MEDIAN | Prävention



MEDIAN Buchberg-Klinik Bad Tölz

Prävention Plus

Eine Woche raus aus dem Dauerleistungs-modus – für neue Klarheit, Regeneration und langfristige Leistungsfähigkeit

Für Manager, Führungskräfte, Unternehmer und Selbstständige, die früh handeln möchten – bevor aus hoher Belastung Erschöpfung, aus Bewegungsmangel Beschwerden oder aus ungünstigen Routinen langfristige Risiken werden.

Ihr Check-up auf einen Blick

1. Medizinischer Check-up

Anamnese, Biomarker, kardiometaboli-sches Risikoprofil sowie funktionale und kognitive Basistests.

2. Stress, Schlaf & mentale Stärke

Stressprofiling, Schlafanalyse, Atem- und Entspannungsverfahren sowie individuelle Regenerationsstrategien.

3. Bewegung & orthopädische Stabilität

Haltungs- und Bewegungsanalyse, Mobilität, Kraft, Ausdauer und Anti-SitzRoutinen für Büro und Reisen.

4. Ernährung & persönliche Strategie

Stoffwechselorientierte Ernährungsberatung, Genuss und ein medizinisch begründeter 90-Tage-Plan.

Dauer: 7 Tage, Übernachtung im MEDIAN premium Bereich
Medizinische Kompetenz: Kardiologie/Angiologie

Ihr Ergebnis: Medizinisch orientiert, erholt und mit konkreten Routinen für Schlaf, Bewegung, Ernährung, Stresskompetenz und Leistungsfähigkeit.

Das Leben leben

MEDIAN Buchberg-Klinik Bad Tölz





Gesund bleiben am Rand der Alpen

300
Betten

174
Mitarbeitende

3.000
Patienten pro Jahr

Die MEDIAN Buchberg-Klinik liegt mitten im Grünen am Stadtrand von Bad Tölz. Medizinische Kompetenz, interdisziplinäre Zusammenarbeit und die besondere Natur des Isarwinkels schaffen ideale Voraussetzungen für Prävention, Regeneration und nachhaltige Gesundheitsstrategien.

Kontakt & Buchung

+49 8041 803-725
concierge-bbk@median-kliniken.de

Um Ihren Aufenthalt so angenehm und komfortabel wir möglich zu gestalten, steht Ihnen Ihr persönlicher Concierge diskret und aufmerksam für Ihre Anliegen zur Seite.

Hinweis zur Abrechnung
Bei unserem Check-up handelt es sich um eine privatärztliche Leistung, die Sie als Selbstzahler oder als Privatpatient wahrnehmen können. Grundsätzlich besteht die Möglichkeit einer Abrechnung über private Krankenversicherungen. Es empfiehlt sich, diese Möglichkeit mit Ihrer Krankenversicherung zu klären.

MEDIAN Buchberg-Klinik Bad Tölz
Wengleinstraße 20
83646 Bad Tölz

www.median-kliniken.de