


|   |  |  |  |
|---|--|--|--|
|  <ul style="list-style-type: none"> <li>• Komplementär-Zusatz</li> <li>• Kombi plus</li> </ul>  |  <ul style="list-style-type: none"> <li>• COMPLETA FORTE</li> <li>• COMPLETA PRAEVENTA</li> <li>• OPTIMA</li> </ul>   |  <ul style="list-style-type: none"> <li>• Allgemeiner Zusatz</li> <li>• Privater Zusatz</li> <li>• Plus/Plus Natura</li> <li>• Premium/Premium Natura</li> <li>• Salto</li> <li>• Praevention (keine Wartezeit)</li> <li>• Light (Wartezeit beträgt 1 Jahr)</li> <li>• Plus Kolping (Wartezeit beträgt 1 Jahr)</li> </ul> |  <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ambulant</li> <li>• Managed-Care</li> <li>• Ambulant</li> <li>• Basic</li> <li>• Basic Flex</li> </ul> |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jahres-Abo</li> <li>• 1/2-Jahres-Abo</li> <li>• 1/4-Jahres-Abo</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jahres-Abo</li> <li>• 1/2-Jahres-Abo</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jahres-Abo</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jahres-Abo</li> <li>• 1/2-Jahres-Abo (oder mind. 4 bzw. 2 Abos mit je 10 Eintrittten)</li> </ul>  |
| Keine Bedingungen, an alle Fitnesscenter in der Schweiz   | Ja, in Fitness Guide-zertifizierten Centern, mit 2 bis 5 Sternen («Full time care» und «Part time care»)   | Nur an zertifizierte Fitness-Center. Die Fitness Center des SFGV, die Fitness-Guide zertifiziert sind, sind für obengenannte Versicherungsprodukte anerkannt.  | Keine Bedingungen, an alle Fitnesscenter in der Schweiz  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Abo-Rechnung</li> <li>• Vertrag</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Abo-Bestätigung</li> <li>• Quittung</li> <li>• Vertragskopie</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Abo-Bestätigung</li> <li>• Vertragskopie</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Abo-Rechnung</li> </ul>   |
| Nach Erhalt der verlangten Unterlagen   | Nach Erhalt der nötigen Unterlagen und frühestens ab Abo-Beginn*   | Nach Erhalt der verlangten Unterlagen  | Sofort nach Erhalt der Abo-Rechnung  |
| Komplementär-Zusatz: <sup>1</sup><br>• CHF 200.– an Jahres-Abo<br>• CHF 100.– an 1/2-Jahres-Abo<br>• CHF 50.– an 1/4-Jahres-Abo<br>Kombi plus:<br>• Kombi 1: CHF 100.– an Jahres-Abo*<br>• Kombi 2: CHF 200.– an Jahres-Abo*<br>• Kombi 3: CHF 300.– an Jahres-Abo* | COMPLETA FORTE:<br>• 90% der Kosten bis max. CHF 500.– pro KJ** (max. CHF 300.– pro Vorsorgeart)<br>COMPLETA PRAEVENTA:<br>• 50% der nicht durch COMPLETA FORTE gedeckten Kosten, bis max. CHF 500.– pro KJ** (max. CHF 300.– pro Vorsorgeart)<br>OPTIMA:<br>• 90% der nicht durch COMPLETA FORTE und COMPLETA PRAEVENTA gedeckten Kosten, bis max. CHF 300.– pro KJ**<br>Insgesamt bis max. CHF 1300.– pro KJ** | • Allgemeiner Zusatz, Plus, Plus Natura, Salto: max. CHF 200.– pro Kalenderjahr<br>• Privat Zusatz, Premium, Premium Natura: max. CHF 300.– pro Kalenderjahr<br>• Praevention, Light, Plus Kolping: 50% bis max. CHF 250.– pro Kalenderjahr  | • max. CHF 200.– für Jahres-Abo<br>• max. CHF 100.– für 1/2-Jahres-Abo   |
| 70 Jahre  | Bis Vollendung des 70. Altersjahres  | • Allgemeiner Zusatz, Plus, Plus Natura, Privat Zusatz, Premium, Premium Natura: bis Vollendung des 60. Lebensjahres<br>• Praevention, Light, Plus Kolping: bis Vollendung des 59. Lebensjahres  | 70 Jahre   |

