

## Anleitung zur online Registrierung für Angebote im betrieblichen Gesundheitsmanagement

Die Registrierung zu den BGM Kursen wird ab sofort **nicht** mehr per E-Mail durchgeführt.  
Sie findet nur noch **online** über das **Portal des Hochschulsports** statt: <https://sport.uni-ulm.de>.

### Das BGM Kursprogramm im Hochschulsport Portal

Links in der Seitennavigation befindet sich der neue Unterpunkt *BGM Angebot*. Hierunter sind die gewohnten BGM-Rubriken Bewegung, Entspannung, Ernährung und Sonstiges mit den jeweiligen Kursen gelistet.



## Ernährung

Eine abwechslungsreiche, ausgewogene und vollwertige Ernährung hält nicht nur fit und sorgt für bessere Konzentration, Leistungsfähigkeit und Stressresistenz – sondern hilft nachhaltig, Krankheiten zu verhindern. Sie schützt vor direkt oder indirekt durch Ernährung bedingte Krankheiten wie z.B. Diabetes, koronare Herzerkrankungen sowie einige Formen von Krebs.

Die wichtigste Voraussetzung ist dabei immer, dass Qualität (was wir essen) und Quantität (wie viel wir essen) unseres Ernährungsverhaltens stimmen.

Unsere saisonalen **Ernährungsangebote** richten sich an alle, die gemeinsam mit Kolleginnen und Kollegen, den Spaß am Kochen kennenlernen oder neu entdecken wollen. Dabei erfahren Sie mehr darüber, wie Sie Ihre tägliche Küche, ob im Alltag oder auf der Arbeit, qualitativ hochwertiger und ausgewogener gestalten können.

Viel Spaß beim Stöbern!



Aktuelles
Die Neue Kursplatzvergabe
Aktionen
Sportangebot
<b>BGM Angebot</b>
Bewegung
Entspannung
<b>Ernährung</b>
Sonstiges
UNfit
Sportbüro
Informationen
Hochschulmeisterschaften
Wettkampfsport
HSSP-Team

Selbstverständlich finden Sie das Programm auch wie gewohnt unter:  
<https://www.uni-ulm.de/bgm>

