

Salus BKK startet Kooperation mit FPZ

Versicherte trainieren ab sofort kostenfrei im Online Präventionskurs MultiFit mit Leichtathletikstar Jürgen Hingsen

Neu-Isenburg, 17. Juni 2020

Versicherte der Salus BKK nutzen ab sofort den zertifizierten FPZ MultiFit Kurs mit Leichtathletiklegende Jürgen Hingsen kostenfrei. Mit Hilfe des Programms kann jeder seine körperliche und mentale Gesundheit optimieren.

Das FPZ MultiFit richtet sich vor allem an diejenigen, denen es aus unterschiedlichen Gründen schwerfällt, regelmäßig Aktivität in ihren Alltag zu integrieren. Im Programm verknüpft der Ex-Weltrekordler die Bedeutung der Gesundheit mit seiner eigenen Leistungssportkarriere im Zehnkampf. Anhand praktischer Übungen und Wissenssequenzen zeigt er auf, wie sich Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination langfristig verbessern lassen. Noch heute ist Hingsen eigenen Angaben zufolge viel mit dem Rad unterwegs, macht ein- bis zweimal die Woche Kraftausdauertraining und absolviert sein Rückenprogramm, die FPZ RückenTherapie.

Der Online-Kurs bietet eine clevere Kombination aus Schritt-für-Schritt Anleitungen, Videos und Übungen zu Bereichen wie rückenfreundliche Haltung, Kräftigung und Stabilisierung der Muskulatur oder Stressbewältigung. Er kann außerdem jederzeit und beliebig oft genutzt werden. Die Salus BKK übernimmt als gesetzliche Krankenkasse für Ihre Versicherten die Kosten von 89 Euro im Rahmen des Präventionsbudgets.

Zusätzliche Aktion: Unter allen Versicherten, die sich bis zum 14. August 2020 für FPZ MultiFit angemeldet haben, wird ein Personal Training mit Jürgen Hingsen verlost. Anmeldungen sind unter www.salus-bkk.de/multifit ab sofort möglich.

Zeichen inkl. Leerzeichen : 1.678

Die Salus BKK wurde 1895 als Betriebskrankenkasse der Philipp Holzmann AG gegründet. Heute gehört sie mit über 350 Mitarbeitern an 18 Standorten und über 170.000 Versicherten zu den bundesweit 20 größten Betriebskrankenkassen.

Ihr Ansprechpartner:
Salus BKK, Hauptverwaltung, Siemensstraße 5 a, 63263 Neu-Isenburg
Andreas Neubeck, Marketing- und Pressereferent
Telefon 06102 2909-26
E-Mail andreas.neubeck@salus-bkk.de
www.salus-bkk.de/presse
