

Check-up Balance. Ihre persönliche Standortbestimmung.



Ihre Vorteile:

- Individuelle Bestimmung des Gesundheits- und Trainingszustandes
- Bedarfsorientierte und persönliche Beratung
- Aufzeigen von realistischen Zielen
- Tipps zur Verbesserung Ihres Wohlbefindens

Für Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden.

Der Check-up Balance ist ein Beitrag zu einem gesunden Lebensstil und zur Steigerung Ihres persönlichen Wohlbefindens. Widmen Sie diesen halben Tag Ihrer Gesundheit.

Vorbereitung

- Gesundheitsfragebogen

Inhalte

- Ärztliche Untersuchungen inkl. Laboranalysen:
 - Herz-Kreislauf-Funktion mit Blutdruckmessung und EKG, Bestimmung des optimalen Trainingspulsbereichs (Leistungsdiagnostik)
 - Lungenfunktion
 - Messung Muskel- und Fettanteil
 - Impfstatus
- Persönliche Besprechung Ihrer Ergebnisse
- Definieren von Massnahmen zur Erhaltung und Verbesserung Ihrer Gesundheit

Dauer

- Einen halben Tag

Unser Partner:

Der Check-up wird durch unseren kompetenten Partner medbase durchgeführt. medbase steht für ganzheitliche medizinische und gesundheitsfördernde Beratung und Betreuung.

medbase

Anspruchsvoraussetzungen

Einmal pro drei volle versicherte Kalenderjahre profitieren Versicherte mit Spitalversicherung myFlex Balance in Kombination mit einer Ambulantversicherung myFlex von dieser ganz persönlichen Standortbestimmung rund um ihre Gesundheit. Der Check-up Balance ist ausschliesslich Erwachsenen vorbehalten.

Ganz persönlich:

Anmeldung unter 0844 277 277
www.css.ch/gesundheitskonto