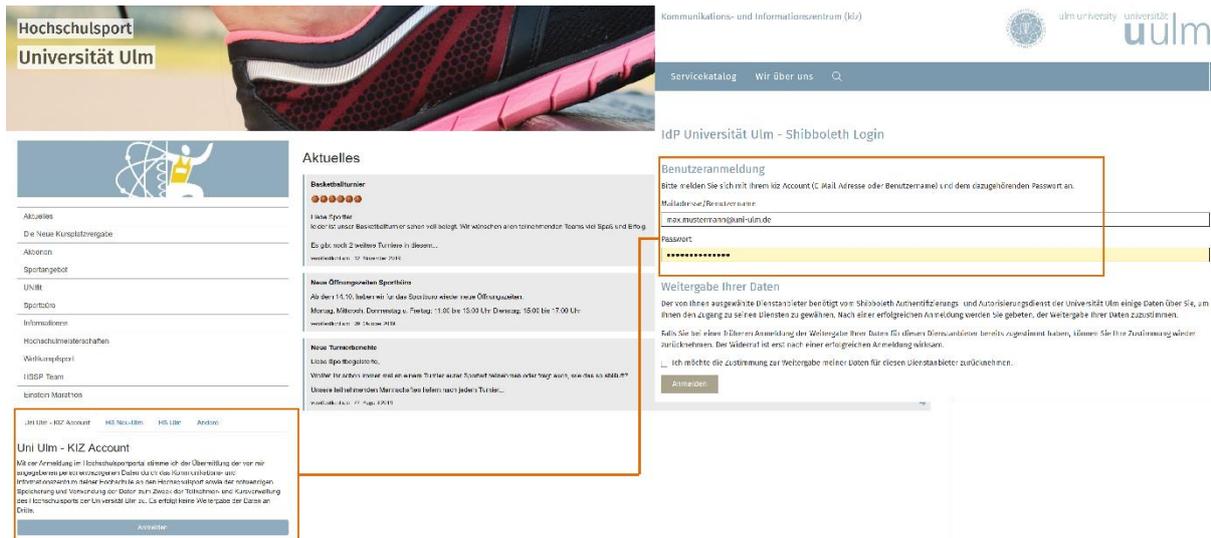
### Anmeldevoraussetzungen

Um sich im Hochschulsportportal zu den BGM-Kursen anzumelden, müssen Sie eine entsprechende Teilnahmeberechtigung erfüllen. Als Beschäftigte der Universität Ulm erfüllen sie diese automatisch. Sind Sie allerdings als Promotionstudent\*in gelistet, dann melden Sie sich bitte, wie im nächsten Absatz beschrieben, im Hochschulsportportal an. Danach sollten Sie uns bitte eine kurze Mail ([bgm\(at\)uni-ulm.de](mailto:bgm(at)uni-ulm.de)) zukommen zu lassen, damit wir Sie manuell als BGM-teilnahmeberechtigt im System markieren können.

### Anmeldung im Hochschulsportportal

Zur Anmeldung auf der Hochschulsportseite benötigen Sie Ihre kiz-Daten (Mailadresse/Benutzername und Passwort → gleich derer Ihres Email-Logins). Diese werden direkt an den Identitätsdienst des kiz übermittelt und nicht in unserem System gespeichert. Nach einer erfolgreichen Verifikation sind Sie auf der Seite angemeldet.

Achten Sie vor der Anmeldung bitte darauf, dass der Reiter *Uni-Ulm KIZ-Account* ausgewählt ist.

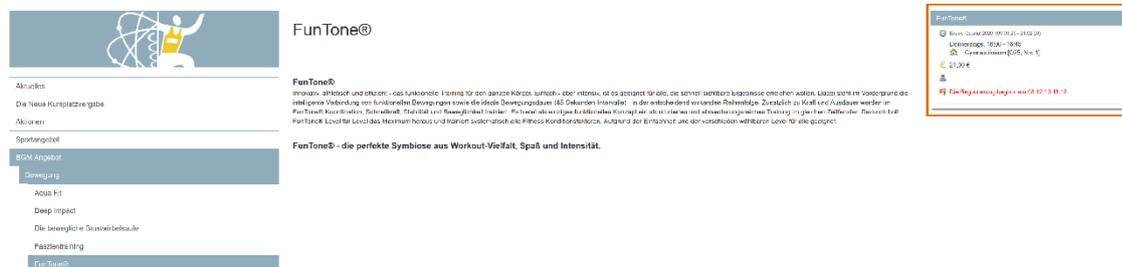


## Die Ansicht – Mein Hochschulsport

Nach erfolgreicher Anmeldung steht Ihnen diese Ansicht zur Verfügung. Hierunter finden Sie sämtliche Informationen bezüglich der Kurse, die Sie gegebenenfalls im Programm des Hochschulsports besuchen.

## BGM Kursanmeldung im Hochschulsportportal

Die Anmeldung zu einem Kursangebot erfolgt direkt auf der Seite des Kurses. Dort finden Sie in der rechten Spalte eine Registerbox zur Kursanmeldung.



Die Registerbox enthält die folgenden Informationen:

- Kurszeitraum
- Kursdaten (Wann und Wo)
- Preis
- Übungsleitung
- Registrierungszeitraum
- Angaben zur Kurskapazität – bspw. die Angabe, dass keine oder nur wenige Plätze verfügbar sind

# Ablauf einer Kursanmeldung

Die nachfolgende Abbildung beschreibt exemplarisch den Anmeldeablauf. Achten Sie bitte vor allem darauf, die Teilnahmebedingungen aufmerksam zu lesen und zu akzeptieren.

**1.** Anmelden

**2.** Ich akzeptiere die Nutzungsbedingungen

**3.** Sie haben sich erfolgreich für das Kursangebot registriert. Sie erhalten innerhalb der nächsten 30 Minuten eine Bestätigungsemail mit weiteren Informationen. Handelt es sich um einen kostenfreien Kurs erhalten Sie keine Email und sind ohne weiteres angefragt. Das Bestätigungsmail schauen Sie unter 'Mein Mailbox' hoch.

**FunTone®**

FunTone®  
 neuwacht, erhalten nur: oftmod - fast 4 rationale, Training für den ganzen Körper F-Work - aber intensiv, ist es geeignet für alle, die schnell sichtbare Ergebnisse erreichen wollen. Dabei steht im Vordergrund die intensive Kombination von funktionellen Bewegungen sowie die stabile Bewegungskette (ES-Schultern/Arme/Beine), in der einmündigen und einen Rahmen folgt. Zusätzlich zu Kraft und Ausdauer werden im FunTone® Koordination, Schnellkraft, Stabilität und Beweglichkeit trainiert. Es bietet als einziges funktionelles Konzept ein strukturiertes und abwechslungsreiches Training im gleichen Zeitrahmen. Dadurch hat FunTone® Level für Level von Maximum heraus und trainiert systematisch alle Fitness-Konzepte. Aufgrund der Einfachheit und der verschiedenen Wahl können Level für alle geeignet.

