

Gesundheitsvorsorgemaßnahmen-Verzeichnis (GVM-Verzeichnis) der Grazer Wechselseitigen Versicherung AG

Gültig ab 01.04.2024, Stand per 28.03.2024

Das gegenständliche Verzeichnis ist Bestandteil des Zusatzbausteins „Gesundheitsvorsorge und -assistance“ (MyMEDpro) und gilt nur für zu diesem Baustein Versicherte.

Der Versicherte kann je nach gewähltem Gesundheitsvorsorge-Partner und dessen Angebot jeweils eines der nachfolgenden Leistungspakete in Anspruch nehmen:

1. Gesundheitshotels

Kooperationspartner	Leistungspaket	Reisetermine
4*S Thermalhotel Fontana	3 Nächte, inkl. HP 1 x GRAWE-Vorsorge-Check-light: kurärztliche Untersuchung inkl. Anamnese, BMI, Blutdruck, EKG, Harnanalyse, Bewegungsempfehlung	1 x Einschulung ins Krafttraining 25 Min. 1 x Wassergymnastik Gruppe 20 Min. 1 x BIA-Messung (Analyse der Körperzusammensetzung) mit Besprechung der Diätologin 1 x Ernährungsberatung Gruppe 1 x manuelle Heilmassage Teilkörper 1 x Überwassermassage mit dem Hydrojet 1x Begrüßungsgetränk 1 x Folder "Bewegt auch zu Hause" mit Übungstipps zum Mit-nach-Hause-nehmen inkl. Benutzung der Thermalbadelandschaft, des Entspannungsrefugiums und der Saunalodge Reisetermine: 01.04.-23.12.2024

2. Wellnesshotels

Kooperationspartner	Leistungspaket	Reisetermine
4* Aminess Maestral Hotel	2 Nächte, inkl. HP	2 x Eintritt in den Spa-Bereich für 2 Stunden 1 x Mediterrane Massage (60 Min.) oder Indische Ganzkörpermassage nach Ayurveda (60 Min.) 1 x Schnelle schönheitspflegende Gesichtsbildung (25 Min.) 1 x Rücken- oder Beinmassage mit Meeresmagnesium (30 Min.) Reisetermine: 02.04.2024 - 30.05.2024, 02.09.2024 - 29.12.2024
4* Hotel Allmer	2 Nächte, inkl. HP Plus	1 x große Gesichtsbildung 1 x Ganzkörpermassage 1 x Entspannung auf der Alphaliese Reisetermine: 01.04.2024 - 16.12.2024
4* Hotel ASTORIA Hotel & Medical Spa	2 Nächte, inkl. HP	1 x Klassische Ganzkörpermassage (50 Min.) 1 x Oxygenotherapie (50 Min.) Reisetermine: 03.04.2024 - 03.01.2025 (ausgenommen 28.06.2024 - 07.07.2024, 20.12.2024 - 03.01.2025)
4* Hotel Esplanade	2 Nächte, inkl. HP	1 x Entspannende Ganzkörper- und Gesichtsmassage mit warmem Traubenkernöl und Lavendel (50 Min.) 1 x Klassische Rücken- und Beinmassage mit warmem Mandelöl (35 Min.) 1 x Fußmassage mit Elementen der Reflexzonenmassage (15 Min.) 1 x Gesicht- und Dekolletémassage (15 Min.) Reisetermine: 02.04.2024 - 22.12.2024 (ausgenommen 21.06.- 08.09.)
4* Hotel Pinija	2 Nächte, inkl. HP	1 x Ganzkörperpeeling mit Nin Salz und Massage mit mediterranen Kräutern (70 Min.) 1 x Hydra-Gesichtsbildung (60 Min.) 1 x Maniküre (50 Min.) Reisetermine: 02.04.2024 - 14.06.2024, 13.09.2024 - 10.11.2024
4* Landgut & SPA Althof Retz	2 Nächte, inkl. HP	1 x sanfte Entspannung für Schulter & Nacken (25 Min.) 1 x Wellnessliege "iLifeSonn" (24 Min.) 1 x Tiefenentspannung "Lebenselixier" (50 Min.) Reisetermine: 25.04.2024 - 22.12.2024, 26.12.2024 - 30.12.2024
4* Pichlmayrgut	2 Nächte, inkl. HP	1 x Alpienne Teilkörpermassage 1 x Honig-Peelingmassage 1 x Kühlende Kokos-Massage 1 x Lymphdrainage Teilkörper Reisetermine: 14.04.2024 - 30.11.2024 (ausgenommen 25.10.- 03.11., 08.&09.11.,15.&16.11.,22.&23.11.)

