

Medical Center Altaussee

UNSER ANGEBOT FÜR IHRE GESUNDHEIT



VIVAMAYR

WO ALTES
WISSEN AUF
MODERNE
WISSENSCHAFT
TRIFFT,
BEGINNT IHR
NEUES LEBEN.



Ihre Reise zu langfristiger Gesundheit beginnt bei VIVAMAYR Altaussee. Das Haus liegt an einem besonderen Ort: Ruhe und Gleichgewicht haben hier eine Heimat gefunden.

Die Reinheit des Altausseer Sees und die unberührte Bergwelt in der Umgebung aktivieren Körper und Geist.

INHALT

/ LANGFRISTIG GESUND	S . 05
/ MEDIZINISCHE PROGRAMME IM ÜBERBLICK	S . 06
/ CLASSIC PROGRAMM	S . 08
/ ACTIVE DETOX PROGRAMM	S . 10
/ STRESS CONTROL PROGRAMM	S . 12
/ IMMUN BOOST PROGRAMM	S . 16
/ WEIGHT CARE PROGRAMM	S . 18
/ DIAGNOSTIK VOR ANREISE	S . 20
/ MEDIZINISCHE ANWENDUNGEN	S . 22
/ VIVAMAYR ALS LANGFRISTIGER BEGLEITER	S . 26
/ KOSMETISCHE BEHANDLUNGEN	S . 28
/ ZIMMER UND LEISTUNGEN	S . 32
/ ZAHLUNGSBEDINGUNGEN	S . 34



/ Langfristig gesund mit VIVAMAYR

MEDIZINISCHE PHILOSOPHIE

Nur bei VIVAMAYR erhalten Sie eine zu 100% auf Ihre individuellen Bedürfnisse zugeschnittene medizinische Behandlung. Finden Sie mit unseren maßgeschneiderten und individuellen Therapieprogrammen zu einer neuen Lebensqualität und langfristiger Gesundheit.

Mit der Wahl eines unserer medizinischen Programme entscheiden Sie sich für Ihren persönlichen Therapieschwerpunkt. Es stehen eine Vielzahl an Therapien zur Verfügung. Dank der Anfangsuntersuchung mit dem Arzt und mit Hilfe umfassender Diagnostik entwickeln wir Ihr ganz persönliches Therapieprogramm mit vitalisierenden und entspannenden Anwendungen, die Ihre Potentiale optimal fördern.

Alle Therapien werden zu 100% auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt. Ihr persönlicher Therapieablauf wird erst bei der ärztlichen Anfangsuntersuchung gemeinsam mit Ihnen besprochen und festgelegt.

MEDIZINISCHE PROGRAMME

Aufbau der VIVAMAYR Medizinprogramme



AB 1 WOCHEN

Die ersten Schritte in Richtung besserer Gesundheit führen zu einer Anregung des Stoffwechsels, sowie zu einer ersten und intensiven Ausleitung von Giftstoffen aus dem Körper.

2 WOCHEN UND MEHR

Wir empfehlen einen Aufenthalt von mindestens 2 Wochen. Eine Routine zur nachhaltigen Verbesserung der Gesundheit entwickelt sich. Die vertiefende Erfahrung ermöglicht eine nachhaltige Regeneration und einen langandauernden Effekt.

Ab 3 Wochen ist eine tiefgreifende vegetative Umstellung möglich. Auch ist für die Behandlung verschiedener Erkrankungen eine Behandlung von 3 Wochen oder mehr erforderlich.

/ Medizinische Programme im Überblick

CLASSIC Das VIVAMAYR Classic Programm ist eine solide Wahl für langfristige Gesundheit.



1 Woche exkl. Unterkunft	ab	2.145
2 Wochen exkl. Unterkunft	ab	3.705

ACTIVE DETOX Das Active Detox Programm entlastet Ihren Körper und macht eine spürbare und nachhaltige Regeneration möglich.



1 Woche exkl. Unterkunft	ab	2.590
2 Wochen exkl. Unterkunft	ab	4.465

STRESS CONTROL Mithilfe des VIVAMAYR Stress Control Programms lernen Sie, effektiver mit Stress-Situationen umzugehen.



1 Woche exkl. Unterkunft	ab	3.550
2 Wochen exkl. Unterkunft	ab	5.740

IMMUN BOOST Das VIVAMAYR Immunboost Programm stärkt und aktiviert Ihr Immunsystem und macht Sie somit widerstandsfähiger gegen Infektions-Erkrankungen.



1 Woche exkl. Unterkunft	ab	2.630
2 Wochen exkl. Unterkunft	ab	4.555

WEIGHT CARE Das VIVAMAYR Weight Care Programm begleitet Sie zu Ihrem Idealgewicht auf gesunde, ausgewogene und nachhaltige Weise.



1 Woche exkl. Unterkunft	ab	3.240
2 Wochen exkl. Unterkunft	ab	6.060

MEDIZINISCHE BASISLEISTUNGEN



ÄRZTLICHE BETREUUNG

Am Beginn steht eine umfassende klinische Untersuchung, damit unsere Ärzte ein ganzheitliches Bild Ihres aktuellen Gesundheitszustandes erhalten.



ERNÄHRUNGS- BERATUNG

Ein zentrales Element ist die konsequente Einhaltung Ihrer persönlichen Ernährungsrichtlinien. Ein persönlicher Ernährungsplan hilft bei der Integration in den Alltag.



DIAGNOSTISCHE VERFAHREN

Eine Vielzahl an Tests weisen uns den Weg welche Behandlungen in welchem Ausmaß für Sie hilfreich sind.

INDIVIDUELLE THERAPIEN NACH SCHWERPUNKTEN



ENTGIFTUNG DES KÖRPERS

Die Ausleitung von Giftstoffen zur Entlastung des Stoffwechsels führt zu mehr Energie und Vitalität und steuert gleichzeitig Krankheiten entgegen.



