

Allgemeines

Terminvereinbarungen:

- vor Ort an der Therapie-Rezeption - je nach Verfügbarkeit
- telefonisch: +43 (0) 2985 / 26 66 - 699
- via Mail: medizin@lapura.at

Wir empfehlen, Ihre gewünschten Termine so früh wie möglich im Voraus zu reservieren. Selbstverständlich bemühen wir uns auch, kurzfristige Termine verfügbar zu machen.

Verspätung und Stornierung: Aus Respekt gegenüber nachfolgenden Gästen bitten wir Sie um Verständnis, dass bei Verspätung Ihrerseits, diese von der Behandlungszeit abgezogen wird. Sollten Sie Ihren Termin nicht einhalten können, bitten wir Sie, spätestens 24 Stunden davor zu stornieren, da wir nicht fristgemäß annullierte und nicht wahrgenommene Termine zu 100 % in Rechnung stellen müssen. Auch für Termine in Form eines Gutscheines oder für Day Spa-Buchungen gelten dieselben Bedingungen.

Hinweis: Bitte beachten Sie, dass die angegebene Behandlungsdauer neben der Massage- und Kosmetikzeit ebenso die Begrüßung, die Beratung, das Entkleiden, die jeweilige Ruhezeit sowie die Verabschiedung beinhaltet.

Wertsachen: Wir empfehlen Ihnen, Ihre Wertsachen im Zimmersafe oder in einem der Garderobenkästchen einzuschließen.

Ein Resort der:



la pura women's health resort kauptal
Hauptplatz 58, A-3571 Gars am Kamp, Austria
☎ +43 (0) 2985 / 26 66 - 0
✉ willkommen@lapura.at
www.lapura.at

la pura[®]
women's health resort
kauptal

UNSER TEAM,
MEDIZIN,
PERSÖNLICHE
BERATUNG,
HEALTHY AGING

LA PURA MEDIZIN

Das Gesundheits- & Wohlfühlresort.
Einzigartig für uns Frauen.

www.lapura.at



la pura – Einzigartig für uns Frauen

Das auf weibliche Bedürfnisse zugeschnittene Resort nur für Frauen verbindet Wohlgefühl und Gesundheit. Gars am Kamp ist ein perfekter Ort für gelungene Auszeit und Erholung.

Terminvereinbarungen: Wir empfehlen, Ihre gewünschten Termine so früh wie möglich im Voraus zu reservieren.

- vor Ort an der Therapie-Rezeption – je nach Verfügbarkeit
- telefonisch: +43 (0) 2985 / 26 66 - 699
- via Mail: medizin@lapura.at

la pura beschäftigt Ärztinnen, Therapeutinnen und Masseurinnen, aber auch Ärzte, Therapeuten und Masseure. Sofern Sie ausschließlich von weiblichem Personal behandelt werden möchten, lassen Sie uns dies gern im Vorfeld wissen, damit wir bei der Planung Ihrer Behandlungen darauf eingehen können.

* Erbrachte Leistung erfolgt im Rahmen des la pura ambulatorium für physikalische medizin kemptal

** Erbrachte Leistung erfolgt im Rahmen der la pura kuranstalt kemptal

UNSER TEAM



Dr. med. univ. Sigrid Hawlena

Ärztliche Direktorin | Ärztin für Allgemeinmedizin
Schwerpunkt: Diagnostik und Therapie nach F.X. Mayr



Dr. med. univ. Corinna Berger

Ärztin für Allgemeinmedizin
Schwerpunkt: Diagnostik und Therapie nach F.X. Mayr,
Akupunktur, TCM



Dr. med. univ. Birgit Krail-Leeb

Ärztin für Allgemeinmedizin
Schwerpunkt: Homöopathie, Notfallmedizin,
Diagnostik und Therapie nach F.X. Mayr



Univ.-Prof. Dr. med. univ. Alexandra Kautzky-Willer

Fachärztin für Innere Medizin, Endokrinologie, Stoffwechsel
und Geriatrie, Professorin des Lehrstuhls für Gendermedizin an
der Medizinischen Universität Wien



Dr. med. univ. Manfred Zauner, MSC

Arzt für Allgemeinmedizin
Schwerpunkt: manuelle Medizin, Akupunktur, TCM,
Diagnostik und Therapie nach F.X. Mayr



Michaela Schön, B.Sc.

Diätologin
Schwerpunkt: Ernährungsmedizinische Beratung und Therapie
mit Fokus auf pflanzenbasierte bzw. vegane Ernährung



Michael Wildpert, Bakk.

Leiter Sportwissenschaft
Schwerpunkt: Diagnostik und Therapie nach F.X. Mayr

la pura Medizin

Ärztliche Ordination, 20 | 30 | 40 Min. */**

€ 90 | € 120 | € 150

Bei einem Beratungsgespräch werden Ihre Beschwerden erhoben und durch eine klinische Untersuchung weiter abgeklärt. Mitgebrachte Befunde werden erläutert und eventuell ergänzt. Ein individueller Therapieplan wird auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt.

