



## Methodenauswahl sodalis

Diese Methodenauswahl bezeichnet die von sodalis anerkannten EMfit-Methoden für das Jahr 2024. Sodalis wird im Rahmen der privaten Zusatzversicherung «Spitalversicherung» Beiträge für gesundheitsfördernde Massnahmen mit diesen Methoden leisten, sofern diese von Kursleiterinnen und Kursleitern mit EMfit-Qualitätslabel in Rechnung gestellt werden. Voraussetzung: Sana / Sana Plus + sodalis allgemein / halbprivat / privat / ex (vgl. Bestimmungen).

---

Atemgymnastik

---

Aqua-Fit® by Ryffel Running

---

Beckenbodentraining

---

BGBSpineCare®

---

Feldenkrais-Methode

---

fitdankbaby®

---

Gymnastik

---

Rückbildungsgymnastik

---

Rückengymnastik

---

Pilates

---

PilatesCare®

---

Power Yoga

---

Yoga

---

Bitte beachten Sie, dass die Angaben zu Versicherern lediglich informativen Charakter haben und keinen Anspruch auf die Zahlung von Beiträgen zur Gesundheitsförderung rechtfertigen. Jeder Versicherer entscheidet selbst, ob und in welchem Umfang er Beiträge leistet und ob er die Beitragszahlung von weiteren oder anderen Voraussetzungen als der EMfit-Registrierung abhängig macht. Jeder Versicherer kann diesen Entscheid jederzeit abändern. Wir empfehlen daher grundsätzlich, vor Kursbeginn beim Versicherer anzufragen.