AKTIVIERUNG DER IMMUNABWEHR

VIVAMAYR bietet kräftigende Therapien an, welche die Stärkung und Aktivierung der körpereigenen Immunabwehr besonders fördern.



UMFASSENDE TESTS

Ihr VIVAMAYR Arzt wird Sie vor Ort über weiterführende Testmöglichkeiten beraten.



MÄNGEL REGULIEREN

Der rascheste Weg um Mängel zu regulieren erfolgt intravenös. Unsere gezielten Infusionen gleichen mögliche Mineralstoff- und Vitamin-Dysbalancen aus.



BALANCE HERSTELLEN

Blockaden im Körper verursachen Schmerzen, Entzündungen und Unwohlsein. Wir finden Störfelder und lösen diese auf.



MENTALE STÄRKE

Neben der körperlichen Reinigung spielt auch das emotionale Entgiften eine wichtige Rolle für Ihre langfristige Gesundheit.



BEWEGLICHKEIT & FITNESS

Mit gezielten bewegungstherapeutischen Einheiten werden Blockaden im Bewegungsapparat und falsche Bewegungsmuster korrigiert.



ENTSPANNUNG & REGENERATION

Unsere Therapien fördern die Fähigkeit sich zu entspannen und machen die optimale Regeneration von Körper und Geist möglich.



GEWICHTS- OPTIMIERUNG

Durch die Stoffwechsellumstellung in der VIVAMAYR Therapie kommt es zu einer nachhaltigen Gewichtsregulierung.

/ Classic im Detail

BASIS IHRES WOHLBEFINDENS

Das VIVAMAYR Classic Programm als Basis Ihres Wohlbefindens.

Unser bewährtes VIVAMAYR Classic Programm ist die Basis eines jeden Aufenthalts und das individuellste aller Programme. Denn so einzigartig wie Ihr Körper und Ihre Ziele ist auch das Programm, das wir für Sie zusammenstellen. Es beinhaltet die notwendige ärztliche Betreuung und verschiedene Tests sowie Behandlungen. Bei der Anfangsuntersuchung werden die zusätzlichen Therapien definiert, die für Ihr persönliches Wohlbefinden und Ihre Gesundheit notwendig sind. So sind Sie am richtigen Weg zu Ihrem neuen Leben voller Leichtigkeit, Zuversicht und Stärke.

MEHR LEBENSQUALITÄT

So fühlt sich Ihr neuer Lebensstil an.

mental und
körperlich
gestärkt

voller neuer
Perspektiven

leicht, frei
und klar

vital und
energetisiert

WISSENSCHAFTLICH ERWIESEN

So wirkt Classic in Ihrem Körper

Alle Prozesse und Behandlungen bei VIVAMAYR zielen darauf ab, Ihren Körper von innen zu reinigen. Dabei kommen verschiedene Therapien und Methoden zum Einsatz, durch die Erneuerung stattfindet. Die Autophagie ist zum Beispiel ein Selbstreinigungsprozess der Zelle, der durch Nahrungsrestriktion ausgelöst wird. Fehlerhafte oder nicht mehr benötigte Zellbestandteile werden abgebaut und verwertet. Der Organismus wird widerstandsfähiger gegen mögliche Gewichtszunahme bei hochkalorischer Diät, Organverfettung und Diabetes mellitus.

Studie: Autophagy Counteracts Weight Gain, Lipotoxicity and Pancreatic β -Cell Death Upon Hypercaloric Pro-Diabetic Regimens Fernández et al.

MINDESTPREIS GESAMTPROGRAMM

1 Woche	ab	€ 2.145
2 Wochen	ab	€ 3.705

Die genaue Art und Anzahl der Therapien werden von Ihrem Arzt individuell nach Ihren persönlichen Bedürfnissen definiert und verrechnet.

Dauer: ab 7 Tagen; Preis excl. Unterkunft. Nahrungsergänzungsmittel, Medikamente und spezielle Labortests werden separat verrechnet.

Endpreis richtet
sich nach Ihrem
individuellen
Therapieplan

Das **VIVAMAYR Classic Programm** umfasst eine Vielzahl an Untersuchungen und Behandlungen, die Ihnen eine fundierte Basis für Ihren VIVAMAYR Aufenthalt bieten. Neben den Basisleistungen werden die Therapien individuell für Sie zusammengesetzt. Das VIVAMAYR Classic Programm ist wie folgt aufgebaut:

**UNSERE
BASISLEISTUNGEN**

- / Ärztliche Anfangsuntersuchung
- / Funktionelle Myodiagnostik
- / Ärztlich manuelle Bauchbehandlungen
- / Ärztliche Abschlussuntersuchung
- / Ernährungsberatung
- / Säure-Basen-Mineralstoffanalyse
- / Messung von freien Radikalen
- / Ruhestoffwechselformung
- / Urinuntersuchung
- / Individuelle basische Diät
- / Gruppenaktivitäten
- / Medizinische Vorträge

**INDIVIDUELLE
THERAPIEN**

- / Bewegungstraining
- / BIA - Bioimpedanzanalyse
- / Cryo Therapie
- / Elektrolysefußbad
- / Inhalationen - Salin Air
- / Leberwickel
- / Therapie-Massage
- / Wärmebett Behandlung mit Heilssole, Moor od. Algen

	1 WOCHEN Anregung des Stoffwechsels	2 WOCHEN signifikante Ergebnisse
	1	1
	1	1
	3	8
	1	1
	1	1
	1	1
	1	1
	1	1
	1	1
	✓	✓
	✓	✓
	✓	✓
<p>INDIVIDUELL AUF SIE ABGESTIMMT</p> <p>Aus diesen Therapien wählt der Arzt die Art und Anzahl jener Behandlungen aus, die für Sie notwendig sind. Ihr persönlicher Therapieplan wird somit individuell an Ihre Bedürfnisse angepasst.</p>		
	1 Woche ab	2 Wochen ab
	€ 2.145	€ 3.705

/ Active Detox im Detail

ENTGIFTUNG DURCH ACTIVE DETOX

Dem Körper Freiheit und Stärke geben.

