

Jetzt gibt's Prämien für die Gesundheit:

Mit der BKK24 für das Sportabzeichen trainieren

Montag und Mittwoch im Ludwig-Jahn-Stadion

HERFORD. Sind 80 Euro Belohnung und ein Ehrenabzeichen der Bundesrepublik Grund genug, sportlichen Ehrgeiz zu entwickeln? Die BKK24 will es wissen. 2015 arbeitet sie als nationaler Förderer mit dem Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB) und dem StadtSportVerband Herford zusammen. Noch bis zum 21.10. bietet sie Trainingsmöglichkeiten an jedem Montag und Mittwoch ab 17 Uhr im Herforder Ludwig-Jahn-Stadion an.

Besonders schwer ist es nicht, den „Fitness-Orden“ zu bekommen. Wer ihn haben will, muss dafür innerhalb eines Jahres Prüfungen in den Disziplinen Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit und Koordination ablegen. Hat man das Sportabzeichen geschafft, gibt es dafür alle zwölf Monate eine besondere Belohnung von der BKK24. Die Krankenkasse zahlt 80 Euro „Länger besser leben.“-Prämie an jeden Kunden, der dazu noch auf das Rauchen verzichtet und Normalgewicht hat.

Neben dem Trainingsangebot in Herford sind bundesweit 3.600 Sportabzeichen-Treffs eingerichtet worden. Alle Standorte sind über die Gesundheitsdatenbank unter www.bkk24.de/kurse zu erreichen.

Um sich wirklich fit zu machen, empfehlen die „Länger besser



leben.“-Experten darüber hinaus einen Blick auf die Ernährung und weitere Gesundheitsverhalten. Dafür gibt es auch für Versicherte anderer Kassen den Fragebogen mit kostenloser Auswertung, der über www.bkk24.de/lbl abgerufen oder telefonisch angefordert werden kann: 0521-9276303.