

2023 / 2024

GESUNDHEITSFÖRDERUNGSBEITRÄGE DER KRANKENVERSICHERUNGEN

bei entsprechender Zusatzversicherung



Fitnessguide[★]

B

G

B

Schweiz



Berufsverband für Gesundheit und Bewegung Schweiz

Der BGB Schweiz ist der grösste Berufsverband der Bewegungsbranche. Unsere Vielseitigkeit ist unsere Stärke. Wir vereinen Bewegungsfachleute, Bewegungs- und Tanzcenter, branchenbezogene Dienstleister sowie Auszubildende. Tätig sind unsere Mitglieder in der Bewegungs- und Gesundheitsförderung und in der Bewegungspädagogik.

Als Berufsverband verstehen wir uns als Drehscheibe zwischen unseren Mitgliedern und wichtigen Akteuren im Bewegungs- und Gesundheitsmarkt Schweiz. Diese sind: Bundesämter, Zertifizierungsstellen und Versicherer sowie weitere Institutionen, die sich in der Bewegungsbranche positionieren. Wir unterstützen und fördern unsere Mitglieder in ihrer Berufstätigkeit und vertreten sie nach aussen. Wir stellen sicher, dass ihre Anliegen Gehör finden, beispielsweise bei den Krankenversicherern der Schweiz. Hier sorgen wir dafür, dass BGB-Aktivmitglieder anerkannt werden. Gleichzeitig verhandeln wir bei Zertifizierungsstellen über gute Konditionen.

Die Anerkennung von gut ausgebildeten Bewegungsfachpersonen und ihren gesundheitsfördernden Angeboten ist uns ein grosses Anliegen. Regelmässige Bewegung ist zum Erhalt der Gesundheit unentbehrlich. Sie soll für alle Menschen zugänglich und erschwinglich sein. Mit der Kostenbeteiligung aus den Zusatzversicherungen wird hierfür ein wichtiger Beitrag geleistet.

www.bgb-schweiz.ch

**B
G**

B

Schweiz

Wir bewegen Menschen.

swissdance – ein Verband, der bewegt!

Seit über 85 Jahren steht der Schweizer Berufstanzlehrer-Verband *swissdance* für Qualität und Ausbildungseffizienz. Die Ausbildung zum Paartanzlehrer mit Eidg. Fachausweis wird in den Fachrichtungen Latin, Standard, Salsa, Tango und allgemeine Tänze modular angeboten und vom Bund zu 50% subventioniert. Seit 2022 ist das Ausbildungsprogramm weiter ausgebaut und mit Line Dance erweitert worden. Weitere Infos zu den einzelnen Fachgebieten, sowie Bewerbungsunterlagen zur Ausbildung, sind auf [swissdance.ch](https://www.swissdance.ch) zu finden.

Oft wird Tanz als steife gesellschaftliche Pflichtübung oder als Bühne der Selbstdarstellung für Leute mit Musikgefühl verstanden. Beides trifft so aber nicht zu: Modern und korrekt vermitteltes Tanzen ist eine der gesündesten Formen, seinen Körper in Schwung zu bringen. Ob im Paar als eleganter Walzer, rasanter Rock'n'Roll, feuriger Salsa oder alleine in der Gruppe im Line Dance ist einerlei. Und: Lernen können es alle.

Warum ist Tanzen gesund?

Tanzen unterstützt das Training des Gleichgewichts und der Körperwahrnehmung. Ebenso werden die Koordination und der Orientierungssinn erheblich verbessert. Es stärkt also nicht nur die Muskulatur, auch das Gehirn profitiert enorm. Tanzen kann somit bis ins hohe Alter Muskelabbau und Demenz deutlich vorbeugen.