\*Bei 1/2- oder 1/4-Jahres-Abo erfolgt eine entsprechende Kürzung

\*Sofern der Abobeginn in der versicherten Periode liegt

Tochtergesellschaften  
 • Galenos  
 • sana24  
 • vivacare

**FITWORX**

**SCHWEIZWEIT TRAINIEREN**

Grösstes Gasttrainings-Netzwerk der Schweiz

App installieren und loslegen


Weitere Informationen im Fitnesscenter



**2025**

Die Heilkraft unserer Muskeln – Bewegung ist die beste Medizin

**GESUNDHEITSFÖRDERUNGSBEITRÄGE DER KRANKENVERSICHERUNGEN** bei entsprechender Zusatzversicherung



**SFGV**  
 Schweizerischer Fitness- und Gesundheitscenter Verband  
 Fédération Suisse des Centres Fitness et de Santé  
 Federazione Svizzera dei Centri Fitness e di Salute

**Fitnessguide**

www.sfgv.ch

Das ist die aktuelle Übersicht über alle Krankenversicherungen in der Schweiz, welche Präventionsbeiträge aus Zusatzversicherungen an die Kosten eines Jahres-Fitnessabonnements leisten. Welche Voraussetzungen erfüllt werden müssen, damit eine Zahlung erfolgt, können Sie ebenfalls dieser Aufstellung entnehmen. **Diese Aufstellung ist gültig bis 31.12.2025.**

|   |   |  |
|---|---|--|
|  |    |  |
| <b>Welche Zusatzversicherung ist für Fitnessstraining notwendig?</b>                | Krankenpflege-Versicherung TOP  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Basic</li> <li>• Intense</li> </ul>   |
| <b>Welche Abo-Varianten werden vergütet?</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Monatsabo</li> <li>• Quartalsabo</li> <li>• Halbjahresabo</li> <li>• Jahresabo</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Basic: Abos ab einer Dauer von 3 Monaten</li> <li>• Intense: Abos ab einer Dauer von 3 Monaten</li> </ul>             |
| <b>Werden Gesundheitsförderungsbeiträge an Center-Abos vergütet?</b>                | Kostenbeitrag für vorbeugendes Krafttraining in anerkannten Fitnesscentern und unter qualifizierter Anleitung zur Verhinderung von Rückfällen von Rückenleiden, Knieverletzungen etc. | Basis und Intense: Keine Bedingungen. An alle Fitnesscenter in der Schweiz   |
| <b>Welche Unterlagen müssen beim Versicherer eingereicht werden?</b>                | Das Original des entsprechenden Abos unter Angabe von Name, Vorname, Adresse des Versicherten sowie die Laufzeit des Abos und den Abo-Betrag  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Abo-Bestätigung</li> <li>• Quittung</li> <li>• Vertragskopie</li> </ul>   |
| <b>Wann erfolgt die Rückerstattung?</b>   | 14 Tage nach Erhalt des Abos  | Nach Erhalt der verlangten Unterlagen  |
| <b>Welcher Beitrag ist vorgesehen?</b>  | 50% der Kosten, max. CHF 300.– pro Kalenderjahr   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Basic: 75% bis max. CHF 200.– pro Kalenderjahr</li> <li>• Intense: 75% bis max. CHF 500.– pro Kalenderjahr</li> </ul> |
| <b>Altersgrenzen bei der Aufnahme in die oben erwähnten Zusatzversicherungen</b>    | Der Abschluss der Krankenpflege-Versicherung TOP kann bis zum zurückgelegten 65. Altersjahr beantragt werden.   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Basic: Bis zum 70. Altersjahr</li> <li>• Intense: Bis zum 70. Altersjahr</li> </ul>                                   |

