„Ich will auf meine Art gesund bleiben.“

Vorsorgeprogramme
Merkur Krankenversicherung
Weil ich das Wunder Mensch bin.

merkur VERSICHERUNG

„Ich brauche kompetente Partner, die mich dabei unterstützen, mein Wohlbefinden zu erhalten.“

Gesund bleiben und nachhaltig Lebensfreude bewahren

Merkur Gesundheitsvorsorge

Vorsorgen statt heilen – diese Philosophie prägt die Vorsorgeprogramme der Merkur Versicherung.

Die Merkur Versicherung versichert das selbstbestimmte Leben des Menschen und versteht den Menschen als eine harmonische Einheit aus Körper, Geist und der Freude am Leben. Diese ganzheitliche Sicht des Wunders Mensch hat die Merkur in den mehr als 222 Jahren ihres Bestehens zu dem gemacht, was sie heute ist: eine der führenden Gesundheitsversicherungen, die ihre Krankenversicherung mit innovativen Vorsorgeprogrammen ergänzt, um die Gesundheit ihrer Versicherten zu erhalten und sie zu einem aktiven, gesunden Lebensstil zu inspirieren.

Gesundheit für Körper und Geist:

Aktiv vorsorgen mit fit4life und time4me

fit4life und time4me sind als Vorsorgeprogramme Teil der Merkur Krankenversicherung.

fit4life – individuelle Vorsorge und Lebensbegleitung

fit4life ist das ganzheitliche Vorsorgeprogramm, das genau auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt wird. Ziel ist die proaktive Lebensstilumstellung zu einer sehr bewussten, aktiven Lebensführung, welche die Gesundheit erhält und Krankheiten vorbeugen kann.

fit4life in der Übersicht:

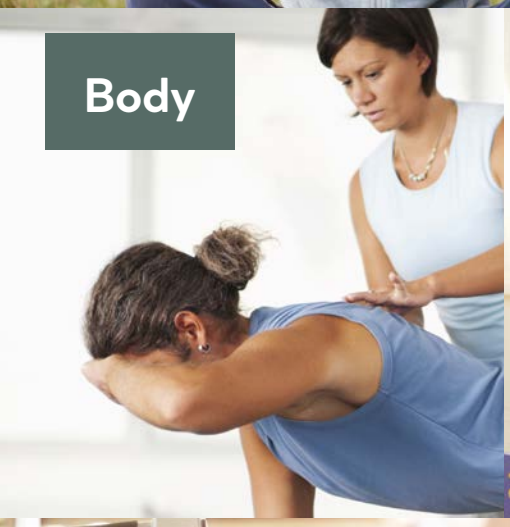
Wählen Sie alle zwei Jahre Ihr persönliches fit4life Vorsorgeprogramm aus dem umfangreichen Angebot:

- mehrtägiger Aufenthalt im 4- oder 5-Sterne-Hotel
- 6-monatiges Training im Fitness-Studio für Jugendliche und Erwachsene
- coole Gesundheits-Events und -Programme für Kinder
- Training in ausgewählten Yoga-Studios für Jugendliche und Erwachsene

fit4life time4me

Soul

Ayurveda


Body

Minis

Klassik

Fitness

Relax

Yoga

Juniors

Fernost

Specials

Kids & Teens

fit4life

Vielfalt für individuelle Bedürfnisse

Wählen Sie alle zwei Jahre Ihr persönliches fit4life Vorsorgeprogramm. Das Angebot im Hotel (3 Tage/ 2 Nächte) ist individuell auf Sie abgestimmt und reicht von klassischer Schulmedizin über fernöstliche Medizin, speziellen Programmen für mehr Lebensenergie und Entspannung bis hin zur indischen Gesundheitslehre. Im Rahmen der fit4life Specials (4 Tage/3 Nächte) werden Gesundheits- und Lifestylethemen mit einer Auszeit vom Alltag vereint. Jugendliche sowie sportlich Ambitionierte wählen ihr individuelles Trainingsprogramm in Fitness-Studios oder in exklusiven Yoga-Studios. Für Kinder stehen altersgerechte und coole Gesundheits-Events zur Verfügung.

	fit4life	Beschreibung	Partner
Jugend	Minis	Vorsorge für die Kleinsten	Hotel
	Kids & Teens	Gesundheit erleben	diverse Veranstaltungsorte
	Juniors	Aktiv Körperbewusstsein fördern und schaffen	Fitness-Studio
	Yoga Juniors	Kraft und Energie tanken für Schule und Studium	Yoga-Studio
Sport	Fitness	Training für Sportbegeisterte	Fitness-Studio
	Yoga	Harmonischer Ausgleich im Alltag	Yoga-Studio
	Body	Individuelles Training für mehr Power	Hotel
Wellbeing	Soul	Lebensenergie und innere Balance finden	Hotel
	Ayurveda	Entspannen mit ayurvedischen Treatments	Hotel
	Relax	Wohlfühlen, loslassen und entspannen	Hotel
Medizin	Klassik	Umfassende schulmedizinische Gesundheitsvorsorge	Hotel
	Fernost	Ganzheitliche Vorsorge nach Traditionell Chinesischer Medizin (TCM)	Hotel
fit4life Specials	Specials	Themenspezifische Gesundheitsprogramme	Hotel

fit4life Minis

Das fit4life Programm für die Kleinsten bis zum 6. Lebensjahr – in ausgewählten Familienhotels.

Das Programm

Altersentsprechendes Angebot zur Unterstützung der motorischen und kognitiven Entwicklung des Kindes sowie zur Förderung von Selbsterfahrung, Zuneigung, Geborgenheit und Bewegungsfreude.

Babymassage erlernen

- ✔ bis zum Ende des 1. Lebensjahres
- ✔ zur Mobilisation des Babys

oder

Eltern-Kind-Turnen

- ✔ zur Steigerung der Bewegungskoordination

Genaue Programminhalte und Durchführbarkeit sind abhängig vom Entwicklungsstand des Kindes und seiner Motivation, aktiv teilzunehmen.

fit4life Kids & Teens

Sport hautnah erleben für Kids und Teens von 6 – 14 und ihre Eltern in ausgesuchten Locations in ganz Österreich. Alle anspruchsberechtigten Teilnehmer werden zeitgerecht zu diesem Programm eingeladen.

Das Programm

- sportbezogenes, eintägiges Gesundheitsevent
- Spaß und Interesse an vielfältiger Bewegung wecken
- Kennenlernen und Erleben spannender Sportarten
- sportmotorische Tests und Analyse von Haltung, Kraft und Beweglichkeit

fit4life Juniors

Fitnesstraining und -check für Jugendliche von 15 bis 18 in ausgewählten Fitness-Studios mit professioneller Betreuung.

Das Programm

- Fit-Check inkl. Anamnesegespräch, Muskelfunktionstest, Körperfettmessung und Ergebnisbesprechung sowie Trainingsplanung
- Im Rahmen einer bis zu 60-minütigen One-to-One-Trainingseinheit weist ein Trainer in die richtige Handhabung der Geräte ein. Ziel ist es, Fehlbelastungen und falsche Beanspruchungen des Bewegungsapparates zu vermeiden.
- 6-monatiges Training
- Alle aktuellen Vertragspartner-Fitness-Studios finden Sie auf www.merkur.at.

fit4life
Yoga Juniors

Yoga-Stunden für Jugendliche von 15 bis 18 Jahren in exklusiven Yoga-Studios: Aktivierende und entspannende Yoga-Einheiten führen zu einem achtsamen Ausgleich zwischen Kraft, Dynamik und Ruhe. Geboten werden passende Yoga-Levels, sowohl für Anfänger als auch Fortgeschrittene.

Das Programm

- zahlreiche Yoga-Einheiten
- Körperübungen in Verbindung mit Entspannungstechniken und Atemübungen

fit4life Fitness

Fitnesstraining und -check in ausgesuchten Fitness-Studios mit modernster Ausstattung.

Das Programm

- Fit-Check inkl. Anamnesegespräch, Muskelfunktionstest, Körperfettmessung und Ergebnisbesprechung sowie Trainingsplanung
- Im Rahmen einer bis zu 60-minütigen One-to-One-Trainingseinheit weist ein Trainer in die richtige Handhabung der Geräte ein. Ziel ist es, Fehlbelastungen und falsche Beanspruchungen des Bewegungsapparates zu vermeiden.
- 6-monatiges Training
- Alle aktuellen Vertragspartner-Fitness-Studios finden Sie auf www.merkur.at.

fit4life Yoga

Kraft, Harmonie und Ruhe – ausgleichende Yoga-Einheiten sorgen für körperliches und geistiges Wohlbefinden. Geboten werden passende Yoga-Levels, sowohl für Anfänger als auch Fortgeschrittene in exklusiven Yoga- Studios.

Das Programm

- zahlreiche Yoga-Einheiten
- Körperübungen in Verbindung mit Entspannungstechniken und Atemübungen

fit4life Body

Mehr Energie, Motivation und Fitness durch gesundes Training. Im Mittelpunkt stehen die Analyse und Verbesserung der sportlichen Leistungsfähigkeit, individuell an Ihre persönlichen Ziele angepasst. Eine Trainingsberatung und Personal-Coaching-Einheit sowie Massagen runden das Programm ab.

Das Programm

Schwerpunkte:

- ✔ **Cardio**
  Leistungstest am Ergometer inkl. Trainingsplanerstellung, Laktatmessung (optional), Personal Coaching und Sportmassage

oder

- ✔ **Rücken**
  Beweglichkeits- und Kraftanalyse, Wirbelsäulen-Screening (optional), Personal Coaching und Rücken-Fit-Massage

fit4life Soul

Das Programm für mehr Lebensfreude und Lebensenergie: Finden Sie Wege zu mehr Wohlbefinden und Ausgeglichenheit. Stärken Sie Ihr persönliches Gleichgewicht und Ihre innere Balance durch Abstand vom Alltag, Entspannung und mentale Erholung.

Das Programm

Mentale Erholung
Ermittlung der individuellen Belastbarkeit und des Erholungspotenzials, Reflexionsgespräch mit einem qualifizierten Mental-Coach zur persönlichen Lebenssituation, Kreativ- und Achtsamkeitsworkshop, Entspannungsmassage

fit4life Ayurveda

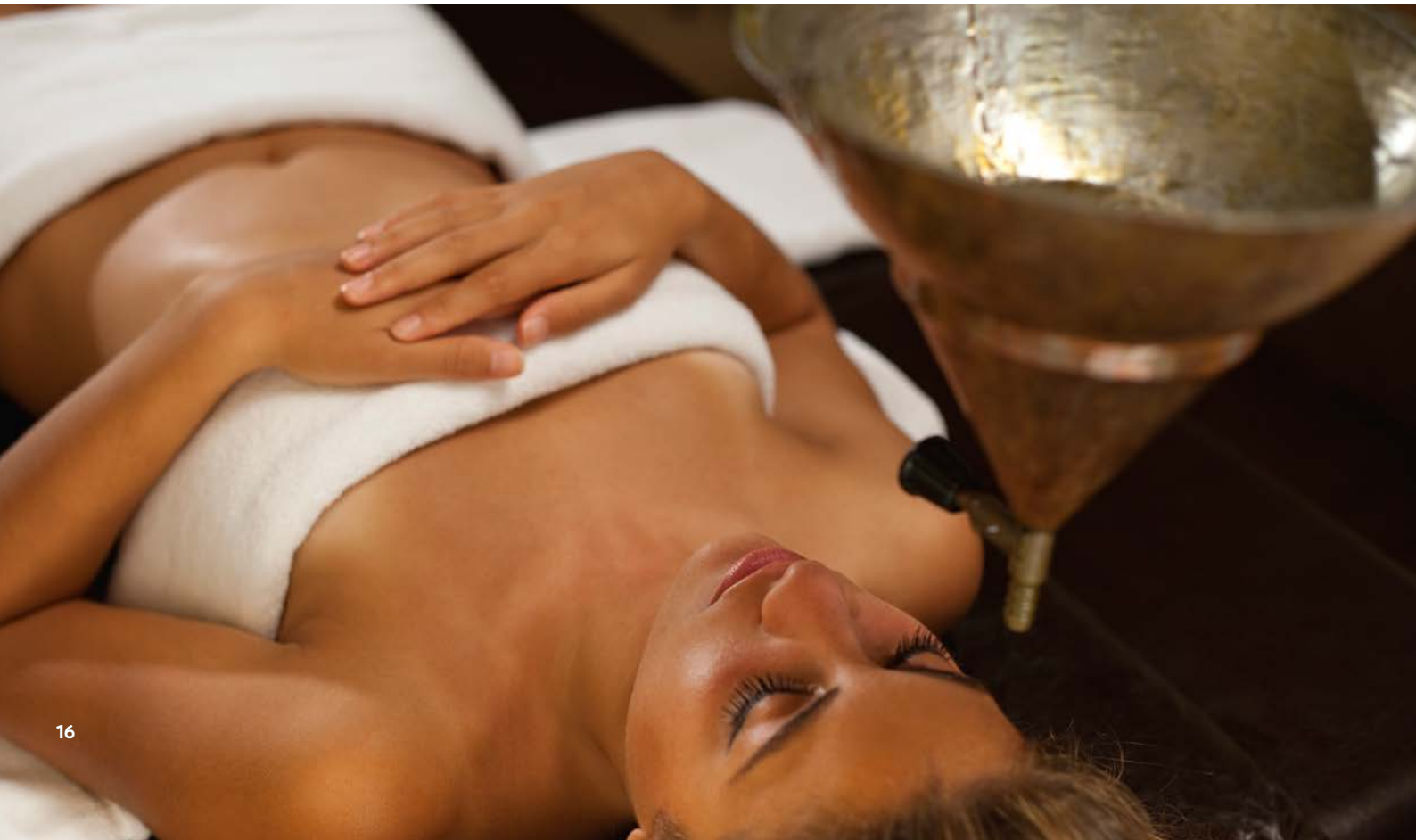
Regenerieren vom Alltag mit den Erholungs- und Heilpraktiken des Fernen Ostens. Tauchen Sie mit dem ayurvedischen Begrüßungsritual und Ihrer persönlichen Typbestimmung in eine ganzheitliche Wohlfühlwelt ein.