Das neue VIVAMAYR Active Detox Programm bewirkt Entgiftung von Körper und Geist. Dadurch werden Sie und Ihr gesamter Organismus leistungsfähiger. Ihr Körper lernt, effektiver mit Schadstoffen umzugehen. Reserven werden wieder spürbar und sind leichter abzurufen Ihr allgemeines Wohlbefinden und Ihre Energie erleben eine echte Steigerung. Die Inhalte des ein- bis mehrwöchigen Programms basieren auf anerkannten medizinischen Therapie- und speziellen, wissenschaftlich erprobten Behandlungsmethoden, die unser Ärzteteam über mehrere Jahre entwickelt haben. Die positive Wirkungsweise der eingesetzten Therapien ist durch diverse medizinische Studien bewiesen.

MEHR LEBENSQUALITÄT

So fühlt sich Ihr neuer Lebensstil an.

entgiftet, vital, fit
und energetisiert

von Müdigkeit
befreit

mobiler und
dynamischer

leicht
und frei

WISSENSCHAFTLICH ERWIESEN

So wirkt Active Detox in Ihrem Körper

Durch Darmreinigung und Rhythmisierung der Darmfunktion wird das Wohlbefinden gesteigert. Jeder Körper hat ein genetisch angelegtes Programm, um Giftstoffe aus der Zelle zu recyceln, abzubauen und auszuschleiden. Damit wird der naturheilkundliche Ansatz des Entgiftens wissenschaftlich untermauert. Ein Aufenthalt bei VIVAMAYR stimuliert diesen Prozess der Selbstreinigung durch individuelles Fasten auf ideale Weise.

Studie: Autophagie - Nobel Preis 2016, Takeshige, K., Baba, M., Tsuboi, S., Noda, T. and Ohsumi, Y. (1992).
Journal of Cell Biology 119, 301-311

MINDESTPREIS GESAMTPROGRAMM

1 Woche	ab	€ 2.590
2 Wochen	ab	€ 4.465

Die genaue Art und Anzahl der Therapien werden von Ihrem Arzt individuell nach Ihren persönlichen Bedürfnissen definiert und verrechnet.

Dauer: ab 7 Tagen; Preis excl. Unterkunft. Nahrungsergänzungsmittel, Medikamente und spezielle Labortests werden separat verrechnet.



Das **VIVAMAYR Active Detox Programm** entlastet Ihren Körper und macht eine spürbare und nachhaltige Regeneration möglich. Neben den Basisleistungen werden die Therapien individuell für Sie zusammengesetzt. Das VIVAMAYR Active Detox Programm ist wie folgt aufgebaut:

		1 WOCHE Gründliche Entgiftung	2 WOCHE Regeneration verstärken
UNSERE BASISLEISTUNGEN	/ Ärztliche Anfangsuntersuchung	1	1
	/ Funktionelle Myodiagnostik	1	1
	/ Ärztlich manuelle Bauchbehandlungen	3	8
	/ Ärztliche Abschlussuntersuchung	1	1
	/ Ernährungsberatung	1	1
	/ Säure-Basen-Mineralstoffanalyse	1	1
	/ Messung von freien Radikalen	1	1
	/ Ruhestoffwechselformung	1	1
	/ Urinuntersuchung	1	1
	/ Individuelle basische Diät	✓	✓
	/ Gruppenaktivitäten	✓	✓
	/ Medizinische Vorträge	✓	✓
INDIVIDUELLE THERAPIEN	/ Bewegungstraining		
	/ BIA - Bioimpedanzanalyse		
	/ Colonhydrotherapie		
	/ Cranio Sacral - Therapie		
	/ Cryo Therapie		
	/ Elektrolysebad		
	/ IHHT - Hypoxytraining		
	/ Inhalationen - Salin Air		
	/ Körperarbeit / Entspannungstechnik		
	/ Leberwickel		
	/ Osteopathie		
	/ Rödern		
	/ Therapie-Massage		
/ Wärmebett Behandlung mit Heilsole, Moor od. Algen			
/ Yoga			
		INDIVIDUELL AUF SIE ABGESTIMMT	
		Aus diesen Therapien wählt der Arzt die Art und Anzahl jener Behandlungen aus, die für Sie notwendig sind. Ihr persönlicher Therapieplan wird somit individuell an Ihre Bedürfnisse angepasst.	
		1 Woche ab € 2.590	2 Wochen ab € 4.465

/ Stress Control im Detail

DEN STRESS
IM GRIFF

Leistungsfähiger durch VIVAMAYR Stress Control

Mit dem neuen VIVAMAYR Stress Control Programm schaffen Sie es, alltägliche Belastungen besser zu bewältigen und Ihre Leistungsfähigkeit zu stärken. Es hilft dem Körper effektiver mit Stress-Situationen umzugehen, baut notwendige Reserven auf und vermittelt erprobte mentale Stress-Management Techniken. Die positive Wirkungsweise der eingesetzten Therapien ist durch diverse medizinische Studien bewiesen.

MEHR
LEBENSQUALITÄT

So fühlt sich Ihr neuer Lebensstil an.

klar, mental & körperlich gestärkt, belastbar	bereit für kommende Herausforderungen	energetisiert & frei von alten Belastungen	achtsam Ihren Bedürfnissen gegenüber
---	---------------------------------------	--	--------------------------------------

WISSENSCHAFTLICH
ERWIESEN

So wirkt Stress Control in Ihrem Körper

Belastungssituationen werden im Körper immer gleich beantwortet. Egal ob die Belastung selbst körperlicher, emotionaler oder mentaler Art ist: Durch Mineralstoffmobilisation und Ausgleich im Säure Basen Haushalt muss das Gleichgewicht hergestellt werden. Die Art und Intensität der Mineralstoffveränderung ist direkter Ausdruck der individuellen Belastung und psychischer Widerstandsfähigkeit. Sie ist auch Grundlage für das therapeutische Vorgehen. Zum Beispiel als Infusion zur Unterstützung der Nebenniere.