Gleichzeitig werden sowohl durch Paartanz als auch Line Dance die Sozialkompetenz und das Wir-Gefühl gefördert. Man kommt mit anderen ins Gespräch, die persönlichen Umgangsformen werden geschult und das Wohlbefinden durch die Musik gesteigert. Wer einmal mit dem Tanzen begonnen hat, wird es so schnell nicht wieder lassen.

swissdance
Tanzlehrer-Verband der Schweiz



(Bildquelle: © swissdance + istock.com)



Werden Beiträge für Angebote von Kursanbietern vergütet?	Ja, mit gültiger Fitness-Guide-, Qualicert- oder Qualitop-Zertifizierung.	Ja. Keine Vorgaben bzw. Bedingungen punkto Anerkennung von Kursanbietern.	Ja, für Gruppenkurse bei Kursanbietenden mit Qualitop-Label sowie BGB-Aktivmitglieder im Fachbereich BGB BirthCare®.	Ja, mit gültiger Fitness-Guide- oder Qualitop-Zertifizierung. Plus CourseActive
Welche Zusatzversicherung ist für Beiträge notwendig?	<ul style="list-style-type: none"> • AXA Gesundheitsvorsorge Gesundheit ACTIF • AXA Gesundheitsvorsorge Gesundheit COMPLET 	<ul style="list-style-type: none"> • Diversa • Mivita 	<ul style="list-style-type: none"> • NATURA • NATURA plus 	Gesundheitskonto (Bestandteil von Zusatzversicherungen)
Welche Angebote werden unterstützt?	Methodenliste Fitness-Guide www.fitness-guide.ch/fileadmin/fitness-guide/Kursanbieter/de/qr/AXA_Methodenauswahl.pdf 	Methodenliste Fitness-Guide www.fitness-guide.ch/fileadmin/fitness-guide/Kursanbieter/de/qr/Atupri_Methodenauswahl.pdf 	F. + B.: Fitnesskurse wie Aquafit, Walking, Nordic-Walking, Spinning, Aerobic, Fitgymnastik, Pilates Mutterschaft: Beckenbodengymnastik, Geburtsvorbereitung, Schwangerschaftsgymnastik, Stillberatung, Rückbildungsgymnastik Rücken + Haltung: Rückenschule, Rückengymnastik Spezielles: Atemgymnastik, Autogenes Training, Yoga, Tai-Chi und Qi-Gong (nur NATURA plus, nur mit gültiger EMR-Anerkennung)	Methodenliste Fitness-Guide www.fitness-guide.ch/fileadmin/fitness-guide/Kursanbieter/de/qr/CSS_Methodenauswahl.pdf 
Wie lange muss der Kurs minimal dauern, damit er beitragsberechtig ist?	Mindestens 10 Lektionen	Die ZVB-Bestimmungen sehen keine Mindestkursdauer vor	Keine minimale Dauer	Keine Vorgaben
Welche Unterlagen müssen beim Versicherer eingereicht werden?	Rechnungs- oder Quittungsbeleg der Kurskosten	<ul style="list-style-type: none"> • Qualicert o. Fitness-Guide Kursbestätigungsformular • Rechnungs- o. Quittungsbeleg der Kurskosten 	<ul style="list-style-type: none"> • Kursbestätigungsformular • Rechnung 	<ul style="list-style-type: none"> • Qualitop, Fitness-Guide o. CourseActive Kursbestätigungsformular • Rechnungs- o. Quittungsbeleg der Kurskosten
Wann erfolgt die Rückerstattung?	Nach Erhalt der verlangten Unterlagen	Nach Kursende und Erhalt der verlangten Unterlagen	Nach Erhalt der verlangten Unterlagen	Nach Erhalt der verlangten Unterlagen und nach Beginn des Kurses
Welcher Beitrag ist vorgesehen?	Bewegungskurse: <ul style="list-style-type: none"> • 75% der Kosten bis zu CHF 200.–/Jahr bei Gesundheit ACTIF • 75% der Kosten bis zu CHF 300.–/Jahr bei Gesundheit COMPLET Mutterschaft: <ul style="list-style-type: none"> • 75% der Kosten bis zu CHF 300.–/Jahr bei Gesundheit ACTIF • 75% der Kosten bis zu CHF 500.–/Jahr bei Gesundheit COMPLET 	<ul style="list-style-type: none"> • Diversa: 50% der Kurskosten, max. CHF 200.– pro Bereich und Kj., Beitrag insgesamt für alle Bereiche CHF 500.– pro Kj. • Mivita, Stufe Reala: 50% der Kurskosten, max. CHF 200.– pro Bereich und Kj., Beitrag insgesamt für alle Bereiche CHF 500.– / Kj. • Mivita, Stufe Extensa: 50% der Kurskosten, max. CHF 300.– pro Bereich und Kj., Beitrag insgesamt für alle Bereiche CHF 1000.–/Kj. 	50% der Kurskosten, max. CHF 200.– pro Kalenderjahr pro Bereich, insgesamt max. CHF 500.– pro Kalenderjahr	<ul style="list-style-type: none"> • Gesundheitsförderung bis max. CHF 800.– pro Kj. • Gesundheitskonto 50% bis max. CHF 700.– pro Kj. (Fitness, Bewegung, Diversa je max. CHF 500.–). • Gesundheitskonto-Bonus 50%, max. CHF 100.– pro Kj.