Das Programm

- ayurvedische Typbestimmung
- ayurvedisches Begrüßungsritual mit Padabhyanga-Fußmassage
- ayurvedisches Bewegungsprogramm

Wahlweise möglich:

- ayurvedisches Blütenbad
- Abhyanga (ayurvedische Ganzkörper-massage)
- Shirodhara (Stirnguss)
- Garshan (Seidenhandschuhmassage)
- Shiroabhyanga (Kopf- / Nacken- / Gesichtsmassage)



fit4life Relax

Tauchen Sie ein in die wunderbare Welt der Entspannung. Erholung vom Alltag steht im Mittelpunkt dieses Programms. In einem Workshop lernen Sie bewusstes Ankommen und Loslassen. Wohlfühl-Treatments helfen Ihnen beim vollständigen Zur-Ruhe-Kommen und vertiefen Ihre Entspannung.

Das Programm

- Achtsamkeits-Workshop
- Relaxmassage
- Wohlfühl- und Entspannungstreatment

fit4life Klassik

In angenehmer Hotelatmosphäre diagnostizieren Ärzte, wie es um Ihre Gesundheit und Fitness bestellt ist. Das ganzheitliche medizinische Vorsorgeprogramm fit4life Klassik erweitert die staatliche Vorsorgeuntersuchung der Sozialversicherung.

Das Programm

- 2 ausführliche Arztgespräche
- Laboruntersuchung
- körperliche Untersuchung
- Ruhe-EKG
- Lungenfunktionsprüfung
- Ultraschalluntersuchung der Schilddrüse, des Oberbauchs und der Nieren (fakultativ)
- Carotis-Sonographie ab dem 40. Lebensjahr (fakultativ)
- Auflichtmikroskopie der Haut (fakultativ)
- Impfstatus Hepatitis A + B sowie FSME Titerbestimmung (fakultativ)

Das Aufbauprogramm:

- Herz-Kreislauf und Fitness (z. B. Ergometrie oder Ausdauer-Training)

oder

- Wirbelsäule und Haltung (z. B. MediMouse®-Messung sowie Stabilisations- und Beweglichkeitstraining)

fit4life Fernost

Die Traditionell Chinesische Medizin ist ein Diagnose- und Behandlungssystem, das Körper, Geist und Seele als untrennbare Einheit sieht. In entspannter Atmosphäre werden Sie von speziell ausgebildeten TCM-Ärzten untersucht und beraten.

Das Programm

- ausführliches ärztliches Gespräch
- klassische körperliche Untersuchung
- Zungendiagnostik
- Pulsdiagnostik

Teezeremonie – üben Sie die Teezeremonie als eine besondere Form der Meditation.
Diese wird exklusiv im Merkur Lifestyle Spa im LOISIUM Wine & Spa Resort Südsteiermark angeboten.

Das Aufbauprogramm:

Aufgrund Ihrer Untersuchungsergebnisse wird ein Aufbauprogramm aus Behandlungs- und Therapieformen der TCM zusammengestellt: Ernährungsberatung nach den fünf Elementen oder fernöstliche Massagetechniken und vieles mehr.

fit4life Specials

Die fit4life Specials vereinen Gesundheits- und Lifestylethemen mit einer Auszeit vom Alltag in ausgewählten Locations.

Erleben Sie 4 Tage/3 Nächte gezielte Entschleunigung und professionelle Betreuung zu einem Thema Ihrer Wahl.

Die jeweils aktuellen Themen, Veranstaltungsorte und Termine finden Sie auf www.merkur.at/programme

Ein starkes Team für Ihre Vorsorge:

fit4life und die Vertragspartner

Die Merkur Privatklasse fit4life bietet Ihnen mit ihren Vorsorgeprogrammen umfassende Untersuchungen und Entspannung in erstklassigen Gesundheitshotels und sportliche Trainingseinheiten in ausgewählten Fitness- und Yoga-Studios. Mehr Informationen finden Sie auf www.merkur.at.

Die fit4life-Symbole

	Minis
	Juniors
	Yoga Juniors
	Fitness
	Yoga
	Body
	Soul
	Ayurveda
	Relax
	Klassik
	Fernost
	Specials

© LOISIUM Wine & Spa Hotels

LOISIUM
Wine & Spa Resort Südsteiermark

Am Schlossberg 1a, 8461 Ehrenhausen
Tel: 03453 288 003 04
E-Mail: loisium@merkur-lifestyle.at
www.merkur-lifestyle.at

Anmeldezeiten: Mo bis Sa 9.00 – 18.00 Uhr

fit4life-Programme:

Body Relax Klassik Fernost Ayurveda

LOISIUM Wine & Spa Resort Südsteiermark

Direkt an der Südsteirischen Weinstraße gelegen, besticht das LOISIUM Wine & Spa Resort durch die einzigartige Kombination von Architektur, Spa, Wein und kulinarischem Genuss. Das Wine Spa bietet auf 1.400 m² einen ganzjährig beheizten Outdoorpool, einen großen Saunabereich, individuell gestaltete Ruhezonen, einen Fitnessraum sowie ein umfassendes Angebot an hochwertigen AVEDA- & Wein-Treatments. Im Restaurant Weinkuchl wird steirische Tradition in den Gerichten neu und elegant interpretiert. Hochklassiger Wein kann in der LOISIUM Vinothek verkostet und zu Ab-Hof-Preisen gekauft werden. Das LOISIUM ist der perfekte Ausgangspunkt für Wanderungen und Radtouren oder für kulturelle Ausflüge.

Zielgruppe: Ruhe- und Erholungsuchende, Gesundheitsbewusste (mit einem Arzt vor Ort), Sportbegeisterte

Verpflegung: erweiterte Halbpension

Aktivitäten: Golfen, Wandern, Radfahren, Laufen & Walken

Das Merkur Lifestyle Spa vor Ort im Hotel LOISIUM Wine & Spa Resort Südsteiermark bietet Ihnen eine umfassende Gesundheitsvorsorge mit hochwertigen medizinischen und therapeutischen Leistungen an.
Näheres finden Sie auf **www.merkur-lifestyle.at.**

© Villa Seilern Betriebs GmbH

Villa Seilern Vital Resort

Tänzlgasse 11, 4820 Bad Ischl
Tel: 06132 294 46
E-Mail: ischl@merkur-lifestyle.at
www.merkur-lifestyle.at

Anmeldezeiten: Mo bis Sa 9.00 – 18.00 Uhr

fit4life-Programme:

Body Relax Klassik Ayurveda

Villa Seilern Vital Resort Bad Ischl

Vom gesunden Schlaf in den Zirbenholz-Zimmern über das mit der „Grünen Haube" ausgezeichnete, gesunde Essen bis hin zu den therapeutischen Anwendungen stehen Gesundheit und Wohlbefinden im Mittelpunkt. Mit dem Merkur Lifestyle Spa hat die Villa Seilern einen Gesundheitspartner im Haus, der auf höchstem Niveau um das körperliche und seelische Wohlbefinden der Gäste bemüht ist. Das Team aus professionellen Fachleuten bietet modernste medizinische Vorsorge. Die Gesundheit steht an erster Stelle – denn nur wer gesund ist, strahlt auch innere Schönheit aus.

Zielgruppe: Ruhe- und Erholungsuchende, Gesundheitsbewusste (mit einem Arzt vor Ort), Sportbegeisterte

Verpflegung: erweiterte Halbpension

Aktivitäten: Golfen, Wandern, Radfahren, Laufen & Walken, Mountainbiken

Das Merkur Lifestyle Spa vor Ort im Hotel Villa Seilern Vital Resort bietet Ihnen eine umfassende Gesundheitsvorsorge mit hochwertigen medizinischen und therapeutischen Leistungen an.
Näheres finden Sie auf **www.merkur-lifestyle.at.**

REITERS Supremehotel Bad Tatzmannsdorf

Das einzigartige Supremehotel liegt inmitten eines 120 Hektar großen Rückzugs- und Erholungsreserve in der sanft-hügeligen Landschaft. Bereits zum 9. Mal in Folge wurde das Supremehotel vom Relaxguide mit der Höchstpunktezahl von 20 Punkten und 4 Lilien ausgezeichnet. Mit dem Yin-Yang-Spa auf über 8.000 m² verfügt das Supremehotel über das größte Hotel-Spa Europas mit ausgezeichneten Treatments. Auch an die Damen, die gerne unter sich sind, wurde im eigenen Ladies' Spa gedacht. Das Hotel ist luxuriös und gleichzeitig bodenständig, fein und relaxed, großzügig und heimelig. Wählen Sie aus den vielen Möglichkeiten Ihr persönliches Urlaubsangebot. Am hoteleigenen 27-Loch-Golfplatz erhalten Sie bis zu 70 % Greenfee-Ermäßigung.

Zielgruppe: Ruhe- und Erholungsuchende, Gesundheitsbewusste (mit einem Arzt vor Ort), Thermenliebhaber, Sportbegeisterte

Verpflegung: Halbpension

Aktivitäten: Golfen, Radfahren, Laufen & Walken

Das Merkur Lifestyle Spa vor Ort im Reiters Supremehotel bietet Ihnen eine umfassende Gesundheitsvorsorge mit hochwertigen medizinischen und therapeutischen Leistungen an.
Näheres finden Sie auf **www.merkur-lifestyle.at.**

© Jenni Koller for Reiters Reserve

REITERS Supremehotel

Am Golfplatz 1, 7431 Bad Tatzmannsdorf
Tel: 03326 550 55
E-Mail: reservierung@merkur-lifestyle.at
www.merkur-lifestyle.at

Anmeldezeiten: Mo bis Fr 8.00 – 17.00 Uhr

fit4life-Programme:

Body · Relax · Klassik · Soul · Ayurveda

REITERS Finest Familyhotel Bad Tatzmannsdorf

Ein perfekter Urlaub mit Ihren Kindern erwartet Sie im REITERS Finest Familyhotel, das vom Relaxguide zum 5. Mal in Folge als das beste Familien-Wellnesshotel Österreichs ausgezeichnet wurde. All inclusive mit ganztägiger Kinderbetreuung (ab 6 Monaten), großes Sportangebot wie Golf, Reiten, Tennis, Finest Beauty, Merkur Lifestyle Spa, hoteleigene Therme mit Ruhebereichen für Erwachsene und Kasimirs Waterworld für Kids. Im 120 Hektar großen Reserve leben viele seltene Tierrassen wie weiße Barockesel, Galloway-Rinder, Lipizzaner, American Miniature Horses, Wasserbüffel und Mangalitza-Schweine.

Zielgruppe: Familien, Gesundheitsbewusste (mit einem Arzt vor Ort), Thermenliebhaber, Sportbegeisterte

Verpflegung: All inclusive

Aktivitäten: Golfen, Radfahren, Laufen & Walken

Das Merkur Lifestyle Spa vor Ort im Reiters Finest Familyhotel bietet Ihnen eine umfassende Gesundheitsvorsorge mit hochwertigen medizinischen und therapeutischen Leistungen an.
Näheres finden Sie auf **www.merkur-lifestyle.at.**

© Jenni Koller for Reiters Reserve

REITERS Finest Familyhotel

Am Golfplatz 4, 7431 Bad Tatzmannsdorf
Tel: 03326 550 55
E-Mail: reservierung@merkur-lifestyle.at
www.merkur-lifestyle.at

Anmeldezeiten: Mo bis Fr 8.00 – 17.00 Uhr

fit4life-Programme:

Body · Relax · Klassik · Ayurveda · Minis

© shoot+style

Natur- und Aktivresort Reiterhof

Achenkirch 380, 6215 Achenkirch
Tel: 05246 200 94 370
E-Mail: achenkirch@merkur-lifestyle.at
www.merkur-lifestyle.at

Anmeldezeiten: Mo bis Sa 9.00 – 13.00 und 14.00 – 18.00 Uhr

fit4life-Programme:

Body, Relax, Soul, Klassik, Fernost, Ayurveda

Natur- und Aktivresort Reiterhof Achenkirch

Die einzigartige Panoramalage auf ca. 30.000 m² Grünfläche ist perfekt für Ruhesuchende und Naturliebhaber. Familiäre Vertrautheit, ein großartiges Wellness-Angebot, die individuelle Gästebetreuung und die charmante Herzlichkeit der Mitarbeiter machen kostbare Tage zum unvergesslichen Erlebnis. Neben einer 3.000 m² großen Wellnessanlage mit verschiedenen Indoor- und Outdoorpools, der erlebnisreichen Vitaldörfl-Saunawelt, großem Saunagarten, verschiedenen Wasserattraktionen und Saunaevents, attraktiven Relaxbereichen und der einzigartigen Gartenanlage mit Badeteich bietet die ausgezeichnete Küche kulinarische Gaumenfreuden – gesund, wohlschmeckend und ideenreich. Ihr tägliches Trainingsprogramm können Sie im Fitnessraum an bewährt professionellen TechnoGym-Geräten durchführen oder auch beim Aktivprogramm Wanderungen, AquaGym, Yoga, Nordic Walking und vieles mehr erleben.
Die gemütlichen, ruhig gelegenen Zimmer, die exzellente und regionale Küche sowie die sonnige Terrasse mit herrlichem Blick in unberührte Natur machen das Natur- und Aktivresort Reiterhof zum Geheimtipp!
Der Achensee mit seinem smaragdgrünen Wasser und die Bergwelt des Natur- und Vitalpark Karwendel runden das Wohlfühlerlebnis ab.