Studie: The effects of antioxidative treatment upon electrolyte and metabolic reactions of a chronically stressed group Prof. Dr. Harald Stossier, Univ.-Prof. Dr. Sepp Porta, Dr. Harald Gell, Dr. Josef Porta und Dr. Klaus Kisters.

MINDESTPREIS
GESAMTPROGRAMM

1 Woche	ab	€ 3.550
2 Wochen	ab	€ 5.740

Die genaue Art und Anzahl der Therapien werden von Ihrem Arzt individuell nach Ihren persönlichen Bedürfnissen definiert und verrechnet.

Dauer: ab 7 Tagen; Preis excl. Unterkunft. Nahrungsergänzungsmittel, Medikamente und spezielle Labortests werden separat verrechnet.

Endpreis richtet sich nach Ihrem individuellen Therapieplan

Mithilfe des **VIVAMAYR Stress Control Programms** lernen Sie, effektiver mit Stress-Situationen umzugehen. Neben den Basisleistungen werden die Therapien individuell für Sie zusammengesetzt. Das VIVAMAYR Stress Control Programm ist wie folgt aufgebaut:

**UNSERE
BASISLEISTUNGEN**

- / Ärztliche Anfangsuntersuchung
- / Funktionelle Myodiagnostik
- / Ärztlich manuelle Bauchbehandlungen
- / Ärztliche Abschlussuntersuchung
- / Ernährungsberatung
- / Säure-Basen-Mineralstoffanalyse
- / Messung von freien Radikalen
- / Ruhestoffwechselformung
- / Urinuntersuchung
- / Individuelle basische Diät
- / Gruppenaktivitäten
- / Medizinische Vorträge

**INDIVIDUELLE
THERAPIEN**

- / Atemtraining
- / Cranio Sacral - Therapie
- / Körperarbeit / Entspannungstechnik
- / Leberwickel
- / Osteopathie
- / Psychotherapie / Mentaltraining
- / Shiatsu / Watsu
- / Stress Balance
- / Stress Test
- / Therapie - Massage
- / Wärmebettbehandlung
- / Yoga

	1 WOCHEN Erholung und Regeneration	2 WOCHEN vertiefende Erfahrung
	1	1
	1	1
	3	8
	1	1
	1	1
	1	1
	1	1
	1	1
	✓	✓
	✓	✓
	✓	✓
INDIVIDUELL AUF SIE ABGESTIMMT		
Aus diesen Therapien wählt der Arzt die Art und Anzahl jener Behandlungen aus, die für Sie notwendig sind. Ihr persönlicher Therapieplan wird somit individuell an Ihre Bedürfnisse angepasst.		
	1 Woche	2 Wochen
	ab	ab
	€ 3.550	€ 5.740





/ Immun Boost im Detail

DAS IMMUNSYSTEM
STARK MACHEN

Gezielte Stärkung und Aktivierung des Immunsystems. Widerstandsfähiger durch VIVAMAYR Immun Boost.

Das neue VIVAMAYR Immun Boost Programm sorgt für Stärkung und Aktivierung Ihres Immunsystems. Es hilft dem Körper effektiver auf virale, bakterielle und parasitäre Bedrohungen reagieren zu können, und macht Sie widerstandsfähiger gegen Infektions-Erkrankungen. Die Inhalte des mehrwöchigen Programms basieren auf speziellen, wissenschaftlich erprobten Behandlungsmethoden, die unser Ärzteteam über mehrere Jahre entwickelt hat.

MEHR
LEBENSQUALITÄT

So fühlt sich Ihr neuer Lebensstil an.

widerstandsfähiger gegen Infektionen aller Art	körperlich und mental gestärkt	motiviert für einen gesünderen Lebensstil	vital und aktiv
--	--------------------------------------	---	--------------------

WISSENSCHAFTLICH
ERWIESEN

So wirkt Immun Boost in Ihrem Körper

In einer neuen Studie an der Charité Berlin wurde nachgewiesen, dass die Virusvermehrung von mit COVID-19 infizierten Zellen um bis zu 85% gesenkt wird, sobald sich der Zellerneuerungsprozess (Autophagie) einstellt. Bei der Autophagie bauen gesunde Zellen schädlichen Abfall ab, ein Prozess, der im Mittelpunkt jeder VIVAMAYR Therapie steckt. Das Immunsystem wird langfristig gestärkt und kann somit besser mit Infektionen fertig werden.

Studie: Autophagie und Covid 19, Dr. Nils C. Gassen von der Universität Bonn,
Prof. Dr. Christian Drosten und Dr. Marcel Müller von der Berliner Charité

MINDESTPREIS
GESAMTPROGRAMM

1 Woche	ab	€ 2.630
2 Wochen	ab	€ 4.555

Die genaue Art und Anzahl der Therapien werden von Ihrem Arzt individuell nach Ihren persönlichen Bedürfnissen definiert und verrechnet.

Dauer: ab 7 Tagen; Preis excl. Unterkunft. Nahrungsergänzungsmittel,
Medikamente und spezielle Labortests werden separat verrechnet.