**FunTone® - die perfekte Symbiose aus Workout-Vielfalt, Spaß und Intensität.**

**FunTone®**

FunTone®  
 Freitag, 10.05.2024 10:00  
 Donnerstag, 10.05.2024 10:00  
 Donnerstag, 10.05.2024 10:00  
 21,00 €  
 In diesem Kurs sind noch Plätze frei

Nach erfolgreicher Anmeldung erhalten Sie eine E-Mail als Anmeldebestätigung. Diese enthält die Zahlungsinformationen in einer angehängten Pdf.

Bitte beachten Sie bei Ihrer Überweisung den angegebenen Verwendungszweck!

Dieser hat immer das folgende Muster: *BGM-Ziffernfolge 1- Ziffernfolge 2-Nachname Vorname*  
 Die erste Ziffernfolge dient zur Identifikation der jeweiligen Kursanmeldung und die zweite Folge entspricht Ihrer persönlichen Nutzer-ID im System. Bitte überweisen Sie den Kursbetrag innerhalb der angegebenen Frist von 4 Werktagen. Bei einer zu späten Überweisung, wird Ihre Kursbelegung automatisch storniert und Sie haben keine Garantie für eine erneute Einbuchung.

**Universität Ulm**  
**Geldannahmestelle Hochschulsport**  
**Informationen zur Überweisung der Kursgebühren**

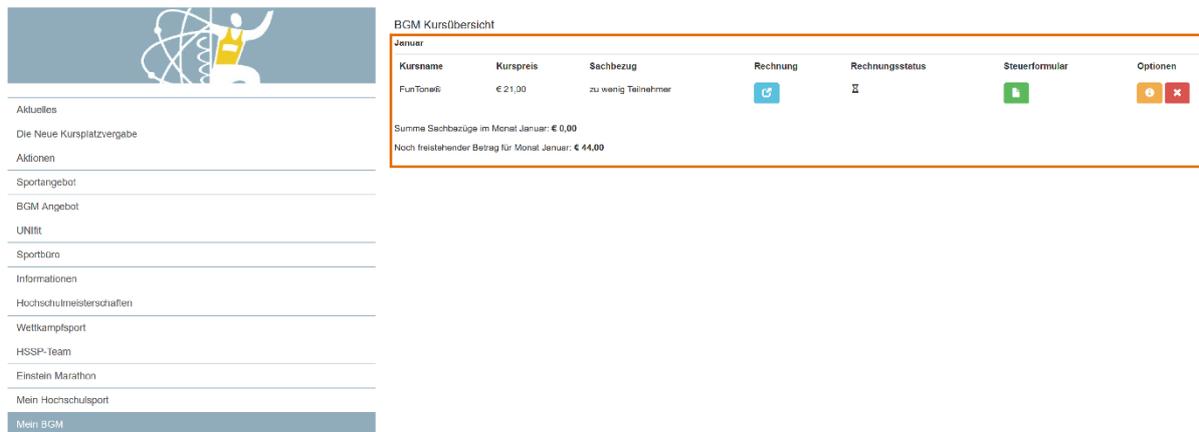
Das Kursgehalt in Höhe von 21,00 EUR für FunTone® überweise bitte innerhalb von 4 Werktagen auf das folgende Konto:

Kontoinhaber: Kasse der Universität Ulm  
 IBAN: DE 27 270 0000 0000 0015 05  
 BIC: MARKDE33HAN  
 BANK: Bundesbank Ulm  
 Verwendungszweck: BGM-1988-1-2-Nachname Vorname

Bitte überweise für jeden gebuchten Kurs und für jede Person einzeln - Keine Sammelüberweisungen -  
 Bitte beachte, dass deine Belegung bei Nichtzahlung der Zahlung auf das Konto der Universität Ulm nach 7 Tagen automatisch gelöscht wird!

## Die Ansicht – Mein BGM

Hier finden Sie alle Informationen zu Ihren angemeldeten BGM Kursen und das LBV Steuerformular zum Download.