Ja.	Ja.	Ja, bei gültiger BGB-Aktivmitgliedschaft oder Fitness-Guide Zertifizierung.	Ja, mit gültiger Fitness-Guide-, Qualicert- und Qualitop-Zertifizierung oder EMfit-Registrierung.	Ja.
EGK-Sun	<ul style="list-style-type: none"> • Zusatz ALLGEMEIN • Zusatz Plus • PREMIUM • FAMILY + FAMILY FLEX 	GO Global Solution / GX Global Flex «Option Careflex» / GI Global Classic «Option Plus» / SB GA Krankenpflege - Zusatzvers. mit Bonus / EG Global School	<ul style="list-style-type: none"> • SANA • COMPLETA • COMPLETA EXTRA 	Krankenpflege-Comfort und Spalkostenversicherung
Methodenliste Fitness-Guide www.fitness-guide.ch/fileadmin/fitness-guide/Kursanbieter/de/qr/EGK_Methodenauswahl.pdf	Methodenliste Fitness-Guide www.fitness-guide.ch/fileadmin/fitness-guide/Kursanbieter/de/qr/Glarner_Krankenversicherung_Methodenauswahl.pdf	Methodenliste Fitness-Guide www.fitness-guide.ch/fileadmin/fitness-guide/Kursanbieter/de/qr/GroupeMutuel_Methodenauswahl.pdf	Methodenliste Fitness-Guide www.fitness-guide.ch/fileadmin/fitness-guide/Kursanbieter/de/qr/Helsana_Methodenauswahl.pdf	Methodenliste Fitness-Guide www.fitness-guide.ch/fileadmin/fitness-guide/Kursanbieter/de/qr/KPT_Methodenauswahl.pdf
				