Mit dem **VIVAMAYR Immun Boost Programm** stärken Sie Ihr Immunsystem, um vor jeglichen Infektionen optimal geschützt zu sein. Neben den Basisleistungen werden die Therapien individuell für Sie zusammengesetzt. Das VIVAMAYR Immun Boost Programm ist wie folgt aufgebaut:

		1 WOCHE Aktivierung des Immunsystems	2 WOCHEN Langfristige Stärkung
UNSERE BASISLEISTUNGEN	/ Ärztliche Anfangsuntersuchung	1	1
	/ Funktionelle Myodiagnostik	1	1
	/ Ärztlich manuelle Bauchbehandlungen	3	8
	/ Ärztliche Abschlussuntersuchung	1	1
	/ Ernährungsberatung	1	1
	/ Säure-Basen-Mineralstoffanalyse	1	1
	/ Messung von freien Radikalen	1	1
	/ Ruhestoffwechselformung	1	1
	/ Urinuntersuchung	1	1
	/ Individuelle basische Diät	✓	✓
	/ Gruppenaktivitäten	✓	✓
	/ Medizinische Vorträge	✓	✓
	INDIVIDUELLE THERAPIEN	/ Aquagymnastik	
/ Atemtraining			
/ Bewegungstraining			
/ BIA - Bioimpedanzanalyse			
/ Colonhydrotherapie			
/ Cryo Therapie			
/ Elektrolysebad			
/ Erstellung Trainingsprogramm			
/ IHHT - Hypoxytraining			
/ Inhalationen - Salin Air			
/ Infusionen			
/ Körperarbeit / Entspannungstechnik			
/ Leberwickel			
/ Liebscher & Bracht / Chirotherapie			
/ Osteopathie			
/ Psychotherapie / Coaching			
/ Unterwasserfahrrad			
/ Rödern			
/ Shiatsu / Watsu			
/ Therapie-Massage			
/ Wärmebett Behandlung mit Heilssole, Moor od. Algen			
/ Yoga			
INDIVIDUELL AUF SIE ABGESTIMMT			
Aus diesen Therapien wählt der Arzt die Art und Anzahl jener Behandlungen aus, die für Sie notwendig sind. Ihr persönlicher Therapieplan wird somit individuell an Ihre Bedürfnisse angepasst.			
		1 Woche ab	2 Wochen ab
		€ 2.630	€ 4.555

/ Weight Care im Detail

LEICHTER UND
FREIER FÜHLEN

Ausgeglichen zum optimalen Gewicht.

Der Weg zum Wohlfühl-Körper beginnt mit VIVAMAYR. Das Ziel unseres Weight Care Programms ist es, gemeinsam mit Ihnen den Weg zum idealen Gewicht zu finden. Im Zuge der wissenschaftlich fundierten Anfangsuntersuchung erkennen wir, wo Potentiale bestehen.

Um Sie beim Erreichen Ihres Idealgewichts zu unterstützen, stellen wir ein Therapieprogramm für Sie zusammen, das Ihren Körper optimal fördert: Eine Kombination von ärztlicher Betreuung, nachhaltiger Ernährungsberatung und vieler Therapien, die Ihre Aktivität, Beweglichkeit und Selbstheilungskräfte mobilisieren. Bei uns erlernen Sie viele neue Gewohnheiten, die sich positiv auf Ihr Wohlbefinden und Ihr Gewicht auswirken. Nach Ihrem Aufenthalt begleiten wir Sie natürlich weiter auf Ihrem Weg, damit Sie das Erreichte auch bewahren.

NEUE
BEWEGLICHKEIT
UND KRAFT

So fühlt sich Ihr neuer Lebensstil an.

schlank und vital	beweglich und aktiv	leicht und stark	selbstbewusst und sicher
----------------------	------------------------	---------------------	-----------------------------

WISSENSCHAFTLICH
ERWIESEN

So wirkt Weight Care in Ihrem Körper

Fasten hilft, die Autophagie (Selbstreinigung der Zellen) im Körper anzukurbeln. Dadurch kommt es zu einem deutlichen Gewichtsverlust. Weiters belegt die Studie signifikante Erfolge bei der Krankheitsprävention - insbesondere bei Adipositas (Fettleibigkeit) und Diabetes.

Studie: Autophagy counteracts weight gain, lipotoxicity and pancreatic β -cell death upon hypercaloric pro-diabetic regimens Fernández et al.

MINDESTPREIS
GESAMTPROGRAMM

1 Woche	ab	€ 3.240
2 Wochen	ab	€ 6.060

Die genaue Art und Anzahl der Therapien werden von Ihrem Arzt individuell nach Ihren persönlichen Bedürfnissen definiert und verrechnet.

Dauer: ab 7 Tagen; Preis excl. Unterkunft, Nahrungsergänzungsmittel, Medikamente und spezielle Labortests werden separat verrechnet.

Endpreis richtet
sich nach Ihrem
individuellen
Therapieplan

Das **VIVAMAYR Weight Care Programm** hat Gewichthsoptimierung zum Ziel und besteht aus einem fixen und variablen Teil. Neben den Basisleistungen werden die Therapien individuell für Sie zusammengesetzt. Das VIVAMAYR Weight Care Programm ist wie folgt aufgebaut:

		1 WOCH Anregung des Stoffwechsels	2 WOCHEN nachhaltige Ergebnisse	
UNSERE BASISLEISTUNGEN	/ Ärztliche Anfangsuntersuchung	1	1	
	/ Funktionelle Myodiagnostik	1	1	
	/ Ärztlich manuelle Bauchbehandlungen	3	8	
	/ Ärztliche Abschlussuntersuchung	1	1	
	/ Ernährungsberatung	1	1	
	/ Säure-Basen-Mineralstoffanalyse	1	1	
	/ Messung von freien Radikalen	1	1	
	/ Ruhestoffwechselfmessung	1	1	
	/ Urinuntersuchung	1	1	
	/ Individuelle basische Diät	✓	✓	
	/ Gruppenaktivitäten	✓	✓	
	/ Medizinische Vorträge	✓	✓	
	INDIVIDUELLE THERAPIEN	/ Akupunktur		
		/ Aquagymnastik		
/ Atemtraining				
/ Bewegungstraining				
/ BIA - Bioimpedanzanalyse				
/ Colonyhydrotherapie				
/ Elektrolysebad				
/ EMS (Elektrische Muskelstimulation)				
/ Erstellung Trainingsprogramm				
/ IHHT - Hypoxytraining				
/ Infusionen				
/ Inhalationen - Salin Air				
/ Leberwickel				
/ Osteopathie				
/ Rödern				
/ Spiroergometrie				
/ Therapie-Massage				
/ Unterwasserfahrrad				
/ Wärmebett Behandlung mit Heilsole, Moor od. Algen				
/ Yoga				
		INDIVIDUELL AUF SIE ABGESTIMMT		
		Aus diesen Therapien wählt der Arzt die Art und Anzahl jener Behandlungen aus, die für Sie notwendig sind. Ihr persönlicher Therapieplan wird somit individuell an Ihre Bedürfnisse angepasst.		
		1 Woche ab € 3.240	2 Wochen ab € 6.060	

