

Checkliste: Ordnen Sie das Ganze nach Prioritäten

In der Checkliste sind alle Punkte noch einmal kurz zusammengefasst:

Kriterien	Priorität			Notizen
	hoch	mittel	niedrig	
Unterbringung				
- Gegend, in der sich das Mayr-Haus befindet				
- sind Sauna und/oder Wellnessbereich vorhanden				
- gibt es einen Garten rund um das Haus				
- ist individueller Sport im Freien möglich				
- wie groß ist das Haus und ist es familiengeführt				
- Eindruck der Website bzw. beim Kontakt per Telefon oder Mail (z.B. modern, freundlich etc.)				
Durchführung				
- wird nur eine Diätform angeboten oder sind verschiedene Varianten möglich				
- wird auf spezielle Ernährungsformen geachtet wie vegane Ernährung oder Allergien				
- kann der Zeitpunkt und die Länge des Aufenthaltes frei ausgewählt werden				
- gibt es Infoabende, persönliche Beratung und/oder spezielle Kurse				
Medizinische Betreuung				
- ist es ein Mayr-Haus, das sich auf die Kur spezialisiert hat				
- Erfahrungen auf dem Gebiet der Mayr-Medizin				
- gibt es Vor- und Nachuntersuchungen und andere spezielle Analysen				
- wird die Diät individuell festgelegt und gibt es eine persönliche Ernährungsberatung				
- erfolgt die Betreuung durch Mayr-Ärzte und/oder speziell ausgebildetes Personal				
- gehört eine manuelle Bauchbehandlung zum normalen Programm und wie oft erfolgt diese				
- ist das Mayr-Haus Mitglied in einem Mayr-Kur-Ärzteverband				
Zusätzliche Angebote				
- gibt es einen Spa-Bereich mit Wohlfühl-Massagen, Kosmetikbehandlungen u.ä.				
- werden Zusatzbehandlungen angeboten wie Lymphdrainage, Schielebäder, Packungen u.ä.				
- Gabe von Mineralien und/oder Bittersalz				
- gemeinsame sportliche Angebote wie Frühgymnastik, Wanderungen etc.				
- Entspannung z.B. mit Meditation, Yoga, Thai Chi, autogenem Training usw.				
Preis				
- welche Anwendungen sind im Preis inbegriffen, was muss zusätzlich gebucht und bezahlt werden				
- kostet der Aufenthalt insgesamt höchstens € (legen Sie bitte eine Obergrenze fest)				
Summe				

Dort, wo bei „hoch“ die meisten Striche stehen, sollten Sie bei Ihrer Auswahl ansetzen. Wenn dann mehrere Mayr-Häuser übrig bleiben, schauen Sie, welche davon die mittlere Priorität erfüllen. Gibt es dann immer noch einige Kliniken oder Hotels zur Auswahl, kommt die „niedrige Priorität“ ins Spiel. Beachten Sie auch Ihre Notizen – vielleicht haben Sie hier etwas notiert, was letztlich den Ausschlag für die Entscheidung gibt. Auf diese Weise ergibt sich das Mayr-Haus, das am besten zu Ihnen passt.