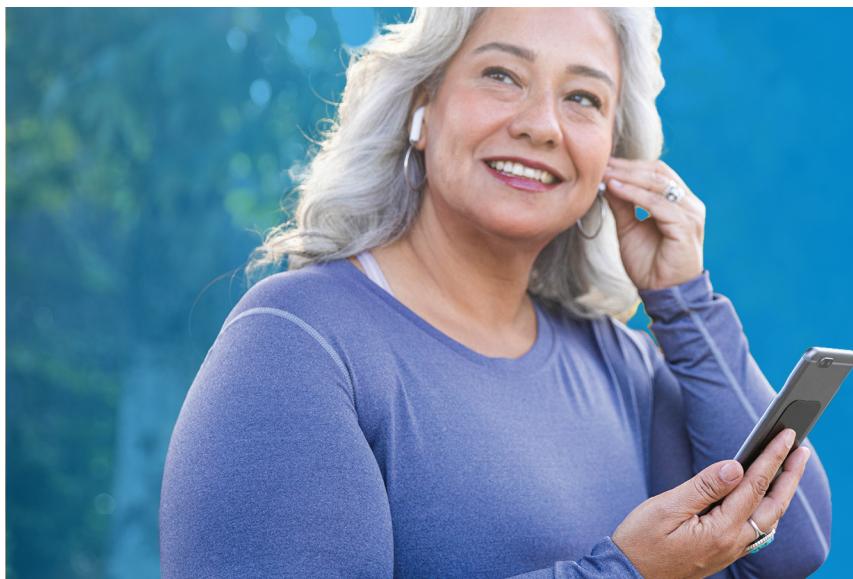


تنقل كي فما تشاء ووقت ما تريده مع **SILVERSNEAKERS**



يُعد® SilverSneakers برنامجاً ينطوي حدود برامج اللياقة البدنية التقليدية. فهو فرصة لتحسين صحتك واكتساب الثقة والتواصل مع مجتمعك. إضافة إلى ذلك، يتوفّر بدون تكبد تكلفة إضافية في خطتك الصحية باستخدام SilverSneakers، تتمتع بكمال الحرية للتنقل في كل مكان.

في صالة الألعاب الرياضية

- تتوفّر الآلاف من المواقع المختلفة¹ محلياً المزودة بالعديد من وسائل الراحة المختلفة
- القدرة على التسجيل في موقع متعدد في أي وقت
- أعدت دورات SilverSneakers² لتناسب جميع المستويات والقدرات

في المنزل أو أثناء التنقل

- هناك مدربون حاصلون على تدريب خاص يديرون دورات وورش عمل
- على مدار 7 أيام في الأسبوع
- تتوفر فيديوهات SilverSneakers LIVE على مدار الساعة طوال أيام الأسبوع
- يتضمّن تطبيق GO SilverSneakers للهاتف الجوال موارد برنامج مخصّصة وخطط
- تمرّن قابلة للتتعديل والمزيد
- إمكانية استخدام Burnalong® مع مجتمع افتراضي داعم وآلاف الدورات التي تتناسب جميع الاهتمامات والقدرات

في مجتمعك

- تُقدم الأنشطة الجماعية والدورات² خارج صالة الألعاب الرياضية
- تقوم بفعاليات بما في ذلك الوجبات المشتركة واحتفالات الأعياد والفعاليات الاجتماعية

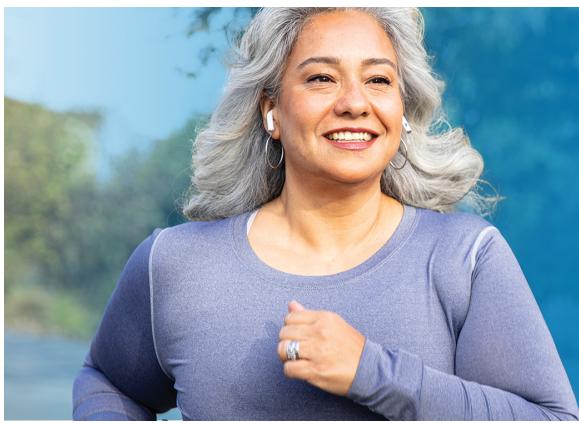
أنت مشترك بالفعل في SilverSneakers من خلال خطتك الصحية.
أنت فقط بحاجة إلى معرف العضو الخاص بك للبدء. اطلع على الجانب الآخر لمزيد من التفاصيل.

SilverSneakers.com/StartHere



هل لديك أسئلة؟ اتصل بنا.
1-888-423-4632 (الهاتف النصي: 711) من الاثنين إلى الجمعة 8 صباحاً - 8 مساءً بالتوقيت الشرقي

لأنبدأ



احصل على معرف عضو SilverSneakers

إذا كنت عضواً بالفعل، فسجّل الدخول إلى بوابة الأعضاء على SilverSneakers.com وانقر على الملف التعريفي/معرف العضو.



إذا كنت مشتركاً جديداً في برنامج SilverSneakers.com/StartHere،
فانتقل إلى SilverSneakers.com/StartHere واتبع الخطوات البسيطة.



الرقم التعريفي لبرنامج SilverSneakers

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	-	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	-	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	-	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	---	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	---	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	---	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------

اكتب رقمك التعريفي في الفراغات المتوفرة. يمكنك إما قصها أو التقاط صورة بها تفك بحث يكون لديك دائماً معرفك معك.

ملاحظات:



ألهـم نـفسـكـ!

امسـح ضـوئـيـاً لـمعـرـفـةـ الـمـزـيدـ عـنـ SilverSneakers.com>AboutUs أو قـمـ بـزـيـارـةـ



تحـدـثـ دـائـماـ مـعـ طـبـيـكـ قـبـلـ الـبـدـءـ فـيـ بـرـنـامـجـ التـمـارـينـ الـرـياـضـيـةـ.

- لا تمتلك شركة Tivity Health, Inc. أو الشركات التابعة لها الموقع المشاركة ("PL") أو تديرها. يقتصر استخدام مرافق الموقع المشاركة ووسائل الراحة بها على شروط العضوية الأساسية في الموقع المشاركة وأحكامها. تختلف المرافق ووسائل الراحة حسب الموقع المشاركة.
- تشمل العضوية صفوف اللياقة البدنية الجماعية بقيادة مدربين تابعين لـ SilverSneakers. بعض الموقع تقدم للأعضاء صفوفاً إضافية. تختلف الصفوف بناءً على الموقع.
- الاستطلاع السنوي للأعضاء في برنامج SilverSneakers لعام 2023

شعار Burnalong, Inc. SilverSneakers هي علامة تجارية مسجلة لشركة Tivity Health, Inc. هذه SilverSneakers هي علامة تجارية لشركة Burnalong, Inc. © 2024 Tivity Health, Inc.