SKOLAMED

Gesundheits-Check-up & Coaching



GESUNDHEITS-CHECK-UPS

Vorsorge und Benefit für Mitarbeitende und Unternehmen



www.skolamed.de



Inhalt

- Zeit für Gesundheit 04
- Sinnvoll vorsorgen 05
- Check-up-Programme
  - Check**Med** 06
  - Check**Fit** 08
  - Check**Sleep** 09
- Prävention – Mehrwert für Unternehmen 10
- Präventionsprogramme - Übersicht 11
- Unser Team 12
- SKOLAMED Check-up-Zentren 14
- Anmeldung 15

Zeit für Gesundheit

Vorsorge für ein aktives Leben

Gute Gesundheit ist beruflich und privat eine wichtige Voraussetzung für Lebensqualität und Arbeitsfähigkeit.

Durch Teilnahme an regelmäßigen medizinischen Vorsorgeuntersuchungen und ein ausgewogenes Gesundheitsverhalten können Sie selbst einen großen Beitrag für die eigene Gesundheit leisten.

Die SKOLAMED Gesundheits-Check-ups unterstützen beide Aspekte der Vorsorge!

Grundlage aller Check-ups und somit der **Schlüssel zur Gesundheit** ist eine umfassende und sorgfältige medizinische Diagnostik! Werden Gesundheitsrisiken frühzeitig erkannt, kann in vielen Fällen durch geeignete Verhaltensweisen oder therapeutische Maßnahmen gegengesteuert werden. So lassen sich Krankheitsfolgen vermeiden oder mindern und längere Ausfallzeiten abwenden.

Neben einer ausführlichen Beratung in allen Gesundheitsfragen begleiten wir Sie aber auch bei der unmittelbaren Überprüfung, Umsetzung und Erreichung Ihrer persönlichen Gesundheitsziele.

Gesunde Verhaltensweisen dauerhaft in den Alltag zu integrieren, stellt eine große Herausforderung dar. Das SKOLAMED **Coaching-Konzept** leistet diesen Transfer! Auf der Grundlage spezifischer Analysen erarbeiten wir mit Ihnen – immer unter Berücksichtigung der persönlichen Voraussetzungen und Interessen – praktische Übungen und konkrete Handlungsempfehlungen für einen aktiven Lebensstil und mehr Lebensqualität.

Wir nehmen uns Zeit für Sie, für Ihre Fragen und Ihre gesamte Gesundheitssituation. Mit unserer Expertise und Erfahrung sind wir seit 1995 Ihr verlässlicher Partner für Führungskräfte Check-ups!

Wir freuen uns auf Ihre **ZEIT FÜR GESUNDHEIT**

Ihr SKOLAMED-Team



Sinnvoll vorsorgen

ganzheitlich ▪ kompakt ▪ individuell

Die SKOLAMED Check-ups beinhalten eine umfassende und an den medizinischen Leitlinien orientierte Diagnostik, die weit über das herkömmliche Maß gesetzlicher Vorsorgeleistungen hinaus geht.

Auf der Grundlage eingehender Untersuchungsverfahren, schwerpunktmäßig aus den Bereichen Innere Medizin, Orthopädie, Neurologie, Dermatologie, Urologie und HNO, ermitteln wir im Rahmen des Check-ups einen umfassenden und ganzheitlichen Gesundheitsstatus.

Unter Berücksichtigung Ihrer individuellen Vorgeschichte und der aktuellen Gesamtsituation leiten wir daraus - mit Ihnen im Dialog – geeignete Präventionsempfehlungen ab.

Neben modernen technischen und klassischen Untersuchungsverfahren steht eine ganzheitliche und individuelle Betrachtung Ihrer Gesundheit im Mittelpunkt unseres Präventionskonzepts. Ihr betreuender Arzt/Ärztin begleitet Sie daher durch den gesamten Untersuchungstag und steht Ihnen auch nach dem Check-up als Ansprechpartner*innen zur Verfügung.

Alle unsere Arzt/Ärztin verfügen über hohe Fachkompetenz und breite Erfahrung in der Präventionsmedizin. Im interdisziplinären Austausch mit weiteren Gesundheitsexperten*innen wie Psychologen, Sport- und Ernährungswissenschaftlern beraten und betreuen wir Sie stets fachlich kompetent und individuell.

Der komplette medizinische Check-up findet zeitlich kompakt an einem Tag statt.