Ärztliche Akupunktur, Ersttermin, 45 Min. */**

€ 120

Folgetermin, 30 Min. */**

€ 80

Die Behandlung der verschiedenen Akupunkturpunkte reguliert gestörte Körperfunktionen und bringt den Energiefluss wieder in Schwung. Somit kann die Akupunktur sehr vielseitig als sanfte Methode zur Verbesserung vieler Beschwerden eingesetzt werden.

Ärztliche manuelle Bauchbehandlung, 15 Min. */**

€ 80

Die Bauchbehandlung bewirkt eine Entstauung der Bauchlymphe und der Leber, eine Durchblutungsförderung des Bauchraums, eine Entgiftung über den Darm und eine Entlastung der Wirbelsäule. Außerdem werden die Atmung und die Sauerstoffversorgung verbessert.

Neuraltherapie, 15 Min. */**

€ 60

Durch sanfte Injektionen mit einem Lokalanästhetikum werden Narben und Entzündungen gelindert und Muskelverspannungen gelöst. Man nennt die Neuraltherapie auch Akupunktur des Westens. Wirksam beispielsweise bei chronischen Schmerzen der Wirbelsäule.

Bioenergetische Testung und Ersttherapie, 60 Min. **

€ 190

Allergien und Unverträglichkeiten austesten: Bei der Testung nach Dr. Voll wird an den Akupunkturpunkten (Hand/Fuß) nach Krankheitsherden und Störfeldern gesucht. Materialverträglichkeiten werden geprüft und ein Therapieplan für eine Ersttherapie wird erarbeitet. Diese Testung ist z. B. zu empfehlen bei chronischen Allergien, zur Raucherentwöhnung oder bei Pilzbelastung des Darmes.

Ärztliche Osteopathie, Ersttermin, 45 Min. */**

€ 150

Folgetermin, 30 Min. */**

€ 130

Manuelle Behandlung von muskulär-/gelenks-/band-/kapselbedingten Störungen oder Schmerzsyndromen. Die Osteopathie ist eine sanfte Methode, mit der die Regulation der Muskelfunktionen, Nervenfunktionen und Gelenksfunktionen in Balance gebracht wird. Sie ist eine ganzheitliche und ursächliche Behandlungsmethode mit nachhaltiger Wirkung auf alle Organsysteme.

Infusionen

Vitamine, Mineralstoffe und Heilmittel können durch Infusionen besonders schnell und direkt in die Blutbahn eingebracht werden. Sie unterstützen das Immunsystem, Detox-Prozesse sowie den Darm- und Energieaufbau. Im Rahmen einer Stoffwechsellkur, wie Detox- oder F.X. Mayr-Kur, können Sie mit Infusionen Ihre Fettverbrennung deutlich ankurbeln.

Baseninfusion , 30 Min. **	€ 98
Darmaufbau Infusion , 30 Min. **	€ 98
Detox Infusion , 30 Min. **	€ 98
Fat Burning Infusion , 30 Min. **	€ 98
Feel Good Infusion , 30 Min. **	€ 98
Gelenksinfusion , 30 Min. **	€ 98
Immuninfusion , 30 Min. **	€ 98
Powerinfusion (Vit C hochdosiert und Mineralstoffe), 30 Min. **	€ 98
Stress Release Infusion , 30 Min. **	€ 98



Persönliche Beratung

Mental Coaching, 50 | 90 Min. ** € 120 | € 180
Fühlen Sie sich müde oder ausgelaugt? Vereinbaren Sie ein individuelles Gespräch mit unserer Psychologin/Ärztin und erfahren Sie hier unter anderem Entlastung, Strategien für eine gute Stressbewältigung oder Tipps rund um das Thema Gesundheit (Schlaf, Ernährung, Bewegung, ...)

Stressbelastungsanalyse, 50 Min. ** € 120
Bei der Stressbelastungsanalyse werden Ihre Stressoren erhoben sowie das Ausmaß Ihrer persönlichen Belastung. Danach geht unsere Psychologin den Ursachen auf den Grund, zeigt die Zusammenhänge auf und erarbeitet mit Ihnen individuell angepasste Lösungen.

Kurzzeit-HRV Herzfrequenzvariabilitätsmessung inklusive Abschlussbesprechung, 20 Min. * € 55
Die Herzratenvariabilitätsmessung zeigt, wie Ihr Körper auf physische und psychische Belastungen reagiert und diese bewältigt, und beschreibt die Anpassungsfähigkeit des Herzens, auf unterschiedliche Belastungen zu reagieren. Die Herzfrequenzvariabilität verrät also viel über die Gesundheit und kann jederzeit durch geeignete Maßnahmen verbessert werden.

Ernährungsberatung, 25 | 50 Min. */** € 50 | € 90
Unsere Diätologin geht ganzheitlich auf Ihre Bedürfnisse und Fragen ein und berücksichtigt individuelle Faktoren wie z.B. Unverträglichkeiten, Reizdarm und emotionales Essverhalten. Sie erhalten praktische Tipps für die Umsetzung einer gesunden, genussvollen Ernährung im Alltag.