Zielgruppe: Ruhe- und Erholungsuchende, Gesundheitsbewusste (mit einem Arzt vor Ort), Sportbegeisterte

Verpflegung: erweiterte Halbpension

Aktivitäten: Golfen, Wandern, Skifahren, Radfahren, Mountainbiken, Laufen & Walken

Das Merkur Lifestyle Spa vor Ort im Hotel Natur- und Aktivresort Reiterhof bietet Ihnen eine umfassende Gesundheitsvorsorge mit hochwertigen medizinischen und therapeutischen Leistungen an.
Näheres finden Sie auf **www.merkur-lifestyle.at.**

© Jenni Koller/Reiters Resort Stegersbach

REITERS Resort Stegersbach

Golfstraße 1, 7551 Stegersbach
Tel: 03326 550 55
E-Mail: reservierung@merkur-lifestyle.at
www.merkur-lifestyle.at

Anmeldezeiten: Mo bis Fr 8.00 – 17.00 Uhr

fit4life-Programme:

Body, Relax, Klassik, Ayurveda, Minis

REITERS Resort Stegersbach

Wellness, Badespaß & Erlebnisvielfalt im Reiters Resort Stegersbach. Genießen Sie die fröhlichste Art des Wellnessens im Reiters Resort Stegersbach. Es erwarten Sie Wohlfühltage mit bester Kulinarik - mehrmals täglich frisch zubereitet, wetterunabhängiges Wassererlebnis in der Reiters Therme mit 14 Becken, 2.200 m2 Thermensauna, Rutschen und großem Aktiv-/Außenbereich - bequem über die Badgasse erreichbar, Erholung in der ruhigen Flüstertherme** mit 2 Becken und im Yin Yang Spa-Nacktbereich**, ein moderner Fitnessraum für Aktive sowie eine Kinder- & Jugendwelt*.Unschlagbare Greenfee-Preise für Allegria-Hotelgäste auf Reiters Golf 72 Südburgenland.

* ohne Betreuung, ** nur für Erwachsene und Kinder ab 15 Jahren

Zielgruppe: Familien, Ruhe- und Erholungsuchende, Gesundheitsbewusste (mit einem Arzt vor Ort), Sportbegeisterte

Verpflegung: erweiterte Halbpension

Aktivitäten: Golfen, Wandern, Radfahren, Mountainbiken, Laufen & Walken

Das Merkur Lifestyle Spa vor Ort im Reiters Resort Stegersbach bietet Ihnen eine umfassende Gesundheitsvorsorge mit hochwertigen medizinischen und therapeutischen Leistungen an. Näheres finden Sie auf **www.merkur-lifestyle.at.**

Falkensteiner Hotel & Spa Carinzia Nassfeld

Genießen Sie einen traumhaften Aufenthalt in perfekter Lage im Wander- und Skiparadies Nassfeld. Das Hotel Resort Carinzia hält, was es verspricht: Wellness in einem exquisiten Spa-Bereich mit 2.400 m² auf zwei Etagen, eine traumhafte Bergkulisse rund um das Hotel und einen direkten Einstieg zum Millennium-Express, der Sie im Sommer und Winter direkt auf 1.900 m Seehöhe bringt. Mit dem abwechslungsreichen Carinzia-Resortprogramm kommt garantiert keine Langeweile auf. Einen gelungenen Erholungstag lassen Sie an der Carinzia-Bar bei einem gemütlichen Gläschen sowie im Restaurant mit der ausgezeichneten Alpen-Adria-Kulinarik ausklingen.

Zielgruppe: Familien, Ruhe- und Erholungsuchende, Sportbegeisterte

Verpflegung: erweiterte Halbpension

Aktivitäten: Golfen, Wandern, Skifahren, Radfahren, Mountainbiken, Laufen & Walken

© Falkensteiner Hotels&Residences

Falkensteiner Hotel & Spa Carinzia

Tröpolach 156, 9631 Jenig
Tel: 04285 720 006 12
E-Mail: reservierung.carinzia@falkensteiner.com
www.falkensteiner.com/hotel-spa-carinzia

Anmeldezeiten: Mo bis So 9.00 – 18.00 Uhr

fit4life-Programme:

Body Relax

Werzer's Hotel Resort Pörtschach

Das Werzer's Hotel Resort Pörtschach direkt am Wörthersee lockt mit 120 Zimmern, 3 Restaurants und einem 2.000 m² großen Spa-Bereich mit Indoorpool. Ein Highlight ist das neue Werzer's Badehaus mit Restaurant und Spa-Bereich inkl. ganzjährig beheiztem Pool im See. Die hoteleigene Tennisarena (inkl. Halle), die Squashboxen, die Wassersportmöglichkeiten und der Fitness- und Gymnastikraum sorgen für Ihren Ausgleich. Nützen Sie die Landschaft rund um den Wörthersee für Wanderungen und Radtouren oder erleben Sie die Winterzeit beim Schneeschuhwandern oder bei einem Skitag auf der Gerlitzen!

Zielgruppe: Familien, Ruhe- und Erholungsuchende, Gesundheitsbewusste (mit einem Arzt vor Ort), Sportbegeisterte

Verpflegung: erweiterte Halbpension

Aktivitäten: Golfen, Wandern, Skifahren, Radfahren, Mountainbiken, Laufen & Walken

© Gert Steinthaler 2014

Werzer's Hotel Resort Pörtschach

Werzerpromenade 8, 9210 Pörtschach
Tel: 04272 223 10
E-Mail: wellness@werzers.at
www.resort.werzers.at

Anmeldezeiten: Mo bis Fr 10.00 – 16.00 Uhr

fit4life-Programme:

Body Relax Minis

© AQUA DOME

AQUA DOME – Tirol Therme Längenfeld

Oberlängenfeld 140, 6444 Längenfeld
Tel: 05253 64 00
E-Mail: office@aqua-dome.at
www.aqua-dome.at

Anmeldezeiten: Mo bis So 9.00 – 18.00 Uhr

fit4life-Programme:

Body Relax Minis

AQUA DOME Längenfeld

Schwerelos in der Soleschale schweben und dabei imposante Dreitausender bestaunen: Ein Wellness-Traum, der auf über 50.000 m² im AQUA DOME – Tirol Therme Längenfeld wahr wird. Vom modernalpinen 4-Sterne-Superior-Hotel direkt in die Therme – 13 Innen- und Außenbecken, 10 verschiedene Dampfbäder und Saunen mit inszenierten Aufgüssen sowie vielfältige Ruheoasen laden zum Entspannen ein. Der Gipfel der Alpenwellness erwartet Sie im großzügigen SPA 3000. Der Premium-Spa-Bereich, der exklusiv für Hotelgäste reserviert ist, lässt Sie Wellness in einer völlig neuen Dimension erleben.

Zielgruppe: Familien, Ruhe- und Erholungsuchende, Gesundheitsbewusste (mit einem Arzt vor Ort), Thermenliebhaber, Sportbegeisterte

Verpflegung: erweiterte Halbpension

Aktivitäten: Wandern, Skifahren, Radfahren, Mountainbiken, Laufen & Walken

© Therme Geinberg/Christian Koll

SPA Resort Therme Geinberg

Thermenplatz 1, 4943 Geinberg
Tel: 07723 85 01 3015
E-Mail: reservierung@therme-geinberg.at
www.therme-geinberg.at

Anmeldezeiten: Mo bis So 9.00 – 18.00 Uhr

fit4life-Programme:

Body Relax

SPA Resort Therme Geinberg

Das 4-Stern-Superior-Vitalhotel, das unterirdisch mit der Thermen- und Saunawelt verbunden ist, verführt zu traumhaften Tagen und erholsamen Nächten. Auf 3.000 m² Wasserfläche und mit insgesamt 3 Wasserwelten (Thermal-, Frisch- und Salzwasser) begeistert die Anlage wellnesshungrige Genießer mit einem vielfältigen Angebot. In den insgesamt 11 Saunen und Dampfbädern erwarten die Gäste abwechslungsreiche Saunaaufgüsse und in der karibischen Salzwasserlagune exotisches Feeling direkt unter Palmen.

Zielgruppe: Ruhe- und Erholungsuchende, Gesundheitsbewusste (mit einem Arzt vor Ort), Thermenliebhaber, Sportbegeisterte

Verpflegung: Halbpension

Aktivitäten: Wandern, Radfahren, Laufen & Walken

Steigenberger Hotel and Spa Krems

In traumhafter Lage mit Blick zum Donautal ist das Steigenberger Hotel and Spa Krems idealer Ausgangspunkt für zahlreiche Aktivitäten in der Wachau: Das moderne Hotel liegt eingebettet in die Kremser Weinberge und ist ein Refugium für Erholungsuchende und Gourmets. Auf 1.200 m² können Sie im SPA-Bereich mit traumhaftem Blick in die Weinberge der Wachau richtig gut entspannen. Mit wertvollen natürlichen Essenzen direkt aus dem Weinberg erwartet Sie zudem ein Schönheitsprogramm der ganz besonderen Art. Erleben Sie kulinarische Highlights aus der Naturküche, eine Vielfalt an vegetarischen Gerichten sowie regionale Köstlichkeiten aus der mehrfach ausgezeichneten Küche.

Zielgruppe: Ruhe- und Erholungsuchende, Gesundheitsbewusste (mit einem Arzt vor Ort), Sportbegeisterte

Verpflegung: erweiterte Halbpension

Aktivitäten: Golfen, Wandern, Radfahren, Mountainbiken, Laufen & Walken

© Severin Wurnig

Steigenberger Hotel and Spa Krems

Am Goldberg 2, 3500 Krems
Tel: 02732 710 10
E-Mail: krems@steigenberger.at
www.krems.steigenberger.at

Anmeldezeiten: Mo bis So 8.00 – 20.00 Uhr

fit4life-Programme:

Body Relax

Hotel Bellevue Mali Lošinj

Das 5* Sterne Hotel Bellevue scheint über der Čikat-Bucht zu schweben und ist für viele das schönste Fenster zur Adria – eine ausgezeichnete Wahl für Entspannung & Regeneration. Aufgrund des speziellen Mikroklimas ist Čikat als heilklimatischer Ort seit Ende des 19. Jahrhunderts anerkannt. Heute setzt sich diese Tradition im einmaligen Spa-Garten, wo Sie im Whirlpool und bei einer Open-Air-Massage entspannen können, fort. Die Spa-Klinik bietet Revitalisierung für Körper & Geist. Geboten werden ein Slow-Aging-Konzept, Gesundheitspakete, Valmont-Schönheitsbehandlungen sowie eine Auswahl an Massagen, Fitness-Workouts, Pilates und Yoga. Das Bellevue wirkt von außen minimalistisch mit schlichtem Design, im Inneren eröffnet sich ein großzügiges, offenes Atrium – ein faszinierendes Spiel mit klaren Linien, modernem Design und raffiniertem Umgang mit Licht. Die gehobene Küche besticht durch regionale Zutaten, frisch und mit erlesener Qualität aus dem Meer und dem hoteleigenen Gewürzgarten.

Zielgruppe: Ruhe- und Erholungsuchende

Verpflegung: Halbpension

Aktivitäten: Tennis, Laufen & Walken, Strand & Meer

© Lošinj Hotels & Villas

Hotel Bellevue

Čikat ul. 9, HR - 51550 Mali Lošinj, Kroatien
Tel: +385 (0)51 66 11 01
E-Mail: allotment@losinj-hotels.com
www.losinj-hotels.com

Anmeldezeiten: Mo bis Fr 8.00 – 16.00 Uhr, So 8.00 – 14.00 Uhr

fit4life-Programme:

Relax

time4me

Meine Auszeit für Körper & Geist

Das Leben verlangt einem alles ab. Deshalb ist es besonders wichtig, ein paar Tage zu entschleunigen und zu sich selbst zu kommen. Jedes Jahr können Sie mit time4me wahlweise eine oder zwei Wochen Auszeit vom Alltag nehmen und sich einmal so richtig Zeit für die eigene Gesundheit und das persönliche Wohlbefinden nehmen. Die Merkur Gesundheitsversicherung belohnt dies und übernimmt die Kosten für bestimmte Behandlungen wie Massagen, Peelings, Training und vieles mehr.

Das Beste dabei: time4me findet in exklusiven Hotels statt. Sie können sich dort neben den entspannenden Wohfühlbehandlungen auch Zeit für Ihre persönlichen Interessen wie Golf, Skifahren oder Wandern nehmen. Die Hotelkosten sind selbst zu bezahlen, allerdings bietet Ihnen jedes Hotel über time4me ganz spezielle Konditionen an.