4* Superior DAS Kronthaler	2 Nächte, inkl. HP	1 x Entspannungsmassage (50 Min.) 1 x Teilkörpermassage (25 Min.) 1 x Basenpackung (30 Min.)	Reisetermine: 01.04.2024- 22.12.2024 (ausgenommen 09.05.- 12.05.,17.05.-20.05.,30.05.- 02.06.,15.08.-18.08.,03.10.-06.10.)
4* Superior Grand Hotel Sava Superior	2 Nächte, inkl. HP	1 x Massage mit Magnesium Öl (30 Min.) 1 x Magnesium Bad (20 Min.) 1 x Tonwickel mit Magnesium Wasser (30 Min.) 1 x Erfrischende, revitalisierende Massage (50 Min.) 1 x Hévizier Schlammwickel (25 Min.)	Reisetermine: 02.04.2024 - 29.12.2024
4* Superior Hotel Europa fit	2 Nächte, inkl. HP	1 x Lifting-Behandlung- Langanhaltende Schönheit (80 Min.) oder Detox ENERGIE Behandlung (70 Min.) oder ein komplettes Programm für die geschmeidige Haut mit Tiefenreinigung und Hydratisierung	Reisetermine: 02.04.2024 - 22.12.2024
4* Superior Hotel Freigold	2 Nächte, inkl. HP	1 x Anti-Stress-Massage 1 x Rückenmassage 1 Me-Time Gesichtsbehandlung 1 x Ganzkörpermassage (50 Min.)	Reisetermine: Ab 2025, Termine werden noch bekannt gegeben
4* Superior Hotel Fürstenhof	2 Nächte, inkl. HP	1 x beliebige Gesichtsanwendung oder Männerkosmetik (60 Min.) 1 x Körperpackung (20 Min.)	Reisetermine: 01.04.2024 - 01.10.2024 (ausgenommen 21.06.2024 - 22.06.2024)
4* Superior Hotel Palace Bellevue	2 Nächte, inkl. HP	1 x Aromamassage (45 Min.) 1 x Kopfhautmassage (20 Min.)	Reisetermine: 02.04.2024 - 09.05.2024, 15.09.2024 - 28.12.2024
4* Superior Mein Almhof	2 Nächte, inkl. HP	1 x Ganzkörpermassage 1 x Teilmassage 1 x Kopfmassage	Reisetermine: 16.05.2024 - 12.07.2024, 08.09.2024 - 06.12.2024
4* Superior MenDan Magic Spa & Wellness Hotel	2 Nächte, inkl. HP	1 x Relax Kopf-, Gesichts- und Rückenmassage (30 Min.) 1 x Thai Ölmassage (60 Min.) 1 x Aromabad für Zwei (30 Min.) 1 x Individuelle Massage (25 Min.)	Reisetermine: Ab 2025, Termine werden noch bekannt gegeben
4* Superior Reduce Hotel Vital	2 Nächte, inkl. HP Plus	1 x Reduce & Reload - energiespendende Massage (25 Min.) 1 x Wellness Gesichtsbehandlung	Reisetermine: Ab 2025, Termine werden noch bekannt gegeben
4* Thermenhotel Stoiser	3 Nächte, inkl. HP Plus	1 x Hanf-Relaxmassage 1 x Natürliche Schönheit (Damen) oder individuelle Gesichtsbehandlung (Herren) 1 x RASUL (orientalische Pflegekultur) 1 x HimalayaSalzTepidarium 1 x Moor- oder Heupackung zur Auswahl	Reisetermine: ab 02.04.2024 (Ausnahme: Aufenthalte über Silvester, Mind. 5 Nächte, nur mit Silvesterpackage kombinierbar)
4* Wilfinger Ring Bio Hotel	2 Nächte, inkl. VP	1 x Aroma Relaxmassage (50 Min.) 1 x Rücken-Nackenmassage (20 Min.) 1 x Luxus-Ganzkörperpeeling (30 Min.) Wichtige Info: Samstag nachmittags und Sonntag ganztags ist die Massage- & Kosmetikabteilung nicht besetzt.	Reisetermine: 01.04.2024 - 01.09.2024, 17.11.2024 - 31.12.2024,01.01.2025 - 09.03.2025
4*Superior CAMELL PREMIUM RESORT	2 Nächte, inkl. HP	1 x Thai Öl-Massage (90 Min.) 1 x Lomi-Lomi Massage aus Hawai (60 Min.) 1 x Babor Vitalisierungsbehandlung für müde Haut mit Reinigung (90 Min.)	Reisetermine: Ab 2025, Termine werden noch bekannt gegeben
4*Superior Krumers Alpin	2 Nächte, inkl. HP	2 x Ganzkörpermassagen (50 Min.)	Reisetermine: 03.04.2024 - 01.12.2024
5* Grand Hotel Bernardin	2 Nächte, inkl. HP	1 Stunde freier Eintritt in die Sauna Welt 1 x Salziges mediterranes Peeling im türk. Bad 1 x Selbsterhitzende Schlammpackung (Dauer: 40 Min.) 1 x Entspannungsmassage (Dauer: 60 Min.) 1 x Erfrischende Gesichtspflege (Dauer: 20 Min.) 1 x Olivenölmassage (60 Min.)	Reisetermine: 02.04.2024 - 17.05.2024, 06.10.2024 - 28.12.2024
5* Hotel Kempinski Adriatic	2 Nächte, inkl. HP	1 x Sprudelndes Kristallbad (30 Min.) 1 x Salzflocken-Körperpeeling (30 Min.) 1 x Individuelles Geschenk	Reisetermine: 02.04.2024 - 16.05.2024, 22.09.2024 - 22.12.2024
5* Hotel Kempinski Palace Portoroz	2 Nächte, inkl. HP	Goldenes Wellness-Erlebnis: 1 x "Goldenes" Begrüßungsgetränk Gesunde Snacks Grüner Energietee 1 x Geschenk 1 x Lokales Salz- und Olivenölritual (1 Stunde 40 Min.)	Reisetermine: 02.04.2024 - 25.04.2024, 03.11.2024 - 22.12.2024
5* Superior Hotel Ambassador	2 Nächte, inkl. HP	1 x Aromamassage (75 Min.) 1 x Anti-Stress und entspannendes Peridot-Salz-Peeling (30 Min.)	Reisetermine: 02.04.2024 - 09.05.2024, 15.09.2024 - 28.12.2024

Hotel DAS LUDWIG	2 Nächte, inkl. HP	1 x Ganzkörpermassage (50 Min.) 1 x beliebige Gesichtsanwendung oder Männerkosmetik (60 Min.) 1 x Quick Mani-/oder Pediküre ohne Lack (30 Min.)	Reisetermine: 02.04.2024 - 22.12.2024
Hotel Maximilian	2 Nächte, inkl. HP	1 x Ganzkörpermassage (50 Min.) 1 x beliebige Gesichtsanwendung oder Männerkosmetik (60 Min.) 1 x Quick Mani-/oder Pediküre ohne Lack (30 Min.)	Reisetermine: 01.04.2024 - 01.10.2024 (ausgenommen 07.06.-11.06., 18.06.-20.06., 21.06.-23.06., 17.09.-21.09.)
Nidum - Casual Luxury Hotel	2 Nächte, inkl. HP	3 individuelle Massagebehandlungen	Reisetermine: 02.04.2024 - 01.05.2024, 06.10.2024 - 10.11.2024

