



FAQ „Gesunde Unternehmen – Challenge 2026“

– Info für Beschäftigte –

Was umfasst die Aktion „Gesunde Unternehmen – Challenge 2026“ und warum gibt es sie?

Gerade in der heutigen Zeit sind die Themen Gesundheit und Gesundheitsförderung der Beschäftigten sowie das betriebliche Gesundheitsmanagement besonders wichtig. Daher vereint die Aktion „Gesunde Unternehmen – Challenge 2026“ die Disziplinen des modernen betrieblichen Gesundheitsmanagements mit dem individuellen, gesundheitsorientierten Verhalten jedes Einzelnen.

Das Unternehmen meldet die Teilnahme bei der hkk an. Dieses sammelt Punkte für sein Engagement im Betrieblichen Gesundheitsmanagement, z. B. für betriebliche psychosoziale Beratung oder Firmenfitness. Die Beschäftigten tragen Punkte bei, indem sie die virtuelle Laufstrecke in 100 Tagen absolvieren. Alles zusammen ergibt das Gesamtergebnis. Das Wichtigste dabei: Alle Unternehmensgrößen und jeder einzelne Teilnehmende haben die Chance zu gewinnen.

Wo kann ich mich für „Gesunde Unternehmen – Challenge 2026“ anmelden?

Die Anmeldung erfolgt im ersten Schritt über Ihr Unternehmen. Anmelden können sich Unternehmen mit Sitz in Deutschland. Die Anmeldung des Unternehmens umfasst automatisch alle Beschäftigten. Einzelpersonen können sich leider nicht anmelden. Ihr Unternehmen ist noch nicht dabei? Dann sprechen Sie Ihre Vorgesetzte bzw. Ihren Vorgesetzten oder die Personalabteilung direkt auf die Aktion an.

Wenn Ihr Unternehmen angemeldet ist, haben alle Beschäftigten die Möglichkeit, sich online für die Challenge zu registrieren. Den Online-Zugangslink bzw. QR-Code erhalten Sie bei Ihrer Ansprechperson für Gesundheit im Betrieb.

Welche Vorteile habe ich als Teilnehmender der „Challenge 2026“?

Mit der Teilnahme an „Gesunde Unternehmen – Challenge 2026“ investieren Sie in Ihr wichtigstes Gut: Ihre Gesundheit.

Ihr Unternehmen unterstützt Sie dabei und Sie Ihr Unternehmen! Sammeln Sie gemeinsam Punkte, damit in Ihrem Unternehmen künftig noch mehr für die Gesundheit aller Beschäftigten und gesunde Arbeitsbedingungen getan werden kann.

Wie funktioniert der Wettbewerb?

Wenn Ihr Unternehmen angemeldet ist, haben alle Beschäftigten die Möglichkeit sich online für die Challenge zu registrieren. Den Zugangslink und QR-Code für die Aktion erhalten Sie bei Ihrer Ansprechperson für Gesundheit im Betrieb.

Sie registrieren sich auf dem online Portal unseres Dienstleisters Teamfit. Wenn Sie die Teilnahmebedingungen und Datenschutzbestimmungen akzeptieren, können Sie starten. Bei der Registrierung vergeben Sie lediglich Ihren Vor- und Nachnamen, einen Benutzernamen und Ihre Emailadresse. Nur Ihr Benutzername wird unter dem Reiter „Team“ für die direkten Teammitglieder ersichtlich sein. Alle anderen Listen sind anonymisiert. Ihre angegebene E-Mail ist geschützt und ist für keinen anderen Teilnehmenden oder Betrieb ersichtlich. Ordnen Sie sich nach der Registrierung einem Team in Ihrem Unternehmen zu oder gründen Sie ein neues Team und laden Kolleginnen und Kollegen ein. Sollten Sie einzeln teilnehmen wollen, erstellen Sie bitte ebenfalls ein Team für sich selbst.

Im Onlineportal oder der App tragen Sie Ihre täglichen Schritte und Schritte für Bonusaktivitäten ein. Sie können die täglichen Schritte auch von Ihrem digitalen Endgerät (Smartphone, Smartwatch, Fitnessstracker) übertragen lassen. Voraussetzung ist die Verwendung der kostenlosen Teamfit-App. Bei der Übertragung der Schritte kann die Auswahl der Daten selbst bestimmt werden, z. B. Schritte oder auch Workshops. Die Berechtigung kann jederzeit entzogen werden. Am Ende der Challenge erhält die hkk Ihr Ergebnis für die Auslosung der individuellen Preise. Alle Mitarbeitenden, die im virtuellen Lauf ins Ziel einlaufen, nehmen an der



FAQ „Gesunde Unternehmen – Challenge 2026“

– Info für Beschäftigte –

Auslosung für die Preise teil. Pro Unternehmen werden drei Preise für Beschäftigte verlost. Die Übergabe des Preises erfolgt durch Ihre Ansprechperson für Gesundheit im Betrieb.

Wie sammle ich Punkte für mein Unternehmen?