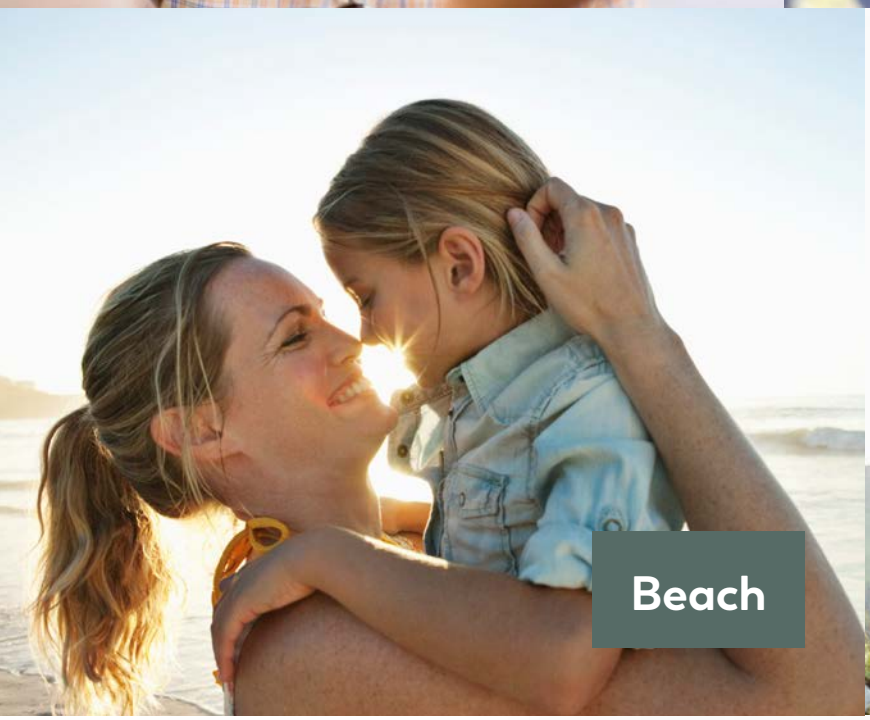
Die aktuellen Preise der time4me Angebote finden Sie im Merkur Kundenportal auf **https://portal.merkur.at.**

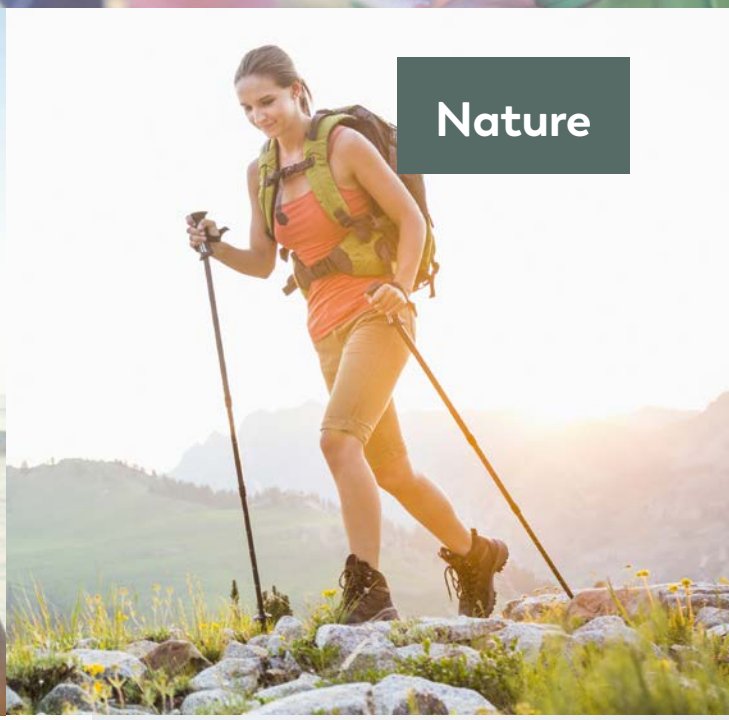
Die time4me Welt des aktiven Erholens

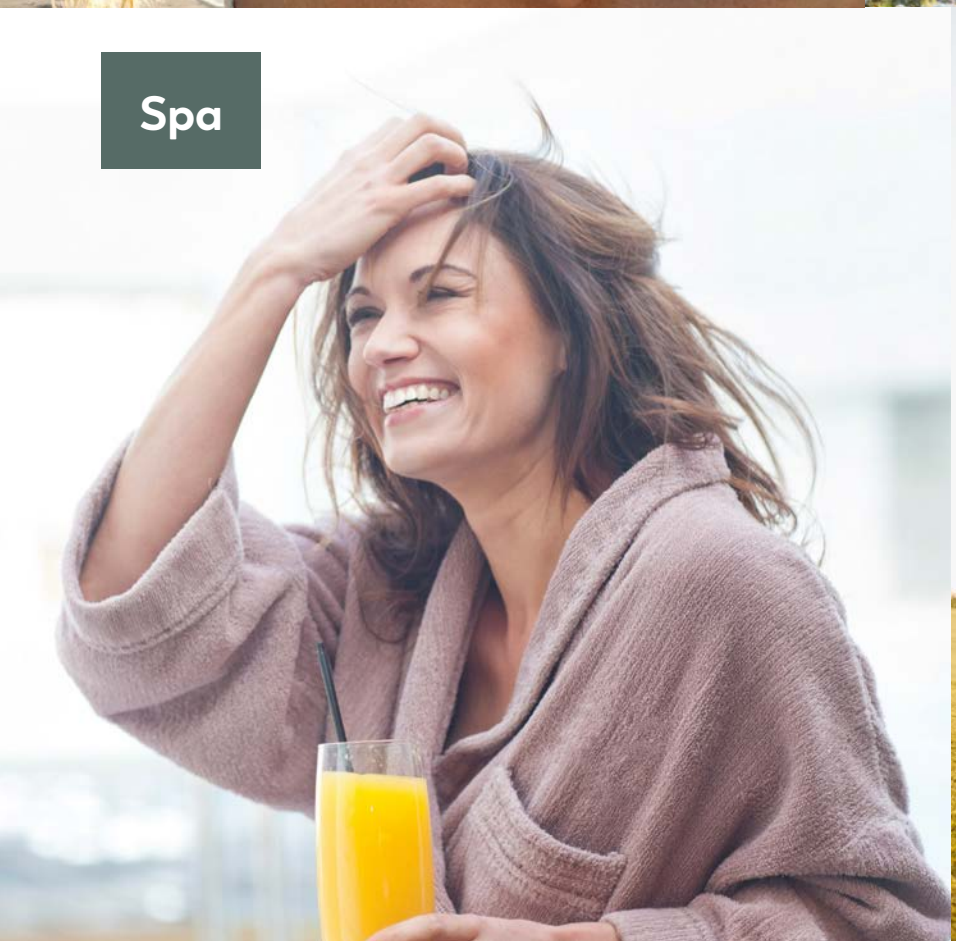
- time4me Spa
- time4me Comfort
- time4me Golf
- time4me Beach
- time4me Nature
- time4me Family

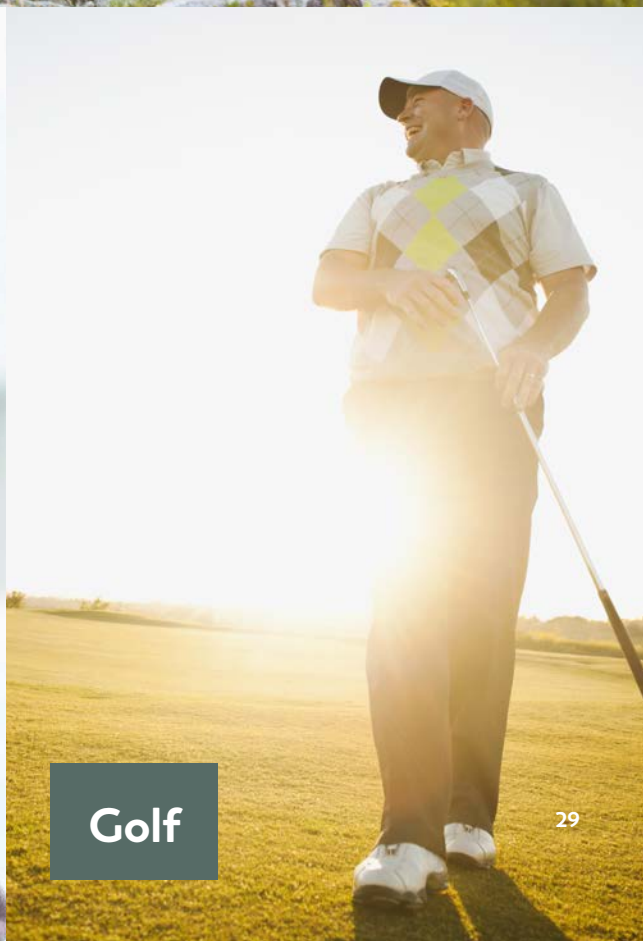
Comfort

Family


Beach


Nature


Spa


Golf

Die Partner für Ihre
schönste Auszeit:

Die time4me Vertragspartner

time4me – der Name ist Programm. Ausgewählte Vertragspartnerhotels bieten Ihnen eine unvergessliche Zeit für Sie und Ihre Träume. Eine harmonische Kombination aus Freizeit, Genuss und Wohlbefinden macht time-4me so einzigartig. Das Beste dabei: Sie können Ihre persönlichen Interessen perfekt mit wohltuenden Behandlungen verbinden.

Für jeden ein time4me Programm, das passt:

time4 Spa

Einzigartige Hotels mit modernsten Wellnesseinrichtungen laden zum Relaxen und Energietanken ein.

time4me Beach

Strand, Sonne und Natur verbinden in den time4me Luxushotels sommerliche Aktivitäten am Meer mit mediterranen Genüssen.

time4 Comfort

Traumhafte Destinationen für anspruchsvolle Reisende mit einem klaren Ziel: Genuss auf höchstem Niveau.

time4 Nature

Die Schönheiten der unberührten Natur aktiv erleben und an der frischen Luft die Seele baumeln lassen.

time4me Golf

Golfplätze in den schönsten Regionen Mitteleuropas machen jeden Abschlag zum Erlebnis.

time4me Family

Endlich Zeit haben für seine Liebsten und auch für sich selbst.

time 4 me
Spa

Hotel & Spa Der Steirerhof Bad Waltersdorf

Eingebettet in 60.000 m² Naturgarten, in wunderbarer, erhöhter Lage mit Panoramablick, erweist sich der Steirerhof als wahrer Kraftplatz. So beeindruckt die über 3.000 m² große Wellness-Landschaft mit 7 Indoor- und Outdoor-Pools, 10 Saunen, einem exklusiven Ladies' Spa, weitläufigen Liegeflächen und versteckten Rückzugsorten. 33 multidisziplinär ausgebildete Therapeuten und Kosmetikerinnen verwöhnen im großzügigen Vital-Beauty- und Spa-Bereich mit klassischen, energetischen und fernöstlichen Behandlungsmethoden. Besondere Genussmomente schenken auch die steirisch-mediterranen Gourmetfreuden.*

Zielgruppe: Ruhe- und Erholungsuchende, Gesundheitsbewusste (mit einem Arzt vor Ort), Thermenliebhaber

Verpflegung: erweiterte Halbpension

Aktivitäten: Golfen, Wandern, Radfahren, Laufen & Walken

* time4me nur für 7 Nächte

© Hotel Der Steirerhof - Fotograf Bernhard Bergman

Hotel & Spa Der Steirerhof Bad Waltersdorf

Wagerberg 125, 8271 Bad Waltersdorf
Tel: 03333 321 13 50
E-Mail: vitalbereich@dersteirerhof.at
www.dersteirerhof.at

Anmeldezeiten: Mo bis Fr 9.30 – 17.30 Uhr

SPA Resort Therme Geinberg

Das 4-Stern-Superior-Vitalhotel, das unterirdisch mit der Thermen- und Saunawelt verbunden ist, verführt zu traumhaften Tagen und erholsamen Nächten. Auf 3.000 m² Wasserfläche und mit insgesamt 3 Wasserwelten (Thermal-, Frisch- und Salzwasser) begeistert die Anlage wellnesshungrige Genießer mit einem vielfältigen Angebot. In den insgesamt 11 Saunen und Dampfbädern erwarten die Gäste abwechslungsreiche Saunaaufgüsse und in der karibischen Salzwasserlagune exotisches Feeling direkt unter Palmen.

Zielgruppe: Ruhe- und Erholungsuchende, Gesundheitsbewusste (mit einem Arzt vor Ort), Thermenliebhaber, Sportbegeisterte

Verpflegung: Halbpension

Aktivitäten: Wandern, Radfahren, Laufen & Walken

© Therme Geinberg / Christian Knoll

SPA Resort Therme Geinberg

Thermenplatz 1, 4943 Geinberg
Tel: 07723 85 01 3015
E-Mail: reservierung@therme-geinberg.at
www.therme-geinberg.at

Anmeldezeiten: Mo bis So 9.00 – 18.00 Uhr

© St. Martins Therme & Lodge, Rudy Dellinger

St. Martins Therme & Lodge Frauenkirchen

An einem der schönsten Plätze Österreichs, direkt am Nationalpark Neusiedler See – Seewinkel, inmitten einer Region, die als UNESCO Welterbe ausgezeichnet ist – liegt die St. Martins Therme & Lodge. Neugierig, anregend, natürlich – St. Martins ist Wellness und Abenteuer zugleich. Sie verbindet das anspruchsvolle Ambiente einer 4*-Superior Unterkunft mit der Ursprünglichkeit der Natur. Die Einzigartigkeit der Lage, der hauseigene 8 ha große Badesee, das wohlig-warme Thermalwasser, eine einmalige Natur- und Kulturwelt, höchste Weintradition und Kulinarik vereinen sich zu einem Wellness-Angebot der Extraklasse. Ein Ort, um sich selbst und der Natur näher zu kommen. Ein Ort für Genießer und Entdecker.