**Stand Dezember 2024**

\*\*KJ = Kalenderjahr

|    |   |    |    |  |   |   |    |  |   |    |                                     |   |   |  |   |
|--|--|---|---|---|--|--|---|---|--|---|--|--|--|---|--|
| • ACTIF<br>• COMPLET   | • sanvita Plus 2<br>• activa Plus 2  | • Natura<br>• Natura Plus   | Gesundheitskonto (Bestandteil von Zusatzversicherungen)   | EGK-SUN   | • Zusatz ALLGEMEIN<br>• Premium<br>• Family und Family Flex  | • Global classic – mit Modul Option plus<br>• Global flex – mit Modul Careflex<br>• Global smart<br>• Global Solution<br>• Global Business<br>• Bonus (Besondere Bedingungen – E. 01.04.2003)<br>• Premium<br>• Optimum  | • SANA<br>• COMPLETA<br>• COMPLETA EXTRA<br>• COMPLETA PLUS   | • activa plus zwei<br>• sanvita plus zwei   | • Pulse Eco<br>• Pulse Top<br>• Pulse Premium<br>• Krankenpflege-Comfort (kann nicht mehr abgeschlossen werden, nur noch für Kunden, die diese Versicherung früher abgeschlossen hatten) | • ÖKK PRÄVENTION<br>• ÖKK OPTIMA<br>• ÖKK PREMIUM<br>• ÖKK FAMILY<br>• ÖKK FAMILY FLEX  | rhenuPlus Stufe Gold oder Platin   | • Vital Smart und Premium<br>• Classic<br>• Family<br>• Jump<br>• Natura Komfort   | • Medico Plus Standard/Compleat<br>• QualiCare Basis/Comfort   | Sana oder SanaPlus kombiniert mit Spitalversicherung                                | • Vario / Vario plus<br>• InVita Standard / InVita Flex  |
| • Jahres-Abo<br>• 1/2-Jahres-Abo   | • Jahres-Abo<br>• 1/2-Jahres-Abo   | • Jahres-Abo<br>• 1/2-Jahres-Abo  | • Jahres-Abo<br>• 1/2-Jahres-Abo<br>• Monats-Abo  | Jedes Abo   | Mindestens ein 1/2-Jahres-Abo  | Jedes Abo  | • Jahres-Abo<br>• 1/2-Jahres-Abo<br>• Monats-Abo<br>• 10er-Abo  | Mindestens ein 1/2-Jahres-Abo   | • 1/4-Jahres-Abo<br>• 1/2-Jahres-Abo<br>• Jahres-Abo<br>• 10er-Abo (auch für ActivePlus und Gesundheitsbonus)  | Mindestens ein 1/2-Jahres-Abo   | • Jahres-Abo<br>• 1/2-Jahres-Abo   | Vital Smart und Premium:<br>• mind. ein 1/4-Jahres-Abo<br>• 10er-Abo<br>Classic, Family, Jump, Natura Komfort:<br>• mind. ein 1/2-Jahres-Abo   | Jedes Abo  | Jedes Abo   | • Bei Vario und Vario plus Jahresabo<br>• Bei InVita Standard und InVita Flex Jahresabo / 1/2-Abo oder Abo für mind. 3 Monate  |
| Ja, in Fitness-Guide «Full Time Care» und «Part Time Care» zertifizierten Centern mit 3 bis 5 Sternen                              | Ja, bei Fitness-Guide zertifizierten Centern   | Ja, bei zertifizierten Fitnesscenter mit Qualitätslabel Fitness-Guide ab 3 Sterne (Full Time Care und Part Time Care)                               | Ja, bei Fitness Guide-zertifizierten Centern, mit 2 bis 5 Sternen («Full time care» und «Part time care»)   | Keine Bedingungen, an alle Fitnesscenter in der Schweiz                             | Keine Bedingungen, an alle Fitnesscenter in der Schweiz  | Die Fitness Center der SFGV sind für obengenannte Versicherungsprodukte anerkannt.   | Ja, in Fitness Guide-zertifizierten Centern, mit 2 bis 5 Sternen («Full time care» und «Part time care»)  | Nur Kraft- und Ausdauertraining, alle Fitnesscenter in der Schweiz                  | Keine Bedingungen, an Abonnemente aller Fitnesscenter in der Schweiz   | Keine Bedingungen, an alle Fitnesscenter in der Schweiz   | Ja, in Fitness Guide-zertifizierten Centern mit 3 bis 5 Sternen  | Ja, bei zertifizierten Fitnesscenter mit Qualitätslabel Fitness-Guide (Classic, Family, Jump, Natura Komfort: ab 3 Sterne Full Time Care und Part Time Care)   | Ja, in Fitness Guide-zertifizierten Centern mit mindestens 3 Sternen   | Ja, in Fitness Guide-zertifizierten Centern mit 3 bis 5 Sternen                     | Keine Bedingungen an Fitnesscenter in der Schweiz  |
