



Tam sim no yog koj lub sij hawm **tawm mus tom ntej** nrog SilverSneakers lawm



SilverSneakers® muaj ntau dua ib qho kev qhia qoj ib ce. Nws yog ib lub sij hawm los txhim kho koj txoj kev noj qab haus huv, ua kom muaj kev ntseeg siab thiab txuas nrog koj lub zej zog. Tsis tas li ntawd, yuav tsis muaj lwm yam nqi dab tsi ntxiv rau koj qhov kev npaj saib xyuas kev noj qab haus huv lawm.



Hauv chav qoj ib ce

- Muaj ntau txhiab qhov chaw koom nrog¹ thoob teb chaws uas muaj ntau yam khoom siv
- Muaj peev xwm cuv npe nyob rau ntau qhov chaw txhua lub sij hawm
- Cov chav kawm SilverSneakers² raug tsim los rau txhua qib



Nyob hauv koj lub zej zog

- Cov chav kawm uas kawm ntawm tus kheej² ntawm cov chaw hauv zej zog, cov tiaj ua si thiab ntau yam ntxiv
- Cov chav kawm hauv online uas cov xib fwb hauv zos qhia
- Muaj ntau tshaj 80 hom chav kawm uas cov xib fwb muaj kev paub dhau los yog cov qhiaj



Nyob hauv tsev los sis taug kev

- SilverSneakers LIVE™ cov chav kawm oos lais thiab kev cob qhia los ntawm cov xib fwb uas tau txais kev cob qhia tshwj xeeb, muaj 7 hnuv hauv ib lub vij
- SilverSneakers On-Demand™ cov yeeb yaj kiab muaj 24/7
- SilverSneakers GO™ mobile app muaj ntau yam kev pab cuam rau tus kheej, cov kev npaj ua ev xaws xais uas hloov kho tau thiab ntau yam ntxiv



Koj twb muaj SilverSneakers rau hauv koj qhov kev npaj saib xyuas kev noj qab haus

[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

Los peb pib ua ke!

Tau txais koj Daim Npav Tswv Cuab ID SilverSneakers hauv ob peb feeb xwb



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



Yog tias koj twb yog ib tug tswv cuab lawm, nkag mus rau hauv Chaw Nkag Tswv Cuab (Member Portal) ntawm SilverSneakers.com thiab nyem rau ntawm Profile/Member ID.

Kuv tus naj npawb ID SilverSneakers

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

Sau koj tus naj npawb ID nyob rau hauv cov chaw ua muab cia sau. Koj tuaj yeem txiav qhov no tawm los sis yees koj daim npav ID rau hauv koj lub xov tooj es thiaj li nyob nrog koj tau tas li..

Nco tseg:



Tau txais kev tshoov siab! Luam txhawm rau nrhiav ib lub chaw SilverSneakers nyob ze koj.

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



Nco ntsoov nrog koj tus kws kho mob tham ua ntej yuav pib ua ev xaws xais.

1. Cov chaw qoj ib ce uas tsis muaj tswv los sis lis hauj lwm los ntawm Tivity Health, Inc. los sis nws cov chaw sib koom tes ua ke. Kev ua tswv cuab ntawm SilverSneakers mas muaj cai siv cov tsev qoj ib ce thiab cov khoom siv uas muaj rau cov tswv cuab theem pib nyob rau ntawm cov chaw qoj ib ce ntawd. Cov tsev qoj ib ce thiab cov khoom siv mas yuav muaj sib txawv mus raws lub chaw. Yuav tsis lav tias yuav muajev cov chaw qoj ib ce tshwj xeeb thiab kev koom nrog cov chaw qoj ib ce ntawd mas tej zaum yuav sib txawv mus raws qhov kev npaj saib xyuas kev noj qab haus huv.
2. Kev muaj cai ntawm kev ua tswv cuab nrog SilverSneakers muaj xws li kev ua ev xaws xais ua pab pawg nrog tus kws qhia.. Qee lub chaw muab cov chaw kawm ntxiv rau cov tswv cuab. Cov chaw kawm yuav sib txawv mus raws thaj chaw.

SilverSneakers yog lub cim tso npe ua lag luam ntawm Tivity Health, Inc. Lub cim khau ntawm SilverSneakers, SilverSneakers LIVE, SilverSneakers On-Demand, thiab SilverSneakers GO yog cov cim lag luam ntawm Tivity Health, Inc. © 2026 Tivity Health, Inc. Txhua txoj cai raug tiv thaiv. SSFP12332_0626