

Sélection de méthodes d'Helsana

Cette sélection de méthodes indique les méthodes MEfit reconnues par Helsana pour l'année 2020. Helsana apportera, dans le cadre de ses assurances complémentaires de soins SANA/COMPLETA, des contributions financières pour des mesures de promotion de la santé avec ces méthodes, pour autant qu'elles soient facturées par des animatrices et des animateurs de cours avec un label de qualité MEfit et un numéro RCC attribué par MEfit/Sasis. Les clients de Progrès et des caisses maladie KLuG et Stoffel Mels pourront aussi en profiter.

Action intégrative neuromusculaire	FitPlus®
Aérobic	Franklin-Methode®
Aérobic Les Mills	Fünf »Tibeter«®
Ai Chi	Gymnastique
Alimentation et capital osseux ASDD	Gymnastique contre l'ostéoporose
Alimentation et famille ASDD	Gymnastique du dos
Alimentation et grossesse ASDD	Gymnastique du dos SpineCare®
Alimentation et prévention des maladies liées à l'alimentation ASDD	Gymnastique Les Mills
Alimentation et rhumatismes ASDD	Gymnastique postnatale
Alimentation et santé ASDD	Gymnastique prénatale
Alimentation et sport ASDD	Gymnastique respiratoire
Alimentation et stress ASDD	Gymnastique respiratoire selon Helmel®
Alimentation et surpoids ASDD	Gymnastique-Jazz
Alimentation et travail ASDD	Hip Hop
Alimentation et voies respiratoires ASDD	i-yoga®
Antara®	Méthode Feldenkrais
Aqua Zumba®	Nordic Walking
Aqua-Fit® by Ryffel Running	OsteoFit®
Aqua-fitness	Pilates
Aqua-Pilates	PilatesCare
Aqua-Spinning	Power Yoga
BirthCare®	Préparation à l'accouchement
BodyBalancePilates®	Prophylaxie des chutes
Cyclisme pour seniors	Réduction du stress basée sur la pleine conscience MBSR
Danse de couple	Running
Danse pour seniors	Rythmique Dalcroze
École du dos	Sball®
Entraînement à l'équilibre	Spinning®
Entraînement corporel pour seniors	Tae Bo®
Entraînement d'endurance	Tai-Chi
Entraînement de musculation	Technique Alexander
Entraînement du plancher pelvien	Training autogène
Entraînement santé BeBo®	vitawiss Atemgymnastik®
Fit für 2®	Walking
Fit-Gym	WalkingCare®
fitdankbaby®	Weight Watchers®
Fitness aquatique Aquademie® en eau non profonde	Yoga
Fitness aquatique Aquademie® en eau profonde	Zumba®

Veuillez observer que les informations sur les assureurs n'ont qu'un caractère informatif et qu'elles ne donnent aucun droit au remboursement de prestations concernant la promotion de la santé. Chaque assureur décide individuellement quelles prestations et dans quelle mesure il les rembourse et si le remboursement dépend de dispositions particulières ou d'autres conditions que l'enregistrement au MEfit. Chaque assureur peut modifier sa décision à tout moment. En principe, nous vous recommandons donc de vous informer avant le début d'un cours auprès de l'assureur sur les conditions actuelles de remboursement.