Zielgruppe: Familien, Ruhe- und Erholungssuchende, Thermenliebhaber, Sportbegeisterte

Verpflegung: Halbpension

Aktivitäten: Wandern, Radfahren, Laufen & Walken

St. Martins Therme & Lodge

Im Seewinkel 1, 7132 Frauenkirchen
Tel: 02172 20 50 07 00
E-Mail: safari@stmartins.at
www.stmartins.at

Anmeldezeiten: Mo bis So 7:30 – 21:00 Uhr

© Thermenwelt Hotel Pulverer

Thermenwelt Hotel Pulverer Bad Kleinkirchheim

Über ¼ Mio. Liter energiespendendes hauseigenes Heilthermalwasser fließen täglich in die Pools. 2.100 m² Thermenlandschaft mit 10 verschiedenen Saunen und 7.600 m² Garten- und Erholungsfläche mitten im Biosphärenpark Nockberge auf 1.100 m garantieren Wohlbefinden pur. Eine Gourmet- und Haubenküche mit vorwiegend regionalen Produkten und Erzeugnissen aus eigener Landwirtschaft sorgt täglich für kulinarische Gaumenfreuden. Im Beautycenter mit umfangreichem Verwöhnprogramm sowie im Gesundheitszentrum mit einem Team aus Sportmedizinern, Physiotherapeuten und Vitaloase-Mitarbeitern sind Sie bestens aufgehoben.

Zielgruppe: Ruhe- und Erholungsuchende, Gesundheitsbewusste (mit einem Arzt vor Ort), Thermenliebhaber, Sportbegeisterte

Verpflegung: erweiterte Halbpension

Aktivitäten: Golfen, Wandern, Skifahren, Radfahren, Mountainbiken, Laufen & Walken

Thermenwelt Hotel Pulverer

Thermenstraße 4, 9546 Bad Kleinkirchheim
Tel: 04240 74 40
E-Mail: hotel@pulverer.at
www.pulverer.at

Anmeldezeiten: Mo bis So 8.00 – 18.00 Uhr

TAUERN SPA Zell am See-Kaprun

Wellness der Extraklasse im TAUERN SPA Zell am See-Kaprun. Wer sich erholen will, sollte sich eine Auszeit gönnen, durchatmen, entspannen und verwöhnen lassen! Genießen Sie unvergessliche Momente im einzigartigen 4*S PREMIUM Alpinresort inmitten einer der schönsten Gegenden Österreichs am Rande des Nationalpark Hohe Tauern. Gönnen Sie sich Entspannung und Wohlbefinden in der 20.000 m² großen SPA Wasser- und Saunawelt mit 11 Pools sowie 10 Saunen und Dampfbädern oder dem exklusiven Hotel-Panorama-SPA mit gläsernem Skylinepool im 3. Stock des Resorts. 5 Restaurants und Bars sorgen mit internationalen Köstlichkeiten und regionalen Schmankerln für besondere Genussmomente.

Zielgruppe: Ruhe- und Erholungsuchende, Thermenliebhaber, Sportbegeisterte

Verpflegung: erweiterte Halbpension

Aktivitäten: Golfen, Wandern, Skifahren, Radfahren, Mountainbiken, Laufen & Walken.

© TAUERN SPA

TAUERN SPA Zell am See-Kaprun

Tauern Spa Platz 1, 5710 Kaprun
Tel: 06547 20 40-0
E-Mail: office@tauernspakaprun.com
www.tauernspakaprun.com

Anmeldezeiten: Mo bis So 9.00 – 19.00 Uhr

Hotel & Spa Linsberg Asia Bad Erlach

Nur 10 km südlich von Wr. Neustadt findet sich ein einzigartiges Resort mit Therme, Spa, Haubengastronomie und Vier-Sterne-Superior-Hotel: das Linsberg Asia. Auf 60.000 m² erwarten Sie ein inspirierendes, fernöstliches Ambiente, prachtvolle Gartenanlagen sowie die gelungene Verbindung von asiatischer Kulinarik mit europäischen Einflüssen und regionalen Produkten. Die Spa-Landschaft bietet acht Pools im Innen- und Außenbereich, neun verschiedene Themen-Saunen sowie einen Wellness-Bereich mit einer Vielzahl an asiatischen und klassischen Massageformen und Kosmetikanwendungen.

Zielgruppe: Ruhe- und Erholungsuchende

Verpflegung: erweiterte Halbpension

Aktivitäten: Golfen, Wandern, Radfahren, Laufen & Walken

© Asia Resort Linsberg Betriebs GmbH

Hotel & Spa Linsberg Asia

Thermenplatz 1, 2822 Bad Erlach
Tel: 02627 480 00
E-Mail: mail@linsbergasia.at
www.linsbergasia.at

Anmeldezeiten: Mo bis So 9.00 – 17.00 Uhr

© Therme Loipersdorf

Gesundheitszentrum Therme Loipersdorf

Thermenstraße 152, 8282 Loipersdorf
Tel: 03382 820 450
E-Mail: gesundheitszentrum@therme.at
www.therme.at

Anmeldezeiten: Mo bis Fr 8.00 – 14.00 Uhr
Bitte um Bekanntgabe des gewünschten Hotels bei der Anmeldung.

Thermenresort Loipersdorf

In den drei Thermenwelten Thermenbad, Erlebnisbad und Schaffelbad ist jeder Augenblick Genuss. Im Thermenbad stellt sich ein Gefühl tiefer Ruhe ein. Wer in 36° C wohlig-warmes Thermalwasser eintaucht und in die Natur blickt, lässt den Alltag hinter sich. Im Sauna-Bereich „Sonnensauna" verleihen verschiedenste Saunen neue Energie, während die Salzgrotte mit Salz aus dem Himalaya-Massiv belebt. Exklusive Ruhe genießen Gäste ab 16 Jahren im Schaffelbad. Auf 8.500 m² entfaltet sich die Wellness- und Saunaoase inmitten der sanft hügeligen Landschaft. 14 Saunen, geführte Spezialaufgüsse und 14 Entspannungsbecken lassen Gäste eine besondere Auszeit verbringen. Das Erlebnisbad ist eine Thermenwelt voller Ausgelassenheit, Bauchkribbeln und Glücksgefühle: Weltbesten Wasserspaß bieten die fünf Rutschen im Fun Park. Kleine Gäste klettern und rutschen im Wasserspielpark, während die Kleinsten am Baby Beach planschen und Sandburgen aus echtem Sand bauen. Kleine Abenteurer sind vom ganzjährigen Kindergarten und der täglichen Kinderanimation in allen Ferien begeistert.

Zielgruppe: Familien, Ruhe- und Erholungssuchende, Gesundheitsbewusste (mit einem Arzt vor Ort), Thermenliebhaber, Sportbegeisterte

Verpflegung: erweiterte Halbpension

Aktivitäten: Golfen, Wandern, Radfahren, Laufen & Walken

© Karl Schrotter

Thermalhotel Leitner

An der Therme 218, 8282 Loipersdorf
www.hotel-leitner.at

Gönnen Sie sich Wohlfühl-Tage im 4-Sterne-Komforthotel mit direktem Verbindungsgang zur Lebenstherme und „mein Schaffelbad".

© Heldentheater

Kowald Loipersdorf

An der Therme 215, 8282 Loipersdorf
www.kowald.com

Modisches Design, lässige Zimmer, stylisches Restaurant und frische Kulinarik. Das Angebot mit Therme Loipersdorf und „mein Schaffelbad" inklusive ist direkt ans Hotel angebunden. Ausgezeichnet mit dem HolidayCheck Award.

© Thermenhotel Vier Jahreszeiten

Thermenhotel Vier Jahreszeiten

An der Therme 216, 8282 Loipersdorf
www.jahreszeiten.at

Ausgezeichnet mit der Grünen Haube, dem Umweltzeichen und dem HolidayCheck Gold Award: Genießen Sie hier nachhaltig erholsame Tage im ersten Hotel direkt an der Therme.

© Thermenhotel Stoiser

Thermenhotel Stoiser

An der Therme 153, 8282 Loipersdorf
www.stoiser.com

Ein hoteleigenes Wellness-Reich, ein exklusives Gesundheits-Reich, der direkte Zugang zur Therme Loipersdorf und Kulinarik auf höchstem Niveau machen das Thermenhotel Stoiser zur ersten Adresse in Loipersdorf.

© Das Sonnreich

DAS SONNREICH
Thermenhotel Loipersdorf

Schaffelbadstraße 219, 8282 Loipersdorf
www.sonnreich.at

Mitten im Thermenland erwartet Sie DAS SONNREICH mit einem modernen Hotel-Ambiente, erstklassigem Service, lokalen Köstlichkeiten, einem Hotel-Spa und einem direkten Zugang zu Lebenstherme und Schaffelbad.

© la pura / Wöckinger

la pura women's health resort kamptal

Hauptplatz 58, 3571 Gars am Kamp
Tel: 02985 266 60 oder 02985 266 67 42
E-Mail: reservierung@lapura.at
www.lapura.at

Anmeldezeiten: Mo bis So 9.00 – 18.00 Uhr

la pura women's health resort kamptal

la pura ist europaweit die erste und einzige Gesundheits- und Wohlfühloase mit ausschließlichem Fokus auf die Bedürfnisse von Frauen. Nur eine Autostunde von Wien entfernt, bietet la pura einen Rückzugsort exklusiv für die Frau. Genießen Sie im 4*Superior-Resort im idyllischen Kamptal gesundheitliche Beratung, wohltuende Therapien und Massagen, die vorzügliche GourMed Cuisine® Vollpension, ein umfassendes kostenloses Wochenprogramm mit vielfältigen Bewegungs- und Sportmöglichkeiten und den exklusiven Ladies' Spa. Hier können Sie auch richtig entgiften, entschlacken und Ihr Gewicht regulieren.

Zielgruppe: exklusiv für Frauen

Verpflegung: GourMed Cuisine® Vollpension (auch kalorienreduziert, vegan / vegetarisch, Berücksichtigung von Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten)

Aktivitäten: Wandern, Radfahren, Laufen & Walken

©Thomas Smetana

Therme Laa – Hotel & Silent Spa

Thermenplatz 3, 2136 Laa an der Thaya
Tel: 02522 847 007 33
E-Mail: hotel@therme-laa.at
www.therme-laa.at

Anmeldezeiten: Mo bis So 9.00 – 19.00 Uhr

Therme Laa – Hotel & Silent Spa Laa an der Thaya

In aller Ruhe Wasser, Wärme und wohltuende Anwendungen genießen – dafür bietet die Therme Laa – Hotel & Silent Spa auf rund 60.300 m² das perfekte Ambiente. Im 4-Sterne-Superior-Hotel tauchen Sie ein in eine Atmosphäre von moderner Eleganz und legerer Gemütlichkeit und genießen den exklusiven Spa-Bereich mit Thermalwasserpool, zahlreichen Liegemöglichkeiten auf zwei Etagen, eigener Saunawelt und Outdoor-Whirlpool. Das Wohlfühlhotel ist über die „Brücke der Sinne" direkt mit der Therme und dem Gesundheitszentrum verbunden. Die Gastronomie verwöhnt vorwiegend mit Köstlichkeiten aus saisonalen Schätzen des Weinviertels. Massagen, Beautyanwendungen sowie Körperbehandlungen runden Ihren Wohlfühl-Aufenthalt perfekt ab.

Zielgruppe: Familien, Ruhe- und Erholungsuchende, Gesundheitsbewusste (mit einem Arzt vor Ort), Thermenliebhaber

Verpflegung: erweiterte Halbpension

Aktivitäten: Golfen, Wandern, Radfahren, Mountainbiken, Laufen & Walken

Hotel Bellevue Mali Lošinj

Das 5*-Hotel Bellevue scheint über der Čikat-Bucht zu schweben und ist für viele das schönste Fenster zur Adria – eine ausgezeichnete Wahl für Entspannung & Regeneration. Aufgrund des speziellen Mikroklimas ist Čikat als heilklimatischer Ort seit Ende des 19. Jahrhunderts anerkannt. Heute setzt sich diese Tradition im einmaligen Spa-Garten, wo Sie im Whirlpool und bei einer Open-Air-Massage entspannen können, fort. Die Spa-Klinik bietet Revitalisierung für Körper & Geist. Geboten werden ein Slow-Aging-Konzept, Gesundheitspakete, Valmont-Schönheitsbehandlungen sowie eine Auswahl an Massagen, Fitness-Workouts, Pilates und Yoga. Das Bellevue wirkt von außen minimalistisch mit schlichtem Design, im Inneren eröffnet sich ein großzügiges, offenes Atrium – ein faszinierendes Spiel mit klaren Linien, modernem Design und raffiniertem Umgang mit Licht. Die gehobene Küche besticht durch regionale Zutaten, frisch und mit erlesener Qualität aus dem Meer und dem hoteleigenen Gewürzgarten.