Jeder Mitarbeitende, der das Ziel innerhalb von 100 Tagen erreicht, bringt dem Unternehmen Punkte. Um das Ziel innerhalb der 100 Tagen zu erreichen, sind täglich 8.000 Schritte erforderlich. Neben der täglichen Schrittzahl können Sie Ihre sportlichen Aktivitäten im Teamfit-Portal oder in der App in Schritte umrechnen und sich auf Ihre tägliche Schrittzahl anrechnen lassen.

Folgende Aktivitäten können umgerechnet werden: Achtsamkeit, Aerobics, Akrobatik, American Football, anderes Training, Angeln, Atemübungen, BMX, Badminton, Balanceboard, Ballett, Barre, Baseball, Basketball, Bauchtanz, Beach Tennis, Billard, Bogenschießen, Bouldern, Bowling, Boxen, Brazilian Jiu-Jitsu, Calisthenics, Cardio Training, Cheerleading, Cricket, Cross Training, Curling, Darts, EMS, Einrad, Eishockey, Eislaufen, Ellipsentraining, Ergometer, Fechten, Floorball, Frisbee, funktionelles Training, Fußball, Gartenarbeit, Gehen/ Wandern, Gleitschirmfliegen, Golf, HIIT, Handball, Handrad-fahren, Hausarbeit, Hockey, Hula Hoop, Inline Hockey, Inline-Skaten, Jonglieren, Kajak/Kanu, Kettleball Training, Kickboxen, Kitesurfen, Klettern, Krafttraining, Lacrosse, Langhantel, Laufband, Laufen, Leichtathletik, Meditation, Nordic Walking, Padel-Tennis, Parkour, Pilates, Pole Sports, Powerplate, Qigong, Racquetball, Radfahren, Radfahren (E-Bike), Radfahren (Mountain Bike), Radfahren (Rennrad), Reiten, Reitsport, Ringen, Rodeln, Rollski, Rollstuhlfahren, Rudermaschine, Rudern, Rugby, Schneeschuhwandern, Schnorcheln, Schritte, Schwimmen, Segeln, Seilspringen, Skateboarden, Skifahren, Skilanglauf, Skitouring, Slackline, Snowboarden, Softball, Spazieren gehen, Spinning, Squash, Stand-Up-Paddling, Stepper, Stretching, Surfen, Tabata, Tae Bo, Tai Chi, Tanzen, Tauschen, Tennis, Tischtennis, Trampolin springen, Turnen, Ultimate Frisbee, Volleyball Beach, Volleyball Halle, Wake-boarding, Walking, Wandern, Wasserball, Wassergymnastik, Wasserski, Windsurfen, Yoga, Zumba.

Wie lange dauert die „Challenge 2026“?

Die „Gesunde Unternehmen – Challenge 2026“ findet vom 16. März bis 23. Juni 2026 statt. In diesem Zeitraum können Sie Schritte und mit dem Zieleinlauf wertvolle Punkte für Ihr Unternehmen sammeln.

Wie kann ich meine Schritte und Aktivitäten dokumentieren?

Ganz einfach: Sie loggen sich online ein und tragen am entsprechenden Tag Ihre Leistungen ein. Sollten Sie Ihre tägliche Schrittzahl von Ihrem elektronischen Endgerät übertragen lassen, so ist nur noch das Eintragen der Bonusschritte, Workouts und Umrechnen sportlicher Aktivitäten notwendig.

Wie nehme ich analog, z. B. mit einem Kalender in Papierform, teil?

Eine analoge Teilnahme ist in diesem Jahr nicht möglich. Die „Gesunde Unternehmen – Challenge 2026“ findet ausschließlich online statt.

Wie wandle ich sportliche Aktivitäten in Schritte um?

Ihre sportlichen Aktivitäten können Sie unter dem Reiter „Aktivitäten – Workout manuell eintragen“ in Schritte umrechnen lassen. Suchen Sie dazu Ihre sportliche Aktivität heraus, geben Sie die Dauer und ggf. die Intensität an. Die Umrechnung übernimmt das Programm für Sie.

Wie sammle ich Bonusschritte?

Auf der virtuellen Laufstrecke werden Ihnen kleine „Bonustops“ angezeigt. Absolvieren Sie diese, können Sie sich Bonusschritte im Teamfit-Portal gutschreiben. Die Punkte werden durch Einscannen des QR-Codes oder durch einen Klick auf den angegebenen Link auf Ihrem Konto gutgeschrieben.

Zudem können Sie durch die Teilnahme an den Workouts (Aktivitäten – Training, Yoga oder Meditation) weitere Schritte sammeln. Die Zusatzschritte werden am Ende des Workouts angerechnet.



FAQ „Gesunde Unternehmen – Challenge 2026“

– Info für Beschäftigte –

Welche Nachweise muss ich für meine sportlichen Aktivitäten oder Bonusschritte einreichen?

Wir vertrauen auf Ihre Angaben und Ihre Ehrlichkeit. Es sind keine Nachweise nötig.

Was kann ich gewinnen?

