



BODY | MIND | SOUL | SCAN

Der 360° Health-Check

Die wahrscheinlich einfachste und entspannendeste Art, Gesundheit zu zeigen und zu fördern und Risiken frühzeitig zu erkennen

Angebote & Preise

© sanochron gmbh, 06/2025



Leistungsangebote & Preise | Überblick

Kompletter 360° Health-Scan

1 - BODY | MIND | SOUL | SCAN

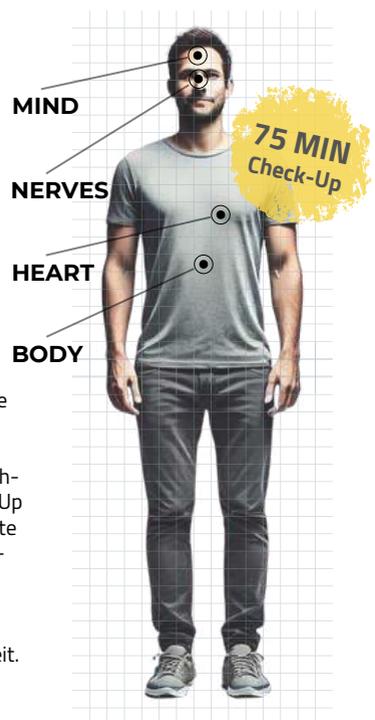
So fördert man Gesundheit heute: Als "Gast" in entspanntem Wohlfühlambiente und nicht als "Patient" in überfüllten Ordinationen mit langen Wartezeiten.

75-Minuten Check-Up So einfach geht Gesundheit: Ein 360°-Scan deiner Vitalität und Lebensführung, inkl. Vital- und Individualparameter-Analyse und Arztgespräch.

Dauer 75 Minuten - One-Stop-Scan ohne Wartezeiten

Preis € 295 p. P. (inkl. MwSt.)

Beschreibung Der innovative Boxenstopp liefert eine 360°-Analyse deiner Vitalität, Leistungsressourcen und Lebensführung und ist wahrscheinlich die einfachste Art, Gesundheit zu zeigen und zu fördern und Risiken frühzeitig zu erkennen. Der sanfte, nicht invasive Check-Up setzt auf modernste Messmethoden und KI-gestützte Technologien in Kombination mit echten Arztgesprächen. Der Scan ermöglicht zuverlässige Diagnosen, Quick-Wins und Maßnahmen, die wirklich passen. Und das alles in einem einzigen Termin, ganz ohne Wartezeiten, mit Ergebnissen & Diagnosen in Echtzeit.



Schwerpunkt- bzw. Teil-Scans | einzeln buchbar

MIND | SCAN

Gesunder Geist, gesunder Körper. Tickst du noch richtig? Finde es heraus.

Mind-Scan Die einzigartige Individual-Analyse liefert tiefe Einsichten in dein Mindset, deine Stress- und Belastungssituation sowie deine Erholungsfähigkeit und Lebensführung.

Dauer 20 Minuten - Webbasierter Scan, opt. inkl. Ergebnisbesprechung

Preis € 40 p. P. (inkl. MwSt.)

Beschreibung Die webbasierte, anonymisierte und KI-gestützte Individual-Analyse liefert Daten in Echtzeit und bildet die Basis für eine "richtige" Selbsteinschätzung, Bewusstseinsbildung und wertvolle Benchmarks. Beleuchtet werden das persönliche Mindset, die Stress- und Belastungssituation, die Erholungsfähigkeit, psycho-soziale Stabilität, Resilienz und Lebensführung. Der Scan inkludiert optimal eine kurze Ergebnisbesprechung und bildet die Grundlage für zuverlässige Diagnosen, vertiefende Scans, Arbeit an sich selbst oder weiterführendes Medical-Coaching.

NERVES | SCAN

Wie steht es um dein Nervenkostüm?

VNS-Analyse	Der Scan ermittelt den Zustand und die Adaptionsfähigkeit des vegetativen Nervensystems und gibt Aufschluss über vegetative Störungen.
Dauer	30-35 Minuten - HRV-Messung, Individual-Analyse, Ergebnisbesprechung/Arztgespräch
Preis	€ 105 p. P. (inkl. MWSt.) bzw. € 125 p. P. im Paket inkl. Mind-Scan (Individualanalyse)
Beschreibung	Die VNS-Analyse misst über die Herzratenvariabilität den Zustand des vegetativen/autonomen Nervensystems, das mit seinen beiden Hauptnerven Sympathikus (Stressnerv) und Parasympathikus (Erholungsnerv, Vagus) alle willentlich nicht beeinflussbaren Vitalfunktionen wie Herzschlag, Blutdruck, Verdauung, Immunsystem oder Energiebereitstellung steuert. Ziel ist die Balance zwischen Spannung und Entspannung, um vegetative Störungen wie Erschöpfung, Schlafstörungen, Schwitzen oder Angst zu lösen oder zu lindern. Abgerundet wird der Scan durch eine Individualanalyse und Ergebnisbesprechung.