/ Diagnostik vor Anreise

PERFEKTER
START

Für einen perfekten Start in Ihr VIVAMAYR Therapieprogramm empfehlen wir einige Tests bereits vor Anreise durchzuführen

Mit der Vorab-Diagnostik bieten wir Ihnen die Möglichkeit Ihre Befunde für Blut und Stuhl (Mikrobiom) bereits bei der Erstuntersuchung mit Ihrem VIVAMAYR-Arzt zu besprechen. Damit können wir noch individueller auf die Bedürfnisse Ihres Körpers eingehen und Ihr Therapieprogramm noch spezifischer auf Sie abstimmen.

Die Vorab-Diagnostik sollte 2-3 Wochen vor Anreise durchgeführt werden, damit uns die Ergebnisse rechtzeitig erreichen.

Bei der Reservierung wählen Sie die Analysen der Vorab-Diagnostik, die Sie in Anspruch nehmen möchten. Wir senden Ihnen einen Link für die Bezahlung per E-Mail. Anschließend erhalten Sie von uns das Labor-Kit mit den Instruktionen kostenfrei per Post.

Stuhltest:

- / Spätestens 3 Wochen vor der Anreise durchzuführen
- / Bequem zu Hause möglich
- / Umgehend nach Durchführung an unser Labor zu senden

Bluttest:

- / Spätestens 2 Wochen vor Anreise durchzuführen
- / Blutabnahme durch Ihren Hausarzt in die mitgelieferten Röhrchen
- / Umgehend nach Durchführung an unser Labor zu senden

Der Versand zu unserem Partnerlabor ist derzeit aus allen EU-Ländern möglich. Der Versand aus Österreich und Deutschland ist per Post kostenfrei möglich. Aus anderen Ländern empfehlen wir den Versand via Express-Paketdienst.

Folgende Analysen stehen zur Auswahl

Labor für die Frau

Blutbild; Leber- und Nierenfunktion, Blutfette, Diabetes, Harnsäure, Mineralstoffanalyse; Vitamin Q10, D, B6, B9,B12,Hormone; Krebsmarker Darm, Leber, Gallenblase

570

Labor für den Mann

Blutbild; Leber- und Nierenfunktion, Blutfette, Diabetes, Harnsäure, Mineralstoffanalyse; Vitamin Q10, D, B6, B9,B12,Hormone; Krebsmarker Darm, Leber, Gallenblase, Prostata

570

Gesundheitscheck Darm

mit genetischer Mikrobiomanalyse

290

Befundbesprechung Arzt

Anschliessend an Ihre Arztuntersuchung

15 min

95



/ Medizinische Anwendungen



ÄRZTLICHE ANWENDUNGEN

Bei VIVAMAYR sehen Sie Ihren Arzt täglich. Die medizinische Begleitung ist die Basis für einen erfolgreichen Aufenthalt.

Ärztliche Anfangsuntersuchung	30 min oder 60 min	195 390
Ärztliche Abschlussuntersuchung	30 min oder 60 min	195 390
Funktionelle Myodiagnostik	30 min	195
Ärztlich-manuelle Bauchbehandlungen	15 min je	85
Ärztliches Beratungsgespräch	30 min	195
Akupunktur	20 min	120
VIVAMAYR Funktioneller Stresstest mit ärztlichem Beratungsgespräch		240
Emotionales Entgiften / PMC: Psychologisches Beratungsgespräch	60 min	230

**BEWEGUNGS-
UND TRAININGS-
THERAPIEN**

Bewegung ist ein zentrales Element des VIVAMAYR Prinzips. Wir zeigen Ihnen, wie Sie sich mit Freude bewegen können, so dass es Ihrem Körper auch gut tut.

Bewegungstraining einzeln	25 min	85
	50 min	170
Muskelaufbautraining mittels Vibrationsplatte	30 min	85
Unterwasserfahrrad	30 min	85
Körperimpedanzanalyse	30 min	75
Spiroergometrie/ Stoffwechselfmessung	45 min	170
Erstellung eines individuellen Trainingsprogramms	ab	60
Anlegen eines Meditapes	ab	30
EMS (Elektrische Muskelstimulation)	30 min	85
EMS mit Mobilisation	50 min	140
Yoga/ Aerial Yoga	45 min	150
	75 min	225
Stand Up Paddeling einzeln (saisonal)	50 min	125
Stand Up Paddeling mit Yoga (saisonal)	50 min	125

**ERNÄHRUNGS-
BERATUNG**

Hier erhalten Sie Basiswissen über gesunde Ernährung und wir erstellen einen Ernährungsplan, der auf Ihre individuellen Bedürfnisse zugeschnitten ist.

Ernährungsberatung	30 min	90
	45 min	120

/ Medizinische Anwendungen

MEDIZINISCHE THERAPIEN

Die individuelle Auswahl aus verschiedenen ganzheitlichen Therapien garantiert den optimalen Erfolg.

Colonhydrotherapie	170
Aderlass	50
H2-Atemtest – Fruktose/Laktose	50
EKG in Ruhe	90
Sauerstofftherapie (IHHT)	105

BIO-FREQUENZ MEDIZIN

Die Bio-Frequenz Medizin misst, analysiert und therapiert den energetischen Zustand des Körpers. Schwachstellen werden aufgezeigt und können gezielt therapiert werden, um den Körper schneller in Balance zu bringen.