Neben dem Unternehmenspreis der Gesamtwertung gibt es drei hochwertige Preise für die Mitarbeitenden zu gewinnen. Die Mitarbeitendenpreise werden unter allen Beschäftigten, die das Ziel erreicht haben, verlost. Eine Barauszahlung der Gewinne ist ausgeschlossen.

Wie erfahre ich, ob ich gewonnen habe?

Die Platzierungen der Unternehmen werden bei der feierlichen, digitalen Preisverleihung bekannt gegeben. Ihre Ansprechperson für Gesundheit im Betrieb erhält zu der Veranstaltung ein Paket, in welchem die Gewinner der Mitarbeitendenpreise enthalten sind.

Wer hilft mir bei Fragen weiter?

Wenden Sie sich bei inhaltlichen Fragen rund um die Aktion „Gesunde Unternehmen – Challenge 2026“ bitte an Ihre interne Ansprechperson für Gesundheit im Betrieb. Bei Nutzungsfragen oder Eingabeproblemen im Teamfit-Portal steht Ihnen Teamfit zur Seite. Die Supportdaten finden Sie im Teamfit-Portal.

Kann ich teilnehmen, auch wenn ich nicht bei der hkk Krankenkasse versichert bin?

Ja. Wie und wo Sie krankenversichert sind, spielt bei der Teilnahme keine Rolle. Voraussetzung ist lediglich, dass Ihr Unternehmen bei der „Challenge 2026“ angemeldet ist.

Was passiert mit meinen Daten?

Jeder teilnehmende Mitarbeitende stimmt im Registrierungsprozess zu, dass sie oder er mit Speicherung und Verarbeitung seiner personenbezogenen Daten während des Aktivitätszeitraums (März 2026 bis Oktober 2026) durch Teamfit einverstanden ist. Die Datenschutzbestimmungen regelt Teamfit als Datenerhebungsstelle. Darüber hinaus wird eingewilligt, dass Teamfit Ihre Challenge-Daten am Ende der Challenge an die hkk weiterleitet. Teamfit leitet die Daten (Name, E-Mailadresse, Unternehmen, durchschnittliche Schrittzahl, Erreichen des Ziels) mittels verschlüsselter Dateien per E-Mail an die hkk weiter. Alle Daten werden unwiderruflich nach dem Tag der Preisverleihung bei Teamfit gelöscht. Die bei der hkk gespeicherten Daten werden nach der gesetzlichen Aufbewahrungsfrist vernichtet (6 Jahre).

Kann ich mich vergleichen?

Mit dem Online-Portal von Teamfit haben die Beschäftigten und BGM-Ansprechpersonen aller Unternehmen die Möglichkeit, Einsicht zu nehmen, a) unter dem Reiter „Challenge“ auf welchem Rang sich das Unternehmen bezüglich der durchschnittlichen Schrittzahl der Belegschaft befindet und wie viele Beschäftigte das Ziel erreicht haben, b) ebenfalls unter dem Reiter „Challenge“ welchen Rang das Team im eigenen Unternehmen einnimmt und c) unter dem Reiter „Team“, welchen Rang die einzelne Person im jeweiligen Team erreicht hat.

In der Liste a) „Unternehmens-Rangliste“ werden die Unternehmensnamen, die durchschnittliche Schrittzahl der Belegschaft und die Anzahl der Personen im Ziel in Bezug auf den gesamten Challenge-Zeitraum dargestellt. Vor- und Nachnamen (bzw. Anonymisierungen) von Beschäftigten werden nicht angezeigt.



FAQ „Gesunde Unternehmen – Challenge 2026“

– Info für Beschäftigte –

In der Liste b) „Team Rangliste“ sehen Sie, welchen Rang Ihr Team im Unternehmen einnimmt. Zudem wird die durchschnittliche Schrittzahl je Teammitglied angezeigt. Einzelne Teammitglieder können nicht betrachtet werden sowie auch die Anzahl der Teammitglieder nicht ersichtlich ist. Der Durchschnittswert errechnet sich aus der Gesamtanzahl der Schritte im Team geteilt durch die Anzahl der Teammitglieder. „Team-Ranglisten“ anderer Unternehmen können nicht eingesehen werden.

In der dritten Liste c) „Top Teammitglieder“ werden die einzelnen Teammitglieder nach Rang aufgeführt. Es werden die (Benutzer-)Namen der Teammitglieder, die durchschnittliche Schrittzahl wie auch die Anzahl der Aktivitäten aufgeführt. Diese Liste ist nur für Teammitglieder in Ihrem eigenen Team ersichtlich.

Kann ich aus dem Wettbewerb aussteigen?

Ja, das können Sie. Bitte berücksichtigen Sie aber, dass Sie dann keine Chance auf einen Preis haben. Dies gilt auch, wenn Sie das Ziel bereits erreicht haben sollten. Nur Teilnehmende, die bis zum Ende der Challenge dabei sind, können einen der Preise gewinnen und zum Unternehmensergebnis beitragen. Die Abmeldungen können Sie entweder selbst vornehmen (App oder Portal) oder Sie kontaktieren Teamfit.