



Personalice su membresía al programa de acondicionamiento físico

El programa de acondicionamiento físico le ofrece opciones flexibles para ayudarlo a llevar un estilo de vida saludable.

El programa de acondicionamiento físico* le brinda acceso a una red nacional de gimnasios. Elija un gimnasio cerca de su casa y otro cerca del trabajo, o visite otras ubicaciones mientras se encuentre de viaje.

Otras ventajas que ofrece el programa:

- **Red flexible de gimnasios:** Esto incluye una selección de redes de gimnasios que se ajustan a su presupuesto y preferencias.**

Opciones	Solo digital	Base	Core	Power	Elite
Cuota mensual	\$10	\$19	\$29	\$39	\$99
Tamaño de la red de gimnasios†	Acceso digital únicamente	3,000	7,500	12,000	12,400

Cuota inicial de \$19 (La opción 'Solo digital' no requiere de cuota de inscripción)

- **Red de clases en estudios:** Esta red incluye clases estilo *boutique* y gimnasios especializados con opción de pago por cada clase y un 30% de descuento en cada 10.ª clase.
- **Para toda la familia:** Esto incluye acceso a la red de gimnasios para los derechohabientes incluidos en su cobertura a un precio con descuento por paquete familiar.
- **Pagos prácticos:** Las cuotas mensuales se pagan a través de cargos automáticos a su tarjeta de crédito o por medio de retiros automáticos de cuenta bancaria.

† Representa posibles gimnasios de la red. Verifique los listados locales para conocer las opciones precisas de gimnasios de la red, ya que no todos participan. Los gimnasios de la red están sujetos a cambios sin previo aviso.

Características

- **Aplicación móvil:** Les permite a los participantes hacer búsquedas de gimnasios, apuntarse en las clases, registrar la ubicación y consultar el historial de actividades.
Échele un vistazo a la aplicación de acondicionamiento físico de Well onTarget, disponible en Apple® y Google™. Esta puede ayudarlo con sus objetivos para ponerse en forma, a cualquier hora y en cualquier lugar.
- **Datos en tiempo real:** Se le proporcionan a la aplicación móvil y a los portales de Well onTarget.
- **Descuentos en Medicina complementaria y alternativa (CAM, en inglés) a través del programa de salud integral WholeHealth Living Choices:** Ahorre dinero a través de una red nacional que cuenta con 40,000 prestadores de servicios de salud y bienestar, tales como, acupunturistas, masajistas terapeutas y entrenadores personales. Para aprovechar estos descuentos, inscríbese en www.whlchoices.com.***

- **Blue PointsSM:** Obtenga 2,500 puntos al inscribirse en el programa de acondicionamiento físico. Acumule puntos adicionales por ir semanalmente al gimnasio. Puede canjear los puntos por ropa, libros, aparatos electrónicos, artículos de salud y cuidado personal, música y artículos deportivos.****
- **Recursos en línea:** Conéctese en línea para localizar gimnasios y llevar un registro de sus visitas.
- **Acondicionamiento físico en línea:** Manténgase activo desde la comodidad de su hogar. Acceda, a través de una plataforma en línea, a miles de videos de acondicionamiento físico y clases en vivo, incluyendo clases de ejercicio cardiovascular, *bootcamp*, *barre* y yoga, entre otras. Las membresías Base, Core, Power y Elite incluyen acceso digital. Si solamente le interesa tener acceso digital a estos ofrecimientos de acondicionamiento físico, puede inscribirse en la opción 'Solo Digital'.

**Para inscribirse, llame al 888-762-BLUE (2583),
de lunes a viernes, de 7:00 a. m. a 7:00 p. m., hora del centro
(6:00 a. m. a 6:00 p. m., hora de la montaña).**

¡Encuentre compañeros de ejercicio, participe en una clase digital e intente algo nuevo!

Inscríbese en el programa de acondicionamiento físico hoy mismo para ayudarlo a alcanzar sus metas de salud y bienestar.



*Edad mínima de 18 años para inscribirse. Los derechohabientes de 16 a 17 años pueden inscribirse, pero deben acudir al gimnasio acompañados por uno de los padres o tutor que también sea participante del programa de acondicionamiento físico. Verifique su ubicación de preferencia y consulte su política de edad para los participantes. Los derechohabientes menores de edad pueden iniciar sesión e inscribirse a través de la cuenta del participante principal como un "participante adicional".

**Sujeto a impuestos. Edad mínima de 18 años para inscribirse.

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.

Tivity Health™ Services, LLC. administra el programa WholeHealth Living Choices. Este programa NO es un seguro. Algunos de los servicios que se ofrecen por medio de este programa podrían estar incluidos en una cobertura médica. Blue Cross and Blue Shield of Illinois y estos proveedores mantienen una relación laboral en calidad de contratistas independientes.

***El programa WholeHealth Living Choices no está disponible en Montana ni en Oklahoma.

La participación en el programa Well onTarget, incluido completar la Evaluación de salud, es voluntaria y su participación no es obligatoria. Para consultar los detalles completos y los términos y las condiciones, visite Well onTarget.

Las reglas del programa Blue Points están sujetas a cambios sin previo aviso. Consulte toda la información de las Reglas oficiales del programa en el portal Well onTarget.

****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. BCBSIL no 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