Zielgruppe: Ruhe- und Erholungsuchende

Verpflegung: Halbpension

Aktivitäten: Tennis, Laufen & Walken, Strand & Meer

© Lošinj Hotels & Villas

Hotel Bellevue

Čikat ul. 9, HR - 51550 Mali Lošinj, Kroatien
Tel: +385 (0)51 66 11 01
E-Mail: allotment@losinj-hotels.com
www.losinj-hotels.com

Anmeldezeiten: Mo bis Fr 8.00 – 16.00 Uhr, So 8.00 – 14.00 Uhr

time 4me
Comfort

LOISIUM Wine & Spa Resort Südsteiermark

Direkt an der Südsteirischen Weinstraße gelegen, besticht das LOISIUM Wine & Spa Resort durch die einzigartige Kombination von Architektur, Spa, Wein und kulinarischem Genuss. Das Wine Spa bietet auf 1.400 m² einen ganzjährig beheizten Outdoorpool, einen großen Saunabereich, individuell gestaltete Ruhezonen, einen Fitnessraum sowie ein umfassendes Angebot an hochwertigen AVEDA- & Wein-Treatments. Im Restaurant Weinkuchl wird steirische Tradition in den Gerichten neu und elegant interpretiert. Hochklassiger Wein kann in der LOISIUM Vinothek verkostet und zu Ab-Hof-Preisen gekauft werden. Das LOISIUM ist der perfekte Ausgangspunkt für Wanderungen und Radtouren oder für kulturelle Ausflüge.*

Zielgruppe: Ruhe- und Erholungsuchende, Gesundheitsbewusste (mit einem Arzt vor Ort), Sportbegeisterte

Verpflegung: Vintage-Gourmet-Frühstücksbuffet

Aktivitäten: Golfen, Wandern, Radfahren, Laufen & Walken

Das Merkur Lifestyle Spa vor Ort im Hotel LOISIUM Wine & Spa Resort Südsteiermark bietet Ihnen eine umfassende Gesundheitsvorsorge mit hochwertigen medizinischen und therapeutischen Leistungen an.
Näheres finden Sie auf **www.merkur-lifestyle.at.**

* time4me nur für 7 Nächte

© LOISIUM Wine & Spa Hotels

LOISIUM
Wine & Spa Resort Südsteiermark

Am Schlossberg 1a, 8461 Ehrenhausen
Tel: 03453 288 003 04
E-Mail: loisium@merkur-lifestyle.at
www.merkur-lifestyle.at

Anmeldezeiten: Mo bis Sa 9.00 – 18.00 Uhr

Villa Seilern Vital Resort Bad Ischl

Vom gesunden Schlaf in den Zirbenholz-Zimmern über das mit der „Grünen Haube" ausgezeichnete, gesunde Essen bis hin zu den therapeutischen Anwendungen stehen Gesundheit und Wohlbefinden im Mittelpunkt. Mit dem Merkur Lifestyle Spa hat die Villa Seilern einen Gesundheitspartner im Haus, der auf höchstem Niveau um das körperliche und seelische Wohlbefinden der Gäste bemüht ist. Das Team an professionellen Fachleuten bietet modernste medizinische Vorsorge. Die Gesundheit steht an erster Stelle – denn nur wer gesund ist, strahlt auch innere Schönheit aus.

Zielgruppe: Ruhe- und Erholungsuchende, Gesundheitsbewusste (mit einem Arzt vor Ort), Sportbegeisterte

Verpflegung: erweiterte Halbpension

Aktivitäten: Golfen, Wandern, Radfahren, Laufen & Walken, Mountainbiken

Das Merkur Lifestyle Spa vor Ort im Hotel Villa Seilern Vital Resort bietet Ihnen eine umfassende Gesundheitsvorsorge mit hochwertigen medizinischen und therapeutischen Leistungen an.
Näheres finden Sie auf **www.merkur-lifestyle.at.**

© Villa Seilern Betriebs GmbH

Villa Seilern Vital Resort

Tänzlgasse 11, 4820 Bad Ischl
Tel: 06132 294 46
E-Mail: ischl@merkur-lifestyle.at
www.merkur-lifestyle.at

Anmeldezeiten: Mo bis Sa 9.00 – 18.00 Uhr

© Das Sonnreich

Steigenberger Hotel and Spa Krems

In traumhafter Lage mit Blick zum Donautal ist das Steigenberger Hotel and Spa Krems idealer Ausgangspunkt für zahlreiche Aktivitäten in der Wachau: Das moderne Hotel liegt eingebettet in die Kremser Weinberge und ist ein Refugium für Erholungsuchende und Gourmets. Auf 1.200 m² können Sie im SPA-Bereich mit traumhaftem Blick in die Weinberge der Wachau richtig gut entspannen. Mit wertvollen natürlichen Essenzen direkt aus dem Weinberg erwartet Sie zudem ein Schönheitsprogramm der ganz besonderen Art. Erleben Sie kulinarische Highlights aus der Naturküche, eine Vielfalt an vegetarischen Gerichten sowie regionale Köstlichkeiten aus der mehrfach ausgezeichneten Küche.

Zielgruppe: Ruhe- und Erholungsuchende, Gesundheitsbewusste (mit einem Arzt vor Ort), Sportbegeisterte

Verpflegung: erweiterte Halbpension

Aktivitäten: Golfen, Wandern, Radfahren, Mountainbiken, Laufen & Walken

Steigenberger Hotel and Spa Krems

Am Goldberg 2, 3500 Krems
Tel: 02732 710 10
E-Mail: krems@steigenberger.at
www.krems.steigenberger.at

Anmeldezeiten: Mo bis So 8.00 – 20.00 Uhr

© LOISIUM Wine & Spa Hotels

LOISIUM Wine & Spa Resort Langenlois

Erleben Sie im LOISIUM Wine & Spa Resort Langenlois spektakulären Wein- und Spa-Genuss, umgeben von der inspirierenden Atmosphäre zeitgenössischer Architektur. Genießen Sie Erholung zu jeder Jahreszeit in der idyllischen Weinlandschaft von Langenlois, der größten Weinstadt Österreichs. Im 1.000 m² großen LOISIUM Wine Spa werden hochwertige Wein- und Beauty-Treatments angeboten. Neben dem ganzjährig beheizten Outdoor-Pool sorgen auch der Wellness- und Relax-Bereich mit Saunazone, die Spa-Lounge, die Sonnenterrasse und die Weingartenliegewiese für ein ganz besonderes Wellness-Erlebnis.*

Zielgruppe: Ruhe- und Erholungsuchende, Sportbegeisterte

Verpflegung: erweiterte Halbpension

Aktivitäten: Golfen, Wandern, Radfahren, Laufen & Walken

* time4me nur für 7 Nächte

LOISIUM Wine & Spa Resort Langenlois

Loisium Allee 2, 3550 Langenlois
Tel: 02734 771 00
E-Mail: hotel.langenlois@loisium.com
www.loisium.com

Anmeldezeiten: Mo bis So 9.00 – 18.00 Uhr

time 4me
Golf

© Jenni Koller for Reiters Reserve

REITERS Supremehotel

Am Golfplatz 1, 7431 Bad Tatzmannsdorf
Tel: 03326 550 55
E-Mail: reservierung@merkur-lifestyle.at
www.merkur-lifestyle.at

Anmeldezeiten: Mo bis Fr 8.00 – 17.00 Uhr

REITERS Supremehotel Bad Tatzmannsdorf

Das einzigartige Supremehotel liegt inmitten eines 120 Hektar großen Rückzugs- und Erholungsreserve in der sanft-hügeligen Landschaft. Bereits zum 9. Mal in Folge wurde das Supremehotel vom Relaxguide mit der Höchstpunktezahl von 20 Punkten und 4 Lilien ausgezeichnet. Mit dem Yin-Yang-Spa auf über 8.000 m² verfügt das Supremehotel über das größte Hotel-Spa Europas mit ausgezeichneten Treatments. Auch an die Damen, die gerne unter sich sind, wurde im eigenen Ladies' Spa gedacht. Das Hotel ist luxuriös und gleichzeitig bodenständig, fein und relaxed, großzügig und heimelig. Wählen Sie aus den vielen Möglichkeiten Ihr persönliches Urlaubsangebot. Am hoteleigenen 27-Loch-Golfplatz erhalten Sie bis zu 70 % Greenfee-Ermäßigung.

Zielgruppe: Ruhe- und Erholungsuchende, Gesundheitsbewusste (mit einem Arzt vor Ort), Thermenliebhaber, Sportbegeisterte

Verpflegung: Halbpension

Aktivitäten: Golfen, Radfahren, Laufen & Walken

Das Merkur Lifestyle Spa vor Ort im REITERS Supremehotel bietet Ihnen eine umfassende Gesundheitsvorsorge mit hochwertigen medizinischen und therapeutischen Leistungen an.
Näheres finden Sie auf **www.merkur-lifestyle.at.**

© Golf Club Murhof, Josef Göbel

Golf Hotel Murhof

Adriach-Rabenstein 53, 8130 Frohnleiten
Tel: 03126 30 00
E-Mail: hotel-murhof@golf.at
www.golfhotel-murhof.at

Anmeldezeiten: Mo bis So 9.00 – 15.00 Uhr
Geöffnet von 1.4. bis 31.10. (Anmeldung ganzjährig möglich)

Golf Hotel Murhof

Idyllisch eingebettet inmitten einer anmutigen englischen Parklandschaft befindet sich das 4-Sterne-Hotel 20 km nördlich von Graz. Auf rund 50 Hektar bietet der Murhof zu jeder Jahreszeit mit seiner Vielfalt an Bäumen, Sträuchern und Blüten ein einmaliges Farbenspiel der Natur und wird auch immer wieder zu den schönsten Golfplätzen Europas gezählt. Die individuell im Landhausstil gestalteten Zimmer, Appartements und Gartensuiten sind in den Gebäuden des ehemaligen Gutshofes untergebracht und laden nach einem bewegten Tag am 18-Loch-Golfplatz zum gemütlichen Verweilen ein. Abseits der Grüns und Fairways lässt es sich in der Wellness & Vital Oase bestens entspannen. Ein umfangreiches Angebot an Massagen, Fußpflege und Shiatsu sorgen in Verbindung mit Hallenbad, Dampfbad, Infrarotkabine und Sauna für eine erholsame und revitalisierende Auszeit.

Zielgruppe: Ruhe- und Erholungsuchende, Sportbegeisterte

Verpflegung: erweiterte Halbpension

Aktivitäten: Golfen, Wandern, Radfahren, Laufen & Walken

time 4me
Beach

© MAISTRA Hotels und Resorts

Hotel Monte Mulini

A. Smareglia 3, 52210 Rovinj, Kroatien
Tel: +385 52 636 028
E-Mail: mmreservation@maistra.hr
www.montemulinihotel.com

Anmeldezeiten: Mo bis So 8.00 – 20.00 Uhr

Hotel Monte Mulini Rovinj

Das Monte Mulini befindet sich in ruhiger Lage in einem Waldpark an der Küste in der Nähe von Rovinj. Das Hotel ist mit modernen Designer-Möbeln ausgestattet: Murano-Kronleuchter, Swarovski-Kristalle, Hering-Porzellan, Pierre-Frey-Sofas und Christopher-Guy-Spiegel sind nur ein Teil der Designer-Kollektion, die speziell für Monte Mulini ausgelegt wurde. Mit viel Liebe zum Detail sind die 99 Zimmer und 14 Suiten des Hotels eingerichtet, von denen aus sich ein atemberaubender Blick auf das kristallklare Meer und die Altstadt von Rovinj bietet.

Zielgruppe: Ruhe- und Erholungsuchende

Verpflegung: Frühstück

Aktivitäten: Radfahren, Laufen & Walken, Strand & Meer

© MAISTRA Hotels und Resorts

Hotel Lone

Luje Adamovića 31, 52210 Rovinj, Kroatien
Tel: +385 52 632 022
E-Mail: lone.reservation@maistra.hr
www.lonehotel.com

Anmeldezeiten: Mo bis So 8.00 – 20.00 Uhr

Hotel Lone Rovinj

Lone ist ein Fünf-Sterne-Design-Hotel, das neben einem erstklassigen Service und einer einzigartigen Atmosphäre viele zusätzliche Dienstleistungen wie Fine-Dining-Restaurants und Bars sowie Wellness- und Sportzentren bietet. Das Hotel verfügt über 236 geräumige, voll ausgestattete Zimmer und 12 großzügige, fein und sorgfältig gestaltete Suiten. Das Konzept des neuesten Hotels Lone in Rovinj wurde für Gäste entwickelt, die sich inspirieren lassen wollen und nicht etwas Standardmäßiges und bereits Gesehenes, sondern Authentizität und Einzigartigkeit wünschen.

Zielgruppe: Ruhe- und Erholungsuchende

Verpflegung: Frühstück

Aktivitäten: Radfahren, Laufen & Walken, Strand & Meer

Hotel Palace Portorož

Das 5-Sterne-Superior-Hotel ist berühmt für seine 164 Superior- und Deluxe-Zimmer, 17 exklusiven Suiten, einschließlich der 230 m² Präsidenten-Suite und der zwei Laguna-Suiten mit Dachterrasse und Whirlpool unter freiem Himmel. Das Kempinski Rose Spa mit seinen 1.500 m² ist eine wahre Oase der Ruhe und bietet bekannte luxuriöse Pflegemarken, revitalisierende Behandlungen, ein miteinander verbundenes Innen- und Außenschwimmbecken, Whirlpool sowie türkische, finnische und Infrarot-Sauna.

