

# DER GESUNDHEITSHUNDERTER – EINE INITIATIVE DER SVA

Fitnesspaket ab 190 Euro  
abzügl. SVA Gesundheitshunderter\* 100 Euro  
Ihre Kosten ab 90 Euro



## WELLNESS PARK DER THERME OBERLAA-WIEN

**Paket 1: „3-Monats-Aktiv Programm“ Pauschalpreis: 350 Euro**

### Leistungen:

- Einzelberatung/Beratungsgespräch (30 Minuten):  
„Wie viel Bewegung ist genug?“ - Der Nutzen von körperlicher Bewegung
- Fit Check (Körperfettmessung, Gleichgewichtstest, Back Check  
manueller Muskelfunktionstest, submaximaler Ergometertest)
- Trainingsplanerstellung und Trainingseinschulung
- 3 Monate Training (Fitness, Aerobic) im Wellness Park



**Paket 2: „Well Check“ Pauschalpreis: 190 Euro**

### Leistungen:

- Einzelberatung/Arztgespräch
- schriftliches Testprotokoll, Trainingsplanerstellung und Beratungsgespräch
- Ruhe-EKG
- Bestimmung der Körperzusammensetzung (Körperfettanteil)
- Lungenfunktionstest (Spirometrie)
- manueller Muskelfunktionstest
- MFT-Gleichgewichtstest
- Ärztlich überwachter maximaler Belastungstest (Belastungs-EKG)
- Einschulung an den Kraft- bzw. Cardiogeräten

*Die Leistungen werden von Ärzten, Sportwissenschaftlern und Diplomtrainern erbracht.*

**WELLNESS PARK OBERLAA / A-1100 Wien, Kurbadstraße 16**

**Telefon: (+43) 01/68 009 9780 / Fax: (+43) 01/68 009 9788**

**e-mail: [irmgard.derka@oberlAA.at](mailto:irmgard.derka@oberlAA.at)**

\* Nach Vorlage der Rechnung und einer Zahlungsbestätigung erhalten Sie von der SVA 100 Euro refundiert.  
**Nähere Informationen zu den Voraussetzungen für den SVA-Gesundheitshunderter entnehmen Sie bitte unserem Informationsblatt!**  
Benutzen Sie für Ihren Antrag bitte unser Antragsformular.