

**B-Kurs 19.06. – 01.07.2022**  
**Dr. Patricia Winkler-Payer, Dr. Sepp Fegerl, Peter Mayr im Gesundheitshotel Spanberger**

| <b>Tag/Uhrzeit</b>     | <b>Inhalt</b>   |
|------------------------|---|
| <b>Sonntag 19.06.</b>  | Dr. Fegerl  |
| 17:00-19:00            | Wiederholung der Organisation und Kurdurchführung. Vorstellen des Modus der Fallvorstellungen durch die Teilnehmer, Ablauf des Colloquiums, Selbstvorstellung jedes Teilnehmers. Erfassen wesentlicher Inhalte, die die Kollegen für ihre Mayr'sche Tätigkeit noch bearbeiten wollen.         |
| <b>Montag 20.06.</b>   | Dr. Fegerl  |
| 08:00-09:00            | Angewandte Intensivdiätetik   |
| 09:00-10:30            | Mayr Historie – Fundamente der klassischen Mayr Medizin   |
| 11:00-12:30            | Pathogenese nach Mayr – Warum werden wir krank?<br>Angewandte Diagnostik und Therapie   |
| 12:30-13:00            | Dunstwickel, Meditation   |
| 13:00-14:00            | Angewandte Intensivdiätetik   |
| 16:00-18:00            | Diagnostik nach FX Mayr und kurze Mayr-spezifische Anamnese in Zweiergruppen mit Supervision durch den Kursleiter, Dokumentation der Untersuchungsbefunde, Erstellen des persönlichen Kurplanes, Demonstration der ärztlichen Bauchbehandlung und gegenseitige Bauchbehandlung der Teilnehmer |
| <b>Dienstag 21.06.</b> | Dr. Fegerl  |
| 08:00-09:00            | Angewandte Verdauungsphysiologie  |
| 09:00-10:30            | Entwicklungsgeschichte der Ernährung  |
| 11:00-12:30            | Humoralpathologie – das Gesicht. Fäulnisdyspepsie - Indikanprobe  |
| 12:30-13:00            | Dunstwickel, Meditation   |
| 13:00-14:00            | Angewandte Intensivdiätetik   |
| 16:00-18:00            | Angewandte Diagnostik und Therapie  |
| <b>Mittwoch 22.06.</b> | Dr. Fegerl  |
| 08:00-09:00            | Angewandte Intensivdiätetik   |
| 09:00-10:30            | Vertiefte Verdauungsphysiologie   |
| 11:00-12:30            | Zusammenhang Atmung und Situation im Bauchraum  |
| 12:30-13:00            | Dunstwickel, Meditation   |
| 13:00-14:00            | Angewandte Intensivdiätetik   |
| 16:00-18:00            | Angewandte Therapie, ärztliche Bauchbehandlung  |

|                           |   |
|---------------------------|---|
| <b>Donnerstag, 23.06.</b> | Dr. Fegerl  |
| 08:00-09:00               | Angewandte Intensivdiätetik   |
| 09:00-10:30               | Allergien, Unverträglichkeiten, Intoleranzen  |
| 11:00-12:30               | Colloquium mit Teilnehmervorträgen und Diskussion, Fallvorstellung durch die Teilnehmer   |
| 12:30-13:00               | Dunstwickel, Meditation   |
| 13:00-14:00               | Angewandte Intensivdiätetik   |
| 16:00-18:00               | Angewandte Diagnostik und Therapie  |
| <b>Freitag, 24.06.</b>    | Dr. Fegerl  |
| 08:00-09:00               | Angewandte Intensivdiätetik   |
| 09:00-10:30               | Präsentation der eigenen Kur-Erfahrungen.   |
| 11:00-12:30               | Erarbeiten der Kurfortführung, weiterer Substitution, Ausleitung  |
| 12:30-13:00               | Dunstwickel, Meditation   |
| 13:00-14:00               | Angewandte Intensivdiätetik   |
| 16:00-18:00               | Angewandte Therapie, ärztliche Bauchbehandlung  |
| <b>Samstag, 25.06.</b>    | Dipl.Diät-Küchenmeister Peter Mayr  |
| 08:00-09:00               | Intensivdiätetik  |
| 09:00-10:30               | Von Milch und Semmel zur Milderen Ableitungsdiät<br>Spezialformen der milden Ableitungsdiät für Laktose-, Fructose-, Histaminintoleranzen,<br>Kuhmilcheiweiß- und Glutenfreie Diäten<br>Aktuelle Ernährungstrends, Fermentierte Gerichte für die Darmgesundheit |
| 11:00-12:30               | Vitalstoffreiche Ernährung als Kombination der Ernährungsprinzipien F.X. Mayr's, der Fünf-<br>Elementelehre aus der TCM und der ayurvedischen Ernährungslehre<br>Gesunde Küche und die Bedeutung unserer heimischen Lebensmittel und Fette                      |
| 12:30-13:00               | Dunstwickel, Meditation   |
| 13:00-14:00               | Angewandte Intensivdiätetik   |
| 14:00-16:30               | Praktikum der modernen Mayr-Diät-Küche: Kochdemonstration: Grundlagen der MAD und<br>modernen Mayr-Diätküche, mit kleinen Kostproben für die Teilnehmer   |

