

Lust auf ein Wellness-Wochenende? Dann nutzen Sie unser *fitforwell* Programm!

Sie möchten gesund leben, Spaß haben und fit bleiben?
Ihre BKK Hochrhein-Wiesental bietet Ihnen in Zusammenarbeit
mit unserem Kooperationspartner AKON Aktivkonzept ein Kompakt-
kursprogramm in den schönsten Gegenden Deutschlands an.

Für die Teilnahme an den aufgeführten
Kursen brauchen Sie keine ärztliche
Verordnung, Sie können einmal im Jahr
dieses Angebot nutzen. Als Versiche-
te/-r erhalten Sie einen Zuschuss von
150 € für die Präventionsmaßnahmen.
Voraussetzung für den Zuschuss Ihrer
BKK Hochrhein-Wiesental ist die Teil-
nahme am gesamten Kursprogramm.
Sie können zwischen folgenden Kurs-
bausteinen wählen:

- Nordic Walking
- Tai-Chi
- Autogenes Training
- Wirbelsäulengymnastik
- Präventive Rückenschule
- Progressive Muskelentspannung
- Gesunde Ernährung
- Hatha Yoga

Kostenbeispiel:

| | |
|--|-------|
| Gesamtkosten (inkl. Unterkunft, Vollpension und Teilnahme an den <i>fitforwell</i> Kursen) | 219 € |
| Zuschuss Ihrer BKK Hochrhein-Wiesental | 150 € |
| Ihr Eigenanteil | 69 € |

Mehr Infos unter:

www.bkk-hwt.de

-> Leistungen A-Z: *fitforwell* Programm

und:

www.akon.de

Hier haben Sie die Möglichkeit, unter der
Rubrik Kurhäuser die für Ihr „Wunschkur-
haus“ freien Termine online abzurufen.

Kataloganforderung:

BKK Hochrhein-Wiesental
Marketing

79614 Rheinfelden

Tel.: 07623 7234-00

Fax: 07623 70689-000

E-Mail: bkk@bkk-hwt.de



Machen
Sie mit!