3. Privatkliniken und -Ambulatorien

Kooperationspartner	Leistungspaket
Ambulatorium Döbling	Erweiterte Vorsorgeuntersuchung: Anamnese und klinische Untersuchung, Duplex Sonografie Carotiden, Ergometrie, Spirometrie, ausführliches Labor, Befund- und Abschlussbesprechung.
Privatklinik Confraternität	Erweiterte Vorsorgeuntersuchung: Anamnese und klinische Untersuchung, Duplex Sonografie Carotiden, Ergometrie, Spirometrie, ausführliches Labor, Befund- und Abschlussbesprechung.
Privatklinik Graz Ragnitz	Erweiterte Vorsorgeuntersuchung: Anamnese und klinische Untersuchung, Duplex Sonografie Carotiden, Ergometrie, Spirometrie, ausführliches Labor, Befund- und Abschlussbesprechung.
Privatklinik Kastanienhof	Erweiterte Vorsorgeuntersuchung: Diagnostik inkl. ausführlichem Labor, Darmkrebsvorsorge, Blutdruckmessung und Lungenfunktionstest, Ruhe EKG, sowie ausführliche ärztliche Untersuchung inkl. Sonographie, Folgeordination inkl. Befundbesprechung
Privatklinik Wehrle - Diakonissen	Erweiterte Vorsorgeuntersuchung: Anamnese und klinische Untersuchung, Duplex Sonografie Carotiden, Ergometrie, Spirometrie, ausführliches Labor, Befund- und Abschlussbesprechung.

4. Coaches, Trainer, Berater im Bereich der mentalen Gesundheit

Kooperationspartner	Leistungspaket 1	Leistungspaket 2	Leistungspaket 3
Andrea Brunner	5 Einheiten psychosoziale Beratung/Mentaltraining (45 Min.), inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse (online möglich)		
Atelier am Eck Eva Kindl	4 Einheiten Einzelcoaching (60 Min.) inkl. ausführlichem Ersttermin und 3 Folgeberatungen		
Beratung & Coaching Sabine Blang, MSc	5 Einheiten Einzelcoaching (60 Min.) inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse (online möglich), auch für Jugendliche		
Beratung Forcher - MMag. Gerd Forcher MSc	6 Beratungseinheiten (60 Min.), inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse (online möglich)	Teilnahme an einem Halbtages-Workshop (5 Std.) in der Kleingruppe zu angebotenen Fixterminen lt. Website	
Bergspektivenwechsel - Corina Salzgeber	5 Beratungseinheiten (60Min.) inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse		
Bildungshaus Villa Rosental Institut Huemer	6 Einheiten Einzelcoaching (online möglich) mentale Gesundheit (45 Min.), inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse		
Christine Lamm - Smare Inputs	6 Einzelcoachings (50 Min.) zum Thema mentale Gesundheit - Online möglich		
Claudia Tallian	5 Beratungseinheiten (50 Min.) inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse		
Daniela Thomanitsch-Schrefl, MSc.	6 Beratungseinheiten (50 Min.) inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse (online möglich)		
Die Praxis von nebenan Günther Payr	4 Einheiten Einzelcoaching (60 Min.) inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse		
Die Praxis von nebenan Günther Payr	4 Einheiten Einzelcoaching (60 Min.) inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse		
Dipl.-Päd. Claudia Schörgi, MSc	3 Beratungseinheiten (60 Min.) inkl. Auftragsklärung und Zielvereinbarung (online möglich)		
Dr. med. Christoph Weiser - Praxis "Rollentausch"	6 Beratungseinheiten (60 Min.) inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse		

