Ganzes, als Einheit von Körper, Geist und Seele. Sie berücksichtigt die Wechselwirkung des Organismus in seiner Beziehung zu Natur und Umwelt.

### Padabhyanga – Fuß- & Beinmassage

Zur Anregung Ihrer inneren Organe und zur Förderung der Tiefenentspannung. Bei Kopfschmerzen, Schlafstörungen, Nervosität und Verdauungsstörungen.

50 Minuten ..... € 79,00

### Mukabhyanga – Gesichtsmassage

Die Mukabhyanga hat eine sehr beruhigende, harmonisierende und entspannende Wirkung auf unseren Körper, Geist und unsere Seele. Sie löst innere und äußere Verspannungen, reinigt, vitalisiert und ist ein gutes, natürliches Anti-Aging-Mittel.

50 Minuten ..... € 79,00

### Shiroabhyanga – Kopfmassage

Den Kopf frei machen – verhilft Ihnen zu geistiger und körperlicher Frische: gegen Spannungskopfschmerzen, Schlaflosigkeit und Konzentrationsschwierigkeiten.

50 Minuten ..... € 79,00

### Abhyanga – Ganzkörper-Ölmassage

Stoffwechsellanregende, Schlacken lösende Ganzkörperbehandlung mit ayurvedischen Ölen. Sie stärkt Ihr Immunsystem, belebt und verbessert Ihr Hautbild. Danach fühlen Sie sich ausgeglichen und gestärkt.

80 Minuten ..... € 129,00

### Shirodhara – Stirnölguss

Im Fluss sein mit unseren Gedanken und Gefühlen - Tiefenentspannung bei Alltagsbeschwerden (Stress, Kopfschmerzen, Migräne, Schlafstörungen, depressiven Verstimmungen). Bitte beachten Sie: Diese Massage ist nicht als Erstbehandlung geeignet.

80 Minuten ..... € 138,00

### Pristabhyanga – Rückenmassage

Bei der Pristabhyanga wird die gesamte Rücken-, Schulter- und Nackenmuskulatur mit fließenden Massagegriffen massiert. Das dabei verwendete medizinierte ayurvedische Öl stärkt das Muskel-, Knochen und Nervengewebe. Präventiv angewendet, beugt diese Massage Verspannungen vor.

Dauer: 50 Minuten ..... € 79,00

### Upana-Sveda – Rückenmassage

Massage mit warmen Milchreissäckchen, erleichtert Sie bei Verspannungen, Rückenschmerzen und degenerativen Wirbelsäulenerkrankungen.

Dauer: 50 Minuten ..... € 89,00

Für weitere Informationen zu unserem kompletten Behandlungsangebot von Massagen, Bädern bis hin zu Fitness und Schönheitsbehandlungen, besuchen Sie unsere ORJOLA Rezeption.

# SKIN VITAL CONCEPT UND ZUSATZMASSAGEN

## für Schönheit und Wohlbefinden

Dank der Anwendung neuester Technologien (RF,SVC-Needeling-Abrasion und Skin Fitness) in Verbindung mit den ausgezeichneten Skin Vital Concept Seren (Dermatest SEHR GUT) werden alle Hautfunktionen reanimiert. Ihre Haut erscheint sofort jugendlicher, rosiger, fühlt sich durch die besondere Gesichtsmuskulatur-Massage fester und straffer an. Fältchen sind sichtbar geglättet und die Gesichtskonturen erscheinen wie ein Minilift. Dank der nachhaltigen Wirkung von RF und den individuell angewendeten Skin Vital Concept Hautseren sieht ihre Haut noch mehrere Tage nach der Behandlung verjüngter aus.

### Gesichtsbehandlung:

Dauer: 110 Minuten ..... € 280,-  
Radiofrequenz Reinigung, Peeling, Microdermabrasion, Needeling, Phyto Cellulose Mask, Massage, Abschlusspflege

Dauer: 80 Minuten ..... € 180,-  
Reinigung, Peeling, Microdermabrasion, Needling, Phyto Cellulose Mask, Massage, Abschlusspflege

### Körperbehandlung:

Dauer: 50 Minuten ..... € 129,-  
MD Glysal Peel, Radiofrequenz

### Körperbehandlung Arme:

Dauer: 40 Minuten ..... € 119,-  
MD Glysal Peel, Radiofrequenz

### Körperbehandlung Bauch:

Dauer: 40 Minuten ..... € 119,-  
MD Glysal Peel, Radiofrequenz

### ZUSATZLEISTUNGEN WELLNESS:

#### Lymphdrainage

Der Klassiker zur Unterstützung des Lymphflusses. Fließend, weich, beruhigend. Als Teil- oder Ganzkörperbehandlung möglich.

Dauer: 40 Minuten ..... € 55,-  
Dauer: 50 Minuten ..... € 79,-

#### Cleopatra-Packung

Luxus pur: ein altägyptisches Schönheitsritual. Die Mischung hochwertigster Öle, verfeinert mit Milch und Honig bewirken Pflege, Duft und Entspannung über alle Sinne. Mit Nachtkerzenöl.

Dauer: 30 Minuten ..... € 39,-

#### AlpenFango/Thalasso

In Kombination mit Meersalz werden die entschlackenden und heilenden Eigenschaften der pflegenden Algen zusätzlich verstärkt. Es lindert und beruhigt, zudem fühlt sich Ihre Haut nachhaltig straff und geglättet an.

Dauer: 30 Minuten ..... € 39,-

#### FUSSREFLEXZONENTHERAPIE

An der Fußsohle spiegelt sich der gesamte Körper in Form von Reflexzonen wieder. Die Massage dieser Reflexzonen regt alle Systeme des Körpers an. Die Behandlung eignet sich bei körperlicher Überlastung, Übermüdung oder Verdauungsstörungen.

Dauer: 40 Minuten ..... € 55,-

# "ES IST IN ORDNUNG, WENN ORDNUNG IST"

Systemisches Einzel-, Paar-, Familien- und Firmencoaching mit

**Katharina Bachlechner-Lanser** MSC

(Psychotherapeutin, Supervisorin, Trainerin der Neuen Autorität)

Fern vom Alltag in Ruhe entspannen, über Belastungen nachdenken und durch ein Coachinggespräch einen neuen Blick auf problematische Lebenssituationen finden.

Im Regenerieren des Körpers sollte auch der Seele Raum und Beachtung gegeben werden.

Diverse Vortragsthemen:

- "Die systemische Ordnung"
- „Neue Autorität als Führungsressource“
- „Chancen und Fallen in der (Paar-)Beziehung“ und andere mehr.

Individuelle Coachingstunde nach Terminvereinbarung ..... € 150,00





