



Haga ejercicios y obtenga recompensas.

Escuchamos sus sugerencias.

Nuestra meta es ayudar a las personas a tener vidas más saludables. Hacer que el ejercicio forme parte de su rutina diaria o semanal puede ser una de las medidas más importantes que tome para sentirse mejor. Para ayudarle¹ en su camino, hemos creado el programa de reembolso por acondicionamiento físico Sweat Equity.

El programa ofrece una variedad de ejercicios para escoger y la opción de combinar sus visitas al gimnasio con clases de acondicionamiento físico para ayudarle a alcanzar las 50 sesiones de ejercicio necesarias dentro de los seis meses.

Reembolsos por gastos de acondicionamiento físico que califican

Los miembros del plan de Oxford que cumplen los requisitos¹ pueden obtener un reembolso de hasta \$200 dentro de los seis meses.² Es así; le enviaremos un reembolso por cada período de seis meses en el que participe en el programa, siempre que cumpla con las metas obligatorias y presente un formulario de reembolso completo.

Puede solicitar el reembolso en virtud del programa siempre que:

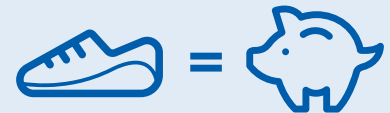
- Sea miembro activo de un plan de salud de Oxford que cumpla los requisitos.
- Haya ido al gimnasio o a clases de ejercicio 50 veces en seis meses.

Su período de reembolso comienza en la fecha de su primera visita al gimnasio o clase y finaliza seis meses después, luego de haber completado 50 visitas, 50 clases o una combinación de 50 visitas y clases. Puede comenzar un nuevo período de reembolso un día después de que finalice el período de reembolso anterior. Si completa las 50 sesiones de ejercicio que califican en menos de seis meses, no presente su solicitud de reembolso en forma anticipada. No podemos aceptar solicitudes de reembolso antes de que hayan transcurrido seis meses.

Para comenzar, elija un gimnasio o inscribese en clases de acondicionamiento físico.

Elija un tipo de ejercicio cardiovascular (aeróbico) que disfrute y encuentre un gimnasio con equipo o clases que promuevan el bienestar cardiovascular.³ Para recibir un reembolso, el gimnasio y las clases que elija deben estar abiertos al público. Recuerde consultar a su médico antes de comenzar a hacer ejercicio o de aumentar su nivel de actividad.

CONTINUA



Hay muchas opciones para ponerse en forma y recibir recompensas.

Ejemplos de gimnasios y clases que califican:

- Ejercicios aeróbicos
- Campamentos de entrenamiento
- Boxeo o Kick boxing
- CrossFit
- Escalada en interior
- Artes marciales
- Entrenamiento personal
- Evento de acondicionamiento físico grupal organizado (p. ej., maratón)
- Pilates
- Pure Barre
- Gimnasio estándar, incluidos centros comunitarios y del YMCA donde se ofrecen servicios de acondicionamiento físico
- Natación
- Tenis o ráquetbol
- Circuito TRX
- Pesas o resistencia
- Yoga
- Zumba®

Ejemplos de equipo cardiovascular:

- Caminadora elíptica/Máquina de entrenamiento combinado
- Máquina de remo
- Escaladora
- Bicicleta fija
- Cinta rodante

Qué debe hacer.

Después de completar un total de 50 sesiones de ejercicio, ya sea visitas al gimnasio, clases o eventos grupales, en un período de seis meses, envíenos lo siguiente:

- 1. Su formulario de reembolso del Programa Sweat Equity completo.**
- 2. Comprobante de pago** (p. ej., recibo, comprobante del débito bancario automático) de la tarifa del gimnasio, y de cualquier cantidad que haya pagado por clases de acondicionamiento físico o eventos de acondicionamiento físico grupal organizados (p. ej., maratón), durante ese período de seis meses.
- 3. Copia del folleto o volante** que describa las máquinas de ejercicio cardiovascular (aeróbico) que usó en el gimnasio, o los beneficios cardiovasculares de la clase que tomó o del evento de acondicionamiento físico grupal organizado en el que participó.
- 4. Envíe estos documentos a:** Oxford Sweat Equity Program
P.O. Box 29130
Hot Springs, AR 71903
 - **Estos documentos deben enviarse en un plazo no mayor de 180 días a partir del último día del período de seis meses por el que solicita el reembolso (con sello postal anterior al vencimiento). Las solicitudes con sello postal posterior a esta fecha no serán reembolsadas.**
 - **No podemos aceptar solicitudes de reembolso antes de la fecha de finalización del programa de seis meses, aunque haya completado la cantidad obligatoria de sesiones de ejercicio que califican antes de esta fecha.**

Si no puede cumplir con los requisitos de reembolso de este programa, es posible que pueda obtener la misma recompensa de otra manera. Llámenos al número de teléfono gratuito para miembros que aparece en la parte de atrás de su tarjeta de ID del plan de salud para hablar con nosotros y, si es necesario, hablaremos con su médico para encontrar otra manera de obtener la misma recompensa.