Zum Ende der Untersuchung liegen bereits sämtliche Ergebnisse und Befunde vor, die Ihnen ausführlich und verständlich erläutert werden. Darüber hinaus berät Sie Ihr betreuender Arzt/Ärztin in allen Gesundheitsfragen.

Aus medizinischer Sicht empfehlen wir Gesundheits-Check-ups ab einem Alter von 35 Jahren in einem Turnus von zwei Jahren.



Check-up Programme

CheckMed

Ganzheitlicher medizinischer Check-up

Dieser ganzheitliche medizinische Check-up beinhaltet eine umfassende Diagnostik mit ausführlicher Gesundheitsberatung nach präventiv-medizinischen Standards – kompakt an einem Tag!
Zeitrahmen: 8:00 – 15:00 Uhr

Im Einzelnen beinhaltet die Untersuchung folgende Schwerpunkte:

Ärztliches Eingangsgespräch

Das ausführliche Arztgespräch zu Beginn der Untersuchung ist Grundlage für eine ganzheitliche Gesundheitsvorsorge. Der im Vorfeld ausgefüllte Gesundheitsfragebogen (Anamnese) dient dem Arzt/Ärztin als Orientierung zur Erfassung der aktuellen Gesundheitssituation und der Vorgeschichte.

Labordiagnostik

Breit angelegte Analysen von Blut, Stuhl und Urin zur detaillierten Beurteilung der Funktion verschiedener Organe. Bereits zum Ende der Untersuchung liegen sämtliche Ergebnisse vor.

U.a. werden bestimmt: Komplettes Blutbild, Blutzucker und -fette, Gerinnungs- und Entzündungswerte, Leber-, Nieren-, Schilddrüsen-Parameter, Elektrolyte, PSA (Mann), HIV-Test (optional). Der immunologische Stuhltest ist ein wichtiger Baustein zur Darmkrebsvorsorge.

Körperliche Untersuchung

Sorgfältige Untersuchung aller Körperregionen von Kopf bis Fuß u. a. mit Funktionsbeurteilung von Herz, Lunge, Bauch, Bewegungsapparat, Haut und Nervensystem.

Funktionsdiagnostik des Herzkreislauf- und Lungensystems

EKG in Ruhe und unter Belastung, Spiroergometrie, Lungenfunktionstest und Herzkreislauf-Risikofaktoren-Analyse (PROCAM-Studie) dienen der umfassenden Beurteilung des Herz-Kreislauf- und Lungensystems.

So kann u.a. die Durchblutung des Herzens überprüft und die Kapazität der Lunge beurteilt werden. Die Sauerstoffaufnahme liefert wichtige Hinweise zur körperlichen Leistungsfähigkeit und Optimierung der Fettverbrennung.

Ultraschalldiagnostik

Bei der Untersuchung des Bauchraumes werden Leber und Gallenblase, Nieren und ableitende Harnwege, Milz, Hauptschlagader und Bauchspeicheldrüse beurteilt. Weiterhin wird die Schilddrüse auf Größe, Volumen, Durchblutung und knotige Veränderungen untersucht.

Der Herz-Ultraschall gibt Auskunft über Pumpleistung, Funktionalität der Herzklappen, Dicke der Herzwände und Größe der Vorhöfe und Kammern. Zur Beschaffenheit der hirnversorgenden Halsgefäße liefert der Farbduplex-Ultraschall wichtige Hinweise.

Sehtest, Hörtest

Ermittelt wird die Sehleistung für Nähe, Ferne und Bildschirmarbeit. Zudem werden Schielsichtigkeit, räumliches Sehen und Farbsehen geprüft. Eine Gesichtsfeldbestimmung lässt Rückschlüsse auf Sehnerv und Netzhaut zu.

Das Hörvermögen wird über das gesamte Frequenzspektrum geprüft.

Weitere Diagnostik/Screenings

Bioelektrische Impedanzanalyse
Messung von Muskulatur und Körperfett für ein erfolgreiches Gewichtsmanagement

Augeninnendruckmessung (Tonometrie)
Glaukomvorsorge (im Volksmund: „Grüner Star")

Hautkrebsscreening
Beurteilung des Hautkrebsrisikos anhand des Hauttyps, der Anzahl und Beschaffenheit der Pigmentflecke und anderer Hautveränderungen.

Ergebnisse und Beratungsgespräch mit dem Arzt/Ärztin

Zum abschließenden Beratungsgespräch liegen alle Befunde und Untersuchungsergebnisse einschließlich der Laborwerte vor. Auf dieser Grundlage erhalten Sie detaillierte Empfehlungen für Ihre Gesundheit.

