

| | Techniker Krankenkasse | AOK Nordost | IKK classic | VIActiv Krankenkasse (ehemals BKK vor Ort) |
|------------------------|--|--|--|--|
| Fitnessstracker | Bietet 3 Prämienstufen an. Die 3. Stufe beinhaltet entweder eine Geldprämie von 90 Euro oder eine TK-Gesundheitsdividende von 250 Euro. Diese Dividende kann in eine Gesundheitsleistung investiert werden z.B. Fitnessstracker. Bedingungen: 7 Gesundheitsmaßnahmen, darunter 2 Gesundheitskurse | Beteiligt sich jedes 2. Kalenderjahr an den Kosten für Pulsmesser, Self-Tracker und andere digitale Geräte. Dabei übernehmen sie 50% der Kosten (aber max. 50 Euro). | Fitnessstracker werden nicht bezuschusst. | Ist in Klärung. |
| Sportmedizin | Die TK erstattet alle 2 Jahre 80% (aber nicht mehr als 60 Euro) einer sportmedizinischen Basisuntersuchung. Eine erweiterte Untersuchung wird mit bis zu 120 Euro bezuschusst. | Bezuschusst jedes 2. Kalenderjahr sportmedizinische Untersuchungen mit bis zu 50 Euro. | Die IKK classic bezuschusst sportmedizinische Untersuchungen nicht. | Erstattet alle 2 Jahre allen Versicherten 90 Prozent des Honorars (maximal 140 Euro) eines Sportarztes für eine sportmedizinische Vorsorgeuntersuchung. |
| Fitness | Die TK bezuschusst Gesundheitskurse mit maximal 75 Euro pro Kurs. Diese Kurse können sein: Rückenkurs, Wirbelsäulengymnastik etc. Bedingungen: Kurse müssen fortlaufend in einer festen Teilnehmergruppe stattfinden und ein festes Anfangs- und Enddatum haben. Mitgliedschaften im Sportverein oder Fitnessstudio werden nicht bezuschusst. | Die AOK beteiligt sich an den Kosten für Gesundheitskurse. Sie bezahlt bis zu 80 Euro pro Kurs, aber max. 2 Kurse pro Jahr. Die Mitgliedschaft in einem Sportverein (bis 18 Jahre) oder Fitnessstudio (ab 18 Jahre) wird mit bis zu 50 Euro pro Kalenderjahr bezuschusst. | Pro Kalenderjahr erhalten Sie bis zu 90 Euro pro Gesundheitskurs, für max. 2 Kurse pro Jahr. Bedingungen: Sie müssen mind. 80% der Trainingseinheiten absolviert haben. Für eine Mitgliedschaft in einem Fitnessstudio oder Sportverein gibt es einen Bonus von je 30 Euro. | Beteiligt sich an den Kosten für 2 Gesundheitskurse pro Jahr mit insgesamt bis zu 200 Euro. Genehmigt Bonuszahlungen von bis zu 100 Euro bei entsprechender Vorsorge der Versicherten. Dazu gehört unter anderem auch die Mitgliedschaft in einem Sportverein oder Fitnessstudio. |
| Ernährung | Die TK bietet über ihre Internetseite „TK GesundheitsCoaching“ Online-Kurse zum Thema Ernährung an. Voraussetzung: kostenlose Registrierung | Versicherte können am Onlineprogramm „Abnehmen mit Genuss“ teilnehmen und erhalten die Gebühr von 44,90 Euro erstattet, wenn sie bis zum Schluss durchhalten. | Ernährungskurse werden bei der IKK classic wie Gesundheitskurse behandelt. Sie erhalten bis zu 90 Euro pro Kurs, für max. 2 Kurse pro Jahr. | Im Rahmen des „Provita Präventionsprogramms“ werden bis zu 100% der Kosten eines Ernährungskurses erstattet. Auf der ErnährungsCoach-Seite der VIActiv kann man an Online-Kursen zum Thema Ernährung teilnehmen. Voraussetzung: kostenlose Registrierung |
| Homepage | www.tk.de | www.nordost.zur-aok.de | www.ikk-classic.de | www.bkkvorort.de |