Es ist keine Mindestdauer vorgeschrieben.	Bei FAMILY, FAMILY FLEX und PREMIUM gibt es eine Mindestdauer von 10 Lekt.	Es ist keine Mindestdauer vorgeschrieben	Die AVB/ZVB-Bestimmungen sehen keine Mindestkursdauer vor	Abonnemente ab 3 Monaten od. Kurse, welche aus 8, resp. 20 oder mehr Einheiten (Lekt.) bestehen.
• Rechnungs- o. Quittungsbeleg der Kurskosten	<ul style="list-style-type: none"> • Fitness-Guide Kursbestätigungsformular • Rechnungs- o. Quittungsbeleg der Kurskosten 	• Rechnungs- o. Quittungsbeleg der Kurskosten	<ul style="list-style-type: none"> • Fitness-Guide, Qualicert o. Qualitop Kursbestätigungsformular • Rechnungs- o. Quittungsbeleg der Kurskosten 	<ul style="list-style-type: none"> • Fitness-Guide Kursbestätigungsformular • Rechnungs- o. Quittungsbeleg der Kurskosten
Nach Kursende und Erhalt der verlangten Unterlagen	Nach Kursende und Erhalt der verlangten Unterlagen	Nach Kursende und Erhalt der verlangten Unterlagen	Nach Erhalt der verlangten Unterlagen und nach Beginn des Kurses	Nach Erhalt der verlangten Unterlagen
<ul style="list-style-type: none"> • Max. CHF 100.– pro Kj. an Kurse* • Je nach Training bis max. CHF 360.– pro Kj.* <p>*Massgebend sind die ergänzenden Versicherungsbedingungen EGK-SUN. Für weitere Fragen und Präzisierungen stehen unsere Agenturen als Ansprechpartner gerne zur Verfügung</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Zusatz ALLGEMEIN: 50% bis max. CHF 150.– pro Kj. für den Gesundheitsförderungsbereich gesamt • Geburtsvorbereitung und Rückbildung AZ+PZ 90% bis max. CHF 200.– pro Schwangerschaft bei qualifizierten Lehrerinnen • PREMIUM / FAMILY + FAMILY FLEX CHF 200.– pro Kj. pro Schwangerschaft! • Zusatz Plus: Gesundheitsförderungsbereich gesamt: 50% max. 300.– pro Kalenderjahr 	50% der Kurskosten bis zu max. CHF 200.– pro Kj.	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungskurse: 75% bis zu max. CHF 200.–/Jahr pro Bereich Fitness, Rücken/Körperschule, Kurse der Helsana und Kooperationspartner • Bereich Schwangerschaft: 75% bis zu max. CHF 500.–/Jahr • COMPLETA EXTRA: Ergänzend zu COMPLETA, den vollen Rechnungsbetrag max. CHF 800.– pro Kj. für alle Bereiche. Sofern der Kauf des Abos in der versicherten Periode liegt. 	<ul style="list-style-type: none"> • Jährlich bis zu CHF 400.– für Fitness & Ausdauer • CHF 150.– für Bewegung, Ernährung & Wohlbefinden

