

Angebote und Pakete

- **Paket „Ernährungs-Check Basic“**
 - 1 Termin à 50 Min.
 - Ernährungsanamnese mit detaillierter Analyse Ihrer Ernährungsgewohnheiten inkl. Optimierungsvorschläge

70 Euro

- **Paket „Ernährungs-Check Premium“**
 - 1 Termin à 80 Min. inkl. BIA-Messung
 - Ernährungsanamnese mit detaillierter Analyse Ihrer Ernährungsgewohnheiten mittels 4 Tage-Ernährungsprotokoll inkl. Optimierungsvorschläge, Auswertung und Besprechung der BIA-Ergebnisse

115 Euro

- **Paket „Gesund und fit Basic – Wellness für mein Körpergewicht“**
 - 6 Termine: 1 x 90 Min., 2 x 60 Min., 3 x 30 Min.
 - Ernährungsanamnese inkl. detaillierter Analyse Ihrer Ernährungsgewohnheiten, 4 BIA-Messungen inkl. Auswertung und Optimierungsvorschlägen, individuelles Ernährungskonzept, Rezeptvorschläge
 - GRATIS: 2 Power Walk oder Power Run - Einheiten

430 Euro

- **Paket „Gesund und fit Premium“ – Ihr Weg zum Wohlfühlgewicht“**
 - 9 Termine: 1 x 90 Min., 2 x 60 Min., 6 x 30 Min.
 - Ernährungsanamnese inkl. detaillierter Analyse Ihrer Ernährungsgewohnheiten, 7 BIA-Messungen inkl. Auswertung und Optimierungsvorschlägen, individuelles Ernährungskonzept, Rezeptvorschläge
 - GRATIS: 4 Power Walk oder Power Run – Einheiten

560 Euro

- **Paket „Sporternährung – Essen für Wettkampf und/oder Training“**
 - 4 Termine: 2 x 60 Min., 2 x 30 Min.
 - Ernährungsanamnese mit detaillierter Analyse Ihrer Ernährungsgewohnheiten, 3 BIA-Messungen, Ernährungskonzept für Ihr individuelles sportliches Ziel, Trinktraining und Sportgetränke, Regeneration

250 Euro

- **Paket „Von Anfang an – Ernährung von Schwangerschaft bis Stillzeit“**
 - 2 Termine: 60 Min. Schwangerschaft, 30 Min. Stillzeit
 - Ernährungsanamnese mit detaillierter Analyse Ihrer Ernährungsgewohnheiten, individuelles Ernährungskonzept für Ihre Schwangerschaft und Stillzeit

110 Euro

- **Paket „Vegetarisch / Vegan – so einfach gelingt eine neue Ernährungsweise“**
 - 4 Termine: 1 x 80 Min., 2 x 60 Min, 1 x 30 Min.
 - Ernährungsanamnese mit detaillierter Analyse Ihrer derzeitigen Ernährungsgewohnheiten, Beratung hinsichtlich Vorteile und Risiken der neuen Ernährungsform, schrittweise Umsetzung mit vielen Tipps, Einkaufscoaching, Rezeptideen
 - auf Wunsch: gemeinsames Kochen (nicht im Paketpreis inkludiert)

290 Euro

- **Paket „Power Walk / Power Workout“ – Gruppentraining**
 - Training zur Kraft- und Konditionssteigerung
 - 10 Termine: à 60 Min.

65 Euro

- **Paket „Power Run“ – Gruppentraining**
 - Laufeinheit inkl. Kraft- und Koordinationsübungen
 - perfektes Training zur Konditionssteigerung
 - 10 Termine: à 90 Min.

112 Euro

- **Paket „Kochen exklusiv“ – Tipps und Tricks vom Ernährungsprofi in Ihrer Küche**
 - 1 Termin: ca. 2 Stunden
 - gemeinsam kochen wir ein gesundes Menü lt. Ihren Vorstellungen ergänzt mit zahlreichen Ernährungstipps und -tricks, inkl. Rezepte und Nährwertangaben
 - exkl. Lebensmittel und Anreise

180 Euro

- **Paket „Pimp my Lieblingspeis“**
 - Sie geben mir Ihre Lieblingsrezepte, auf die Sie auf keinen Fall verzichten wollen, ich optimiere diese nach den neuesten ernährungswissenschaftlichen Erkenntnissen, inkl. Nährwertberechnung
 - pro Rezept

30 Euro

Hinweise

Alle Beträge verstehen sich exkl. Mehrwertsteuer.

Ernährungsmedizinische Beratung wird (da Therapieleistung) immer exkl. Mehrwertsteuer verrechnet!

Es kann immer etwas dazwischenkommen!

Wenn Sie einen Termin nicht wahrnehmen können, bitte ich Sie um rechtzeitige Absage (mindestens 24 Stunden vor dem Termin). Später oder nicht abgesagte Termine werden in Rechnung gestellt.

Rückerstattung des Honorars bei Ernährungsmedizinischen Beratungen

Krankenkassen

Die gesetzlichen Krankenkassen in Österreich sehen keine Rückerstattung des Honorars für Diät- und Ernährungsberatungen vor.

Private Zusatzversicherung

Bei Abschluss einer privaten Zusatz-Krankenversicherung mit inkludiertem ambulante Tarif zahlt die Versicherung in den meisten Fällen das gesamte Beratungshonorar. Dazu reichen Sie bitte die Honorarrechnung und eine Bestätigung Ihres Hausarztes bei der privaten Zusatz -Krankenversicherung ein.

Selbstständige Unternehmer

Erhalten jährlich von der Sozialversicherungsanstalt der gewerblichen Wirtschaft den sogenannten "Gesundheitshunderter". Für einige gesundheitsfördernde Maßnahmen zahlt die SVA der gewerblichen Wirtschaft € 100, u. a. auch eine Diätberatung. Weitere Infos zum "Gesundheits-100er" finden Sie auf der SVA-Website.