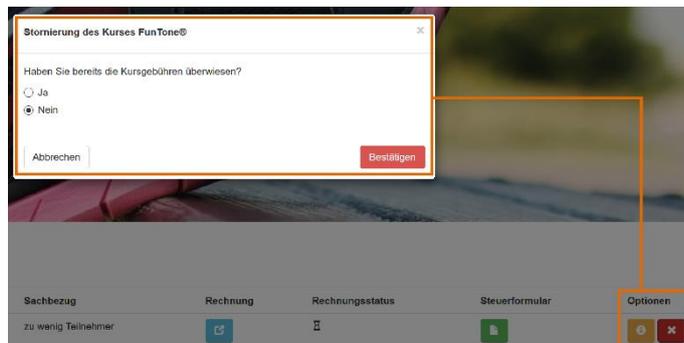


The screenshot shows the 'Mein BGM' interface. On the left is a navigation menu with items like 'Aktuelles', 'Die Neue Kursplatzvergabe', 'Sportangebot', 'BGM Angebot', 'UNifit', 'Sportbüro', 'Informationen', 'Hochschulmeisterschaften', 'Wettkampfsport', 'HSSP-Team', 'Einstein Marathon', 'Mein Hochschulsport', and 'Mein BGM'. The main content area is titled 'BGM Kursübersicht' and shows a table for the month of 'Januar'. The table has columns for 'Kursname', 'Kurspreis', 'Sachbezug', 'Rechnung', 'Rechnungsstatus', 'Steuerformular', and 'Optionen'. A row for 'FunTone®' is visible with a price of € 21,00 and a status of 'zu wenig Teilnehmer'. Below the table, it states 'Summe Sachbezüge im Monat Januar: € 0,00' and 'Noch freistehender Betrag für Monat Januar: € 44,00'.

Die Kursteilnahmen sind nach Monaten sortiert. Dabei erfolgt die Einordnung jeweils nach dem Tag des ersten Kurstermins – der erste FunTone Termin fällt bspw. auf den 09.01.20.

Pro Kurs haben Sie hier die Möglichkeit ...:

- ... die Rechnung, die Ihnen bei der Anmeldung per Mail zugesandt wurde, noch einmal anzusehen.
- ... den Rechnungsstatus nachzuvollziehen, wobei eine Sanduhr bedeutet, dass die Zahlung noch nicht verbucht wurde. Ein grüner Haken markiert einen erfolgreichen Zahlungseingang.
- ... sich von einem Kurs abzumelden. Dies ist allerdings nur bis zu einer Woche vor Kursbeginn möglich. Danach nur noch gegen Vorlage eines ärztlichen Attests.



The screenshot shows a dialog box titled 'Stornierung des Kurses FunTone®'. It asks 'Haben Sie bereits die Kursgebühren überwiesen?' with radio buttons for 'Ja' and 'Nein'. The 'Nein' option is selected. There are 'Abbrechen' and 'Bestätigen' buttons. Below the dialog, a portion of the course overview table is visible, showing the 'Optionen' column with a green checkmark and a red 'X' icon.

*Detailansicht zur Kursabmeldung.*

*Bitte geben Sie an, ob Sie schon eine Zahlung getätigt haben.*

*Da wir nur dann eine Rückzahlung veranlassen können.*

Hier noch einmal die Informationen zum Sachwertbezug:

Der Sachbezugswert, den wir einem Kurs zuweisen, errechnet sich wie folgt:

Kosten des Kursangebots

ABZÜGLICH Summe der Eigenanteile der Teilnehmenden (3€ pro Teilnehmer/in pro Kurseinheit)

---

= Betrag, der durch das BGM abzudecken ist

Dieser letzte Betrag wird auf die Gesamtanzahl an Teilnehmenden umgelegt, woraus sich der jeweilige Sachbezug pro Person ergibt.

Beispielrechnung:

Kosten des Kursangebots: 621€

ABZÜGLICH Summe der Eigenanteile: 336€

---

= Betrag, der durch Projekt abzudecken ist: 285€

Bei insgesamt 16 Teilnehmenden würde sich dann ein Sachbezug von 17,81€ pro Person ergeben. Diese 17,81€ werden auf den Freibetrag des Monats angerechnet, in dem der Kurs beginnt. Der Betrag wird nicht auf das Jahr gerechnet. Ein möglicher weiterer Kurs, der in einem anderen Monat stattfindet, wird also nicht mit den 17,81€ verrechnet.