

 FIT & AKTIV

Online ans Gesundheitsziel

Virtuelle Präventionskurse für Ihre Fitness

Fitness-Studios oder Kursbesuche sind nicht Ihr Ding? Kein Problem. Jetzt können Sie auch in den eigenen vier Wänden durchstarten. Ganz einfach geht das mit den hkk Online-Kursen. Das sind mehrwöchige qualitätsgeprüfte virtuelle Präventionskurse verschiedener Anbieter in den Bereichen Ernährung, Bewegung, Stressbewältigung/ Entspannung sowie Raucherentwöhnung.

Ihre Vorteile

Als Kundin oder Kunde der hkk profitieren Sie mit den Online-Kursen nicht nur von mehr Wohlbefinden im Alltag. Sie nutzen diese Präventionsangebote aus den Bereichen Ernährung, Bewegung und Entspannung sogar kostenlos! Darüber hinaus können Sie sich eine erfolgreiche Teilnahme in Ihren hkk bonusaktiv-Pass eintragen lassen. Auf [hkk.de/online-kurse](https://www.hkk.de/online-kurse) finden Sie mehr zum Thema.

So einfach sind Sie dabei

Wenn Sie einen der Online-Kurse nutzen möchten, wählen Sie auf [hkk.de/online-kurse](https://www.hkk.de/online-kurse) einen für Sie passenden Kurs aus und melden sich auf der jeweiligen Seite verbindlich dafür an.

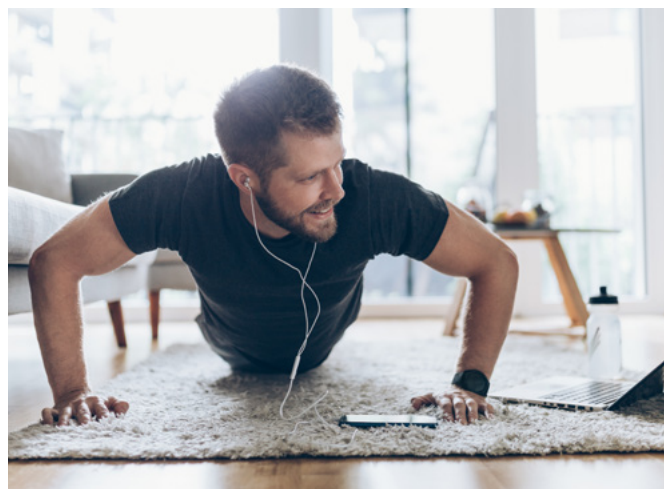
Sie können jederzeit starten. Nach der genannten Laufzeit endet Ihr Online-Kurs automatisch.

Gut zu wissen


Folgende Voraussetzungen sind zu erfüllen, wenn Sie eines der hier aufgeführten Online-Angebote buchen möchten:


- Sie sind älter als 18 Jahre.
- Sie sind während der gesamten Kurslaufzeit oder Mitgliedschaft hkk-versichert.
- Sie haben im laufenden Kalenderjahr bisher nicht mehr als einen von der hkk bezahlten Präventionskurs belegt.
- Sie erfüllen die gesundheitlichen Voraussetzungen.

Bitte beachten Sie, dass für die Angebote darüber hinaus gesonderte Nutzungsbedingungen sowie die allgemeinen Geschäftsbedingungen oder Datenschutzbestimmungen unserer Partner gelten, die Sie in der Regel auf den Websites der einzelnen Anbieter finden, auf die Sie während des Anmeldevorgangs hingewiesen oder zu denen Sie direkt weitergeleitet werden.



Besuchen Sie uns auch auf:

 facebook.de/krankenkasse.hkk

 xing.com/companies/hkkkrankenkasse

Persönliche Beratung
in den hkk-Geschäftsstellen.
Alle Infos unter
[hkk.de/geschaeftsstellen](https://www.hkk.de/geschaeftsstellen)

Telefonische Beratung
unter **0421 - 36550** und
0800 - 2555 444

Online immer für Sie da
auf [hkk.de](https://www.hkk.de) und
über info@hkk.de

Stand: Februar 2022
Aktuelle Infos finden
Sie auf [hkk.de](https://www.hkk.de)