

Du wirst fit – deine Krankenkasse zahlt

Kein Rezept notwendig

Kostenerstattung bis zu 100 %

Keine komplizierte Antragstellung

VOM WALKEN ZUM LAUFEN

Mein digitaler Coach

ARZ
Siegerland

iGuS
Gesund im Beruf.

www.diakonie-reha.de

Dein Präventionskurs. Online.

Laufen ist die natürlichste und gleichzeitig wichtigste Fortbewegungsform des Menschen. In Zeiten, in denen Menschen immer längere Zeiten im Sitzen verbringen, verlieren viele diese grundlegende und gesundheitlich wichtige Fähigkeit. Folgen sind oft gesundheitliche Einschränkungen auf vielen Ebenen. In diesem Audio-Kurs zeigen wir dir effektive Wege, das Laufen wieder regelmäßig in deinen Alltag zu integrieren. Dabei ist es egal, ob du bereits joggen kannst oder erst mit dem Walken beginnst.

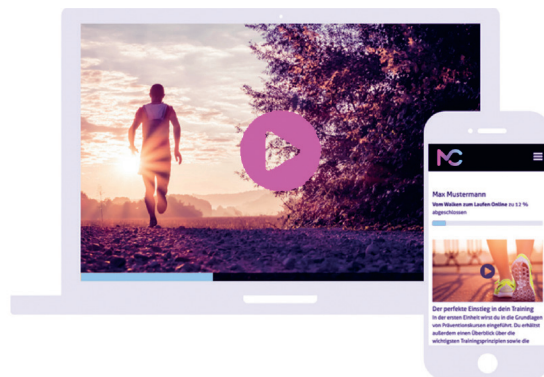
Überall verfügbar

Der Kurs ist jederzeit und überall verfügbar. Ob auf deinem Smartphone, Tablet oder Computer – du hast stets Zugriff auf deine Kursinhalte.



Deine Krankenkasse zahlt dein Coaching

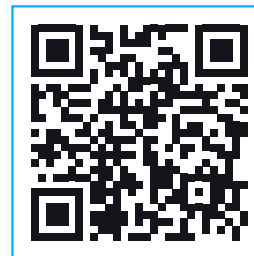
Unsere Kurse sind zertifiziert und qualitätsgesichert nach dem „Deutschen Standard Prävention“. Damit werden sie von allen gesetzlichen Krankenkassen finanziell bezuschusst. Die Kursgebühr beträgt 99,00 Euro. Die Höhe der Erstattung beträgt bis zu 100 Prozent der Kursgebühren. Bei Anmeldung wird dir der Zuschuss deiner Krankenkasse angezeigt. Bitte achte auch auf dein Gesundheitsbudget. Nach Abschluss des Kurses wird der Zuschuss direkt an dich ausgezahlt.



Du möchtest sofort mit einem aktiveren Lebensstil beginnen? Starte jetzt in ein gesünderes und aktiveres Leben!

Scanne einfach den folgenden QR-Code.
Er bringt dich direkt zum Kurs.

Starte jetzt und werde aktiv!



go.laufen.coach/diakonie-sw

 **mobile.coach**