Ja.	Ja.	Ja.	Ja, mit gültiger Fitness-Guide-, Qualicert- oder Qualität-Zertifizierung.	Ja.
ÖKK PRÄVENTION / ÖKK OPTIMA / ÖKK PREMIUM / ÖKK FAMILY / ÖKK FAMILY FLEX / ÖKK SALTO	<ul style="list-style-type: none"> • Prima Basic • Prima Standard • Prima Top 	rhenuPLUS / Gesundheits-Versicherung	<ul style="list-style-type: none"> • Natura Komfort (Wincare-Line, geschl. Produkt) • Natura Basis (Wincare-Line, geschl. Produkt) 	<ul style="list-style-type: none"> • Medico Plus Complet • SLKK-QualiCare basis • SLKK-QualiCare comfort
<p>Methodenliste Fitness-Guide</p> <p>www.fitness-guide.ch/fileadmin/fitness-guide/Kursanbieter/de/qr/OEKK_Methodenauswahl.pdf</p> 	<p>Rücken + Haltung: Rückengymnastik während 6 Monaten in einem Fitnesscenter oder bei einer entsprechend ausgebildeten Person</p> <p>Spezielles: Rheumaschwimmen, Thermalbäder und Morbus Bechterew Turnen auf ärztliche Verordnung</p>	<p>Methodenliste Fitness-Guide</p> <p>www.fitness-guide.ch/fileadmin/fitness-guide/Kursanbieter/de/qr/rhenusana_Methodenauswahl.pdf</p> 	<p>Methodenliste Fitness-Guide</p> <p>www.fitness-guide.ch/fileadmin/fitness-guide/Kursanbieter/de/qr/SANITAS_Methodenauswahl.pdf</p> 	<p>Fitness + Bewegung: GroupFitness, Gymnastik, Pilates, Walking / Nordic Walking, Yoga, Tai-Chi, Aquafit</p> <p>Mutterschaft: Schwangerschaftsgymnastik, Rückbildung, Babyschwimmen bis zum 2. Altersjahr</p> <p>Rücken + Haltung: Rückengymnastik, Rückenschule</p> <p>Spezielles: Antara®, Feldenkrais, Autogenes Training, Atemtherapie</p>
Mindestens 10 Lektionen	Rückengymnastik während 6 Monaten	Halbjahres- oder Jahresabonnement	Keine Vorgaben	Keine Vorgaben
<ul style="list-style-type: none"> • Fitness-Guide Kursbestätigungsformular • Rechnungs- o. Quittungsbeleg der Kurskosten 	<ul style="list-style-type: none"> • Rechnungs- o. Quittungsbeleg der Kurskosten, tlw. auch ärztliche Verordnung 	<ul style="list-style-type: none"> • Fitness-Guide Kursbestätigungsformular • Rechnungs- o. Quittungsbeleg der Kurskosten 	<ul style="list-style-type: none"> • Qualicert Kursbestätigungsformular • Rechnungs- o. Quittungsbeleg der Kurskosten 	<ul style="list-style-type: none"> • Rechnungs- o. Quittungsbeleg der Kurskosten
Nach Kursbeginn und Erhalt der Unterlagen	Nach Erhalt der verlangten Unterlagen	Nach Kursbeginn u. Erhalt der verlangten Unterlagen	Nach Erhalt u. Prüfung der verlangten Unterlagen u. Beginn des Kurses	Nach Erhalt der verlangten Unterlagen, frühestens nach Kursbeginn
Je nach Versicherungsvariante CHF 50.– bis CHF 300.– pro Kalenderjahr	<ul style="list-style-type: none"> • Prima Basic: 50 % bis max. CHF 250.– pro Kj. • Prima Standard: 75 % bis max. CHF 200.– pro Kj. • Prima Top: 90 % bis max. CHF 500.– pro Kj. 	<p>rhenuPLUS:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kurse bis max. CHF 400.– je nach Versicherungsvariante, sofern die Leistungen aus dieser Sparte nicht ausgeschöpft sind • BGB BirthCare® bis max. CHF 400.–, je nach Versicherungs-Variante, sofern die Leistungen aus dieser Sparte nicht ausgeschöpft sind. • Autogenes Training: auf Anfrage • Gesundheits-Versicherung: auf Anfrage 	<ul style="list-style-type: none"> • 50 % bis max. CHF 200.– pro Bereich (bspw. Fitness Training) und Kj. • Gesundheitsförderung insgesamt max. CHF 500.– pro Kalenderjahr 	<ul style="list-style-type: none"> • Medico Plus Complet: 50%, maximal CHF 300.– pro Kalenderjahr • QualiCare basis: 75 % der Kurskosten, bis max. CHF 200.– pro Kurs, insgesamt bis max. CHF 500.– pro Kalenderjahr • QualiCare comfort: 75 % der Kurskosten, bis max. CHF 200.– pro Kurs, insgesamt bis max. CHF 800.– pro Kalenderjahr • BGB Osteofitness®: auf Anfrage

Ja.	Ja.	Ja, mit gültiger Fitness-Guide-, Qualicert- oder Qualitop-Zertifizierung.	Ja.	Ja.
Sana Plus / sodalis Spitalversicherung	<ul style="list-style-type: none"> • Komplementär-Zusatz 1-3 • Kombi 1+ / 2+ / 3+ 	<ul style="list-style-type: none"> • COMPLETA PRAEVENTA • OPTIMA 	allg. zusatz (az) / privat zusatz (pz) / plus/plus natura (pl) / premium/premium natura (pr) / salto (sa) / light (1 J. Wartezeit) / plus kolping (1 J. Wz.) / praevention (keine Wz.)	<ul style="list-style-type: none"> • Ambulant • Ambulant-Managed-Care • Basic • Basic Flex
Methodenliste Fitness-Guide www.fitness-guide.ch/fileadmin/fitness-guide/Kursanbieter/de/qr/sodalis_Methodenauswahl.pdf	Methodenliste Fitness-Guide www.fitness-guide.ch/fileadmin/fitness-guide/Kursanbieter/de/qr/sumiswelder_Methodenauswahl.pdf	Methodenliste Fitness-Guide www.fitness-guide.ch/fileadmin/fitness-guide/Kursanbieter/de/qr/SWICA_Methodenauswahl.pdf	Methodenliste Fitness-Guide www.fitness-guide.ch/fileadmin/fitness-guide/Kursanbieter/de/qr/sympany_Methodenauswahl.pdf	Methodenliste Fitness-Guide www.fitness-guide.ch/fileadmin/fitness-guide/Kursanbieter/de/qr/Visana_Methodenauswahl.pdf
				