|                      |   |
|----------------------|---|
| <b>Montag 27.06.</b> | Dr. Winkler-Payer   |
| 08:00-09:00          | Angewandte Verdauungsphysiologie  |
| 09:00-10:30          | Das „5. S“ der Mayr Medizin: seelische Faktoren als Krankheitsauslöser, mit Mayr das<br>„Immunsystem der Seele“ stärken |
| 11:00-12:30          | Psychische Kurreaktionen und psychosomato-kausale Therapieansätze   |
| 12:30-13:00          | Dunstwickel, Meditation   |

|                          |   |
|--------------------------|---|
| 13:00-14:00              | Angewandte Intensivdiätetik   |
| 16:00-18:00              | Angewandte Diagnostik und Therapie  |
| <b>Dienstag 28.06.</b>   | Dr. Winkler-Payer   |
| 08:00-09:00              | Angewandte Verdauungsphysiologie  |
| 09:00-10:30              | Begleitung von Kurkrisen aus den Themenkreisen Partnerschaft und Sexualität. Mit Mayr-Prevent durch die Lebensmitte und Klimakterium  |
| 11:00-12:30              | FX Mayr-Therapie als Basistherapie für körperliche, energetische und psychomentele Erschöpfungszustände und zur Burn-Out Prophylaxe.  |
| 12:30-13:00              | Dunstwickel, Meditation   |
| 13:00-14:00              | Angewandte Intensivdiätetik   |
| 16:00-18:00              | Angewandte Therapie, ärztliche Bauchbehandlung, Fallvorstellung durch die Teilnehmer  |
| <b>Mittwoch, 29.06.</b>  | Dr. Winkler-Payer   |
| 08:00-09:00              | Angewandte Intensivdiätetik   |
| 09:00-10:30              | Psychohygiene für Mayr-Ärzte, Coaching für den therapeutischen Dialog   |
| 11:00-12:30              | Coaching für den therapeutischen Dialog<br>Präsentation der Mayr Medizin in Patientenvorträgen  |
| 12:30-13:00              | Dunstwickel, Meditation   |
| 13:00-14:00              | Angewandte Intensivdiätetik   |
| <b>Donnerstag 30.06.</b> | Dr. Winkler-Payer   |
| 08:00-09:00              | Angewandte Intensivdiätetik   |
| 09:00-10:30              | Individualisierung der Therapie-Prinzipien nach FX Mayr für vitale und dystrophe Patienten, stationär und ambulant. Erarbeiten der eigenen Kurfortführung, weiterer Substitution, Ausleitung                                |
| 11:00-12:30              | Ernährungsverhalten und Gewichtsprobleme, die 7 Arten des Hungers, Psychosomatik von Essstörungen, Fallbeispiele und Lösungsansätze aus der psychosomatischen Mayr-Praxis, Selbsterfahrungs-Übung zu den eigenen Essmustern |
| 12:30-13:00              | Dunstwickel, Meditation   |
| 13:00-14:00              | Angewandte Intensivdiätetik   |
| 16:00-18:00              | Colloquium mit Teilnehmervorträgen und Diskussion, Fallvorstellung durch die Teilnehmer   |
| <b>Freitag 01.07.</b>    | Dr. Winkler-Payer   |
| 08:00-09:00              | Angewandte Intensivdiätetik   |
| 09:00-10:30              | Fachübergreifender Nutzen von Diagnostik und Therapie nach Mayr, Synergien zu anderen Therapieformen. Fachliche Diskussion zu Mayr- spezifischen Themen   |
| 11:00-12:30              | Feedback-Runde zur Ausbildung   |
| 12:30-13:00              | Angewandte Intensivdiätetik   |