| • Abo-Bestätigung<br>• Quittung  | • Abo-Bestätigung<br>• Vertragskopie<br>• Zahlungsbestätigung mit Angabe von Betrag und Dauer  | Abo-Rechnung  | • Abo-Bestätigung<br>• Quittung<br>• Vertragskopie  | Originalrechnung, Dauer, Betrag und Versicherter müssen ersichtlich sein            | Originalrechnung, Dauer, Betrag und Versicherter müssen ersichtlich sein   | Abo-Rechnung   | • Abo-Bestätigung<br>• Vertragskopie  | • Abo-Bestätigung<br>• Quittung   | • Abo-Rechnung<br>• Quittung   | • Abo-Bestätigung<br>• Vertragskopie<br>• Zahlungsbestätigung   | • Abo-Bestätigung<br>• Quittung  | • Abo-Bestätigung<br>• Quittung<br>• Abo-Rechnung  | • Detaillierte Rechnung mit Preis und Datum<br>• Abo-Bestätigung   | Abo-Rechnung  | Abo-Rechnung und Vertragskopie   |
| Nach Erhalt der verlangten Unterlagen  | Nach Erhalt der verlangten Unterlagen  | Nach Erhalt der verlangten Unterlagen   | Nach Erhalt der verlangten Unterlagen   | Nach Eingang der Rechnung   | Nach Eingang der Rechnung  | 15 Tage nach Erhalt der verlangten Unterlagen  | Nach Kauf des Abos und nach Einsenden der verlangten Bestätigung  | Nach Erhalt der Unterlagen  | Nach Erhalt der verlangten Unterlagen  | Nach Erhalt der notwendigen Unterlagen und frühestens ab Abo-Beginn   | Nach Erhalt der nötigen Unterlagen und frühestens ab Abo-Beginn  | Nach Erhalt der notwendigen Unterlagen und frühestens ab Abo-Beginn  | Etwa 2 Wochen nach der Einreichung der Unterlagen, frühestens nach Abo-Antritt   | Nach Erhalt der verlangten Unterlagen   | Nach Erhalt der verlangten Unterlagen  |
| ACTIF:<br>• 75% der Kosten bis zu CHF 200.– pro Kalenderjahr<br><br>COMPLET:<br>• 75% der Kosten bis zu CHF 300.– pro Kalenderjahr | 75% bis max. CHF 250.– pro KJ**<br><br>Dies gilt unter der Voraussetzung, dass das Training gerätegestütztes Kraft- und/oder Ausdauertraining umfasst. Ein weiteres wichtiges Kriterium für die Kostenübernahme ist, dass das Training vorbeugend gegen Rückfälle von Rückenleiden, Knieverletzungen etc. wirkt. Um dies zu beurteilen, benötigen wir neu, einmalig eine ärztliche Diagnose. | Natura<br>Natura Plus:<br>• 50% bis max. CHF 200.– pro Bereich und Kalenderjahr<br>• Gesundheitsförderung insgesamt max. CHF 500.– pro Kalenderjahr | Gesundheitskonto bis zu CHF 700.– pro Kalenderjahr, (Fitness, Bewegung, Diverse je max. CHF 500.–).<br>Gesundheitskonto-Bonus 50%, max. CHF 100.– pro Kalenderjahr.<br><br>Gesundheitsförderung insgesamt je nach Zusatzversicherung bis max. CHF 800.– pro Kalenderjahr. | EGK-SUN:<br>max. CHF 360.– pro Kalenderjahr   | • Allgemein: 50%, max. CHF 150.– pro Kalenderjahr<br>• Premium: 50%, max. CHF 300.–, ganzer Präventionsbereich max. CHF 600.– pro Kalenderjahr<br>• Family und Family Flex: 50%, max. CHF 200.–, ganzer Präventionsbereich max. CHF 500.– pro Kalenderjahr | • 50% bis max. CHF 200.