



Kounye a se **Lè** ou pou w deplase ak SilverSneakers yo



SilverSneakers® se plis pase yon pwogram fòm fizik tradisyonèl. Se yon opòtinite pou amelyore sante w, pran konfyans nan tèt ou epi konekte ak kominote w la. Anplis, li enkli **san okenn frè adisyonèl** ak plan sante w la.



Nan jimnastik la

- Plizyè milye kote patisipan yo¹ nan tout peyi a ak divès ekipman
- Posibilite pou enskri nan plizyè kote a nenpòt ki lè
- Klas SilverSneakers² ki fèt pou tout nivo



Nan kominote w la

- Aktivite ak klas an gwoup² yo ofri deyò jimnastik la
- Evènman ki gen ladan repa pataje, selebrasyon jou ferye ak aktivite sosyal ak kapasite klas la



Lakay ou oswa sou wout la

- Klas ak atelye SilverSneakers LIVE sou entènèt, dirije pa enstriktè espesyalman resevwa fòmasyon, 7 jou sou 7
- Videyo SilverSneakers On-Demand disponib 24/7
- Aplikasyon mobil SilverSneakers GO a ak resous pwogram pèsonalize, plan antrennman reglabl ak plis ankò



Ou deja gen SilverSneakers yo atravè plan sante ou a

[SilverSneakers.com/StartHere](https://www.silversneakers.com/StartHere)



Kesyon? Rele nou. 1-888-423-4632 (TTY:711) Lendi-Vandredi 8 a.m. - 8 p.m. ET

Ann kòmanse !

Jwenn ID Manm SilverSneakers ou a



Si ou fèk kòmanse ak SilverSneakers, ale sou SilverSneakers.com/StartHere epi swiv etap senp yo.



Si ou deja yon manm, konekte sou Pòtal Manm nan sou SilverSneakers.com epi klike sou Pwofil/ID Manm (Profile/Member ID).

Nimewo idantifikasyon SilverSneakers mwen an

				-					-					-				
--	--	--	--	---	--	--	--	--	---	--	--	--	--	---	--	--	--	--

Ekri nimewo idantifikasyon ou nan espas ki prevwa yo. Ou ka swa koupe sa a oswa pran yon foto ak telefòn ou pou ou toujou gen kat idantite ou avèk ou.

Remak:



**Jwen enspirasyon! Eskane pou jwenn yon
Yon kote SilverSneakers toupre w.**

SilverSneakers.com/Locations



Toujou pale ak doktè w anvan w kòmanse yon pwogram egzèsis.

1. Tivity Health, Inc. oswa afilye li yo pa posede oswa opere lokal patisipan yo ("PL"). Itilizasyon enstalasyon ak ekipman PL yo limite dapre kondisyon manm debaz PL yo. Enstalasyon ak Konfò yo varye selon PL la. Pa garanti enklizyon PL espesifik epi patisipasyon nan PL yo ka varye selon plan sante a.
 2. Abònman an gen ladan klas fòm fizik an gwoup dirije pa enstriktè SilverSneakers. Gen kèk kote ki ofri manm yo klas anplis. Klas yo varye selon kote a.
- SilverSneakers se yon mak anrejistre Tivity Health, Inc. Logotip soulye SilverSneakers senplifye a se yon mak komèsyal Tivity Health, Inc. © 2025 Tivity Health, Inc. Tout dwa rezève. SSFP9643_CRE_0525