Bio-Frequenz Messung	95
Ärztliche Interpretation	15 min 95
Bio-Frequenz Therapie	30 min 120

HYDRO- THERAPEUTISCHE ANWENDUNGEN

Als bewährte und stärkende Elemente der VIVAMAYR Therapie sind verschiedene Kneipp-Anwendungen bei uns unverzichtbar und genussvoller Teil von Angebot und Therapie.

SalinAir-Inhalation	40
Nasale Reflexzonentherapie nach Röder	20
Elektrolysefußbad	55
Wärmebett:	
/ Salzpeeling	60
/ Ganzkörpermoorpackung	55
/ Ganzkörperalgenpackung	60
/ Heilssole Ganzkörperbehandlung	55
/ Ziegenbutterpackung Deluxe	70
/ Leberwickel	50
Kühlender Beinwickel	60
Kryo Therapie	70

MASSAGEN

Massagen sind ein wichtiger Teil der VIVAMAYR Therapie. Sie helfen beim Entgiften und lösen spezifische Blockaden. Auf viele Arten finden wir jene Methode, die am besten zu Ihren Bedürfnissen passt.

Massage	25 min	60
	50 min	110
Shiatsu Behandlung	50 min	150
Osteopathie	50 min	190
Craniosacral-Therapie	50 min	190
Spiraldynamik	50 min	190
WATSU (Wasser Shiatsu)	75 min	170
Klangschalenterapie/Energiearbeit	50 min	100

LABOR- UNTERSUCHUNGEN

Laboruntersuchungen ermöglichen einen Einblick in Ihren persönlichen Stoffwechsel und sind Grundlage jeder Therapie.

Säure-Basen-Mineralstoffanalyse	95
Freie Radikale (FRAS) & biolog. antioxidatives Potential (BAP)	95
Standardlabor inkl. Hormonstatus	495
Vollblutanalyse	145
Fettsäureanalytik	115
Harnanalyse	10
Jod im Harn	50
Cardiovaskuläre Risikofaktoren	140

INFUSIONEN

Um dem Mangel an Nährstoffen entgegenzuwirken, haben wir spezielle Infusionsmischungen entwickelt, die für Balance sorgen.

Infusionen mit diversen Mineralstoffen und/oder

Vitaminen je nach ärztlicher Verordnung 85 bis 140

/ VIVAMAYR als langfristiger Begleiter

UNSERE TAGESKLINIKEN

Immer nah bei Ihnen

Weil VIVAMAYR ein lebenslanger Begleiter ist, soll der Kontakt auch nach dem Aufenthalt in den Gesundheitszentren erhalten werden. Die Tageskliniken sind ideal, um bevorstehende oder vergangene Therapien zu optimieren. Dort können Sie Nachbehandlungen genießen, Resultate besprechen und alles tun, was es braucht, um Ihren VIVAMAYR Lebensstil zu unterstützen. Neue Kunden haben dort außerdem die Möglichkeit, ihr Gesundheitspotential analysieren zu lassen.

VIVAMAYR WIEN
AM HOF 11/1
A-1010 WIEN

+43 664 1039 095
wien@vivamayr.com



VIVAMAYR LONDON
15 HARLEY STREET
LONDON W1G 9QQ

+44 20 303 41 331
london@vivamayr.com



TELEMEDIZIN

Mit unserem Telemedizin-Angebot geben wir Ihnen die Möglichkeit, einfach und unkompliziert Online-Konsultationen per Video-Konferenz einzuholen. Wir bieten Arzt-Konsultationen und Ernährungsberatung an und erweitern ständig unser Angebot.

BUCHBAR ÜBER
ONLINE SHOP

ANFRAGEN:

health@vivamayr.com



/ Kosmetische Behandlungen

GESICHTS- BEHANDLUNGEN

Regenerative Beauty-Behandlungen unterstützen die Haut beim Detox-Prozess und verhelfen zu einem neuen Körpergefühl.

Hautberatung		gratis
Express Behandlung	50 min	90
Gentleman's Hour		
Anti-Aging Gesichtsbildung für den Mann	60 min	120
Intensive Gesichtstiefenreinigung	65 min	125
Gesichtsmassage	30 min	50
Hollywood Peel	45 min	240
VITALASER Behandlung Gesicht/Hals	60 min	210
Belebende Augenbehandlung	20 min	49
Aufbaubehandlung für den Lippenbereich	20 min	49
Hals & Dekolleté	40 min	60
LED Lichttherapie	30 min	55

DR. BARBARA STURM

Instant Glow Facial	45 min	150
Clarifying Facial	75 min	250
Brightening Facial	60 min	225
Super Anti-aging Facial	80 min	300

QMS

Ausgleichende Gesichtsbildung für sensible Haut	50 min	100
Activator-Gesichtsbildung	60 min	121
Verjüngende Gesichtsbildung mit Kollagen	70 min	172
Gesichtsbildung mit reinem Sauerstoff	70 min	180

OMOROVICZA

Illuminating Gesichtsbildung	60 min	160
------------------------------	--------	-----

HYDRAFACIAL

Signature Hydrafacial	30 min	170
Clarifying Hydrafacial	40 min	195
Deluxe Hydrafacial	50 min	240
Platinum Hydrafacial	70 min	320

**KÖRPER-
BEHANDLUNGEN**

Unsere Körperbehandlungen sind wunderbar entspannend und helfen dabei, die Balance zu finden, die Sie erwarten.

Maschinelle Lymphdrainage	25 min	75
Tipp: Mit jeder Gesichtsbehandlung kombinierbar		
Maschinelle Lymphdrainage & LED-Lichttherapie	30 min	130
Maschinelle Lymphdrainage mit Körperpeeling	60 min	150
Glättende Körperbehandlung	35 min	65
Cellu Attack	60 min	114
Rücken-Tiefenreinigung	50 min	75
Kopfmassage	20 min	46

**WOHLFÜHL-
PACKAGES**

Eine Zusammenführung unserer beliebtesten Behandlungen für Ihre Haut, Ihren Geist und Ihre Seele.