BODY | SCAN

Gesunder Körper, gesunder Geist. Wie gut gehst du mit dir und deinem Körper um?

BIA-Analyse	Ermittlung der Körperzusammensetzung und der physischen Konstitution.
Dauer	25-35 Min. - Bioelektrische Impedanzanalyse, Individualanalyse, Ergebnisbesprechung
Preis	€ 85 p. P. (inkl. MWSt.) bzw. € 105 p. P. im Paket inkl. Mind-Scan (Individualanalyse)
Beschreibung	Die Bioelektrische Impedanzanalyse gibt Aufschluss über die Körperzusammensetzung und physische Konstitution: Mager-/Muskel-/Fettmasse, Wasserhaushalt, Stoffwechsel, Zellgesundheit, u.v.m. Ergänzend werden Parameter wie Griffkraft und Waist-to-Hip-Ratio gemessen. Abgerundet wird der Scan durch ein kurzes Arztgespräch/eine Ergebnisbesprechung und einen optionalen Mind-Scan. Körperliche Gesundheit wird damit zum Wegweiser für Selbstreflexion, weitere Analysen und mögliche Interventionen.

2 - WORKSHOP | SCAN

Komplette 360° Scans, verpackt in unterhaltsamen und interaktiven Workshops

Workshop	Interaktiver Workshop, inklusive komplettem 360° Body-Mind-Soul-Scan.
Dauer	4 Stunden
Preis	€ 330 p. P. (inkl. MWSt.)
Beschreibung	Gesundheitsförderung darf auch Spaß machen und als unterhaltsamer Wegweiser zu Lebensfreude, Resilienz und Leistungsressourcen dienen. Dabei spielen sozialer Austausch und Interaktion eine wichtige Rolle. Im Workshop erfährst du Spannendes und vielleicht Überraschendes über deine Vitalität, Stress-/Belastungs-situation und Erholungsfähigkeit. Inkludiert sind ein kompletter Body-Mind-Soul-Scan, Bewusstseinsbildung, Austausch, Spaß und Benchmark in der Gruppe, Best-Practice, Quick-Wins, Impulse, Übungen und Coachings sowie ein Arztgespräch.

3 - AUSZEIT | SCAN

Die ganz private Auszeit, inkl. 360°-Scan & Medical Coaching. Burnout oder Krankheit? Nein, danke!

Time-Out	Das individuelle und exklusive Auszeit-Programm, inkl. komplettem Body-Mind-Soul-Scan
Dauer	2 oder 3 Tage
Preis	auf Anfrage, bzw. ab € 960 p. P. (inkl. MWSt.) für 2 Tage Hotel ab € 195 p. P. für 2 Tage (inkl. MWSt.) im 3, 4 od. 5* Hotel
Beschreibung	Das Auszeitprogramm ist für alle, die ihre Gesundheit, Vitalität und Leistungsressourcen auch in schwierigen Zeiten und Krisen erhalten oder wiedergewinnen wollen. Ziel ist die Verbesserung der Situation und Lebensfreude sowie die Burnout- und Krankheitsprävention. Das Programm umfasst einen kompletten 360°-Scan, exklusive Vital- & Individualparameter-Analysen, Impulse, Übungen, Best-Practice, Coachings (Personal, Mental, Business), Arztgespräche und Lösungsstrategien, die wirklich passen - und viel persönliche Auszeit für Entspannung, Bewegung und Reflexion.

4 - COACHING | MEDICAL & MENTAL

Maßgeschneiderte und vertiefende Coachings für persönliches Wohlbefinden.

Coaching	Individuelles Medical-, Mental-, Personal- oder Business-Coaching.
Dauer	30 oder 45 Minuten
Preis	auf Anfrage, bzw. € 125 bzw. € 180 pro Unit (inkl. MWSt.)
Beschreibung	Die exklusiven Coaching-Units gehen gezielt auf die jeweilige Situation persönliche Herausforderungen ein und unterstützen die Förderung oder Wiederherstellung von Vitalität, Leistungsressourcen und Lebensfreude. Die Units können frei oder im Anschluss an einen Body-Mind-Soul-Scan oder einen Workshop gebucht werden. Der Fokus liegt auf Bewusstseinsbildung und Reflexion sowie der Erarbeitung passender Interventionen und Maßnahmenprogramme für nachhaltige Verbesserungen.

THE EXPERTS | BEHIND



Dr. Waltraud
Bitterlich



Univ.-Prof. Prim.
Dr. Rudolf Likar



Dr. Martin
Ortner



Dottore
Cesare Lino



GF Mag. Kurt
Lackenbacher, MBA

sanochron gmbh

Hans-Sachs-Straße 16
9020 Klagenfurt am Wörthersee
www.sanochron.com
office@sanochron.com



Infos & Termine