Zielgruppe: Ruhe- und Erholungsuchende

Verpflegung: Halbpension

Aktivitäten: Golfen, Radfahren, Laufen & Walken, Strand & Meer

© Hotel Palace Portoroz - Fotograf: Crt Slavec

Hotel Palace Portorož

Obala 45, 6320 Portorož, Slowenien
Tel: +386 569 270 00
E-Mail: reservations.portoroz@kempinski.com
www.kempinski.com/de/portoroz

Anmeldezeiten: Mo bis So 8.00 – 20.00 Uhr

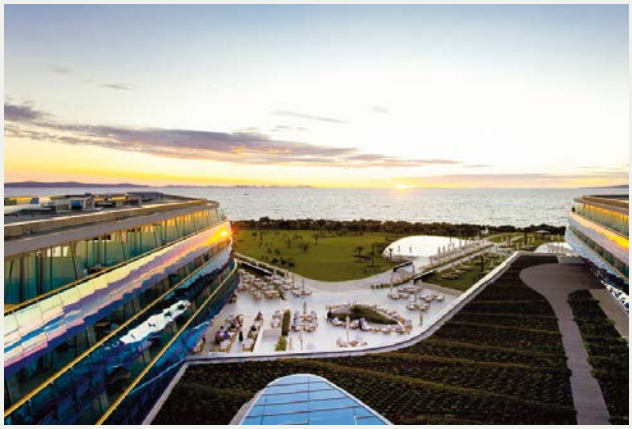
Falkensteiner Hotel & SPA Iadera Zadar

Im Zadar Falkensteiner Iadera treffen sich anregende, moderne Lifestyle-Architektur und atemberaubende Lage auf der Halbinsel Punta Skala. Gediegener Komfort und diskreter 5-Sterne-Service, zertifiziert von „The Leading Hotels of the World", mit 210 Zimmern und Suiten, großteils mit fantastischem Meerblick. Genießen Sie exquisite Alpe-Adria-Kulinarik in zahlreichen Restaurants im Hotel. 6.000 m² Acquapura Black & White SPA mit Hamam, Panorama-Erdsauna u. v. m. Ausgezeichnet mit dem HolidayCheck Top Hotel Award 2014, TripAdvisor Certificate of Excellence 2014 sowie mit dem HolidayCheck Award 2013.

Zielgruppe: Ruhe- und Erholungsuchende

Verpflegung: Halbpension

Aktivitäten: Radfahren, Laufen & Walken, Strand & Meer



© Falkensteiner Hotels und Residences

Falkensteiner Hotel & SPA Iadera

23231 Petrčane - Zadar, Kroatien
Tel: +385 23 555 601
E-Mail: iadera@falkensteiner.com
www.falkensteiner.com/de/hotel/iadera

Anmeldezeiten: Mo bis So 8.00 – 20.00 Uhr

time 4me Nature

Natur- und Aktivresort Reiterhof Achenkirch

Die einzigartige Panoramalage auf ca. 30.000 m² Grünfläche ist perfekt für Ruhesuchende und Naturliebhaber. Familiäre Vertrautheit, ein großartiges Wellness-Angebot, die individuelle Gästebetreuung und die charmante Herzlichkeit der Mitarbeiter machen kostbare Tage zum unvergesslichen Erlebnis. Neben einer 3.000 m² großen Wellnessanlage mit verschiedenen Indoor- und Outdoorpools, der erlebnisreichen Vitaldörfl-Saunawelt, großem Saunagarten, verschiedenen Wasserattraktionen und Saunaevents, attraktiven Relaxbereichen und der einzigartigen Gartenanlage mit Badeteich bietet die ausgezeichnete Küche kulinarische Gaumenfreuden – gesund, wohlschmeckend und ideenreich. Ihr tägliches Trainingsprogramm können Sie im Fitnessraum an bewährt professionellen TechnoGym-Geräten durchführen oder auch beim Aktivprogramm Wanderungen, AquaGym, Yoga, Nordic Walking und vieles mehr erleben. Die gemütlichen, ruhig gelegenen Zimmer, die exzellente und regionale Küche sowie die sonnige Terrasse mit herrlichem Blick in unberührte Natur machen das Natur- und Aktivresort Reiterhof zum Geheimtipp!
Der Achensee mit seinem smaragdgrünen Wasser und die Bergwelt des Natur- und Vitalpark Karwendel runden das Wohlfühlerlebnis ab.

Zielgruppe: Ruhe- und Erholungsuchende, Gesundheitsbewusste (mit einem Arzt vor Ort), Sportbegeisterte

Verpflegung: erweiterte Halbpension

Aktivitäten: Golfen, Wandern, Skifahren, Radfahren, Mountainbiken, Laufen & Walken

Das Merkur Lifestyle Spa vor Ort im Hotel Natur- und Aktivresort Reiterhof bietet Ihnen eine umfassende Gesundheitsvorsorge mit hochwertigen medizinischen und therapeutischen Leistungen an.
Näheres finden Sie auf **www.merkur-lifestyle.at.**

© shoot+style

Natur- und Aktivresort Reiterhof

Achenkirch 380, 6215 Achenkirch
Tel: 05246 200 94 370
E-Mail: achenkirch@merkur-lifestyle.at
www.merkur-lifestyle.at

Anmeldezeiten: Mo bis Sa 9.00 – 13.00 und 14.00 – 18.00 Uhr

Falkensteiner Hotel & Spa Carinzia Nassfeld

Genießen Sie einen traumhaften Aufenthalt in perfekter Lage im Wander- und Skiparadies Nassfeld. Das Hotel Resort Carinzia hält, was es verspricht: Wellness in einem exquisiten Spa-Bereich mit 2.400 m² auf zwei Etagen, eine traumhafte Bergkulisse rund um das Hotel und einen direkten Einstieg zum Millennium-Express, der Sie im Sommer und Winter direkt auf 1.900 m Seehöhe bringt. Mit dem abwechslungsreichen Carinzia-Resortprogramm kommt garantiert keine Langeweile auf. Einen gelungenen Erholungstag lassen Sie an der Carinzia-Bar bei einem gemütlichen Gläschen sowie im Restaurant mit der ausgezeichneten Alpen-Adria-Kulinarik ausklingen.

Zielgruppe: Familien, Ruhe- und Erholungsuchende, Sportbegeisterte

Verpflegung: erweiterte Halbpension

Aktivitäten: Golfen, Wandern, Skifahren, Radfahren, Mountainbiken, Laufen & Walken

© Falkensteiner Hotels&Residences

Falkensteiner Hotel & Spa Carinzia

Tröpolach 156, 9631 Jenig
Tel: 04285 720 006 12
E-Mail: reservierung.carinzia@falkensteiner.com
www.falkensteiner.com/hotel-spa-carinzia

Anmeldezeiten: Mo bis So 9.00 – 18.00 Uhr

© Gert Steinthaler 2014

Werzer's Hotel Resort Pörtschach

Werzerpromenade 8, 9210 Pörtschach
Tel: 04272 223 10
E-Mail: wellness@werzers.at
www.resort.werzers.at

Anmeldezeiten: Mo bis Fr 10.00 – 16.00 Uhr

Werzer's Hotel Resort Pörtschach

Das Werzer's Hotel Resort Pörtschach direkt am Wörthersee lockt mit 120 Zimmern, 3 Restaurants und einem 2.000 m² großen Spa-Bereich mit Indoorpool. Ein Highlight ist das neue Werzer's Badehaus mit Restaurant und Spa-Bereich inkl. ganzjährig beheiztem Pool im See. Die hoteleigene Tennisarena (inkl. Halle), die Squashboxen, die Wassersportmöglichkeiten und der Fitness- und Gymnastikraum sorgen für Ihren Ausgleich. Nützen Sie die Landschaft rund um den Wörthersee für Wanderungen und Radtouren oder erleben Sie die Winterzeit beim Schneeschuhwandern oder bei einem Skitag auf der Gerlitzen!

Zielgruppe: Familien, Ruhe- und Erholungsuchende, Gesundheitsbewusste (mit einem Arzt vor Ort), Sportbegeisterte

Verpflegung: erweiterte Halbpension

Aktivitäten: Golfen, Wandern, Skifahren, Radfahren, Mountainbiken, Laufen & Walken

© Lürzerhof

Alpin Life Resort Lürzerhof

Dorfstraße 23, 5561 Untertauern
Tel: 06455 251
E-Mail: hotel@luerzerhof.at
www.luerzerhof.at

Anmeldezeiten: Mo bis So 9.00 – 19.00 Uhr

Alpin Life Resort Lürzerhof Untertauern

Das Alpin Life Resort Lürzerhof im Salzburger Land begeistert mit gigantisch schöner Ausstattung und einem sensationellen Freizeitangebot. Ob Spaß beim Bowling, im Erlebnis-Atrium mit Eventshop und Schau-Schnapsbrennerei, Chillen in der Alpinlounge am offenen Kamin, Genießen in einem der Top-Restaurants mit höchst gelobtem Kulinarium oder Schwitzen und Relaxen im Premium SPA auf 3.500 m². Die authentischen Treatments in der Beauty- und Vitallounge begeistern und wollen einfach genossen werden, genauso wie die neuen „So viel im Preis drin"-Inklusivleistungen, die Sie den ganzen Tag über versorgen. Schlemmen, wann und so oft Sie wollen, so macht Urlaub einfach mehr Spaß!

Zielgruppe: Familien, Ruhe- und Erholungsuchende, Sportbegeisterte

Verpflegung: erweiterte Halbpension

Aktivitäten: Golfen, Wandern, Skifahren, Radfahren, Mountainbiken, Laufen & Walken

Gesundhotel Bad Reuthe

Gesundheit als Genuss erleben Sie im Gesundhotel Bad Reuthe. Das familiengeführte Hotel besticht durch sein vielfältiges Angebot. Wohltuendes Natur-Moor wird direkt neben dem Hotel täglich frisch gestochen. Es ist speziell wirksam für Rücken und Gelenke. Ein Highlight ist die großzügige Sauna-Wellness-Welt und das Thermenbad in modernem Design. Natürliche Materialien, Großzügigkeit, Wärme und Licht dominieren. Die klare, offene Gestaltung ordnet Ihre Gedanken – der Geist weitet und öffnet sich. Der faszinierende Blick auf die umliegenden Berge gibt das Gefühl von Freiheit, Luxus und Natur.

Zielgruppe: Ruhe- und Erholungsuchende, Gesundheitsbewusste (mit einem Arzt vor Ort), Thermenliebhaber

Verpflegung: Halbpension

Aktivitäten: Wandern, Laufen & Walken, Radfahren, Mountainbiken, Skifahren, Golfen

© Gesundhotel Bad Reuthe

Gesundhotel Bad Reuthe

Bad 70, 6870 Reuthe
Tel: 05514 226 50
E-Mail: office@badreuthe.at
www.badreuthe.at

Anmeldezeiten: Mo bis Fr 8.00 – 18.00 Uhr

DIE WASNERIN Bad Aussee

Auszeiteln® auf einem herrlichen Hochplateau außerhalb von Bad Aussee im Steirischen Salzkammergut. Das 4-Sterne-Superior-Hotel ist ein Auszeit-Refugium mit 2.400 m² Wellness- & Spa-Bereich (exklusiv für Hotelgäste) und hohem Spa-Know-how. Zertifizierte Outdoor-Programme, ein Yoga-Kompetenz-Zentrum, vegane Menüs, Entgiftungs- und Entschlackungskuren sowie ein vielfältiges Aktiv- und Entspannungsprogramm werden von dem kompetenten Auszeit-Team betreut. Das Team sorgt mit persönlichem Service, Charme und besonderem Engagement dafür, dass es Ihnen gutgeht!

Zielgruppe: Ruhe- und Erholungsuchende, Gesundheitsbewusste (mit einem Arzt vor Ort), Sportbegeisterte

Verpflegung: erweiterte Halbpension

Aktivitäten: Golfen, Wandern, Skifahren, Radfahren, Mountainbiken, Laufen & Walken

© Koller

G'sund & Natur Hotel DIE WASNERIN

Sommersbergseestraße 19, 8990 Bad Aussee
Tel: 03622 521 08-603
E-Mail: reservierung@diewasnerin.at
www.diewasnerin.at

Anmeldezeiten: Mo bis Sa 9.00 – 19.00 Uhr, So 9.00 – 14.00 Uhr

time 4me
Family

REITERS Finest Familyhotel Bad Tatzmannsdorf

Ein perfekter Urlaub mit Ihren Kindern erwartet Sie im REITERS Finest Familyhotel, das vom Relaxguide zum 5. Mal in Folge als das beste Familien-Wellnesshotel Österreichs ausgezeichnet wurde. All inclusive mit ganztägiger Kinderbetreuung (ab 6 Monaten), großes Sportangebot wie Golf, Reiten, Tennis, Finest Beauty, Merkur Lifestyle Spa, hoteleigene Therme mit Ruhebereichen für Erwachsene und Kasimirs Waterworld für Kids. Im 120 Hektar großen Reserve leben viele seltene Tierrassen wie weiße Barockesel, Galloway-Rinder, Lipizzaner, American Miniature Horses, Wasserbüffel und Mangalitza-Schweine.

