

SICHER ZURÜCK AUF DIE PISTE / LOIPE

Kooperation Spital Davos und Merian Iselin Klinik

Programmübersicht – individuell anpassbar

Buchbar jeweils Mittwoch bis Freitag: 6. – 8.12. / 13. – 15.12.2023 / 24. – 26.1.2024

Mittwoch

Zeitpunkt	Was Sie erwartet	Ort	Ansprechpartner
Vormittag	Anreise Davos – Bezug Hotel		
Nachmittag, ab 13:00 Uhr Med. Check & Leistungsdiagnostik Routinelabor + Ruhe – EKG	Testbatterie – Return to Sport – Routinelabor + Ruhe – EKG – Arztgespräch – Sprungkraft, Koordination, Spiroergometrie	Spital Davos	
	– Rückencheck – Körperzusammensetzung – Trainingsplan	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	Privat oder Gruppenunterricht Langlauf Privat- oder Gruppenunterricht Ski Alpin	Promenade 157, 7260 Davos	Daniel Ammann
Nachmittag, ab 14:00 Uhr	Sportphysiotherapeutische Beratung	Spital Davos / Physiotherapie U2	Martina Friedli / Ursula Schneider
	Zeit zur freien Verfügung, Zusatzangebote oder auf Wunsch geführte Aktivitäten: Eis Minigolf, Eislaufen, Schneeschuhwandern Besuch Museum, Führung Eisstadion Davos, SLF,		
Abend	Atmung, Bewegung, Ruhe unter Einbezug des Autonomen Nervensystems		Flury Sport & Coaching

Freitag

Zeitpunkt	Was Sie erwartet	Ort	Ansprechpartner
Morgen	Zur freien Verfügung / Zusatzangebote		
Vormittag Sportart	Privat oder Gruppenunterricht Langlauf Privat- oder Gruppenunterricht Ski Alpin	Promenade 157, 7260 Davos	Daniel Ammann
Nachmittag	Abschlussgespräch	Spital Davos	

☐ Diese Kosten werden von der Grundversicherung übernommen.

☐ Die blau markierten Felder sind Selbstzahlerkosten: CHF 200.00 für Skialpinkurs (2.5h, Skipass nicht inklusive), CHF 180.00 für Langlaufkurs (1.5h)

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 Sportphysio- therapeutische Beratung	Täglich	Spital Davos / Physiotherapie U2	Martina Friedli / Ursula Schneider	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

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

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

HOTELANGEBOTE, DATEN UND PREISE

Mittwoch, 6.–Freitag, 8. Dezember 2023

Package Mountain Plaza Hotel Davos ****

CHF 410.00 im Einzelzimmer inklusive Halbpension für 2 Nächte (exkl. Gästetaxe)

Package-Preis Ski alpin: CHF 810.00

Package-Preis Langlauf: CHF 770.00

Mittwoch, 13.–Freitag, 15. Dezember 2023

Package Waldhotel Davos **S**

CHF 596.00 im Einzelzimmer Superior inklusive Halbpension für 2 Nächte (exkl. Gästetaxe)

Package-Preis Ski alpin: CHF 996.00

Package-Preis Langlauf: CHF 956.00

Mittwoch, 24.–Freitag, 26. Januar 2024

Package AlpenGold Hotel Davos *****

CHF 830.00 im Einzelzimmer Superior inklusive Halbpension für 2 Nächte (exkl. Gästetaxe)

Package-Preis Ski alpin: CHF 1'230.00

Package-Preis Langlauf: CHF 1'190.00

2 Übernachtungen im aufgeführten Hotel im Einzelzimmer inkl. Halbpension und Sportphysiotherapeutische / Ärztliche Betreuung.

Im Package Ski alpin sind 2 x 2.5 Stunden privater Skiunterricht inklusive (exkl. Skiticket).

Im Package Langlauf sind 2 x 1.5 Stunden privater Langlaufunterricht inklusive.

Zusätzlich im Package buchbar 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)

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

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.

Kathrin Wolf

Spital Davos, Davos Spots & Health

kwolf@spitaldavos.ch

+41 81 414 84 84

Andrej Reljic

Medical Travel Coordinator

Merian Iselin Klinik

andrej.reljic@merianiselin.ch

+41 61 305 12 77