

Veel mensen zijn op vakantie graag actief bezig. Denk bijvoorbeeld aan wandelen, fietsen, wintersport of duiken. Voor sommige sporten, zoals langlaufen en duiken is er altijd dekking op uw reisverzekering. Voor andere sporten moet u de extra dekking 'Wintersport en gevaarlijke sporten' afsluiten. Er zijn ook sporten die helemaal niet verzekerd zijn. In deze lijst vindt u een overzicht van alle sporten. U ziet bij Dekking of de sport verzekerd is. Staat bij Ongevallendekking 'nee', dan ontvangt u bij beoefening van deze sport geen uitkering bij overlijden of blijvende invaliditeit.

Wilt u de extra dekking voor wintersport of gevaarlijke sporten afsluiten? Of gaat u een sport doen die niet in deze lijst staat? Neemt u dan contact op met team Advies & Acceptatie, telefoonnummer 0113 - 238 880.

### Wintersporten

| Sport                                | Omschrijving  | Dekking     | Ongevallen-dekking |
|--------------------------------------|---|-------------|--------------------|
| Alpine skiën                         | Op ski's afdalen van geprepareerde pistes.  | Uitbreiding | Ja                 |
| Balletskiën                          | Het skiën van verschillende figuren, sprongen en acrobatische bewegingen op muziek.   | Uitbreiding | Ja                 |
| Biatlon                              | Langlaufen in wedstrijdverband waarbij men op bepaalde punten met een geweer moet schieten.   | Uitbreiding | Ja                 |
| Big foot                             | Skiën op kleine ski's (80-100 cm).  | Uitbreiding | Ja                 |
| Bobsleeën                            | Het zeer snel glijden op een bochtig ijsparcours met een bestuurbare slee.  | Niet gedekt | Nee                |
| Bootskiën                            | Met een rubberboot een besneeuwde helling afdalen. Remmen doe je met een parachute.   | Niet gedekt | Nee                |
| Buckelskiën                          | Op een buckelpiste (kunstmatig aangelegde sneeuwhoppen) naar beneden skiën.   | Uitbreiding | Nee                |
| Carven/carving                       | Op getailleerde ski's afdalen met een andere techniek dan gewoon skiën.   | Uitbreiding | Ja                 |
| Cross country skiën                  | Met behulp van stijgvellen onder (langlauf-) ski's, stijgen en dalen op en naast de piste.  | Uitbreiding | Ja                 |
| Curling/ Eisstockschiessen           | Spel op ijs met grote platronde stenen met een greep boven op.  | Standaard   | Ja                 |
| Firn blattern (onder begeleiding)    | Off piste skiën op een door zon en vorst ingedrukte sneeuwlaag.   | Uitbreiding | Nee                |
| Firn ski extreem                     | Skiën door diepsneeuw op ski's van 1,3 meter lengte.  | Niet gedekt | Nee                |
| Freestyle figuurspringen             | Figuurspringen op ski's waarbij men gelanceerd wordt door middel van een heuvel of een halfpipe.                                      | Niet gedekt | Nee                |
| Funboarden                           | Vorm van snowboarden.   | Uitbreiding | Ja                 |
| Gasterennen                          | Wedstrijdje ter afsluiting van de skicursus.  | Uitbreiding | Ja                 |
| Glaciospeleologie                    | Het verkennen van gletsjerspelonken.  | Niet gedekt | Nee                |
| Gletsjerskiën                        | Skiën op eeuwige sneeuw.  | Uitbreiding | Nee                |
| Gletsjertocht (onder begeleiding)    | Het beklimmen van een gletsjer waarbij men met kabels aan elkaar vastzit. Het klimmen kan op ski's.                                   | Uitbreiding | Nee                |
| Gletsjertocht (zonder begeleiding)   | Het beklimmen van een gletsjer waarbij men met kabels aan elkaar vastzit. Het klimmen kan op ski's.                                   | Niet gedekt | Nee                |
| Heliskiën                            | Met helikopter boven op de berg afgezet worden en off-piste naar beneden skiën.   | Niet gedekt | Nee                |
| Horseboarding                        | Het zich op ski's laten voorttrekken door een paard.  | Uitbreiding | Ja                 |
| Klettern                             | Met handen en voeten tegen een steile ijswand omhoog klimmen (veelal aan een veiligheidslijn).  | Uitbreiding | Nee                |
| Langlaufen                           | Op 2 smalle ski's lopend voortbewegen in een uitgezette baan (loipe).   | Standaard   | Ja                 |
| Monoskiën                            | Een brede ski waarop je met beide voeten naast elkaar staat.  | Uitbreiding | Ja                 |
| Off-piste skiën (onder begeleiding)  | Skitochten waarbij geprepareerde pistes worden verlaten om in de diepe poedersneeuw te skiën.   | Uitbreiding | Nee                |
| Off-piste skiën (zonder begeleiding) | Skitochten waarbij geprepareerde pistes worden verlaten om in de diepe poedersneeuw te skiën.   | Niet gedekt | Nee                |
| Paraskiën                            | De skiërs worden door een helikopter door middel van parachutes boven een berg gedropt om vervolgens off piste naar beneden te skiën. | Niet gedekt | Nee                |
| Raquettes                            | Wandelen met een soort tennisrackets onder de schoenen.   | Standaard   | Ja                 |