Gesundheitsbericht

Eine Zusammenfassung aller Ergebnisse und Empfehlungen erhalten Sie in Form eines ausführlichen und verständlichen Gesundheitsberichts innerhalb weniger Tage.





Check
Med

Check**Fit**

CheckMed plus Coaching

Das **Check**Fit-Programm beinhaltet alle Komponenten von **Check**Med (s. S. 6-7) und wird um ein in den Untersuchungstag integriertes Gesundheits-Coaching erweitert. Auf der Grundlage weiterer Analysen, praktischen Übungen und konkreten Trainingsempfehlungen werden individuelle Strategien für einen aktiven Lebensstil und mehr Lebensqualität erarbeitet.
Zeitrahmen: 8:00 – 18:00 Uhr

AUCH
DIGITAL

Themenschwerpunkte sind:

Fitness und Bewegung

Ganz gleich ob sportlich ambitioniert oder gesundheitsorientiert – auf Grundlage eines Laktattests mit Herzfrequenz- und Fettstoffwechselanalyse erarbeiten wir mit Ihnen ein individuelles Bewegungsprogramm.

Rückengesundheit

Um beschwerdefrei durch den Alltag zu gehen, braucht es einen stabilen Rücken. Mit der Back-Check Rückenanalyse identifizieren wir individuelle Stärken und Schwächen und leiten daraus ein für Sie geeignetes Übungsprogramm ab.

Ernährung und Gewichtsmanagement

Ob Gewichtsmanagement, Alltagstipps zu Einkauf und Verpflegung im Job oder Verhalten bei Stoffwechselstörungen – je nach persönlicher Zielstellung werden anhand Ihres Ernährungsprotokolls und der Fett-Muskel-Analyse Umsetzungshilfen für eine ausgewogene Ernährung erarbeitet.

Regenerationsmanagement

Wer beruflich und privat leistungsfähig und gesund bleiben will, braucht auch Wege um neue Energie zu schöpfen. In diesem Modul liegt der Fokus darauf, wie die Balance zwischen Leistung und Regeneration erhalten bzw. wiederhergestellt werden kann. Wichtige Erkenntnisse hierfür ergeben sich aus der Analyse der Herzratenvariabilität (HRV).

Ergonomie am Arbeitsplatz

Hier erhalten Sie praktische Tipps und Übungen für rückengesundes Arbeiten und zur ergonomisch richtigen Einstellung von Mobiliar und Arbeitsmitteln – im Büro, am Bildschirm und im Alltag.



Check**Sleep**

Unsere moderne Schlafdiagnostik bietet alle Messungen, die Sie auch in einem Schlaflabor erhalten würden – mit dem Vorteil, dass die Untersuchung bequem vor Ort in Ihrem Hotelbett durchgeführt wird. Die notwendige Messausrüstung wird dabei direkt und ambulant in unserem Check-up Zentrum angebracht.

Während Ihres Schlafes überwachen wir verschiedene Parameter, um die Schlafqualität präzise zu analysieren und Ihnen ein umfassendes Bild über die nächtliche Regeneration zu geben. Mit Hilfe von EEG erfassen wir Gehirnaktivität, um die verschiedenen Schlafphasen zu untersuchen. Außerdem messen wir Augenbewegungen und Muskelaktivität, während das EKG den Herzrhythmus überwacht. Zusätzlich kontrollieren wir Ihre Atmung, Sauerstoffsättigung, Körperbewegungen und den Blutdruck, um mögliche Störungen frühzeitig zu erkennen und etwaige Erkrankungen wie z.B. das sogenannte Schlaf-Apnoe-Syndrom aufzudecken. Danach werten wir mit Ihnen die Ergebnisse aus und besprechen mögliche Folgemaßnahmen.