Es ist keine Mindestdauer vorgeschrieben.	Mindestens ein Quartal	Keine Vorgaben	Keine Einschränkung	<ul style="list-style-type: none"> • Check 2: 10 Lektionen • Check 3: 8 Lektionen
<ul style="list-style-type: none"> • Fitness-Guide Kursbestätigungsformular • Rechnungs- o. Quittungsbeleg der Kurskosten 	<ul style="list-style-type: none"> • Fitness-Guide Kursbestätigungsformular • Rechnungs- o. Quittungsbeleg der Kurskosten 	<ul style="list-style-type: none"> • Fitness-Guide, Qualicert o. Qualitop Kursbestätigungsformular • Rechnungs- o. Quittungsbeleg der Kurskosten 	<ul style="list-style-type: none"> • Fitness-Guide Kursbestätigungsformular • Rechnungs- o. Quittungsbeleg der Kurskosten 	<ul style="list-style-type: none"> • Fitness-Guide Kursbestätigungsformular • Rechnungs- o. Quittungsbeleg d. Kurskosten
Nach Kursende und Erhalt der verlangten Unterlagen	Nach Erhalt der verlangten Unterlagen	Nach Erhalt u. Prüfung der verlangten Unterlagen u. Beginn des Kurses	Nach Erhalt der verlangten Unterlagen	Sofort nach Erhalt des Rechnungsbeleges
50% der Kurskosten bis zu max. CHF 200.– pro Kj.	<ul style="list-style-type: none"> • Komplementär max. CHF 200.– pro Kj. • Kombi 1+ max. CHF 100.–/Kalenderjahr an Fitnessabo • Kombi 2+ max. CHF 200.–/Kalenderjahr an Fitnessabo • Kombi 3+ max. CHF 300.–/Kalenderjahr an Fitnessabo • Pro Kj. maximal CHF 500.– 	<ul style="list-style-type: none"> • COMPLETA PRAEVENTA: 50% bis CHF 500.– pro Kj. (max. CHF 300.– pro Vorsorgeart) • OPTIMA: 90% der durch COMPLETA PRAEVENTA nicht gedeckten Kosten, bis max. CHF 300.– pro Kj. • Insgesamt bis max. CHF 800.– pro Kj. 	Alle Angaben gelten pro Kalenderjahr: <ul style="list-style-type: none"> • az: max. CHF 200.– • pz: max. CHF 300.– • pl: max. CHF 200.– • pr: max. CHF 300.– • sa: max. CHF 200.– • light, plus kolping, praevention: 50% bis max. CHF 250.– 	<p>Check 2:</p> <ul style="list-style-type: none"> • max. CHF 50.– pro Jahr für Kurse bis 10 Lektionen / max. CHF 100.– pro Jahr für Kurse über 10 Lektionen <p>Check 3:</p> <ul style="list-style-type: none"> • max. CHF 50.– pro Jahr für Kurse ab 8 Lekt.

Geprüfte Qualität und Transparenz für Kursanbieter

Der BGB Schweiz hat innerhalb des Qualitätslabels Fitness-Guide das Gütesiegel «Kursanbieter Fitness-Guide» geschaffen. Kursanbieter sind natürliche oder juristische Personen, die Bewegungsprogramme anbieten. Das Qualitätslabel «Kursanbieter Fitness-Guide» zertifiziert 28 Bewegungs- und Entspannungsangebote. BGB-Aktivmitglieder, Mitglieder des Schweizerischen Fitness- und Gesundheitscenter Verbands SFGV sowie swissdance-Mitglieder profitieren von Spezialpreisen. www.fitness-guide.ch



Methodenlisten Fitness-Guide:

www.fitness-guide.ch/praeventionsbeitraege-der-krankenversicherer/kursanbieterabos



Firmenstempel: