

Methodenauswahl Helsana

Diese Methodenauswahl bezeichnet die von Helsana anerkannten EMfit-Methoden für das Jahr 2017. Helsana wird im Rahmen der SANA/COMPLETA Krankenpflege-Zusatzversicherungen Beiträge für gesundheitsfördernde Massnahmen mit diesen Methoden leisten, sofern diese von Kursleiterinnen und Kursleitern mit EMfit-Qualitätslabel und einer mittels EMfit/SASIS erteilten ZSR-Nummer in Rechnung gestellt werden. Davon profitieren auch die Kunden der Progrès und der Krankenkassen KLuG und Stoffel Mels.

Aerobic	Geburtsvorbereitung
Ai Chi	Gleichgewichtstraining
AlexanderTechnik	Gymnastik
Antara®	Hip Hop
Aqua Zumba®	Jazzgymnastik
Aqua-Fit® by Ryffel Running	Körpertraining für Senioren
Aqua-Fitness	Krafttraining
Aqua-Pilates	Les Mills Aerobic
Aqua-Spinning	Les Mills Gymnastik
Atemgymnastik	Neuromuskuläre integrative Aktion
Atemgymnastik nach Helmel®	Nordic Walking
Ausdauertraining	OsteoFit®
Autogenes Training	Osteoporosegymnastik
BeBo® Gesundheitstraining	Paartanz
Beckenbodentraining	Pilates
BirthCare®	PilatesCare
BodyBalancePilates®	Rückbildungsgymnastik
Dalcroze-Rhythmik	Rückengymnastik
Ernährung und Arbeit SVDE	Rückenschule
Ernährung und Atemwege SVDE	Running
Ernährung und Familie SVDE	Sball®
Ernährung und Gesundheit SVDE	Schwangerschaftsgymnastik
Ernährung und Knochengesundheit SVDE	SpineCare® Rückengymnastik
Ernährung und Rheuma SVDE	Spinning®
Ernährung und Schwangerschaft SVDE	Stressbewältigung durch Achtsamkeit MBSR
Ernährung und Sport SVDE	Sturzprophylaxe
Ernährung und Stress SVDE	Tae Bo®
Ernährung und Übergewicht SVDE	Tai-Chi
Ernährung zur Prävention von ernährungsbedingten Krankheiten SVDE	Tanz für Senioren
Fahrradfahren für Senioren	vitawiss Atemgymnastik®
Feldenkrais-Methode	Walking
fitdankbaby®	WalkingCare®
Fit für 2®	Wasserfitness Aquademie® im Flachwasser
Fit-Gym	Wasserfitness Aquademie® im Tiefwasser
FitPlus®	Weight Watchers®
Franklin-Methode®	Zumba®

Bitte beachten Sie, dass die Angaben zu Versicherern lediglich informativen Charakter haben und keinen Anspruch auf die Zahlung von Beiträgen zur Gesundheitsförderung rechtfertigen. Jeder Versicherer entscheidet selbst, ob und in welchem Umfang er Beiträge leistet und ob er die Beitragszahlung von weiteren oder anderen Voraussetzungen als der EMfit-Registrierung abhängig macht. Jeder Versicherer kann diesen Entscheid jederzeit abändern. Wir empfehlen daher grundsätzlich, vor Kursbeginn beim Versicherer anzufragen.