Leistungen / Inhalte des Check**Sleep**

ärztliches Eingangsgespräch

Ambulante Anbringung der Schlafdiagnostik-Messgeräte am frühen Abend

Analyse

einer Vielzahl von Parametern, inkl. EEG, EKG, Sauerstoffsättigung, Atmung und Schnarchen, Körperbewegungen sowie Blutdruck

Ergebnisauswertung

am Folgetag in Zusammenarbeit mit dem Schlafforscher Dr. Michael Feld

Umfassende Beratung und Besprechung

von möglichen therapeutischen Maßnahmen

schriftlicher Befundbericht

Zeitrahmen: **Vom Vorabend über die Nacht bis ca. 13.00 Uhr am Folgetag**

Durchführbar als einzelne Diagnostik oder in Kombination mit unseren medizinischen Check-ups, z.B. dem **CheckMed** oder dem **CheckFit**

Impulse für mehr Leistung und Lebensqualität

Coaching-Einzelmodule

Alle Themenschwerpunkte (siehe S.8) sind auch als Modul einzeln buchbar und werden in den Check-up Tag integriert. Wählen Sie bis zu 2 Module und lassen Sie sich von unseren Coaches individuell beraten und trainieren. Zeitrahmen: 45-60 Minuten pro Modul.

Digitales Coaching

Auf Grundlage der am Check-up Tag erhobenen Daten beraten unsere Coaches Sie auch digital. Abgestimmt auf Ihren persönlichen Terminkalender können Sie die Module zeitlich unabhängig buchen. So ermöglichen wir auch eine Betreuung nach Ihrem Check-up und unterstützen Sie bei der Umsetzung Ihrer persönlichen Gesundheitsvorhaben.

Prävention – Mehrwert für Unternehmen

Check-up-Programme sind ein wichtiger Baustein der Personalentwicklung und des betrieblichen Gesundheitsmanagements sowie ein hochwertiges Bonusprogramm. Mitarbeitende und Unternehmen profitieren davon gleichermaßen und in vielerlei Hinsicht:

Reduzierung von Ausfallkosten und unternehmerischem Risiko

Längere Ausfallzeiten von Leistungsträgern führen nicht nur zu erheblichen Ausfallkosten sondern durch den Ausfall von Knowhow und Expertise auch zu großen unternehmerischen Schwierigkeiten. Prävention hat zum Ziel, Gesundheitsrisiken frühzeitig zu erkennen, so dass in vielen Fällen durch therapeutische Maßnahmen oder geeignete Verhaltensweisen noch rechtzeitig gegengesteuert werden kann.

Förderung der Unternehmenskultur und Arbeitgeberattraktivität

Mit der Etablierung von Gesundheits-Check-ups zeichnen Sie sich als besonders fürsorglicher Arbeitgeber aus. Das wird von Mitarbeitenden als wertschätzendes Signal erkannt und wirkt äußerst positiv auf Unternehmenskultur, Mitarbeiterbindung und Arbeitgeberattraktivität.

Impulse für mehr Lebensqualität – Prävention proaktiv gestalten

Medizinische Vorsorge allein greift zu kurz, wenn die Mitarbeitenden nicht auch selbst ihren Beitrag zum Erhalt der Gesundheit leisten. Auch wenn das Wissen um gesunde Verhaltensweisen oftmals vorhanden ist, lassen Beruf und Familie den meisten Führungskräften nur wenig Raum für geeignete Aktivitäten.
Im Check-up-Coaching lernen die Mitarbeitenden geeignete Verhaltensweisen kennen, die sich unter Berücksichtigung der persönlichen Gegebenheiten leicht in den Alltag integrieren lassen und sich langfristig auf Wohlbefinden, Motivation und Arbeitsfähigkeit auswirken.

Check-up als Bonus und Anreizsystem für Führungskräfte

Einen Tag „Zeit für Gesundheit" zu haben, ist für Führungskräfte ein sehr persönliches und wertvolles Geschenk. Als Arbeitgeber bringen Sie damit in besonderer Weise Ihre Wertschätzung und Dank für Engagement und Leistungsbereitschaft zum Ausdruck.
Die SKOLAMED Check-up-Zentren garantieren Ihren Mitarbeitenden, sich in exklusivem Ambiente einen ganzen Tag auf die wesentlichen Belange der Gesundheit zu fokussieren und dabei neue Motivation und Kraft zu schöpfen.

Führungskräfte als Förderer des BGM – für einen doppelten ROI

Es ist hinlänglich bekannt: „Nur wer auf die eigene Gesundheit achtet, achtet auch auf die Gesundheit der Anderen". Im Rahmen eines Gesundheits-Check-ups erfahren die Führungskräfte viel über ihre eigene Gesundheit und gesunde Verhaltensweisen.
So erwächst aus der persönlichen Auseinandersetzung auch eine neue Kompetenz für ein gesundheitsförderliches Führungsverhalten.

