

保险退保可以按照以下方式退：

- 1.向保险公司申请退保，比如可拨打保险公司客服热线申请退保；
- 2.准备退保资料，一般需要准备好保单、保费缴纳凭证、解除保险合同申请书、投保人身份证等；
- 3.携带好退保材料前往保险公司办理退保手续，保险公司工作人员会协助办理退保手续，一般会收回保单，退保资料审核通过后，则可将退保金打入投保人指定的银行账户中。

需要注意的是，如果是在线上投保的保险产品，那么一般还可以在线上直接退保。