

Infoblatt: 86

## **Sportmedizinisches Gesundheitstraining in Kooperation mit der Universität Mainz**

Die SECURVITA Krankenkasse bietet Ihnen, in Zusammenarbeit mit der Universität Mainz, ein Sportmedizinisches Gesundheitstraining für Bewegung und Ernährung. So erhalten Sie einen professionell geführten und individuell zugeschnittenen Einstieg in den Gesundheitssport.

### **Leistungen des Sportmedizinischen Gesundheitstrainings**

Sie werden von Experten der Abteilung für Sportmedizin betreut und untersucht. Zu Beginn durchlaufen Sie, unter ärztlicher Aufsicht, einen umfassenden Parcours von Trainingsgeräten. Anschließend erhalten Sie Trainings- und Ernährungsempfehlungen, die Sie während eines dreimonatigen Trainingszeitraums eigenverantwortlich umsetzen. In dieser Zeit können Sie durch die Abteilung Sportmedizin telefonisch oder per E-Mail betreut werden.

In einer zweiten umfangreichen Diagnostik und Beratung wird überprüft, ob Sie Ihre angestrebten Ziele erreicht haben. Sie erfahren auch, von welchen Maßnahmen Sie besonders profitiert haben. Abschließend erhalten Sie Empfehlungen für Ihr weiteres Training sowie Hinweise auf weiterführende Angebote an Ihrem Wohnort.

### **Kostenerstattung und ergänzende Leistungen**

Die Universität Mainz berechnet für die erbrachten Leistungen Kosten in Höhe von 2 x 170 Euro. Die SECURVITA Krankenkasse erstattet Ihnen Ausgaben in Höhe von 180 Euro. Dazu reichen Sie uns einfach Ihre Rechnung samt Abschlussbescheinigung der Abteilung Sportmedizin ein.

Zusätzlich erhalten Sie 100 Bonuspunkte als Teilnehmer in unserem Bonusprogramm Healthmiles. Falls Sie noch nicht an Healthmiles teilnehmen, melden Sie sich einfach kostenlos an unter 0800 / 600 22 22.

#### Zur Terminabsprache wenden Sie sich bitte an:

Johannes-Gutenberg-Universität Mainz ; FB 02 – Sozialwissenschaften, Medien und Sport, Bereich Sport; Abteilung Sportmedizin, Prävention und Rehabilitation

Albert-Schweitzer-Str. 22

55128 Mainz

Tel: 06131 / 39 23 586

Fax: 06131 / 39 23 598

E-Mail: [sportmedizin@uni-mainz.de](mailto:sportmedizin@uni-mainz.de)

Internet: [www.sportmedizin.uni-mainz.de](http://www.sportmedizin.uni-mainz.de)

#### **Kontakt:**

**SECURVITA** Krankenkasse

Postfach 10 58 29

20039 Hamburg

24-Stunden-Service-Hotline:

0800 / 14 14 300 (bundesweit gebührenfrei)

Aus dem Ausland: +49 / 40 / 33 47-7

Fax: 040 / 33 47-90 00

E-Mail: [mail@securvita-bkk.de](mailto:mail@securvita-bkk.de)

[www.securvita.de](http://www.securvita.de)

**securvita**

KRANKENKASSE