Umfassende und zeitlich kompakte Vorsorge an einem Tag

Das SKOLAMED Präventionsprogramm findet zeitlich kompakt an einem Tag statt und ersetzt somit mehrfache und aufwendige Arztbesuche. Das Gesundheitstraíning ist direkt in den Untersuchungstag integriert und liefert Ihren Mitarbeitenden nützliche Impulse und Motivation für einen gesunden Lebensstil.

Regeneration – der Weg zur gesunden Balance

Führungskräfte unterliegen vielfältigen Anforderungen und hohen Belastungen mit der Gefahr, dass die gesunde Balance verloren geht. Ursache ist selten die Belastung als solche, sondern unzureichende Regeneration. Anschaulich und praktisch zeigen wir im Gesundheits-Coaching, wie schon kleine Veränderungen die Regeneration verbessern und zu großen Veränderungen hinsichtlich Schlafqualität, Belastbarkeit und Wohlbefinden führen können.

Präventionsprogramme - Übersicht

SKOLAMED Check-ups

CheckMed
Ganzheitlicher „rein" medizinischer Check-up mit ausführlicher Gesundheitsberatung
Inhalte: **s. Seite 6-7**
Zeitrahmen: **8:00 – 15:00 Uhr**

CheckFit
Medizinischer Check-up (wie **CheckMed**) und Gesundheits-Coaching mit umfangreichen Analysen, Übungen Trainingsempfehlungen für einen aktiven und gesunden Lebensstil.
Inhalte: **s. Seite 6-9**
Zeitrahmen: **8:00 – 18:00 Uhr**

Partner-Check-up
Die Ehe- bzw. Lebenspartner*innen sind ein in vielerlei Hinsicht stabilisierender Faktor für die Gesundheit der Mitarbeitenden. Daher bieten wir Partner-Check-ups zu gesonderten Konditionen an.

Konzepte für Unternehmen

Mobile Check-up-Programme
Möchten Sie Gesundheitsvorsorge für eine große Anzahl von Mitarbeitenden anbieten, erweist sich unser mobiles Präventionskonzept als besonders effektiv. Z.B. unser Herz-Kreislauf-Check u.a. inklusive körperlicher Untersuchung, Ruhe-EKG, Ultraschall der Herzschlagader und Blutbild.

Medizinische Screenings

- Hautkrebsscreening
- Leber- und Nierenscreening
- Halsschlagaderscreening (Carotis)

Digitales Gesundheitscoaching

Sie wollen Ihren Mitarbeitenden auch nach dem Check-up Begleitung auf dem Weg zu einem gesunden Lebensstil bieten? Dann nutzen Sie unser digitales Gesundheitscoaching! Unsere Trainer*innen und Coaches unterstützen bei Gesundheitsfragen zu Ernährung, Fitness, Rückentraining und Regeneration.

- Individuelle Terminvereinbarung
- Themenspezifische Module à 45 Minuten
- Unsere Empfehlung für die Begleitung in den ersten Wochen nach dem Check-up

Weitere Informationen zum Coaching finden Sie auch auf Seite 9!



Unser Team

„Wir“ für Ihre Gesundheit



„Wir nehmen uns Zeit für Ihre Gesundheit!“

Wir legen großen Wert darauf, Sie umfassend und individuell zu betreuen und zu beraten – daher steht der persönliche Kontakt für uns an erster Stelle.
Während des gesamten Check-ups steht Ihnen Ihr unterersuchender Arzt/Ärztin als fester Ansprechpartner zur Verfügung. Darüber hinaus sorgt das gesamte SKOLAMED-Team für einen professionellen und reibungslosen Ablauf der Untersuchungen.
Aber auch nach dem Check-up stehen wir Ihnen jederzeit gerne für Ihre persönlichen Anliegen und Fragestellungen zur Verfügung.
Sprechen Sie uns gerne an!

„Profitieren Sie von unserer Erfahrung und Expertise“

Mit der Erfahrung von mehr als 20 Jahren Führungskräfte-Check-ups stehen wir für gleichbleibend hohe Qualität und Kundenzufriedenheit.
Unsere Fachärzte*innen für Innere Medizin u. a. Fachrichtungen verfügen über eine hohe Fachkompetenz und breite Erfahrung in der Präventionsmedizin. Im interdisziplinären Austausch mit weiteren Gesundheitsexperten*innen wie Sport- und Ernährungswissenschaftlern *innen beraten und betreuen wir Sie stets persönlich und fachlich kompetent.

