

> **Gesund  
werden**

> **Gesund  
bleiben**

> **Mitglied  
sein**

## **fitforwell** PROGRAMM – unser neues **Bonbon** speziell für Sie!

Gesundheitstage inkl. 3 Übernachtungen und  
Verpflegung bereits ab 59 Euro!



„Gesundheit ist zwar nicht alles, aber ohne Gesundheit ist alles nichts“ – diese wahren Worte sprach der Philosoph Arthur Schopenhauer. Wer würde dieser Aussage nicht zustimmen? In der Hektik des Alltags wird aber oft vergessen, dass unsere Gesundheit ein Geschenk ist; ein Geschenk, welches gehegt und gepflegt werden will. Und wir als Ihr kompetenter Gesundheitspartner unterstützen Sie, wenn Sie aus eigener Initiative etwas für Ihre Gesundheit tun möchten.

In Zusammenarbeit mit AKON Aktivkonzept, Deutschlands führendem Präventionsveranstalter, können wir Ihnen nun unser neues, attraktives *fitforwell*-Programm vorstellen.

Es eignet sich insbesondere für Versicherte, denen die Zeit fehlt, regelmäßig Gesundheitskurse über mehrere Wochen am Wohnort zu besuchen. Wer unser Angebot nutzen möchte, braucht weder einen Kurantrag noch ein ärztliches Attest. So kann das Angenehme mit dem Nützlichen ideal verbunden werden.

In renommierten Wellness- und Kurhotels, gelegen in den schönsten Regionen

Deutschlands, können Versicherte der BKK MTU für einen außergewöhnlich günstigen Preis ein individuelles Aktivprogramm in den Bereichen Bewegung, Entspannung und Ernährung auswählen. Die Bausteine beinhalten neben Ernährungskursen beispielsweise Nordic Walking, Rückenfit, Aquafitness, Wirbelsäulengymnastik, Yoga, Tai Chi, autogenes Training oder progressive Muskelentspannung.

Weiterhin werden individuelle Programme speziell für Frauen, junge Erwachsene bis 35 Jahre oder die Generation ab 50 Jahren angeboten. So ist für jeden Geschmack etwas dabei.

Das Motto lautet hier: „Gesundheit zu fairen Preisen.“ Die beliebten und abwechslungsreichen *fitforwell*-Angebote beinhalten in der Regel die 4-tägige Unterbringung in einem der komfortablen Wohlfühlhotels der AKON inkl. Halbpension und Teilnahme an den Kursangeboten. Eine Verlängerung des Aufenthalts sowie die Inanspruchnahme weiterer privater Wellness-Leistungen auf eigene Kosten ist grundsätzlich möglich. Alternativ besteht die Möglichkeit, ganze Wochenangebote in Anspruch zu nehmen.

### **Kostenbeispiel:**

Gesamtkosten (inklusive 3 Übernachtungen, Halbpension und Kurse):	219 €
Zuschuss Ihrer BKK MTU	160 €
Ihr Anteil	59 €

Bei allen *fitforwell*-Angeboten werden jeweils zwei qualitätsgeprüfte Kursbausteine aus den zuvor genannten Themenfeldern miteinander kombiniert.

Und das Beste: Wir bezuschussen die *fitforwell*-Kurse mit 160 Euro pro Person bei mindestens 80-prozentiger Teilnahme an den Programmen, wodurch sich der von Ihnen zu tragende Eigenanteil bei voller Leistung auf ein Minimum beschränkt:

Schon ab 59 Euro pro Person für drei Übernachtungen mit Halbpension und Kursteilnahme sind Sie dabei!

### **Neugierig geworden?**

**Mehr Infos finden Sie auf der Internetseite [www.akon.de](http://www.akon.de)**

### **Kataloganforderung**

Den kostenlosen *fitforwell*-Katalog mit allen attraktiven Hotels und Terminen gibt es bei Ihrer BKK MTU. Im Katalog finden Sie auch alle Informationen zur Anmeldung.

**Einfach bei uns in der BKK abholen oder unter 07541 90-7100 telefonisch bestellen.**