Zielgruppe: Familien, Thermenliebhaber, Sportbegeisterte

Verpflegung: All inclusive

Aktivitäten: Golfen, Radfahren, Laufen & Walken

Das Merkur Lifestyle Spa vor Ort im Reiters Finest Familyhotel bietet Ihnen eine umfassende Gesundheitsvorsorge mit hochwertigen medizinischen und therapeutischen Leistungen an.
Näheres finden Sie auf **www.merkur-lifestyle.at.**

© Jenni Koller for Reiters Reserve

REITERS Finest Familyhotel

Am Golfplatz 4, 7431 Bad Tatzmannsdorf
Tel: 03326 550 55
E-Mail: reservierung@merkur-lifestyle.at
www.merkur-lifestyle.at

Anmeldezeiten: Mo bis Fr 8.00 – 17.00 Uhr

REITERS Resort Stegersbach

Wellness, Badespaß & Erlebnisvielfalt im Reiters Resort Stegersbach. Genießen Sie die fröhlichste Art des Wellnessens im Reiters Resort Stegersbach. Es erwarten Sie Wohlfühltage mit bester Kulinarik - mehrmals täglich frisch zubereitet, wetterunabhängiges Wassererlebnis in der Reiters Therme mit 14 Becken, 2.200 m2 Thermensauna, Rutschen und großem Aktiv-/Außenbereich - bequem über die Badgasse erreichbar, Erholung in der ruhigen Flüstertherme** mit 2 Becken und im Yin Yang Spa-Nacktbereich**, ein moderner Fitnessraum für Aktive sowie eine Kinder- & Jugendwelt*.Unschlagbare Greenfee-Preise für Allegria-Hotelgäste auf Reiters Golf 72 Südburgenland.

* ohne Betreuung, ** nur für Erwachsene und Kinder ab 15 Jahren

Zielgruppe: Familien, Ruhe- und Erholungsuchende, Gesundheitsbewusste (mit einem Arzt vor Ort), Sportbegeisterte

Verpflegung: erweiterte Halbpension

Aktivitäten: Golfen, Wandern, Radfahren, Mountainbiken, Laufen & Walken

Das Merkur Lifestyle Spa vor Ort im Reiters Resort Stegersbach bietet Ihnen eine umfassende Gesundheitsvorsorge mit hochwertigen medizinischen und therapeutischen Leistungen an. Näheres finden Sie auf **www.merkur-lifestyle.at.**

© Jenni Koller/Reiters Resort Stegersbach

REITERS Resort Stegersbach

Golfstraße 1, 7551 Stegersbach
Tel: 03326 550 55
E-Mail: reservierung@merkur-lifestyle.at
www.merkur-lifestyle.at

Anmeldezeiten: Mo bis Fr 8.00 – 17.00 Uhr

© AQUA DOME

AQUA DOME – Tirol Therme Längenfeld

Oberlängenfeld 140, 6444 Längenfeld
Tel: 05253 64 00
E-Mail: office@aqua-dome.at
www.aqua-dome.at

Anmeldezeiten: Mo bis So 9.00 – 18.00 Uhr

AQUA DOME Längenfeld

Schwerelos in der Soleschale schweben und dabei imposante Dreitausender bestaunen: ein Wellness-Traum, der auf über 50.000 m² im AQUA DOME – Tirol Therme Längenfeld wahr wird. Vom modernalpinen 4-Sterne-Superior-Hotel direkt in die Therme – 13 Innen- und Außenbecken, 10 verschiedene Dampfbäder und Saunen mit inszenierten Aufgüssen sowie vielfältige Ruheoasen laden zum Entspannen ein. Der Gipfel der Alpenwellness erwartet Sie im großzügigen SPA 3000. Der Premium-Spa-Bereich, der exklusiv für Hotelgäste reserviert ist, lässt Sie Wellness in einer völlig neuen Dimension erleben.

Zielgruppe: Familien, Ruhe- und Erholungsuchende, Gesundheitsbewusste (mit einem Arzt vor Ort), Thermenliebhaber, Sportbegeisterte

Verpflegung: erweiterte Halbpension

Aktivitäten: Wandern, Skifahren, Radfahren, Mountainbiken, Laufen & Walken

© Johannes Kogler

Sportresort Hohe Salve

Meierhofgasse 26, 6361 Hopfgarten im Brixental
Tel: 05335 24 20-503 oder 05335 24 20-610
E-Mail: reservierung@hohesalve.at
www.hohesalve.at

Anmeldezeiten: Mo bis So 8.00 – 20.00 Uhr

Sportresort Hohe Salve Hopfgarten

Das neue Sportresort setzt auf die Kraft der Bewegung – im Sommer wie im Winter, 365 Tage im Jahr. Dabei ist Bewegung hier mehr als ein bloßes Bekenntnis, sondern elementarer Bestandteil des täglichen Tuns und Denkens. Für alle Altersgruppen und jeden Fitnessgrad. Das neue „Move & Relax"-Konzept – ein Wechselspiel zwischen bewusst gesetzten Reizen durch aktive Bewegung und maßgeschneiderter Regeneration – soll den Gästen frische Energie geben.
Es erwarten Sie 104 Zimmer, 5 Seminarräume und ein 1.400 m² großer Move- & Relax-Bereich, das Herzstück des Hotels. Hier finden Sie Fitness- und Yoga-Räume, den Spa-und Regenerationsbereich und den Poolbereich mit 25-m-Sportbecken.

Zielgruppe: Ruhe- und Erholungssuchende, Gesundheitsbewusste (mit einem Sportwissenschafter vor Ort), Sportbegeisterte

Verpflegung: Halbpension

Aktivitäten: Golfen, Wandern, Skifahren, Radfahren, Mountainbiken, Laufen & Walken

Youngster-Camps

Vergünstigte Konditionen
für Merkur Kunden

Gemeinsam Spaß an der Bewegung haben und unter professioneller sportwissenschaftlicher Betreuung trainieren. Für Mädchen und Buben, junge Profis sowie alle Youngsters, die einfach Action und Sport genießen wollen.

Die Bewegungs- und Aktiv-Camps können **zusätzlich** zu den fit4life Programmen gebucht werden. Die aktuellen Camps und Termine finden Sie auf der Homepage unter **www.merkur.at/youngstercamps**

Anmeldung

Die Anmeldung erfolgt online unter
www.merkur.at/youngstercamps

Fotos: Werner Krug

Hightech Früherkennung

Mögliche Erkrankungen vorbeugend an der Wurzel packen

Die Hightech Früherkennung* ist ein wesentlicher Schwerpunkt des Angebots der Privatklasse Novum und der Privatklasse Stationär Klassik Krankenversicherungen. Mit neuesten Methoden werden die wichtigsten Organe einem Check unterzogen, der maximal schonend und nicht-invasiv erfolgt. Modernste 3D-Darstellungen und Laboruntersuchungen gewährleisten eine exzellente Diagnostik mit höchster Genauigkeit und Zuverlässigkeit.

Highlights der Hightech Früherkennung

Ermittlung des Gesundheitsprofils mit klinischer Untersuchung und Besprechung der Befunde

Hightech Untersuchungen mit MR oder CT je nach Schwerpunkt

Ausführliche Befundbesprechung durch das interdisziplinäre Ärzteteam

Erstellung der Folgemaßnahmen – von Lebensstil- bis Therapieempfehlungen durch hochqualifizierte Fachärzte

Die Merkur Früherkennung Partner

Private Access Graz
Schwerpunkt Herz-Kreislauf, Prostata
Weblinger Gürtel 25, 8054 Graz
Tel.: +43 664 261 11 26
kontakt.graz@privateaccess.at
https://www.privateaccess.at

Private Access Linz
Schwerpunkt Lunge, Brust, Dickdarm
Saporoshjestraße 3, 4030 Linz-Kleinmünchen
Tel.: +43 664 313 48 40
kontakt.linz@privateaccess.at
https://www.privateaccess.at

Radiologisches Institut Dr. Artmann GmbH
Schwerpunkt Lunge, Brust, Herz-Kreislauf, Dickdarm, Prostata
Kompetenzcenter Gesundheit St. Stephan Wels
Salzburgerstraße 65, 4600 Wels
Tel.: +43 7242 909 090 303 bzw.
+43 7242 290 635
office@radinst.at | https://www.mr-wels.at

* Wir weisen darauf hin, dass es sich bei diesem Programm um eine Früherkennung und keine Vorsorgeuntersuchung handelt. Sie wird von Ärzten vor allem jenen Kunden empfohlen, bei welchen bereits eine persönliche Risikosituation in der Familie aufgetreten ist bzw. die eigene Krankengeschichte diese notwendig und sinnvoll macht. Eine etwaige von der Hightech Früherkennung ausgehende Strahlenbelastung ist zwar äußerst gering, aber dennoch vorhanden. Vor einer geplanten Inanspruchnahme empfehlen wir eine Abklärung mit Ihrem Hausarzt bzw. Facharzt.

Wege zur Vorsorge

1. Die Vorsorgeprogramme fit4life bzw. time4me müssen Bestandteil Ihres Tarifs sein.
2. Wählen Sie Ihr Programm in dieser Broschüre oder über das Merkur Kundenportal unter https://portal.merkur.at aus.
3. Fordern Sie Ihr Programm über das Kundenportal oder telefonisch unter **0316 80 34 20 20** an.
4. Wenn Sie Anspruch auf fit4life bzw. time4me haben, wird Ihnen der Buchungscode über das Merkur Kundenportal binnen weniger Sekunden elektronisch übermittelt.
5. Die Programmunterlagen inkl. Buchungscode erhalten Sie anschließend per Post oder auf Wunsch über das Merkur Kundenportal als PDF.
6. Für die Buchung des gewünschten Programms nehmen Sie bitte direkt mit dem fit4life bzw. time4me Partner Ihrer Wahl Kontakt auf und geben Sie den Buchungscode bekannt.

fit4life

Anspruchsberechtigte Kunden haben alle 2 Jahre die Möglichkeit, zwischen verschiedenen Gesundheitsvorsorgeprogrammen im Rahmen eines mehrtägigen Hotelaufenthaltes oder einem Training in ausgewählten Fitness- oder Yoga-Studios zu wählen.

time4me

Wichtig: Mit time4me können Sie jedes Jahr eine oder zwei Wochen Auszeit nehmen. Wählen Sie nach Interesse, Region und Hotel Ihr Angebot aus und buchen Sie direkt beim Hotel Ihren Aufenthalt. Die Hotelkosten sind selbst zu bezahlen, allerdings bietet Ihnen jedes Hotel über time4me ganz spezielle Konditionen an. Die aktuellen Preise der time4me Angebote finden Sie im Merkur Kundenportal auf **https://portal.merkur.at**

Merkur MedErnährungs-Check

Eine ausgewogene Ernährung ist einer der wichtigsten Faktoren für einen gesunden Lebensstil. Je vielfältiger und abwechslungsreicher der Speiseplan ist, desto besser. Softwaregestützt werten unsere Experten von „biolog – Präventive Gesundheitskonzepte“ im Rahmen der Privatklasse fit4life Ihr persönliches Ernährungsprotokoll aus und geben damit Aufschlüsse darüber, ob und wie Sie Ihren Ernährungsplan umstellen sollten.

Hightech Früherkennung

Mit neuesten Methoden werden die wichtigsten Organe einem Check unterzogen, der maximal schonend und nicht-invasiv erfolgt.

Rundum innovativ:

Noch mehr Vorteile im Merkur Kundenportal

Das Merkur Kundenportal ist Ihre ganz persönliche Merkur Welt im Web. Hier können Sie Ihre Merkur Versicherungen verwalten, Kosten ambulanter Leistungen einfach und bequem einreichen und sich über alle Merkur Gesundheitsprogramme informieren.

Jetzt registrieren:
https://portal.merkur.at

Binnen weniger Tage erhalten Sie Ihre sicheren Zugangsdaten per Post. Alternativ können Sie sich direkt mit Handy-Signatur im Kundenportal registrieren.

Immer und überall: Rechnungen mobil mit App einreichen.

Im Merkur Kundenportal erhalten Sie Ihren persönlichen Code für die Merkur App.

Die App bietet Ihnen als Merkur Kunde zahlreiche Rabatte und Angebote bei Hotels und weiteren Partnern aus den Bereichen Gesundheit, Fitness und Lifestyle.

Außerdem können Sie Ihre Belege aus der Gesundheitsversicherung über die App einreichen und haben Zugriff auf Ihr persönliches Postfach.

Impressum: Konzeption & Gestaltung: Arts & Crafts GmbH, Medieninhaber: Merkur Versicherung AG, Hersteller: kbprintcom.at Druck + Kommunikation GmbH, Verlagsort: Graz, Herstellungsort: Wien.

Weil ich das Wunder Mensch bin.

Merkur Versicherung AG
8010 Graz Conrad-von-Hötzendorf-Straße 84
Tel. 0316 80 34-0

E-Mail: merkur@merkur.at
Internet: www.merkur.at
Facebook: fb.me/merkur.at

Regionaldirektion Wien
1050 Wien Wiedner Hauptstraße 120-124
Tel. 01 505 57 44

Regionaldirektion Nordost
3100 St. Pölten Peppertstraße 33
Tel. 02742 36 86 42

Regionaldirektion Mitte
4020 Linz Volksgartenstraße 17
Tel. 0732 66 44 66

Regionaldirektion West
6020 Innsbruck Leopoldstraße 17
Tel. 0512 598 40

Regionaldirektion Süd
8010 Graz Conrad-von-Hötzendorf-Straße 84
Tel. 0316 80 83

GV-PR004-21-01

Dieser Prospekt enthält kurze, überblicksartige Informationen zu unseren Produkten; er stellt jedoch kein Angebot im rechtlichen Sinne dar. Die darin enthaltenen Informationen können eine umfassende Beratung nicht ersetzen. Es gelten die Allgemeinen und Besonderen Versicherungsbedingungen sowie gegebenenfalls die Regelungen des Gruppenversicherungsvertrages. Vorbehaltlich Druck- und Satzfehler, Stand Jänner 2021.