„Wir unterstützen Sie – ganzheitlich und individuell!“

Unser Ärzt*innen- und Trainerteam gibt Ihnen praxisnahe Hilfestellungen für die Umsetzung Ihrer persönlichen Gesundheitsziele. Ob Rückentraining, die Ermittlung Ihres optimalen Trainingsbereiches oder Ernährungsumstellung – wir stimmen Beratung und Training stets auf Ihre persönliche Zielstellung ab und planen mit Ihnen die ersten bzw. nächsten Schritte.

NEU

Unterstützung und Beratung bei persönlichen Krisen – Hilfe rund um die Uhr!

Unabhängig davon, ob es sich um eine persönliche, berufliche oder familiäre Krise handelt, wenn sich Belastungen oder Erkrankungen alleine nicht mehr bewältigen lassen, steht den SKOLAMED Check-up-Teilnehmern ein Netzwerk aus psychologischen Beratern und Experten zur Verfügung, das schnell und lösungsorientiert Unterstützung leistet – rund um die Uhr!





SKOLAMED Check-up-Zentren

CHECK-UP ZENTRUM KÖNIGSWINTER/BONN

SKOLAMED GmbH I im Steigenberger Grandhotel I Petersberg I 53639 Königswinter



CHECK-UP ZENTRUM HAMBURG

SKOLAMED GmbH I im Steigenberger Hotel Treudelberg I Lemsahler Landstraße 45 I 22397 Hamburg

Gesundheitskompetenz in angenehmem Ambiente

Wir möchten, dass Sie sich im Rahmen Ihres Gesundheits-Check-ups bei uns wohlfühlen. Die SKOLAMED Check-up-Zentren auf dem Petersberg bei Bonn und in Hamburg Treudelberg bieten hierfür das geeignete Ambiente.

Es erwarten Sie moderne Untersuchungsräume sowie eine entspannte Atmosphäre in den Aufenthaltsbereichen. Die flankierenden Angebote des jeweiligen Hotels sorgen darüber hinaus für optimale Rahmenbedingungen an Ihrem Gesundheitstag!

Übernachtung und Verpflegung

Frühstück und Mittagessen sind in den zeitlichen Ablauf des Check-ups integriert und werden bereitgestellt. Gerne übernehmen wir für Sie auch die Zimmerreservierung oder weitere Arrangements im Hotel.

Organisatorisches

Vor dem Check-up

Alle notwendigen Informationen für den Check-up (zeitlicher Ablauf, Checkliste, Gesundheitsfragebogen, Anreiseinformation, etc.) versenden wir 3-5 Wochen vor dem Untersuchungstermin an Ihre Privatanschrift.

Nach dem Check-up

Eine Zusammenfassung aller Ergebnisse und Empfehlungen versenden wir wenige Tage nach dem Check-up-Termin in Form eines allgemein verständlichen Gesundheitsberichts an die Privatanschrift.

Auch nach dem Check-up stehen Ihnen unsere Arzt/Ärztin und Gesundheitsexperten*innen für Rückfragen gerne
zur Verfügung.

Sprachen

Die SKOLAMED Check-ups können in deutscher und englischer Sprache durchgeführt werden. Weitere Sprachen auf Anfrage.

Anmeldung

Entscheiden Sie sich für eines unserer Check-up-Programme und vereinbaren Sie Ihren persönlichen Termin direkt mit SKOLAMED.

Mit der Terminbestätigung erhalten Sie genaue Hinweise zur Untersuchung und allen organisatorischen Fragen. Gerne sind wir Ihnen auch bei der Zimmerreservierung behilflich.

Anmeldung für beide Standorte:

0 22 23 / 90 54 111

checkup@skolamed.de
www.skolamed.de/Anmeldung

SKOLAMED
Gesundheits-Check-up & Coaching

ZEIT FÜR GESUNDHEIT

Check-up mit Beratung und Coaching

ganzheitlich - kompakt - individuell

CHECK-UP ZENTRUM KÖNIGSWINTER/BONN
im Steigenberger Grandhotel Petersberg

SKOLAMED GmbH
Petersberg I 53639 Königswinter
T. + 49(0) 2223 / 90 54 111
checkup@skolamed.de

CHECK-UP ZENTRUM HAMBURG
im Steigenberger Hotel Treudelberg

SKOLAMED GmbH
Lemsahler Landstraße 45 I 22397 Hamburg
T. +49 (0)40 / 399 990 730
checkup@skolamed.de

Anmeldung: 02223 / 90 54 111