

SICHER ZURÜCK AUF DIE PISTE / LOIPE

Ein Programm zwischen Davos Sports & Health und Merian Santé

Programmübersicht – individuell anpassbar. Buchbar jeweils Mittwoch bis Freitag:

27.11. – 29.11.2024 / 04.12. – 06.12.2024 / 11.12. – 13.12.2024 / 18.12. – 20.12.2024 /
08.01. – 10.01.2025 / 29.01. – 31.01.2025

Mittwoch

| Zeitpunkt | Was Sie erwartet | Ort | Ansprechpartner |
|--------------------------|--|-----------------------------|---|
| Vormittag | Anreise Davos – Bezug Hotel | | |
| Nachmittag, ab 13:00 Uhr | Testbatterie – sicher zurück – Routinelabor + Ruhe – EKG – Arztgespräch – Sprungkraft, Koordination | Spital Davos (A) | Walter Kistler / Roelof Van der Wijk |
| | – Rückencheck – Körperzusammensetzung – Trainingsplan – Spiroergometrie | Spital Davos (U2) | Michael Villiger / Eva Jäger |
| | Check Material Ski Alpin oder Langlauf. Bei Bedarf Mietmaterial abholen, einstellen | Promenade 50, 7270 Davos | Team Angerer Sport |
| Abend | Zur freien Verfügung / Zusatzangebote | | |

Donnerstag

| Zeitpunkt | Was Sie erwartet | Ort | Ansprechpartner |
|--------------------------|--|-------------------------------------|--|
| Morgen | Zur freien Verfügung / Zusatzangebote | | |
| Vormittag Sportart | Unterricht in der gewählten Sportart | | |
| Nachmittag, ab 14:00 Uhr | Sportphysiotherapeutische Beratung | Spital Davos / Physiotherapie U2 | Martina Friedli / Roelof Van der Wijk |
| | Zeit zur freien Verfügung, Zusatzangebote oder auf Wunsch geführte Aktivitäten: Eis Minigolf, Eislaufen, Schneeschuhwandern, Besuch Museum, Führung Eisstadion Davos, SLF | | |

Freitag

| Zeitpunkt | Was Sie erwartet | Ort | Ansprechpartner |
|--------------------|---------------------------------------|--------------|-----------------|
| Morgen | Zur freien Verfügung / Zusatzangebote | | |
| Vormittag Sportart | Unterricht in der gewählten Sportart | | |
| Nachmittag | Abschlussgespräch | Spital Davos | |

■ Diese Kosten werden von der Grundversicherung übernommen.

■ Die blau markierten Felder sind Selbstzahlerkosten

Package-Preis für Selbstzahler: CHF 760

Zusatzangebote

| Aktivität | Buchbar an folgenden Tagen | Ort | Ansprechpartner | Kosten |
|--|--|---------------------------------------|---|---|
| Massage | Mittwoch-Freitag | Spital Davos / Physiotherapie U2 | Martina Fritsche | 30min CHF 55.00 60min CHF 100.00 |
| Akupunktur | Freitag | Spital Davos / Akupunktur B | Judith Alder Nebel | 60min CHF 132.00 |
| Yoga | Mittwoch und Donnerstag | Spital Davos / Physiotherapie U2 | Gabriela Zwysig | 60min CHF 120.00 |
| Zusätzliche Sportphysiotherapeutische Beratung | Täglich | Spital Davos / Physiotherapie U2 | Martina Friedli/ Roelof Van der Wijk | 60min CHF 120.00 |
| Diabetesberatung | Dienstag und Donnerstag | Spital Davos (A) | Ursula Kistler | CHF 120.00 |
| Ernährungsberatung | Freitag | Spital Davos (A) | Karin von Burg | CHF 120.00 |
| Krafttraining im Spital Davos | Täglich | Spital Davos / Physiotherapie U2 | Martina Fritsche | Zur freien Verfügung |
| Feldenkrais | Mittwochs in der Gruppe, Einzel nach Vereinbarung | Obere Strasse 12, 7270 Davos Platz | Ursula Kistler | 60min Gruppe CHF 25.00 60min Einzel CHF 120.00 |
| Beinachsenmessung | Täglich | Flüelastrasse 4, 7260 Davos Dorf | Hans-Martin Heierling | Kostenlos |

Viele Zusatzversicherungen übernehmen oder beteiligen sich an den Kosten dieser Angebote.

Bitte **informieren** Sie sich bei Ihrer Krankenversicherung.

HOTELPARTNER IN DAVOS

In diesen Hotels sind Sie gut aufgehoben. Einzelzimmer für zwei Nächte inklusive Frühstück und Abendessen und auf Wunsch Hotelshuttle zum Spital.



Hotel Edelweiss Davos

November: AB CHF 260.00

Dezember: AB CHF 310.00

Januar: AB CHF 330.00



Mountain Plaza Hotel Davos ****

CHF 410.00



AMERON Davos Swiss Mountain Resort **S**

AB CHF 440.00



Waldhotel Davos **S**

CHF 596.00



AlpenGold Hotel Davos *****

CHF 750.00

Weitere Informationen zu den einzelnen Hotels und zur Buchung unter www.davos.ch/health-kooperationen

Kostenübersicht Sport

- 2 x 2.5 Stunden privater Skiunterricht (exklusive Skiticket): CHF 400.00
- 2 x 1.5 Stunden privater Langlaufunterricht: CHF 360.00

Zusätzlich bei Bedarf:

Skimaterialmiete (Ski, Stöcke, Schuhe), 2 Tage: ab CHF 106.00

Langlaufmaterialmiete (Ski, Stöcke, Schuhe), 2 Tage: ab CHF 81.00 (Klassisch),
ab CHF 63.00 (Skating)

Detaillierte Informationen zu den medizinischen Leistungen und der Möglichkeit einer Abrechnung über Ihre Krankenkasse erhalten Sie direkt über das Spital Davos und die Merian Iselin Klinik.

Kontakt:

Kathrin Wolf
Spital Davos, Davos Sports & Health
kwolf@spitaldavos.ch
+41 81 414 84 84

Andrej Reljic
Medical Travel Coordinator
Merian Iselin Klinik
andrej.reljic@merianiselin.ch
+41 79 694 48 74