Lista de gastos LSA

Categorías de gastos estándar y personalizadas

Bienestar físico

- Evaluaciones de salud
- Membresías de gimnasios y clubes de salud
- Clases de acondicionamiento físico/ejercicio
- Entrenamiento personal
- Masoterapia
- Ropa deportiva - incluye muñequeras, guantes, etc.
- Calzado - tenis deportivos o específicos para un deporte (ciclismo, escalada, etc.)
- Equipo de ejercicio y acondicionamiento físico - (caminadora, bicicleta, banco de pesas, pesas libres, colchonetas, etc.)
- Equipo para deportes al aire libre (béisbol, baloncesto, fútbol, fútbol americano, etc.)
- Esquís/tablas de snowboard, fijaciones, botas y bastones, pases/alquiler de equipo
- Cuotas de club/cancha de golf y tenis, lecciones y equipo relacionado
- Bicicletas, canoas, kayaks y portaequipajes para auto asociados (de techo, de enganche, etc.)
- Libros y videos de ejercicio
- Asesoría nutricional, clases, libros y aplicaciones
- Dispositivos de monitoreo físico (podómetros, monitores de frecuencia cardíaca, pulseras de actividad y relojes inteligentes)
- Membresía y clases en estudio de yoga
- Cuotas de instalaciones/lecciones de escalada en roca
- Membresía y lecciones de piscina/natación
- Pases/cuotas de senderismo/parques
- Cuotas de ligas/canchas deportivas o de actividades
- Cuotas de inscripción a eventos deportivos (carrera/caminata 5K, caminata contra el cáncer, etc.)
- Lecciones de baile
- Clases/membresías de artes marciales
- Programas/clases para bajar de peso
- Programas para dejar de fumar y consejería sobre adicciones
- Tratamientos de medicina alternativa

Bienestar mental

- Consejería personal o matrimonial y otras sesiones de terapia
- Coaching de vida
- Retiros espirituales o de liderazgo
- Visitas a museos
- Clases de arte
- Instrumentos musicales y clases relacionadas
- Clases de cocina
- Clases de idiomas
- Cursos de interés general
- Adopción y gastos relacionados
- Cuidado infantil: programas extraescolares, campamentos, guardería general
- Tutorías para niños
- Cuidado de adultos mayores

Gastos generales

- Muebles y mejoras para la oficina en casa
- Equipo de cómputo - monitor, módem, router, teclado, cámara, mouse, estación de acoplamiento
- Tarifas del proveedor de internet
- Impresora y cartuchos de tinta
- Cuidado de mascotas, estética, veterinario u otros gastos relacionados con mascotas

Bienestar físico

- Equipo y accesorios deportivos
- Equipo de ejercicio
- Membresías de gimnasio, club de salud, spa y estudio de fitness
- Clases de fitness (yoga, pilates, spinning/ciclismo, baile, etc.)
- Lecciones (golf, natación, tenis, baile, etc.)
- Entrenador personal
- Monitores de actividad física
- Clases de acondicionamiento físico/ejercicio
- Cuotas de inscripción (maratones, ligas, etc.)
- Pases (esquí, snowboard, golf, natación, etc.)

Bienestar financiero

- Reembolso de préstamos estudiantiles
- Reembolso de gastos de compra de vivienda (pago inicial, costos de cierre, etc.)
- Servicios de asesoría y planificación financiera
- Seminarios y clases de finanzas
- Servicios contra el robo de identidad
- Primas de seguro para mascotas

Bienestar emocional

- Clases de meditación
- Consejería no médica (matrimonial, para padres, etc.)
- Retiros (de liderazgo, espirituales, etc.)
- Cuidado de mascotas (paseadores, guardería, estética, etc.)
- Campamento (equipo, cuotas, etc.)
- Clases de desarrollo personal (arte, cocina, etc.)
- Pase anual de parques
- Licencias de caza y pesca

Bienestar financiero

- Planificación financiera, preparación de impuestos, gastos de asesor financiero
- Aplicaciones financieras, cursos de autoayuda, libros, etc.
- Seguridad del hogar y protección de datos personales
- Pagos de préstamos estudiantiles
- Gastos de planificación patrimonial y de jubilación
- Donaciones a organizaciones sin fines de lucro