– pro Kalenderjahr<br>• Beteiligung innerhalb des Produkts Premium: 50%, max. CHF 500.– pro Kalenderjahr  | SANA COMPLETA:<br>• Fitness, 75% max. CHF 200.– pro Kalenderjahr*<br>• Rücken/Körperschule, 75% max. CHF 200.– pro Kalenderjahr*<br>• Kurse der Helsana-Kooperationspartner, 75% max. CHF 200.– pro Kalenderjahr*<br>• Mutterschaft, 75% max. CHF 500.– pro Kalenderjahr*   | 75% bis CHF 250.– pro Kalenderjahr  | • Pulse Eco: CHF 50.– pro Kalenderjahr<br>• Pulse Top: CHF 200.– pro Kalenderjahr<br>• Pulse Premium: CHF 300.– pro Kalenderjahr   | • ÖKK PRÄVENTION: 50%, bis CHF 300.– pro Kalenderjahr<br>• ÖKK OPTIMA: 50% bis CHF 200.– pro Kalenderjahr<br>• ÖKK PREMIUM: 50%, bis CHF 300.– pro Kalenderjahr<br>• ÖKK FAMILY / FAMILY FLEX: 50% bis CHF 200.– pro Kalenderjahr | • Gold: 75% bis max. CHF 200.–<br>• Platin: 75% bis max. CHF 400.–<br>• Option: plus zusätzlich 50% bis max. CHF 100.– | • Vital Smart: Opt.1: 50%, max. CHF 200.–*. Insgesamt max. CHF 400.–*<br>Opt.2: 50%, max. CHF 300.–*. Insgesamt max. CHF 600.–*<br>• Vital Premium: 80%, max. CHF 400.–*.<br>Insgesamt max. CHF 800.–<br>• Classic, Family Jump: max. CHF 200.–*<br>• Natura Komfort: 50%, max. CHF 200.–*.<br>Insgesamt max. CHF 500.–* | • Medico Plus Standard/Compleat: 50%, max. CHF 300.– pro Kalenderjahr<br>• QualiCare Basis und Comfort: 75%, max. CHF 300.– pro Kalenderjahr | 50% bis max. CHF 200.– pro Kalenderjahr   | • Vario CHF 150.– nur Jahresabo<br>• Vario plus CHF 300.– nur Jahresabo<br>• InVita Standard bis 25-jährig 50% max. CHF 50.–<br>• InVita Standard ab 25-jährig 50% max. CHF 100.–<br>• InVita Flex bis 25-jährig 50% max. CHF 100.–<br>• InVita Flex ab 25-jährig 50% max. CHF 200.– |
| 65 Jahre   | Bis zum 70. Geburtstag abschliessbar   | Höchstalter bei Aufnahme ist 65 Jahre   | Keine Angaben   | 60 Jahre  | • Zusatz Allgemein: max. 65. Altersjahr<br>• Premium: bis Vollendung des 60. Altersjahres<br>• Family und Family Flex: bis Vollendung des 60. Altersjahres   | • Global classic (keine Altersgrenze)<br>• Global flex (55 Jahre)<br>• Global smart und Global Solution (Stufe 1 und 2: keine Grenze, Stufe 3: 65 Jahre)<br>• Global Business (Stufe 1: keine Grenze, Stufe 2 und 3: 65 Jahre)<br>• Bonus (60 Jahre)<br>• Premium (70 Jahre)<br>• Optimum (keine Altersgrenze) | 65 Jahre<br><br>*Ergänzend zu den Leistungen aus COMPLETA übernehmen wir aus COMPLETA EXTRA den übersteigenden Rechnungsbetrag zu 60%, jedoch max. CHF 800.– pro Kalenderjahr für alle Bereiche zusammen oder aus COMPLETA PLUS den übersteigenden Rechnungsbetrag zu 75%, jedoch max. CHF 200.– pro Kalenderjahr für alle Bereiche zusammen. | Bis zum 75. Geburtstag  | 65 Jahre   | Bis Vollendung des 60. Altersjahres   | Bis Vollendung des 60. Altersjahres  | • Vital: bis max. 79 Jahre<br>• Jump: Abschluss nicht mehr möglich<br>• Classic, Family: Abschluss nicht mehr möglich<br>• Natura Komfort: Abschluss nicht mehr möglich  | Ab 65 Jahre mit Gesundheitsprüfung   | Bis Vollendung des 60. Altersjahres   | • Vario unbegrenzt<br>• Vario plus bis zum vollendeten 60. Altersjahr<br>• InVita Standard und InVita Flex unbegrenzt  |

\*Die Leistung wird mit an die produktspezifische Deckelung Prävention – Gesundheitsförderung pro Kalenderjahr angerechnet.