## Herbstliche Auszeit: Zeit für mich an einem Kraftort für die Gesundheit

Im Herbst, wenn die Tage kürzer werden und mehr Ruhe einkehrt, bietet sich die ideale Gelegenheit für wohltuende Ich-Zeit. Das **MY MAYR MED Resort** in Bad Birnbach, ein „Hotel nur für mich“, stellt **Gesundheit** und **persönliches Wohlbefinden** in den Mittelpunkt. Hier gibt es den Raum und die Zeit, um sich selbst wertzuschätzen und **neue Energie** zu tanken. MY MAYR MED ist weit mehr als Wellness. Im exklusiven Resort erwartet ein kompetentes **Ärzte- und Expertenteam** Gäste, die entschlacken, auftanken und ein neues Lebensgefühl entwickeln möchten. Das **Gesundheitszentrum** im Haus wird ergänzt durch **Wellness**, **Physiotherapie**, **Kosmetik**, **Spa** und **Fitness**. Ein Gesamtkonzept, das sich ganz der **nachhaltigen Entspannung** und dem **guten Körpergefühl** widmet. Dazu gehört auch eine gesunde und bewusste **Ernährung**. Im MY MAYR MED Resort steht deshalb die **moderne MY MAYR Cuisine** – eine zeitgemäße Interpretation der epigenetischen Küche – im Mittelpunkt. Dabei werden die neuesten Erkenntnisse der Ernährungsforschung berücksichtigt, die eine schonende Erholung des gesamten Organismus ermöglichen. Sanfte Entgiftungs- und Entsäuerungsmaßnahmen aktivieren die Selbstheilungskräfte. Im **MY SPA** erwartet Genießer eine Vielzahl luxuriöser Programme, die sich ganz der natürlichen Pflege und Schönheit widmen. In der **Saunalandschaft** lässt sich die Hektik des Alltags vergessen. Gerne zieht man sich im MY MAYR MED Resort auch in die schönen Zimmer und Suiten zurück, um zu regenerieren. Die Lage in BadBirnbach, mitten im malerischen Rottal, könnte nicht besser sein, um an der frischen Herbstluft durchzuatmen. **Natur pur** und **sanfte Bewegung** unterstützen den Erholungsprozess. Nur wenige Schritte vom Resort entfernt liegt die **Rottal-Terme**. Ihre Quellen gehören dank der hohen Wassertemperatur zu den heißesten Thermal-Mineralquellen Mitteleuropas. Der **„Bella Vista Golfpark“** ist nur 600 Meter vom Hotel entfernt (Gäste des MY MAYR MED Resorts erhalten Greenfee-Ermäßigungen). „Gönn dir eine Pause und nimm dir Zeit für gesunde Dinge, die deinem Körper guttun“, ist ein guter Rat. Das MY MAYR MED Resort weiß, wie es geht.

2.172 Zeichen

Abdruck honorarfrei,

Belegexemplar erbeten!