## Wintersporten (vervolg)

|                                       |   |             |     |
|---------------------------------------|---|-------------|-----|
| Rennfiggl                             | Een sneeuwelling afdalen op een plaat van 63 cm lengte x 10 cm breed.   | Uitbreiding | Nee |
| Rodelen                               | Zittend op een kleine slee afdalen langs bospaden en sneeuwellingen of op een aangelegde rodelbaan.   | Uitbreiding | Ja  |
| Schaatsen (ook wedstrijden)           | Voortbewegen op dunne, rechte ijzers over ijs.  | Standaard   | Ja  |
| Skeleton                              | De deelnemer ligt op zijn buik op een slee. Hiermee gaat hij op grote snelheid de ijsbaan af.   | Niet gedekt | Nee |
| Skialpinisme                          | Het beklimmen en skiën van besneeuwde bergen, met behulp van pikhouweel en touwen.  | Niet gedekt | Nee |
| Skibobben                             | Afdalen zittend op een fiets die bevestigd is op 2 ski's.   | Uitbreiding | Nee |
| Skiën                                 | Op ski's afdalen van geprepareerde pistes.  | Uitbreiding | Ja  |
| Skifiguurspringen                     | Over kleine sneeuwheuvels springen en in de lucht salto's of andere soorten sprongen maken.   | Niet gedekt | Nee |
| Skijöring                             | Het zich op ski's laten voorttrekken door sledehonden, een paard, auto of motor.  | Niet gedekt | Nee |
| Skisafari                             | Vorm van toerskiën (buiten de pistes) waarbij overnacht wordt in hutten.  | Uitbreiding | Nee |
| Skispringen                           | Schansspringen  | Niet gedekt | Nee |
| Skivliegen                            | Schansspringen  | Niet gedekt | Nee |
| Skizeilen                             | Men laat zich door een grote vlieger voorttrekken in de sneeuw.   | Uitbreiding | Nee |
| Skizweven                             | Een combinatie van paragliding (ook wel parapenten of schermvliegen) met skiën.   | Niet gedekt | Nee |
| Skwal                                 | Skiën op een smallere ski dan bij monoskiën, met twee voeten achter elkaar geplaatst.   | Uitbreiding | Ja  |
| Sleeën                                | Met houten of plastic slee de besneeuwde helling afdalen.   | Standaard   | Ja  |
| Sneeuwschoenwandelen                  | Wandelen met reisleder op high-tech racket bevestigd aan bergschoenen.  | Standaard   | Ja  |
| Snorkelskiën                          | Met een snorkel op je hoofd in metersdiepe poedersneeuw een berg afdalen.   | Niet gedekt | Nee |
| Snowboarden                           | Skiën op 1 breed board.   | Uitbreiding | Ja  |
| Snowscooter                           | Scooter op ski's.   | Uitbreiding | Nee |
| Snowshoeing                           | Klimmen of dalen met stijgijsers onder de schoenen.   | Uitbreiding | Nee |
| Speedraces                            | In een speciaal pak met een helm op hoge snelheid een helling afdalen. Wordt alleen in wedstrijdvorm bedreven.  | Niet gedekt | Nee |
| Speedskiën                            | In een speciaal pak met een helm op hoge snelheid een helling afdalen. Wordt alleen in wedstrijdvorm bedreven.  | Niet gedekt | Nee |
| Surfski                               | Windsurfen op ski's.  | Uitbreiding | Nee |
| Swingbo                               | Soort skateboard met kleine ski's. De voeten zitten niet in bindingen maar in lussen.   | Uitbreiding | Ja  |
| Telemarken                            | Oude stijl van skiën. De bocht wordt aangesneden door de knie te buigen in plaats van het gewicht te verplaatsen.   | Uitbreiding | Ja  |
| Tiefschnee skiën (met begeleiding)    | Skiën op ongeprepareerde pistes. De sneeuw is meestal 30 tot 50 cm diep.  | Uitbreiding | Nee |
| Tiefschnee skiën (zonder begeleiding) | Skiën op ongeprepareerde pistes. De sneeuw is meestal 30 tot 50 cm diep.  | Niet gedekt | Nee |
| Tijgeren                              | Op ski's zonder stijgvellen in visgraatstap naar boven gaan.  | Uitbreiding | Ja  |
| Toerskiën                             | Tochten in de bergen (buiten de pistes), waarbij op alpineski's speciale bindingen zijn gemonteerd die in de hakstukken ruimte geven. Hierdoor kan als het ware, met behulp van stijgvellen tegen de berg opgelopen kan worden. | Uitbreiding | Nee |
| Windweapon                            | Op alpineski's met een driehoekig zeil achter de rug de berg afdalen.   | Uitbreiding | Nee |
| Wisbi                                 | Zo snel mogelijk van de heuvel afskiën (op ski's of snowboard).   | Uitbreiding | Nee |
| Ijsduiken                             | Duiken in een gat in een bevroren meer.   | Standaard   | Ja  |
| Ijshockey                             | Spel met een puck en een stick. De deelnemers schaatsen op een ijsvloer.  | Uitbreiding | Ja  |
| Ijsklimmen                            | Langs een steile ijswand naar boven en beneden klimmen met pikkel en stijgijsers.   | Uitbreiding | Nee |
| Ijswatervallen beklimmen              | Bevroren watervallen beklimmen.   | Uitbreiding | Nee |
| Ijszeilen                             | Op ijs zeilen met boot of plank.  | Uitbreiding | Ja  |

## Bergsporten

| Sport                        | Omschrijving   | Dekking     | Ongevallen-<br>dekking |
|------------------------------|--|-------------|------------------------|
| Abseilen                     | Langs een steile wand afdalen door middel van een touw, katrol en voeten.  | Uitbreiding | Nee                    |
| Speleologie                  | Afdalen in grotten en spelonken.   | Uitbreiding | Nee                    |
| Berg- en rotsklimmen         | Langs niet gebaande route's met handen en voeten naar boven/beneden klimmen, al dan niet met gebruik van hulpmiddelen. | Niet gedekt | Nee                    |
| Canyoning                    | Wandelen en klimmen in nauwe bergspelen en bergstroompjes met of zonder hulpmiddelen.                                  | Uitbreiding | Nee                    |
| Downhill racing/biking       | Met een mountainbike, motor of snowbike de berg afdalen.   | Niet gedekt | Nee                    |
| Hiking                       | Als een geoefend wandelaar met een rugzak in de bergen wandelen.   | Standaard   | Ja                     |
| Mountainbiken in grotten     | Met een mountainbike een grottentocht fietsen.   | Uitbreiding | Nee                    |
| Sportklimmen zonder zekering | Volgens een vaste route een berg/rots beklimmen zonder zekering.   | Niet gedekt | Nee                    |
| Wandeltochten                | Wandeltochten, ook voor onge oefenden.   | Standaard   | Ja                     |
| Yetiballing                  | In een stalen omhulsel een berghelling afrollen.   | Niet gedekt | Nee                    |

## Watersporten

| Sport   | Omschrijving  | Dekking     | Ongevallen-<br>dekking |
|---|---|-------------|------------------------|
| Bare foot   | Op blote voeten waterskiën  | Standaard   | Ja                     |
| Bodyboard   | Liggend in de branding op een bodyboard van een brekende golf naar de kust glijden.   | Standaard   | Ja                     |
| Bodysurfen  | In de branding met een brekende golf mee zwemmen en zich zover mogelijk laten meevoeren. Uitrusting bestaat uit zwemvliezen.  | Standaard   | Ja                     |
| Brandingkanoën  | Onder deskundige leiding in de branding kanoën.   | Standaard   | Ja                     |
| Brandingsurfen  | (Wind)surfen in de branding.  | Standaard   | Ja                     |
| Cave-rafting  | Op een binnenband een onderaardse rivier afdalen.   | Uitbreiding | Nee                    |
| Cliffjumping  | Van hoge rotsen springen of duiken en eventueel uitvoeren van salto's.  | Niet gedekt | Nee                    |
| Deelnemen aan of trainen voor wedstrijden met voer- en vaartuigen | Deelnemen aan of trainen voor wedstrijden met voer- en vaartuigen.  | Niet gedekt | Nee                    |
| Flottage  | Dobberen in een enorme binnenband of op een vlot.   | Standaard   | Ja                     |
| Flottielje varen  | Tocht met meerdere boten achter elkaar.   | Standaard   | Ja                     |
| Hot dog   | Met een opblaasbare kano een wildstromende rivier afdalen.  | Uitbreiding | Nee                    |
| Hydrospeed  | Zich liggend op een board door de stroming op een wildwaterrivier laten meevoeren.  | Uitbreiding | Nee                    |
| Jetboating  | Met hoge snelheid op een ondiepe rivier varen, tot een halve meter langs de kanten, tussen boomstronken en rotsen.  | Uitbreiding | Nee                    |
| Jetskiën  | Varen op een waterscooter met een waterjetmotor.  | Uitbreiding | Nee                    |
| Kajakken: gemakkelijk   | Varen in een lang, smal, om het middel gesloten bootje over kleine stroomversnellingen met meestal lage golven.   | Standaard   | Ja                     |
| Kajakken: middelmatig/moeilijk                                    | Varen in een lang, smal, om het middel gesloten bootje over veel voorkomende stroomversnellingen met middelmatige golfslag.   | Standaard   | Ja                     |
| Kajakken: moeilijk  | Varen in een lang, smal, om het middel gesloten bootje over talrijke stroomversnellingen met hogere, onregelmatige golven, draaikolken en keerwater.  | Uitbreiding | Nee                    |
| Kajakken: zeer moeilijk   | Varen in een lang, smal, om het middel gesloten bootje over lang uitgestrekte stroomversnellingen met hoge, onregelmatige scherpe bochten, moeilijke brekers en draaikolken.  | Uitbreiding | Nee                    |
| Kajakken: buitengewoon moeilijk                                   | Varen in een lang, smal, om het middel gesloten bootje over lange uitgestrekte stroomversnellingen met moeilijke onregelmatige brekers, waar men doorheen moet varen. Zeer moeilijke draaikolken en keerwater bij een vaak zeer hoge stroomsnelheid. Alleen voor experts. | Niet gedekt | Nee                    |
| Kajakken: uiterst moeilijk  | Varen in een lang, smal, om het middel gesloten bootje. Stijging van al het hierboven genoemde moeilijkheden tot de grens van het vaarbare. Alleen voor experts.  | Niet gedekt | Nee                    |
| Kanoën  | Varen in een lang open bootje voor 1 of 2 personen.   | Standaard   | Ja                     |
| Kite surfing  | Op een surfboard voortgetrokken worden door een vlieger.  | Uitbreiding | Nee                    |
| Kneeboarden   | Op je knieën op een plankje waterskiën.   | Standaard   | Ja                     |
| Onderwatersport   | Duiken  | Standaard   | Ja                     |
| Powerboat / offshore racen  | Races met speedboten waarbij men een parcours aflegt.   | Niet gedekt | Nee                    |

**Watersporten (vervolg)**

|                                       |  |             |     |
|---------------------------------------|--|-------------|-----|
| Rafting                               | Met een grote opblaasboot een snelstromende rivier afgaan of over de sneeuw afdalen.                 | Uitbreiding | Ja  |
| Rivier trekking                       | Met zwemvest en helm bovenloop rivier volgen.  | Uitbreiding | Ja  |
| Scubadiving                           | Met behulp van een duik(lucht)tank langere tijd onder water met het doel flora en fauna te bekijken. | Standaard   | Ja  |
| Skyboot                               | Soort speedboot die met hoge snelheid loskomt van het water.   | Niet gedekt | Nee |
| Snorkelen                             | Met een snorkel kort onder water blijven.  | Standaard   | Ja  |
| Solovaren anders dan op binnenwateren | Alleen met een boot op zee varen, zonder deskundige begeleiding.                                     | Niet gedekt | Nee |
| Vlottentocht                          | Op houten vloten de rivier af.   | Standaard   | Ja  |
| Wakeboard                             | Op een kleine plank waterskiën. De voeten zitten vast in lussen.                                     | Standaard   | Ja  |
| Waterscooter                          | Met een waterscooter varen.  | Uitbreiding | Ja  |
| Waterskiën                            | Op twee ski's over het water voortgetrokken worden door een motorboot.                               | Standaard   | Ja  |
| Wedstrijdzeilen op zee                | Wedstrijdzeilen op zee   | Standaard   | Ja  |
| Wildwatervaren                        | Varen op een wildwaterrivier met een kano of raft.   | Uitbreiding | Nee |
| Zeekanoën                             | Met een kano op zee varen, zonder deskundige begeleiding.  | Niet gedekt | Nee |
| Zeekanoën                             | Met een kano op zee, met deskundige begeleiding.   | Uitbreiding | Ja  |

**Luchtsporten**

| <b>Sport</b>                      | <b>Omschrijving</b>  | <b>Dekking</b> | <b>Ongevallen-<br/>dekking</b> |
|-----------------------------------|--|----------------|--------------------------------|
| Ballonvaart / Ultra light         | Met een luchtballon varen  | Standaard      | Ja                             |
| Base jumping                      | Van een hoog gebouw of rots springen met een parachute.  | Niet gedekt    | Nee                            |
| Bungyjumpen                       | Aan een elastiek van grote hoogte naar beneden springen.   | Uitbreiding    | Ja                             |
| Catapulting                       | Weggeschoten worden naar grote hoogte met elastiek aan de benen.   | Uitbreiding    | Ja                             |
| Death ride                        | De diepte inspringen en via het death ride touw op hoge snelheid naar beneden glijden, beveiligd door middel van een remsysteem.           | Uitbreiding    | Ja                             |
| Deltavliegen                      | Van een berg vliegen door middel van een driehoekige vleugel.  | Uitbreiding    | Ja                             |
| Fly by wire                       | Vliegen aan een kabel tussen bergtoppen op een soort brancard met propeller.   | Uitbreiding    | Ja                             |
| Formatie springen                 | Parachutespringen in vrije val met meerdere personen tegelijk met het doel een figuur te maken.  | Uitbreiding    | Ja                             |
| Gebruik maken van luchtvaartuigen | Verzekerd als passagier in een passagiersvliegtuig of als passagier/vliegenier in een zweefvliegtuig, sportvliegtuig of luchtballon.       | Standaard      | Ja                             |
| Hanggliding                       | Van een berg vliegen door middel van een driehoekige vleugel.  | Uitbreiding    | Ja                             |
| Motorzweven                       | Vliegen met een zweefvliegtuig met hulpmotor.  | Standaard      | Ja                             |
| Parachutespringen                 | Met een valschermscherm uit het vliegtuig springen.  | Uitbreiding    | Nee                            |
| Paragliding                       | Met een parachute van een berghelling/top naar beneden springen.   | Uitbreiding    | Nee                            |
| Parapenten                        | Op ski's of lopende op een hoog gelegen helling snelheid maken, om met een opgevouwen matrasparachute een afdaling door de lucht te maken. | Uitbreiding    | Nee                            |
| Parasailing                       | Met een parachute achter een speedboot voortgetrokken worden.  | Uitbreiding    | Nee                            |
| Skydiven/<br>valschermspringen    | Sprong uit vliegtuig met een vrije val van 35 seconden.  | Uitbreiding    | Nee                            |
| Skysurfing                        | Sprong uit een vliegtuig met een surfboard aan de voeten; surfen in de lucht.  | Uitbreiding    | Nee                            |
| Stuntvliegen                      | Met een twee- of driemotorig sportvliegtuig loopings en andere stunts uithalen.  | Niet gedekt    | Nee                            |
| Tandemspringen/duo sprong         | Samen met een instructeur een parachutesprong maken.   | Uitbreiding    | Nee                            |
| Ultra-light vliegen               | Zeilvliegen met een motor.   | Uitbreiding    | Nee                            |
| Zweefvliegen                      | Zonder motor, gebruikmakend van thermiek vliegen in een vliegtuig.   | Standaard      | Ja                             |

## Overige sporten

| Sport                    | Omschrijving   | Dekking     | Ongevallen-<br>dekking |
|--------------------------|--|-------------|------------------------|
| Canape-ing               | Naar boomtop klimmen met een touwladder en dan abseilen.   | Uitbreiding | Ja                     |
| Canopy tour              | Tokkelbaan door jungle.  | Uitbreiding | Ja                     |
| Cascading                | Een stormbaan afgaan.  | Standaard   | Ja                     |
| Catcrawl                 | Tussen 2 bomen gespannen touw waarover men liggend op de buik naar de overkant moet zien te komen, niet gezekeerd. | Uitbreiding | Nee                    |
| Catcrawl                 | Tussen 2 bomen gespannen touw waarover men liggend op de buik naar de overkant moet zien te komen, wel gezekeerd.  | Standaard   | Ja                     |
| Gevechtssporten          | Gevechtssporten zoals boksen, worstelen etc.   | Niet gedekt | Nee                    |
| Husky-tochten            | Met een hondenslee lange tochten maken.  | Standaard   | Ja                     |
| Indoor wandklimmen       | In een overdekte ruimte klimmen op een klimwand zonder hulpmiddelen.   | Uitbreiding | Nee                    |
| Indoor wandklimmen       | In een overdekte ruimte klimmen in een klimwand met hulpmiddelen/zekering  | Standaard   | Ja                     |
| Inline skating/ skeelers | Schaatsen op 4 of meer wielen.   | Standaard   | Ja                     |
| Jagen op groot wild      | Jagen op groot wild.   | Niet gedekt | Nee                    |
| Karting                  | Met een skelter met tweetaktmotor op een binnen- of buitenbaan rondjes rijden.                                     | Standaard   | Ja                     |
| Kite-buggy               | Rijden op een laag karretje terwijl je een vlieger bestuurd.   | Uitbreiding | Nee                    |
| Motorcross               | Op de motor rijden over een crossbaan.   | Uitbreiding | Nee                    |
| Mountainbiking           | Met een ATB een moeilijk (fiets)parcours afleggen.   | Standaard   | Ja                     |
| Quad rijden              | Gemotoriseerde vierwieler met speciale banden.   | Standaard   | Ja                     |
| Rol-ski                  | Langlaufen op wieltes op een verharde weg.   | Standaard   | Ja                     |
| Rugby                    | Teamsport met een ovale bal en veel fysiek contact.  | Uitbreiding | Nee                    |
| Sandboarden              | Van zandduinen af surfen.  | Uitbreiding | Ja                     |
| Skateboarden             | Op een ovale plank met wielen op een verharde weg voortbewegen.  | Standaard   | Ja                     |
| Skaten                   | Spreekt voor zich.   | Standaard   | Ja                     |
| Skatewingen              | Op een skateboard voortbewegen d.m.v. een surfzeil.  | Uitbreiding | Ja                     |
| Skinboarding             | Vorm van surfen waarbij je het board in de branding gooit en meesurft.   | Standaard   | Ja                     |
| Speleologie              | Grot- of spelonkverkenning.  | Uitbreiding | Nee                    |
| Survival track           | Een tocht in de vrije natuur met verschillende natuurlijke obstakels.  | Standaard   | Ja                     |
| Tokkelen                 | Hangend aan een katrol langs een kabel naar beneden scheren.   | Standaard   | Ja                     |
| Trailrijden              | Behendighedsrit met de auto of motor.  | Uitbreiding | Nee                    |
| Trike                    | Gemotoriseerde driewieler met speciale banden.   | Standaard   | Ja                     |
| Via ferrata              | Gezekeerd aan een staalkabel parcours volgen.  | Uitbreiding | Ja                     |
| Zandskiën                | Skiën op zand.   | Uitbreiding | Ja                     |
| Zandsurfen               | Van zandduinen af surfen.  | Uitbreiding | Ja                     |