

# Disfrute de la libertad del acondicionamiento físico *para el hogar*

¡El programa Silver&Fit® lo ayuda a mantenerse activo independientemente de dónde viva o de dónde le guste entrenar!

**Elija un kit de acondicionamiento físico en el hogar por año de beneficios:\***

Kit portátil de seguimiento de acondicionamiento físico Fitbit® o Garmin®



Kit de yoga para principiantes con tapete y toalla de mano



Kit de caminata/ senderismo con 2 bastones de senderismo



Kit de yoga de nivel intermedio/avanzado con una correa y 2 bloques de yoga



Kit de pilates con pelota y toalla



Kit de resistencia para principiantes, que incluye mancuernas de 2 libras y bandas de ejercicio



Kit de natación para principiantes con gafas y una tabla de entrenamiento



Kit de resistencia de nivel intermedio, que incluye mancuernas de 3 libras y bandas de ejercicio



Kit de natación de nivel avanzado con guantes de resistencia acuática y un flotador



Kit de resistencia de nivel avanzado, que incluye mancuernas de 5 libras y bandas de ejercicio



---

**Para pedir su kit de acondicionamiento físico para el hogar, visite [www.SilverandFit.com](http://www.SilverandFit.com).**

Una vez que seleccione un kit, recibirá un código promocional en línea. Siga las instrucciones para canjear el código. Se le enviará el kit por correo. Los tiempos de envío de los kits pueden variar.

Si tiene preguntas, llámenos a la línea gratuita 1.877.427.4788 (TTY/TDD: 711), de lunes a viernes, de 6 a. m. a 7 p. m., hora estándar de la montaña.

---

\*Los códigos promocionales de los kits de acondicionamiento físico para el hogar no se pueden usar en combinación con otras promociones en la página de Internet de terceros. Una vez que seleccione el kit, **no se puede cambiar**.

El programa Silver&Fit es ofrecido por American Specialty Health Fitness, Inc. (ASH Fitness), una subsidiaria de American Specialty Health Incorporated (ASH). Consulte con su doctor antes de empezar o cambiar su rutina de ejercicios. Silver&Fit y el logotipo de Silver&Fit son marcas registradas de ASH. Otros nombres y logotipos pueden ser marcas registradas de sus respectivos propietarios. Los kits están sujetos a cambios.

M950-1032F-BANH-SP Home Fitness Kits Flier 10/23 © 2023 American Specialty Health Incorporated (ASH). Todos los derechos reservados.