Wochenend-Revival

Purer Genuss für das Wochenende!	75 min	200
----------------------------------	--------	-----

Fuß-Wellness

Ein tief berührendes, energispendendes Ritual.	75 min	120
--	--------	-----

Bodylicious

Eine genussvolle Kombination an Anwendungen, die Ihr Entgiftungsprogramm ideal unterstützt.	90 min	250
---	--------	-----





/ Kosmetische Behandlungen

MANIKÜRE UND PEDIKÜRE

Gönnen Sie Ihren Händen und Füßen eine Auszeit und die Pflege, die sie sich verdient haben. Sie werden es Ihnen danken.

Maniküre	45 min	55
Maniküre mit Lack	55 min	67
Pediküre	60 min	63
Pediküre mit Lack	75 min	75
Intensive Pediküre	90 min	87
Intensive Pediküre mit Lack	110 min	99
Nägel feilen & lackieren (Hände)	20 min	25
Nägel feilen & lackieren (Füße)	25 min	30
Gelnägel entfernen (Hände)	25 min	35
Paraffinbad	30 min	50

ZUSÄTZLICHE BEHANDLUNGEN

Wählen Sie aus einer Vielzahl an Zusatzbehandlungen.

Wimpern färben	15 min	18
Augenbrauen färben	15 min	18
Augenbrauen und Wimpern färben	20 min	34
Augenbrauenkorrektur	20 min	25

Depilation mit Warmwachs

Rücken	40 min	55	Achselzone	20 min	25
Oberlippe	15 min	17	Beine komplett	60 min	70
Oberlippe und Kinn	20 min	25	Beine bis zum Knie	30 min	45
Arme	35 min	50			

/ Zimmer und Leistungen



ZIMMER & SUITEN

		Einzelnutzung pro Pers. / Nacht	Doppelnutzung pro Pers. / Nacht
Comfort 35 m ²	Bergblick	290	190
	Seeblick	390	270
Deluxe 43 m ²	Bergblick	350	240
	Seeblick	460	320
Junior Suite 60 m ²	Bergblick	580	370
	Seeblick	670	440
Senior Suite 97 m ²	Seeblick	–	580
Extra Bett ab Junior Suite			150

PENTHOUSE

1-2 Personen / Nacht

Penthouse 110 m ²	Seeblick	1.440
------------------------------	----------	-------

PARK RESIDENZEN

1-2 Personen / Nacht

Park Residenz 120 m ²	Seeblick	1.530
Park Residenz 160 m ²	Seeblick	1.840
Aufpreis für 3. + 4. Person je		300
Aufpreis für Begleitperson ohne Kur		300
Park Residenz Single 55 m ² Parkblick		1 Person / Nacht 580

Zimmerpreise sind exklusive Ortstaxe (2,50 pro Person / Tag), medizinischer Leistungen und kosmetischer Anwendungen.

Viel Platz:

Unsere Suiten verfügen über einen getrennten Wohn- und Schlafraum. Die Penthouse Suite zeichnet sich durch zwei Wohnräume auf zwei Ebenen aus. Den größten Raum zur persönlichen Entfaltung bieten die exklusiven Park Residenzen mit Blick über den See.

Verlängern Sie Ihren Aufenthalt um ein paar Stunden. Auf Anfrage und nach Verfügbarkeit machen wir es für 50% des Preises möglich.

CHECK-IN
Ab 14:00 Uhr
CHECK-OUT
Bis 12:00 Uhr

INKLUSIV-LEISTUNGEN

- / Individuell abgestimmte und ärztlich verordnete Diätverpflegung im Sinne der Modernen Mayr Medizin
- / Stilles Mineralwasser, wohltuende Tees und eine tragbare Wasserflasche
- / Abwechslungsreiches Aktivprogramm
- / Kostenfreie Nutzung des gesamten Wellnessbereiches: Saunen, Dampfbad, Infrarotkabine, beheizter Indoorpool und Fitnessstudio
- / Hauseigener Seezugang mit Steg, Liegen & Sonnenschirmen
- / Flauschiger Bademantel, geräumige Badetasche und Wärmflasche für Leberwickel während des Aufenthaltes

MEDIZIN

Die medizinische Begleitung und die Behandlungen bei VIVAMAYR sind die Basis für einen erfolgreichen Aufenthalt. Die Buchung eines Aufenthaltes ist nur in Verbindung mit einem unserer medizinischen Programme möglich.



/ Zahlungsbedingungen

BUCHUNG & STORNIERUNG

Die aktuellen Buchungs- und Stornobedingungen erhalten Sie bei Ihrer Anfrage.

MEDIZIN & KOSMETIK

Die medizinischen Anwendungen werden ausschließlich nach ärztlicher Untersuchung gemeinsam mit Ihnen festgelegt. Zusagen für die Verfügbarkeit bestimmter Ärzte und Therapeuten können wir leider nicht gewähren.

LABOR- UNTERSUCHUNG

Individuelle Laboruntersuchungen werden nach Aufwand berechnet.

ABSAGEN

Termine müssen bis 16 Uhr des Vortages abgesagt werden, andernfalls werden diese in voller Höhe in Rechnung gestellt.

KONTAKT

VIVAMAYR Altaussee
Fischerndorf 222
8992 Altaussee
Österreich
+43 3622 71450
reservations@vivamayr.com



BEI UNS
LERNEN SIE
EINEN NEUEN
LEBENSSTIL
KENNEN.
WIR FREUEN
UNS DARAUF,
SIE DABEI
BEGLEITEN
ZU DÜRFEN.

UNSERE STANDORTE

/ Medical Center Maria Wörth

/ Medical Center Altaussee

/ Day Clinic Vienna

/ Day Clinic London

/ Clinic Dates International

Follow us on Instagram:

@vivamayr

@vivamayraltaussee

www.vivamayr.com