Personal Coaching, 25 | 50 Min. ** € 50 | € 90
Das one-to-one Training ist individuell auf Sie abgestimmt und daher auch besonders wirkungsvoll. Sie erhalten Trainingsempfehlungen, die Sie auch nach Ihrem Aufenthalt im la pura women's health resort kamptal anwenden können.

Healthy Aging

Sie haben Ihr Alter in der Hand



Bestimmung des Biologischen Alters

€ 380

Ganzheitliche, individualisierte Gesundheitsvorsorge mit Berücksichtigung von Umwelt- und Lebensstilfaktoren durch Analyse der epigenetischen Regulierung und genetischen Ausprägung der Zellen. Belegt die Neigung zu vorzeitiger Alterung, Übergewicht, Diabetes und überprüft das Immunsystem bzw. die Anfälligkeit für Infektionen. Inklusive Empfehlungen und Richtlinien.



Bestimmung des Metabolischen Typs

€ 580

Überprüfung der Funktion des Stoffwechsels und des individuellen Bedarfs an Makronährstoffen (Eiweiß, Fett und Kohlenhydrate), Analyse Ihrer Metabolischen Rate und Gewichtsstabilisierung, Regulation von Hunger und Sättigung, Verhältnis von Kraft- und/oder Ausdauersport sowie Ihrer Hautgesundheit aus nur wenigen Blutropfen. Inklusive Empfehlungen und Richtlinien.

Bestimmung Biologisches Alter & Metabolischer Typ

€ 780

Inklusive umfangreicher Empfehlungen und Richtlinien.



Entzündungsherde erkennen, 30 Min.

€ 120

Parodontitis ist eine Entzündung des Zahnhalteapparates, die auch den Kieferknochen befallen kann und die Betroffenen nicht nur Zähne kostet, sondern auch Folgeschäden im ganzen Körper anrichtet. Die ORALYZER-aMMP-8-Werte-Überprüfung Ihres oralen Immunsystems ermöglicht es uns, in wenigen Minuten versteckte Zahnfleischschädigungen durch einen Speicheltest festzustellen. Somit können Sie gezielt vorbeugen. Eine ärztliche Beratung ist bei diesem Test inkludiert.



Fitness-/Beweglichkeitsanalyse, 120 Min. **

€ 180

Mittels eines Körperstabilitätstestes werden Körperbeweglichkeit, Kraft, Ausdauer und Feinmotorik bestimmt sowie etwaige Sturzrisiken erkannt. Die genetische Veranlagung wird überprüft und ein individuell zugeschnittener Trainingsplan erarbeitet. Das Verhältnis von Kraft- und Ausdauertraining wird optimal auf Ihren Körpertyp abgestimmt.



Messung der Körperzusammensetzung mittels

Bioimpedanzanalyse mit Besprechung, 20 Min. **

€ 50

Basierend auf dem Prinzip der Widerstandsmessung wird die Beziehung zwischen Fett-, Wasser- und Muskelanteilen des Körpers sicher und schnell analysiert und ermöglicht eine sehr genaue Analyse der Körperstruktur. Muskelgewebe und Körperwasser weisen eine gute Leitfähigkeit und somit einen geringen Widerstand auf, während Fettgewebe einen hohen Widerstand erzeugt.



3D-Gesichtshautanalyse, 30 Min.

€ 60

Erkennen des biologischen Alters der Haut durch VISIA Scan. Um den Hautzustand auf und unter der Hautoberfläche zu analysieren, werden drei verschiedene Beleuchtungsmodi eingesetzt. Eventuelle Sonnenschäden werden sichtbar gemacht, vorhandene Porphyrine (bakterielle Ausscheidungen) in tiefen Hautschichten offenbart, Hyperpigmentierungen, Akne und vaskuläre Läsionen, wie Couperose und Rosacea, angezeigt. Aufgrund der Analyse können wir für Sie ein individuelles Serum erstellen. Bitte reinigen Sie Ihr Gesicht und vermeiden Sie Saunabesuche direkt vor der Analyse.



Kurzzeit-HRV Herzfrequenzvariabilitätsmessung, 10 Min. *

€ 55

Die Herzratenvariabilitätsmessung zeigt, wie Ihr Körper auf physische und psychische Belastungen reagiert und diese bewältigt, und beschreibt die Anpassungsfähigkeit des Herzens, auf unterschiedliche Belastungen zu reagieren. Die Herzfrequenzvariabilität verrät also viel über die Gesundheit und kann jederzeit durch geeignete Maßnahmen verbessert werden.



Stressbelastungsanalyse, 50 Min. **

€ 120

Bei der Stressbelastungsanalyse werden Ihre Stressoren erhoben sowie das Ausmaß Ihrer persönlichen Belastung. Danach geht unsere Psychologin den Ursachen auf den Grund, zeigt die Zusammenhänge auf und erarbeitet mit Ihnen individuell angepasste Lösungen.