



Tam Sim No Yog Koj Lub Sij Hawm los Txav Mus Nrog SilverSneakers



SilverSneakers® yog ib qho khoos kas uas zoo ntau tshaj li qhov kev pab cuam qoj ib ce li ib txwm. Nws yog lub sijhawm zoo los txhim kho koj txoj kev noj qab haus huv, tau txais kev ntseeg siab thiab txuas nrog koj lub zej zog. Thiab, nws yuav **tsis tau them nqi ntxiv** rau koj txoj kev npaj kho mob.



Nyob rau hauv lub chaw qoj ib ce

- Ntau txhiab lub chaw¹ koom nrog uas muaj cuab yeej khoom siv yooj yim nyob thoob teb chaws
- Muaj peev xwm rau npe ntawm ntau qhov chaw tau txhua lub sijhawm
- Cov chav² kawm SilverSneakers raug tsim los rau txhua qib



Hauv koj lub zej zog

- Cov kev ua hauj lwj no ua pab pawg thiab cov chav kawm² muaj sab nraud ntawm lub chaw qoj ib ce
- Cov xwm txheej muaj xws li kev noj mov, kev ua koob tsheej hnuv so thiab kev sib raug zoo hauv chav kawm thiab muaj peev xwm



Nyob hauv tsev los yog thaum tab tom taug kev

- Muaj cov chav kawm thiab kev cob qhia pom ntsej muag SilverSneakers LIVE hauv online uas cob qhia los ntawm cov kws qhia tshwj xeeb, 7 hnuv hauv ib lub lim tiam
- Muaj cov yeeb yaj kiab SilverSneakers On-Demand rau saib tau 24/7
- Lub app xov tooj ntawm tes SilverSneakers GO nrog cov kev pab cuam tus kheej, cov phiaj xwm kev ua haujlwm uas hloov kho tau thiab ntau yam ntxiv



Koj twb muaj SilverSneakers lawm
los ntawm koj txoj kev npaj kho mob

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



Puas muaj lus nug dab tsi? Hu rau peb. 1-888-423-4632 (TTY:711) Hnuv Monday txog Friday 8 teev sawv ntxov - 8 teev tsaus ntuj lub sij hawm ET

Peb los pib ua ke!

Tau txais koj tus Naj Npawb ID SilverSneakers



Yog tias koj yog tus neeg siv SilverSneakers tshiab, mus rau hauv SilverSneakers.com/StartHere thiab ua raws li cov kauj ruam yooj yim.



Yog tias koj twb yog ib tug tswv cuab lawm, rau npe nkag mus rau hauv Tus Tswv Cuab Lub Portal ntawm SilverSneakers.com thiab nias rau qhov Ntaub Ntawv Tus Neeg / Tus lej tswv cuab (Profile/Member ID.)

Kuv tus naj npawb ID SilverSneakers

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

Sau koj tus lej ID rau hauv qhov chaw uas tau muab. Koj tuaj yeem yees duab qhov no cia rau hauv koj lub xov tooj kom thiaj muaj koj tus lej ID nyob nrog koj tas li.

Nco tseg:



Tau txais kev tshoov siab! Luam theej duab kom pom SilverSneakers lub chaw uas nyob ze koj.

[SilverSneakers.com/Locations](https://www.silver-sneakers.com/locations)



Nco ntsoov nrog koj tus kws kho mob tham ua ntej pib qhov kev tawm dag zog.

1. Cov chaw koom nrog uas muaj lub npe ("PL") tsis yog Tivity Health, Inc ua tus tswv los sis uas tus khiav haujlwm los sis tsis yog nws cov chaw koom tes. Kev siv PL cov chaw thiab cov khoom siv ua kev yooj yim muaj qhov txwv raws li cov ntsiab lus thiab cov xwm txheej ntawm PL cov tswv cuab. Cov chaw thiab cov khoom siv ua kev yooj yim sib txawv raws li PL. Tsis muaj kev lav ris kev suav nrog PLs tshwj xeeb thiab kev koom tes nrog PL yuav sib txawv mus raws txoj kev npaj kho mob.
2. Kev ua tswv cuab tau txais cov chaw kawm qoj ib ce ua pab pawg uas muaj SilverSneakers tus kws qhia koj ua. Qee lub chaw muab tej cov chaw kawm ntxiv rau cov tswv cuab. Cov chaw kawm yuav sib txawv raws thaj chaw.

SilverSneakers yog ib lub cim lag luam sau npe los ntawm Tivity Health, Inc. SilverSneakers lub cim sab khau yooj yimyog lub cim lag luam ntawm Tivity Health, Inc. © 2025 Tivity Health, Inc. Tuav txhua txoj cai. SSFP9645_HMG_0525