Gesundheit beginnt, *bevor* Krankheit entsteht.

Ihr Präventionszentrum für mehr Energie und Vitalität
— wissenschaftlich fundiert, alles an einem Ort.

City Vital 17a
Präventionszentrum Saarlouis

Die meisten Beschwerden kündigen sich an – lange bevor sie spürbar werden

Genau dort setzen wir an: Wir messen, was in Ihrem Körper wirklich passiert, ordnen die Ergebnisse gemeinsam ein und entwickeln daraus einen Plan, der zu Ihrem Leben passt:
Ihre Werte, Ihre Ziele, Ihr Tempo.

Unsere Schwerpunkte

1 **Stoffwechsel & Vitalität**
Energie, Gewicht und Wohlbefinden – auf Basis von Metabolom-, DNA- und BIA-Analyse.

2 **Stress & Nervensystem**
Innere Balance sichtbar machen und stärken – objektiv erfasst über die VNS-Analyse.

3 **Haltung & Bewegung**
Fehlbelastungen früh erkennen – aus Haltungs- und Ganganalyse zur passenden Versorgung.

Analytik, die den *Unterschied* macht

Blut- und DNA-Analysen
Sehen, was Ihrem Körper fehlt und was ihn ausmacht – aus Blutwerten und Genetik.

BIA-Messung
Körperzusammensetzung sichtbar: Muskelmasse, Fettanteil und Wasserhaushalt als Grundlage jeder Verlaufskontrolle.

VNS-Analyse
Wie belastbar sind Sie wirklich? Stressbelastung und Regenerationsfähigkeit - objektiv gemessen statt geschätzt.

Haltungs- & Ganganalyse
Markerorientierte 2D-Haltungs- und videographische Ganganalyse erkennen Fehlbelastungen und ihre Ursachen.

In Kooperation mit Sanisaar-Orthopädietechnik, Merzig.

„Prävention heißt, den ersten Schritt zu machen, bevor der Körper einen dazu zwingt. Genau diesen Schritt begleite ich mit meinem Team."

Julia Pientka, Leitung Präventionszentrum

Blut- und DNA-Analysen

Nutrition

Ernährungs- & Nährstoffmanagement

„Was ist die richtige Ernährung für mich?“

Sie erhalten: Test-Kit, Bericht, persönliche Lebensmittelliste
(+ personalisierte Nahrungsergänzung)

Shape

Gewichtsmanagement

„Wie nehme ich effizient und dauerhaft ab?“

Sie erhalten: Test-Kit, Bericht, persönliche Lebensmittelliste
(+ personalisierte Kalorienblocker)

Reaction

Verträglichkeit arzneilicher Wirkstoffe

„Welche Medikamente und Dosis passen zu mir?“

Sie erhalten: Test-Kit und Bericht zu Ihrer individuellen
Wirkstoff verträglichkeit

Aesthetic

Hautalterung & -pflege

„Wie bleibt meine Haut länger jung?“

Sie erhalten: Test-Kit, Bericht
(+ personalisierte Kosmetik und Nahrungsergänzung)

Metabolic

Metabolom- & Stoffwechsel-Analyse

„Wie arbeitet mein Körper genau jetzt?“

Sie erhalten: Bluttest, Bericht mit Ampellogik & Empfehlungen

In vier Schritten zu Ihrem persönlichen Gesundheitsplan

Vom ersten Gespräch bis zu Ihrem individuellen Gesundheitsplan
– wir begleiten Sie Schritt für Schritt.

Messen

Wo stehe ich?

Wir analysieren Ihren aktuellen Zustand auf folgende Parameter: genetische Voraussetzungen, Stoffwechsel, Körperzusammensetzung, Stressbelastung und Bewegungsmuster.

Planen

Wo will ich hin?

Wir besprechen Ihre Ergebnisse ausführlich, ordnen sie ein und beantworten Ihre Fragen. Gemeinsam erkennen wir, wo Handlungsbedarf besteht und welche Maßnahmen sinnvoll sind.

Aurora

Profitieren Sie von unserer Zusammenarbeit mit der digitalen Gesundheitsakte Aurora mit KI-Unterstützung. Die App ist natürlich optional.

Wir begleiten Sie auf Ihrem Weg zu mehr Lebensqualität...

Begleiten

So bleibe ich dran.

Regelmäßige Kontrolltermine helfen dabei, Fortschritte sichtbar zu machen, Erfolge zu dokumentieren und Ihren Gesundheitsplan bei Bedarf anzupassen.

Kontrolle

Was wirkt?

Nach zwölf Wochen messen wir erneut und werten gemeinsam aus. Sie erhalten einen Gesundheitsplan auf wissenschaftlicher Basis für ein langes und aktives Leben.

... und einem aktiven Lebensstil

Unsere Anwendungen für Ihr Wohlbefinden

Wir stellen Ihnen aus unseren vielen Möglichkeiten genau die Anwendungen zusammen, die nach unserer Analyse für Sie persönlich sinnvoll sind.

Regeneration & Belastbarkeit

Wenn Ihre VNS-Analyse zeigt: Ihr System braucht Erholung.

Kryokammer	Kältereiz bis −110 °C für schnellere Regeneration.
Intervall-Hypoxietraining	Gezielte Sauerstoffreize für Regeneration, Vitalität und Leistungsfähigkeit.
Infrarotkabine	Tiefenwärme mit salzhaltiger Luft für Muskulatur und Entspannung.

Muskulatur & Haltung

Wenn Haltungs- und Ganganalyse Fehlbelastungen zeigen.

EMP Chair pro Select	Tiefenmuskelaktivierung für Haltung, Rumpfstabilität und Beckenboden.
Hydrojet	20 Minuten Wassermassage für einen verspannten Rücken.
Tsubo Healther Faszienmassage	Druck- und Rollbewegungen für tiefe Entspannung.

Gefäße, Lymphe & Haut

Wenn Venengesundheit, Wasserhaushalt oder Haut verbessert werden sollen.

Slimyonik	Sanfte Druckwellenmassage zur Unterstützung von Lymphabfluss und Regeneration.
3D-Vermessung-Kompressionsstrümpfe	Millimetergenaue Passform, schnell und berührungslos.
Hautanalyse	Grundlage für ein individuell abgestimmtes Pflegekonzept.

JETZT TERMIN VEREINBAREN

Starten Sie jetzt – mit dem Gesundheits-Check-up

- Umfassende Anamnese
- Wissenschaftliche Analyse Ihres aktuellen Zustandes
- Individueller Gesundheitsplan

Nur **250 €**

Jetzt hier Termin buchen

www.cityvital17a.de

Scannen und direkt online einen Beratungstermin vereinbaren.

Aktuelle Veranstaltungen finden Sie ebenfalls auf unserer Website.

Oder fragen Sie in unserer Apotheke nach einem Termin

CityApotheke SAARLOUIS

CityApotheke / CityVital17a
Titzstraße 17a · 66740 Saarlouis

Tel: 06831 4880221
E-Mail: info@cityvital17a.de
Web: www.cityvital17a.de

Öffnungszeiten:
Mo.–Fr.: 08:00–18:00 Uhr
Sa.: 08:00–13:00 Uhr

City Vital17a
Präventionszentrum Saarlouis