La cantidad de recompensas anuales totales por su participación en programas de incentivo generalmente no puede exceder el 30 % del costo de la cobertura.



Si tiene alguna pregunta,

llámenos al número de teléfono gratuito para miembros que aparece en el reverso de su tarjeta de ID del plan de salud.

¹ Para este programa, el uso de “usted” y “miembro” en comunicaciones se refiere al suscriptor del plan de Oxford, o al cónyuge o pareja de unión libre que tenga cobertura de parte del suscriptor; ningún otro dependiente cumple los requisitos. Para que el cónyuge o pareja de unión libre del suscriptor cumpla los requisitos para este beneficio, dicha persona también debe estar inscrita en un producto de Oxford. El programa no está disponible para todos los suscriptores del plan de Oxford y sus cónyuges o parejas. Consulte su Certificado de Cobertura, Resumen de la Descripción del Plan u otros documentos directivos para miembros a fin de determinar si cumple los requisitos para el programa y confirmar el beneficio de su plan.

² El reembolso generalmente se limita a lo que sea menor entre \$200 (suscriptor)/\$100 (cónyuge/pareja cubierta) o la cantidad real de los costos de acondicionamiento físico que califican por cada período de seis meses, pero puede variar según el plan. Consulte sus documentos de beneficios o hable con su administrador de beneficios para saber de cuánto puede ser su reembolso. Puede presentar una solicitud de reembolso en virtud del programa una vez cada seis meses. No podemos aceptar solicitudes de reembolso antes de la fecha de finalización del programa de seis meses, aunque haya completado la cantidad obligatoria de sesiones de ejercicio que califican antes de esta fecha. Es posible que las recompensas sean gravables. Consulte con un profesional de impuestos apropiado para determinar si tiene alguna obligación fiscal por recibir un reembolso en virtud de este programa.

³ Para cumplir los requisitos para el reembolso en virtud del programa, el gimnasio, la clase o el evento de acondicionamiento físico grupal organizado (p. ej., maratón) que califican y hayan sido elegidos por usted, esas actividades deberán estar disponibles para el público general y promover el bienestar cardiovascular, según lo determinemos nosotros, además de contar con supervisión del personal. No se reembolsarán las membresías en clubes de tenis, clubes “country club”, clubes sociales, equipos deportivos, clínicas para perder peso, spas o cualquier otra organización, liga o centro similar. No le reembolsaremos lecciones, equipo, ropa, vitaminas u otros artículos o servicios que ofrezca el gimnasio (p. ej., masajes). El reembolso se limita a las visitas reales para hacer ejercicio. No se aplica a terapia de rehabilitación ni fisioterapia. Sweat Equity es un programa voluntario. La información proporcionada en este programa solo tiene fines informativos generales y no tiene como objetivo ni debe ser considerada consejo médico. Debe consultar con un profesional de cuidado de la salud apropiado antes de comenzar cualquier programa de ejercicios o para determinar qué puede ser adecuado para usted.

Sweat Equity es un programa voluntario. La información proporcionada en este programa solo tiene fines informativos generales y no tiene como objetivo ni debe ser considerada consejo médico. Debe consultar con un profesional de cuidado de la salud apropiado antes de comenzar cualquier programa de ejercicios o para determinar qué puede ser adecuado para usted.

Si se detectara alguna actividad fraudulenta (p. ej., actividad física tergiversada), es posible que lo suspendan o lo den de baja del programa.

Proporcionamos servicios gratis para ayudarle a que se comunique con nosotros, como cartas en otros idiomas o en letra grande. O bien, usted puede pedir un intérprete. Para solicitar ayuda, llame al número de teléfono gratuito que figura en su tarjeta de ID, TTY 711, de lunes a viernes, de 8 a.m. a 8 p.m.

ATENCIÓN: Si habla español (Spanish), hay servicios de asistencia de idiomas, sin cargo, a su disposición. Llame al número de teléfono gratuito que aparece en su tarjeta de identificación.

請注意：如果您說中文 (Chinese)，我們免費為您提供語言協助服務。請撥打會員卡所列的免付費會員電話號碼。

Los productos de Oxford HMO están asegurados por Oxford Health Plans (CT), Inc. y Oxford Health Plans (NJ), Inc. Los productos de seguros de Oxford están asegurados por Oxford Health Insurance, Inc.

f Facebook.com/UnitedHealthcare **t** Twitter.com/UHC
i Instagram.com/UnitedHealthcare **y** YouTube.com/UnitedHealthcare

MT-1024112SP 9/18 ©2018 Oxford Health Plans LLC. Todos los derechos reservados.
17-5463 MS-17-475 11656 Rev 1 (NY/NJ/CT)

