

Sélection de méthodes d'Helsana

Cette sélection de méthodes indique les méthodes MEfit reconnues par Helsana pour l'année 2024. Helsana apportera, dans le cadre de ses assurances complémentaires de soins SANA/COMPLETA, COMPLETA EXTRA et COMPLETA PLUS, 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 la caisse maladie KLuG pourront aussi en profiter.

Action intégrative neuromusculaire	Fünf »Tibeter«®
Aérobic	Gestion du stress
Aérobic Les Mills	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-Jazz
Alimentation et surpoids ASDD	Hip Hop
Alimentation et travail ASDD	i-yoga®
Alimentation et voies respiratoires ASDD	Méthode Feldenkrais
Antara®	Natation pour adultes
Aqua Zumba®	Natation pour enfants
Aqua-Fit® by Ryffel Running	Nordic Walking
Aqua-fitness	OsteoFit®
BirthCare®	Pilates
BodyBalancePilates®	PilatesCare
Danse de couple	Power Yoga
Danse pour seniors	Préparation à l'accouchement
École du dos	Prophylaxie des chutes
Entraînement à l'équilibre	Qi-Gong
Entraînement corporel pour seniors	Réduction du stress basée sur la pleine conscience MBSR
Entraînement de la pleine conscience	Running
Entraînement d'endurance	Rythmique Dalcroze
Entraînement de musculation	Spinning®
Entraînement du plancher pelvien	Tae Bo®
Entraînement santé BeBo®	Tai-Chi
Fit für 2®	Technique Alexander
Fit-Gym	Training autogène
fitdankbaby®	vitaswiss Atemgymnastik®
Fitness aquatique Aquademie® en eau non profonde	WalkingCare®
Fitness aquatique Aquademie® en eau profonde	Weight Watchers®
FitPlus®	Yoga
Franklin-Methode®	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.