

 **FIT & AKTIV**

## Online ans Gesundheitsziel

eCoaches bringen Sie erfolgreich auf Kurs

**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 eCoaches. Das sind mehrwöchige qualitätsgeprüfte Online-Präventionskurse verschiedener Anbieter in den Bereichen Ernährung, Bewegung, Stressbewältigung/Entspannung sowie Raucherentwöhnung.**

### Ihre Vorteile

Als Kundin oder Kunde der hkk profitieren Sie mit den eCoaches 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/eCoaches](https://www.hkk.de/eCoaches) finden Sie mehr zum Thema.

### So einfach sind Sie dabei

Wenn Sie einen der eCoaches nutzen möchten, wählen Sie auf [hkk.de/eCoaches](https://www.hkk.de/eCoaches) einen für Sie passenden eCoach aus und melden Sie sich auf der jeweiligen eCoach-Seite verbindlich für diesen Online-Präventionskurs an.

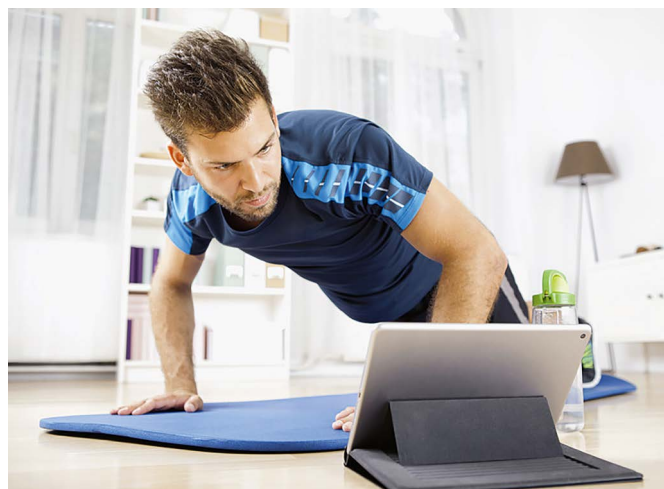
Sie können jederzeit starten. Nach der genannten Laufzeit endet Ihr Online-Kurs automatisch.

### 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 oder eCoach belegt.

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](https://facebook.de/krankenkasse.hkk)



[xing.com/companies/hkkkrankenkasse](https://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](mailto:info@hkk.de)

**Stand: Dezember 2020**  
Aktuelle Infos finden  
Sie auf [hkk.de](https://www.hkk.de)