Eva Eder - Psychosoziale Beratung & Supervision	6 Einheiten psychosoziale Beratung/Supervision (60 Min.), inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse (online möglich)		
Harald Niederl - psychologische Beratung und Supervision	6 Einheiten psychologische Beratung (60 Min.) inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse		
Harald Niederl - psychologische Beratung und Supervision	6 Einheiten psychologische Beratung (60 Min.) inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse (online möglich)		
Harald Niederl - psychologische Beratung und Supervision	6 Einheiten psychologische Beratung (60 Min.) inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse		
Herz & Kopf Isabella Pitzl	5 Einheiten Einzelcoaching (50 Min.) inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse		
Hinterreither Consulting	4 Einheiten Einzelcoaching (60 Min.) inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse		
ilushn - more than sports Markus Luschn	6 Einheiten Einzelcoaching/Personaltraining inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse sowie Trainingsempfehlung		
Kelaridis Psychologische Beratung & Coaching Schwangerschaftsbegleitung	Schwangerschaftsbegleitung: 1 Einzelcoaching (60 Min.), Teilnahme an max. 17 wöchentlichen Zoom-Gruppen-Meetings (60 Min.) inkl. Impulsvorträgen, 2 Zoom-Einzelheiten "Spiegelspiel" (45 Min.) + 1 Einzelcoaching (45) postnatal zur Nachbesprechung der Geburt/Fragenbeantwortung		
Konflikt-Ambulanz Gabriele Kofler	4 Einheiten Einzelcoaching (60 Min.) inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse;		
Lebensrad(t) Bernhard Pommer	6 Beratungseinheiten (60 Min.) inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse (online möglich)		
Lifeboxx Andrea Forsthuber	4 Einheiten Einzelcoaching (60 Min.) inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse		
Mag. Cornelia Seiwald - Coaching & Psychologische Beratung	4 Einzelcoachings (60 Min.) inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse - Online möglich		
Mag. David Löscher Coaching – Mediation - Supervision	4 Einheiten Einzelcoaching (50 Min.) inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse		
Mag. David Löscher Coaching – Mediation - Supervision	4 Einheiten Einzelcoaching (50 Min.) inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse		
Mag. David Löscher Coaching – Mediation - Supervision	4 Einheiten Einzelcoaching (50 Min.) inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse		
Mag. Mag. Dr. Helmut Graf Logoconsult	6 Einheiten Einzelcoaching (60 Min.) inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse		
Mag. Verena Stöckl - Klinische Psychologin, Gesundheitspsychologin	4 Einheiten (50 Min.) psychologische Beratung inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse (online möglich)	4 Einheiten Jugendcoaching (50 Min.) inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse	
Mag.a Michaela Messner	5 Beratungseinheiten (60 Min.) inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse		
Marion Rößmann, MSc - Beratung, Coaching & Supervision	3 Beratungseinheiten (60 Min.) inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse		
Mavie (Online-)Beratung	4 Beratungseinheiten online, telefonisch, oder vor Ort (60 Min.) + Zugang zum Mavie-Gesundheitsportal Wien, Graz, Villach, Klagenfurt, Salzburg, Innsbruck, Reutte, Dornbirn, Linz, St. Pölten, auch für Kinder, sowie Paar- und Familienberatung		
Melanie Fischer, Dipl. PSB	6 Einheiten Einzelcoaching (online möglich) mentale Gesundheit (45 Min.), inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse	6 Einheiten psychosoziale Beratung (45 Min.), inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse (online möglich)	
Mental Refresh - Roman Huber	6 Einheiten Einzelcoaching (60 Min.) inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse		
Mental Refresh - Roman Huber	6 Einheiten Einzelcoaching (60 Min.) inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse		
Mentaltraining Hypnose Studio Anita Pizzini, MSC	6 Einheiten Einzelcoaching (60 Min.) inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse		
MMag. Sandra Schnepf	5 Einheiten Einzelcoaching inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse	4 Einheiten Einzelcoaching + 4 unterstützenden Einheiten Druckwellenmassage mittels Luftdrucks	24 Einheiten Druckwellenmassage mittels Luftdrucks für die mental-körperliche Gesundheit
Monika Gundinger - Praxis Margaretten	3 Beratungseinheiten (60 Min.) inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse (online möglich)		
Monika Gundinger - Praxisgemeinschaft Vitalis	3 Beratungseinheiten (60 Min.) inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse (online möglich)		

Monika Gundinger - raum. für schöpferisches TUN	3 Beratungseinheiten (60 Min.) inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse (online möglich)	
Natur Beratung Camilla Harfmann	6 Einheiten Einzelcoaching (50 Min.) inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse	
Neue Pfade Andreas Reisenbauer	5 Einheiten Einzelcoaching (50 Min.) inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse	
Psychologe Plechinger Alles in Bewegung	4 Einheiten Einzelcoaching (60 Min.) inkl. Erstgespräch, 2 Folgeberatungen, Abschlussgespräch	
Psychologin und schlaf-gut® Coach Mag. Christina Stefan	6 Einzelcoachings (50 Min.) zum Thema mentale Gesundheit (online möglich)	6 Einheiten (50 Min.) "Schlaf-gut Coaching" bei Schlafproblem - Online möglich
Psychosozialberaterin Barbara Hassler	6 Einheiten psychosoziale Beratung, inkl. Erstberatung, 4 Folgeberatungen, Abschlussgespräch	
Psychosoziale Beratung - DI Mayer Benedikt	5 Beratungseinheiten (60 Min.) inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse	
RAUmBEWEGT Martina Sandholzer – Psychologische Beratung, Coaching, Supervision	5 Einheiten Einzelcoaching inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse (online möglich)	
Sabrina Schalk - Beratung Training Supervision	6 Einheiten Einzelcoaching (60 Min.) inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse	
Silvia Wieser MSc - Psychosoziale Beratung Supervision Coaching	5 Beratungseinheiten (50 Min.) inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse	
Silvia Wieser MSc - Psychosoziale Beratung Supervision Coaching	5 Beratungseinheiten (50 Min.) inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse	
Sonnenrose Gabriele Alder	6 Beratungseinheiten Stressmanagement & Burnout-Prävention	
Stressburner - Nicole Tradel	4 Einheiten Einzelcoaching (60 Min.) inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse	Einzelcoaching Stressmanagement - 1x 24 h HRV Messung mittels EKG inkl. Erstgespräch, Stressanalyse mit Auswertungsbericht + Maßnahmen, 2 Einheiten psychologische Beratung
unbeschwert Gesundheitscoaching - Melanie Reisner-Kollmann	6 Beratungseinheiten (50 Min.) inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse (online möglich)	6 Einheiten Ernährungsberatung (online möglich), Erstberatung inkl. Anamnese (60 Min.), 4 Folgeberatungen (25 Min.), Abschlussberatung (25 Min.) inkl. Bericht
Yvonne Hammer	6 Einheiten Einzelcoaching (60 Min.) inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse	

5. Coaches, Trainer, Berater im Bereich Fitness, Bewegung, Ernährung

Kooperationspartner	Leistungspaket 1	Leistungspaket 2	Leistungspaket 3	Leistungspaket 4
ALIVE656 - 1020 Wien	3 Monate EMS-Personaltraining (12 Einheiten), inkl. Trainingswäsche-Service, BIA-Messung & App-Zugang für Terminbuchungen			
ALIVE656 - 1090 Wien	3 Monate EMS-Personaltraining (12 Einheiten), inkl. Trainingswäsche-Service, BIA-Messung & App-Zugang für Terminbuchungen			
ALIVE656 - Liezen	3 Monate EMS-Personaltraining (12 Einheiten), inkl. Trainingswäsche-Service, BIA-Messung & App-Zugang für Terminbuchungen			
ALIVE656 - Rainberg	3 Monate EMS-Personaltraining (12 Einheiten), inkl. Trainingswäsche-Service, BIA-Messung & App-Zugang für Terminbuchungen			

ALIVE656 - Villach	3 Monate EMS-Personaltraining (12 Einheiten), inkl. Trainingswäsche-Service, BIA-Messung & App-Zugang für Terminbuchungen	
alleachtsam - Marlies Eichelberger	20er Block Yoga Gruppencoaching (75 Min.)	4 Einheiten Yoga-Personaltraining (60 Min.)
Alphalauf	Alphalauf-Basics + 5-Wochen-Programm Alphalauf-Coaching	
Andrea Grasserbauer	6 Einheiten Personaltraining (60 Min.)	
Bewegungswerkstatt Kundl Herbert Handler	6 Einheiten Personaltraining (60 Min.) inkl. Start- und Abschlussanalyse	
Birgit Lettner Fitness-, Prä & Postnataltraining	3x8er Block Kleingruppentraining "MamaWorkout" Schwangere / Mamas	
Bodystyle Fitnessstudio	6 Monate Mitgliedschaft inkl. Kursprogramm, Wellnessbereich und Einführungstraining	3 Monate Mitgliedschaft inkl. Kursprogramm, Wellnessbereich + 6 Personaltraining-Einheiten 12 Monate Online-Zugang
BüroBuddy	12 Monate Online-Zugang BüroBuddy inkl. Starterpackage	BüroBuddy inkl. 2x30 Online-Personalcoaching und Starterpackage
Christopher Ambrusch	6 Shiatsu-Behandlungen (60 Min.)	
Clever Wohlfühl Training	6 Monate Mitgliedschaft inkl. Einführungstraining, Trainingsplan, Kursprogramm & App-Zugang	3 Monate Mitgliedschaft inkl. Einführungstraining, Trainingsplan, Kursprogramm & App-Zugang + 6 Einheiten Personaltraining
Daniela Eisenheld elli macht fit	6 Einheiten Personaltraining (60 Min.) inkl. Kennenlern-Call, WhatsApp Community, Trainings- und Ernährungsempfehlungen	20er Block Gruppencoaching (online möglich)
Daymove - Mag. Karin Walch	Lauf- und Bewegungsanalyse inkl. Besprechung und Auswertung, Übungsprogramm und Überprüfungseinheit	5 Einheiten Personaltraining am SENSOPRO, inkl. Einstufungsgespräch und 4 Folgeeinheiten mit Besprechung und Beratung
Der Fluss des Lebens - Shiatsu Praxis Wolfgang Schmalzhofer	6 Shiatsu-Behandlungen (60 Min.)	
dermahlzeit Anja Grünauer	6 Einheiten Ernährungsberatung (online möglich) inkl. Erstberatung (60 Min.) und Ernährungsplan, 4 Folgeberatungen (25 Min.), Abschlussberatung	
Diätologin Annemarie Ott	6 Einheiten Ernährungsberatung (online möglich) inkl. Erstberatung (60 Min.) und Ernährungsplan, 4 Folgeberatungen (25 Min.), Abschlussberatung	
Diätologin Cornelia Wagner	6 Einheiten Ernährungsberatung (online möglich) inkl. Erstberatung (90 Min.) und Ernährungsplan, 4 Folgeberatungen (25 Min.), Abschlussberatung	
Diätologin Doris Gartner	6 Einheiten Ernährungsberatung (online möglich) inkl. Erstberatung (60	

	Min.) und Ernährungsplan, 4 Folgeberatungen (25 Min.), Abschlussberatung	
Diätologin Roswitha Scholler	6 Einheiten Ernährungsberatung (online möglich) inkl. Erstberatung (60 Min.) und Ernährungsplan, 4 Folgeberatungen (25 Min.), Abschlussberatung	
Elisabeth Zöchling BSc Diätologin und Diabetesberaterin	6 Einheiten Ernährungsberatung (online möglich) inkl. Erstberatung (60 Min.) und Ernährungsplan, 4 Folgeberatungen (25 Min.), Abschlussberatung. Spezielle Beratungen für Schwangere, Stillende, Beikosternährung und Ernährung für 1-6-Jährige	
Energy Fitness Studio GmbH - Haag	8 Monate Mitgliedschaft inkl. Einführungstraining, Kursprogramm und Wellnessbereich	
Energy Fitness Studio GmbH - Blindenmarkt	8 Monate Mitgliedschaft inkl. Einführungstraining und Kursprogramm	
Energy Fitness Studio GmbH - Centro	8 Monate Mitgliedschaft inkl. Einführungstraining, Kursprogramm und Wellnessbereich	
Energy Fitness Studio GmbH - Seitenstetten	8 Monate Mitgliedschaft inkl. Einführungstraining und Kursprogramm	
Energy Fitness Studio GmbH - WestSideCity	8 Monate Mitgliedschaft inkl. Einführungstraining, Kursprogramm und Wellnessbereich	
Ernährungsmedizinische Therapie Silvia Gürtenhofer	6 Einheiten Ernährungsberatung (online möglich) inkl. Erstberatung (60 Min.) und Ernährungsplan, 4 Folgeberatungen (25 Min.), Abschlussberatung	
Ernährungszeit - Diätologin Yasmin Eder, BSc	2 Einheiten Ernährungsberatung, inkl. 1 Erstberatung (60 Min.) und 1 Folgeberatung (30 Min.)	
Fasten- und Gesundheitshaus DUNST im Joglland	ZUSCHUSS zu Ihrer Buchung einer 8- oder 12-Tage-Fastenwoche iHv. 450€ + 50€-Gutschein für eine Zusatzbehandlung Ihrer Wahl.	
Feelgood Studio - 1040 Wien	6 Monate Mitgliedschaft im Yoga-Studio inkl. Einführungstraining	3 Monate Mitgliedschaft im Yoga-Studio + 3 Einzeltrainings
Feelgood Studio - 1070 Wien	6 Monate Mitgliedschaft im Yoga-Studio inkl. Einführungstraining	3 Monate Mitgliedschaft im Yoga-Studio + 3 Einzeltrainings
Feelgood Studio - 1150 Wien	6 Monate Mitgliedschaft im Yoga-Studio inkl. Einführungstraining	3 Monate Mitgliedschaft im Yoga-Studio + 3 Einzeltrainings
feelgood training Silke Schermann	6 Einheiten Personaltraining (60 Min.) inkl. Start- und Abschlusstestung (online möglich)	20er Block Gruppentraining (online möglich)
FIT & HIKE Nicole Bergmann	6 Einheiten Personaltraining (60 Min.) inkl. Start- und Abschlusstestung	20er Block Gruppencoaching
fitmom by Christina Adamle	6 fitmom-Einzelcoaching (30 Min.) inkl.	20er Block fitmom-Gruppencoaching

	Trainingsempfehlung, Start- und Abschlusstestung		
fitmom by Daniela Müller	6 fitmom-Einzelcoaching (30 Min.) inkl. Trainingsempfehlung, Start- und Abschlusstestung	20er Block fitmom-Gruppencoaching	
fitmom by Felizitas Theimer	6 fitmom-Einzelcoaching (30 Min.) inkl. Trainingsempfehlung, Start- und Abschlusstestung	20er Block fitmom-Gruppencoaching	
fitmom by Natascha Wondrusch	6 fitmom-Einzelcoaching (30 Min.) inkl. Trainingsempfehlung, Start- und Abschlusstestung	20er Block fitmom-Gruppencoaching	
fitmom by Sandra Vinkroin	6 fitmom-Einzelcoaching (30 Min.) inkl. Trainingsempfehlung, Start- und Abschlusstestung (online möglich)	20er Block fitmom-Gruppencoaching	
fitmom by Sonja Wolf	6 fitmom-Einzelcoaching (30 Min.) inkl. Trainingsempfehlung, Start- und Abschlusstestung	20er Block fitmom-Gruppencoaching	
fitmom by Verena Kamper	6 fitmom-Einzelcoaching (30 Min.) inkl. Trainingsempfehlung, Start- und Abschlusstestung	20er Block fitmom-Gruppencoaching	
FITNESSWELT St. Lorenzen im Müürztal	6 Monate Mitgliedschaft inkl. Einführungstraining, Trainingsempfehlung, Kursprogramm und Wellnessbereich sowie Elektrolytgetränke & Kaffee		
frischluft fitness world	8 Online-Personalcoachings inkl. Einführungstraining (50 Min.) und Folgetrainings (25 Min.), Trainingsplanung. Voller Zugang zur frischluft-App.	9 Monate Mitgliedschaft Outdoor-Gruppenkurs (60 Min.) im Raum Salzburg, Tennengau & Flachgau. Voller Zugang zur frischluft-App.	12 Monate Mitgliedschaft Online-Gruppenkurs (25 Min.) Voller Zugang zur frischluft-App.
Gesundheitswelt Spittal	6 Monate Mitgliedschaft inkl. Einführungstraining, Wellness und Kursprogramm	3 Monate Mitgliedschaft inkl. 6 Personal Training, Wellness und Kursprogramm	
GÖllners - Einfach. Besser. Trainieren.	6 Monate Mitgliedschaft inkl. Kursprogramm, Wellnessbereich und Einführungstraining		
ilushn - more than sports Markus Luschin	6 Einheiten Einzelcoaching/Personaltraining inkl. Auftragsklärung und Abschlussanalyse sowie Trainingsempfehlung		
imEinklang DI Irmgard Käfer	6 Einheiten Personaltraining (50 Min.) inkl. Zielvereinbarungs- und Evaluierungsgespräch		
Institut "Der Aufrechte Gang" Eva Laggner	6 Einheiten Einzelcoaching zum Thema Personal Training (60 Min.) inkl. Start- und Abschlussanalyse	20 er Block Gruppencoaching zum Thema Fitness und Bewegung	
Iss Dich Fit Julia Emberger	6 Einheiten Ernährungsberatung (online möglich) inkl. Erstberatung (60 Min.) und Ernährungsplan, 4 Folgeberatungen (25 Min.), Abschlussberatung		
Jana Glaninger BSc	5 Einheiten Personaltraining (60 Min.) im John Reed Schottentor (inkl. Eintritt und Wellnessbereich)		

John Harris Fitness Atrium City Center	6 Monate Mitgliedschaft inkl. Kursprogramm, Wellnessbereich und Einführungstraining	3 Monate Mitgliedschaft inkl. Kursprogramm, Wellnessbereich + 6 Einheiten Personaltraining inkl. Trainingsplan, Körpermessungen		
John Harris Fitness DC Tower	6 Monate Mitgliedschaft inkl. Kursprogramm, Wellnessbereich und Einführungstraining	3 Monate Mitgliedschaft inkl. Kursprogramm, Wellnessbereich + 6 Einheiten Personaltraining inkl. Trainingsplan, Körpermessungen		
John Harris Fitness Donaupark Linz	6 Monate Mitgliedschaft inkl. Kursprogramm, Wellnessbereich und Einführungstraining	3 Monate Mitgliedschaft inkl. Kursprogramm, Wellnessbereich + 6 Einheiten Personaltraining inkl. Trainingsplan, Körpermessungen		
John Harris Fitness Hauptbahnhof	6 Monate Mitgliedschaft inkl. Kursprogramm, Wellnessbereich und Einführungstraining	3 Monate Mitgliedschaft inkl. Kursprogramm, Wellnessbereich + 6 Einheiten Personaltraining inkl. Trainingsplan, Körpermessungen		
John Harris Fitness Margaretentplatz	6 Monate Mitgliedschaft inkl. Kursprogramm, Wellnessbereich und Einführungstraining	3 Monate Mitgliedschaft inkl. Kursprogramm, Wellnessbereich + 6 Einheiten Personaltraining inkl. Trainingsplan, Körpermessungen		
John Harris Fitness Schillerplatz	6 Monate Mitgliedschaft inkl. Kursprogramm, Wellnessbereich und Einführungstraining	3 Monate Mitgliedschaft inkl. Kursprogramm, Wellnessbereich + 6 Einheiten Personaltraining inkl. Trainingsplan, Körpermessungen		
John Harris Fitness Sofiensäle	6 Monate Mitgliedschaft inkl. Kursprogramm, Wellnessbereich und Einführungstraining	3 Monate Mitgliedschaft inkl. Kursprogramm, Wellnessbereich + 6 Einheiten Personaltraining inkl. Trainingsplan, Körpermessungen		
John Harris Fitness Thalia Graz	6 Monate Mitgliedschaft inkl. Kursprogramm, Wellnessbereich und Einführungstraining	3 Monate Mitgliedschaft inkl. Kursprogramm, Wellnessbereich + 6 Einheiten Personaltraining inkl. Trainingsplan, Körpermessungen		
John Harris Fitness Uniqa Tower	6 Monate Mitgliedschaft inkl. Kursprogramm, Wellnessbereich und Einführungstraining	3 Monate Mitgliedschaft inkl. Kursprogramm, Wellnessbereich + 6 Einheiten Personaltraining inkl. Trainingsplan, Körpermessungen		
Kraftquelle Fitness	6 Monate Mitgliedschaft inkl. Einführungstraining und Kursprogramm			
LadyFit Gleisdorf	6 Monate Mitgliedschaft inkl. Einführungstraining, Trainingsplanung, Körpermessungen, Circle Training, u.v.m.			
LadyFit Graz St. Leonhard	6 Monate Mitgliedschaft inkl. Einführungstraining, Trainingsplanung, Körpermessungen, Circle Training, u.v.m.	3 Monate Mitgliedschaft + 3 Einheiten Personaltraining (60 Min.) inkl. individueller Zielsetzung, Trainingsplanung und -betreuung	7 Einheiten Personaltraining (60 Min.) inkl. Körpermessungen, individuelle Zielsetzung, Trainingsplanung und -betreuung, u.v.m.	3 Monate Mitgliedschaft + individuelles Ernährungskonzept & Betreuung über 14 Wochen

LadyFit Graz Straßgang	6 Monate Mitgliedschaft inkl. Einführungstraining, Trainingsplanung, Körpermessungen, Circle Training, u.v.m.	3 Monate Mitgliedschaft + 3 Einheiten Personaltraining (60 Min.) inkl. individueller Zielsetzung, Trainingsplanung und -betreuung	3 Monate Mitgliedschaft + individuelles Ernährungskonzept & Betreuung über 14 Wochen	
LadyFit Neunkirchen	6 Monate Mitgliedschaft inkl. Einführungstraining, Trainingsplanung, Körpermessungen, Circle Training, u.v.m.	3 Monate Mitgliedschaft + 3 Einheiten Personaltraining (60 Min.) inkl. individueller Zielsetzung, Trainingsplanung und -betreuung	3 Monate Mitgliedschaft + individuelles Ernährungskonzept & Betreuung über 14 Wochen	
Lifestyle Fitness Bruck	6 Monate Mitgliedschaft inkl. Einführungstraining, Kursprogramm und Wellnessbereich	6 Einheiten Personaltraining, inkl. Tageseintritte, Start- und Abschlusstestung, Trainingsempfehlung		
Lifestyle Fitness Knittelfeld	6 Monate Mitgliedschaft inkl. Einführungstraining, Kursprogramm und Wellnessbereich	6 Einheiten Personaltraining, inkl. Tageseintritte, Start- und Abschlusstestung, Trainingsempfehlung	20 Einheiten (10 Min.) im Vitalcenter zur Aerosoltherapie (z.B. für Asthma, Allergien, Hautproblemen, Leistungssteigerung,...)	20 Einheiten (28 Min.) am EMP-Chair für Beckenbodentraining
Lifestyle Fitness Liezen	6 Monate Mitgliedschaft inkl. Einführungstraining, Kursprogramm und Wellnessbereich	6 Einheiten Personaltraining, inkl. Tageseintritte, Start- und Abschlusstestung, Trainingsempfehlung	20 Einheiten (10 Min.) im Vitalcenter zur Aerosoltherapie in der Zirbenholzkabine	20 Einheiten (28 Min.) am EMP-Chair für Beckenbodentraining
Lifestyle Fitness Oberaich	6 Monate Mitgliedschaft inkl. Einführungstraining, Kursprogramm und Wellnessbereich	6 Einheiten Personaltraining, inkl. Tageseintritte, Start- und Abschlusstestung, Trainingsempfehlung		
Lifestyle Fitness St. Lorenzen	6 Monate Mitgliedschaft inkl. Einführungstraining, Kursprogramm und Wellnessbereich	6 Einheiten Personaltraining, inkl. Tageseintritte, Start- und Abschlusstestung, Trainingsempfehlung		
Mag. Katharina Bruner - Ernährungswissenschaftlerin und Darmgesundheitsberaterin	6 Einheiten Ernährungsberatung (online möglich) inkl. Erstberatung (60 Min.) und Ernährungsplan, 4 Folgeberatungen (25 Min.), Abschlussberatung	Paket "Darmgesundheit" inkl. Erstberatung (60 Min.), Mikrobiomtest, Folgeberatung, Befundbesprechung, Ernährungsempfehlung		
Mag. Martina Fellner - Ernährungswissenschaftlerin	6 Einheiten Ernährungsberatung (online möglich) inkl. Erstberatung (60 Min.) und Ernährungsplan, 4 Folgeberatungen (25 Min.), Abschlussberatung			
Martin Kantner - Dipl. Gesundheits- u. Fitness Personaltrainer	5 Einheiten Personaltraining (50Min.) inkl. Start- und Abschlusstestung, Trainingsempfehlung.			
MavieMe Gesundheitstests	2 Test-Kits Ihrer Wahl			
Medical EMS Michael Neschwara MBA	6 Einheiten EMS-Personaltraining nach der Neschwara Methode (60 Min.) inkl. Start- und Abschlusstestung			
metra Health & Fitness Martin Erbschwendtner, MSc	6 Einheiten Personaltraining (60 Min.) inkl. Start- und Abschlusstestung, Trainingsplan			
My Yoga am Wallersee Manuela Koitz	6 Monate Mitgliedschaft inkl. Einführung und Begleitung	20er Block Gruppencoaching Yoga		
MyClubs	25 Sporteinheiten innerhalb von 24 Monaten bei allen			

	myClubs Sportanbietern in Österreich		
P.I.N. Fitness Halbenrain	6 Monate Mitgliedschaft "complete" inkl. Einführungstraining, Trainingsplan, Gruppenkurse (gültig in beiden Studios)	3 Monate Mitgliedschaft "basic" inkl. Einführungstraining, Trainingsplan, Gruppenkurse + 6 Einheiten Personaltraining	
P.I.N. Fitness Mureck	6 Monate Mitgliedschaft "complete" inkl. Einführungstraining, Trainingsplan, Gruppenkurse (gültig in beiden Studios)	3 Monate Mitgliedschaft "basic" inkl. Einführungstraining, Trainingsplan, Gruppenkurse + 6 Einheiten Personaltraining	
PRIVATE-TRAINING by burn-it just fitness	6 Einheiten Personaltraining inkl. Trainingsempfehlung, Start- und Abschlusstestung	6 Monate Mitgliedschaft im Fitnessstudio, inkl. Einführungstraining, Kursprogramm und Wellnessbereich	
Rainer Fitness- und Gesundheitsstudio	6 Monate Mitgliedschaft inkl. Einführungstraining und Kursprogramm		
Roland Wack Personaltraining	6 Einheiten Personaltraining inkl. Start- und Abschlusstestung	20er Block Gruppencoaching	
SALUS & FORMA	6 Monate Mitgliedschaft inkl. Einführungstraining, Testungen, Wellness und Kursprogramm		
Sebastian Haslinger - Fitnesscoaching	6 Einheiten Personaltraining inkl. Start- und Abschlusstestung	20er Block Kleingruppentraining	
Sighrrunning Salzburg	6 Personal-Lauftrainings inkl. Trainingsplanung und -steuerung	20er Block Lauftraining in der Gruppe	
S'KraftPlatzl Silvia Regina Buchegger	3 Monate Yoga Body&Mind inkl. 6 Einzelcoachings, Einführung und Begleitung, Unterlagen und Video	18er Block Gruppencoaching Yoga	
Sonnenrose Gabriele Alder	6 Einheiten Ernährungsberatung (60 Min.) inkl. Start- und Abschlussanalyse		
Sportfreund - Helfried Pirker	6 Einheiten Personaltraining (60 Min.) inkl. Trainingsempfehlung, Start- und Abschlusstestung		
SR-Sportbetreuung Robert Steinböck	6 Einheiten Personaltraining inkl. Start- und Abschlusstestung	20er Block Gruppencoaching	
Tanzschule Bibi Jung	6 Monate Mitgliedschaft (Semesterkurs) inkl. Einführung und Begleitung	20er Block Gruppencoaching Tanz	6 Einheiten (60 Min.) privates Tanztraining
Team Ernährung - Viktoria Guss & Eva-Maria Plz	6 Einheiten Ernährungsberatung inkl. Erstberatung (60 Min.) und Ernährungsplan, 3 Folgeberatungen (40 Min.), Abschlussberatung (40 Min.) sowie BIA-Messungen		
Thomas Hirt - Alexander-Technik in Wien West	10 Einheiten Personaltraining (40 Min.) inkl. Start- und Abschlusstestung		
TopStyle Fitnesscenter Leibnitz	6 Monate Mitgliedschaft inkl. Einführungstraining ("Fitness Club")	5 Monate Mitgliedschaft inkl. Einführungstraining ("Fitness Club" + "Ladies only"-Bereich und zugehörige Leistungen)	
VIBES FITNESS - Leechgasse	6 Monate VIBES Training inkl. Fitnesschecks		

VIBES FITNESS - Südtirolerplatz	6 Monate VIBES Training inkl. Fitnesschecks	
VITALCLUB Krems	6 Einheiten EMS-Personaltraining inkl. Start- und Abschlusstestung	20er Block EMS-Gruppencoaching
VITALCLUB Zwetl	6 Einheiten EMS-Personaltraining inkl. Start- und Abschlusstestung	20er Block EMS-Gruppencoaching
VitalPLUS Fitness- und Gesundheitszentrum	6 Monate Mitgliedschaft inkl. Kursprogramm, Wellnessbereich und Einführungstraining	3 Monate EMS Personaltraining (11 Einheiten), inkl. Einführungstraining, Trainingsplanung und -Begleitung sowie Trainingswäsche
weekly - assisted power training Rabitsch Personal Training GmbH,	6 Einheiten Personaltraining inkl. Trainingsempfehlung, Start- und Abschlusstestung	20er Block Gruppencoaching Fitness + Bewegung
xundigo Andrea Frühwald	6 Einheiten Ernährungsberatung inkl. laufende Betreuung per WhatsApp	

6. Assistance-Dienstleister

Europ Assistance Ges.m.b.H	24/7 Arztgespräch (max. 4x pro Jahr), z.B. Befundbesprechung, Rezeptausstellung...
Europ Assistance Ges.m.b.H	Assistance-Dienstleistung nach Spitalsaufenthalt (Unfall/akute Erkrankung) gemäß GAL-Verzeichnis