



Oferta para nuevos participantes: Inscríbase sin costo en el programa de acondicionamiento físico en febrero o marzo

A partir del 1.º de febrero, los asegurados pueden inscribirse sin pagar la cuota de inscripción de \$19.¹ ¡Inscríbase antes del 31 de marzo para aprovechar esta excelente oferta!

El programa de acondicionamiento físico le ofrece opciones flexibles y acceso a una red nacional de gimnasios.

Estas son algunas características del programa:

- Inscripción y seguimiento en línea.
- Pagos mensuales automáticos.
- Opción de redes de gimnasios y clases grupales que se ajustan a su presupuesto y preferencias.
- Aplicación móvil con la función para registrar y consultar el historial de actividades.
- Acceso a miles de videos de ejercicio, clases en vivo y programas virtuales de acondicionamiento físico*.
- Descuentos en Medicina complementaria y alternativa (CAM, en inglés) a través del programa de salud integral Choices de WholeHealth Living: una red nacional que cuenta con 40,000 profesionales de la salud y el bienestar, como acupunturistas, masajistas terapeutas y entrenadores personales. Para acceder a este beneficio tiene que inscribirse en el programa de acondicionamiento físico Well onTarget.²
- Puntos semanales Blue PointsSM por ir regularmente al gimnasio. Acumule 2,500 puntos al inscribirse en el programa de acondicionamiento físico. Puede canjear los puntos por ropa, libros, aparatos electrónicos, artículos de salud y cuidado personal, música y artículos deportivos.³

*El programa digital de acondicionamiento físico está incluido en todas las opciones. También puede elegir la opción 'Solo digital' para un costo mensual más bajo.



Beneficios de ejercitarse

La actividad física regular es un elemento esencial para una vida sana y lo puede ayudar a lo siguiente:

- mantener un peso saludable;
- reducir la presión arterial;
- manejar el estrés;
- aumentar su resistencia y fortaleza;
- mejorar el sueño;
- reducir el riesgo de desarrollar varias enfermedades;
- mejorar la salud en general;
- aumentar sus niveles de energía para que pueda salir a pasear con su familia, practicar deportes, bailar, viajar y participar en otras actividades que puedan ayudarlo a disfrutar más de la vida.

**“¡ESTE PROGRAMA ES INCREÍBLE!
UN COMPAÑERO DE TRABAJO ME HABLÓ
DEL PROGRAMA Y ME INSCRIBÍ
INMEDIATAMENTE.
ME PERMITE IR AL GIMNASIO MÁS CERCA
DE CASA, ADEMÁS DE PARTICIPAR EN
UNA VARIEDAD
DE CLASES DE EJERCICIO
CON MIS AMIGOS. ¡CREO QUE ESTE ES EL
MEJOR PROGRAMA
QUE OFRECE MI COBERTURA MÉDICA!”**

- ASEGURADO

Para inscribirse, llame al **888-762-BLUE (2583)**, con atención de lunes a viernes, de 7:00 a. m. a 7:00 p. m., hora del centro (de 6:00 a. m. a 6:00 p. m., hora de la montaña). Al llamar, mencione el código de descuento **WOTENROLL4FREE**.

1. Los nuevos participantes deberán mencionar el código de descuento WOTENROLL4FREE para tener derecho a inscripción gratuita antes del 31 de marzo. A los asegurados que no usen este cupón se les cobrará la cuota regular de inscripción. Después del 31 de marzo, se aplicará la cuota regular de inscripción para todos los que se inscriban al programa por primera vez. Los asegurados y sus derechohabientes en la póliza deben ser mayores de 18 años para participar en el programa de acondicionamiento físico. Sujeto a impuestos. No acumulable con otras promociones.

2. Este programa no está disponible en Oklahoma ni en Montana.

3. Reglas del programa sujetas a cambios sin previo aviso. Consulte las Reglas del programa en el portal Well onTarget para obtener más información. El asegurado acepta cumplir con todas las leyes federales, estatales y locales vigentes, así como presentar declaraciones y pagar todos los impuestos que resulten por recibir cualquier recompensa. El servicio de pago de recompensas para los participantes de Well onTarget lo proporciona un tercero.

Tivity Health™, un contratista independiente que administra la red de gimnasios Prime Network, proporciona el programa de acondicionamiento físico. La red de gimnasios Prime Network está conformada por gimnasios cuya administración y operación corre por su propia cuenta. Prime es una marca registrada de Tivity Health, Inc. Tivity Health es una marca registrada de Tivity Health, Inc.

No se recomienda, ni avala, ni garantiza a ningún proveedor, ni los productos y servicios que ofrecen.

Blue Cross and Blue Shield of Illinois, Blue Cross and Blue Shield of Montana, Blue Cross and Blue Shield of New Mexico, Blue Cross and Blue Shield of Oklahoma, and Blue Cross and Blue Shield of Texas, Divisions of Health Care Service Corporation, a Mutual Legal Reserve Company, an Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association