

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 'Skiën en Snowboarden/Wintersport' 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 Skiën en Snowboarden/Wintersport afsluiten? Of gaat u een sport doen die niet in deze lijst staat? Neemt u dan contact op met uw regioteam.

Sport	Omschrijving	Dekking	Ongevallen-dekking
<b>Wintersporten</b>			
Alpineskiën	Op ski's afdalen van geprepareerde pistes.	Uitbreiding	Ja
Ballet-skiën	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 van 80-100 cm.	Uitbreiding	Ja
Bobsleeën	Het zeer snel glijden op een bochtig ijsparcours met een bestuurbare slee.	Niet gedekt	Nee
Boot-skiën	Met een rubberboot een besneeuwde helling afdalen. Remmen doe je met een parachute.	Niet gedekt	Nee
Buckel-skiën	Op een buckelpiste van 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.	Standaard	Ja
Firn blattern (onder begeleiding)	Off piste-skiën op een door zon en vorst ingedrukte sneeuwlaag	Uitbreiding	Nee
Firn ski extreem	Skiën door tiefschnee 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
Fun boarden	Vorm van snowboarden	Uitbreiding	Ja
Gästerennen	Wedstrijdje ter afsluiting van de skicursus.	Uitbreiding	Ja
Glaciospeleologie	Het verkennen van gletsjerspelonken.	Niet gedekt	Nee
Gletsjer-skiën	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
Heli-skiën	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
Mono-skiën	Afdalen op een brede ski waarop je met beide voeten naast elkaar staat	Uitbreiding	Ja
Off-piste skiën (onder begeleiding)	Skitochten waarbij u de geprepareerde pistes verlaat om in de diepe poedersneeuw te skiën.	Uitbreiding	Nee
Off-piste skiën (zonder begeleiding)	Skitochten waarbij u de geprepareerde pistes verlaat om in de diepe poedersneeuw te skiën	Niet gedekt	Nee
Para-skiën	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

Sport	Omschrijving	Dekking	Ongevallen-dekking
<b>Wintersporten (vervolg)</b>			
Raquettes	Wandelen met een soort tennisrackets onder de schoenen	Standaard	Ja
Rennfiggl	Een sneeuwheiling afdalen op een plaat van 63 cm lengte x 10 cm breed.	Uitbreiding	Nee
Rodelen	Zittend op een kleine slee afdalen langs bospaden en sneeuwheilingen 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
Ski bobben	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
Ski-jöring	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, parapenten of schermvliegen met skiën.	Niet gedekt	Nee
Skwal Skiën	Skiën op een smallere ski dan bij mono-skiën, met twee voeten achter elkaar geplaatst.	Uitbreiding	Ja
Sleeën	Met houten of plastic slee de besneeuwde helling afdalen.	Standaard	Ja
Sneeuwschoenwandelen	Wandelen met gids op hightech racket bevestigd aan bergschoenen.	Standaard	Ja
Snorkel skiën	Snorkel skiën 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
Speed skiën	In een speciaal pak met een helm op hoge snelheid een helling afdalen. Wordt alleen in wedstrijdvorm bedreven.	Niet gedekt	Nee
Surf ski	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 alpine ski's speciale bindingen zijn gemonteerd die in de hakstukken ruimte geven. Hierdoor kunt u met behulp van stijgvellen tegen de berg oplopen.	Uitbreiding	Nee
Windweapon	Op alpine ski's met een driehoekig zeil achter de rug de berg afdalen.	Uitbreiding	Nee
Wisbi	Zo snel mogelijk van de heuvel af skiën op ski's of snowboard.	Uitbreiding	Nee

Sport	Omschrijving	Dekking	Ongevallen- dekking
<b>Wintersporten (vervolg)</b>			
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 pikhouweel en stijgijsers.	Uitbreiding	Nee
IJswatervallen beklimmen	Bevroren watervallen beklimmen	Uitbreiding	Nee
IJszeilen	Op ijs zeilen met boot of plank.	Uitbreiding	Ja
<b>Bergsporten</b>			
Abseilen	Met de voeten langs een steile wand afdalen door middel van een touw en een katrol.	Standaard	Nee
Speleologie	Speleologie Afdalen in grotten en spelonken.	Standaard	Nee
Berg- en rotsklimmen	Langs niet gebaande routes met handen en voeten naar boven/beneden klimmen, al dan niet met gebruik van hulpmiddelen.	Niet gedekt	Nee
Canyoning	Wandelen en klimmen in nauwe bergspleten en bergstroompjes met of zonder hulpmiddelen.	Standaard	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.	Standaard	Nee
Sportklimmen zonder zekering	Volgens een vaste route een berg/rots beklimmen zonder zekering.	Niet gedekt	Nee
Vulkaan surfen	Op een houten plank van een vulkaan af surfen/glijden.	Niet gedekt	Nee
Wandeltochten	Wandeltochten, ook voor onge oefenden.	Standaard	Ja
Yetiballing	Yetiballing In een stalen omhulsel een berghelling afrollen.	Niet gedekt	Nee
<b>Watersporten</b>			
Barefoot	Op blote voeten waterskiën.	Standaard	Ja
Bodyboard	Liggend in de branding op een bodyboard van een brekende golf naar de kust glijden.	Standaard	Ja
Body surfen	In de branding met een brekende golf mee zwemmen en zich zover mogelijk laten meevoeren. Uitrusting bestaat uit zwemvliezen.	Standaard	Ja
Branding kanoën	Onder deskundige leiding in de branding kanoën.	Standaard	Ja
Branding surfen	(Wind)surfen in de branding.	Standaard	Ja
Cave-rafting	Op een binnenband een onderaardse rivier afdalen.	Standaard	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		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
Grotduiken	Grotduiken zijn duiken die plaatsvinden in een grot waar water in staat. Grotten kunnen lengtes hebben van enkele meters tot kilometers. Hoe verder men een grot inzweemt hoe moeilijker de duik wordt doordat de duik aangepaste apparatuur en een grote hoeveelheid ademgas vraagt; men moet er namelijk rekening mee houden dat men niet tijdens de tocht naar de oppervlakte kan gaan. Het uitgangspunt is altijd dat men een permanente lijnverbinding houdt met de ingang om te voorkomen dat men verdwaalt. Grotduiken vereist een zeer grondige training.	Niet gedekt	Nee
Hot dog	Met een opblaasbare kano een wild stromende rivier afdalen.	Standaard verzekerd onder professionele begeleiding	Nee
Hydrospeed	Zich liggend op een board door de stroming op een wildwaterrivier laten meevoeren.	Standaard verzekerd onder professionele begeleiding	Nee

Sport	Omschrijving	Dekking	Ongevallen-dekking
<b>Watersporten (vervolg)</b>			
Jetboating	Met hoge snelheid op een ondiepe rivier varen, tot een halve meter langs de kanten, tussen boomstronken en rotsen	Standaard verzekerd onder professionele begeleiding	Nee
Jetskiën	Varen op een waterscooter met een waterjetmotor.	Standaard	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.	Standaard verzekerd onder professionele begeleiding	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.	Standaard verzekerd onder professionele begeleiding	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
Kitesurfing	Kitesurfing Op een surfboard voortgetrokken worden door een vlieger.	Standaard	Nee
Kneeboarden	Op je knieën op een plankje waterskiën.	Standaard	Ja
Duiken	Onderwatersport	Standaard	Ja
Oneon elektrische surfplank	Varen op een surfplank met een motor	Standaard	Nee
Power boat / offshore racen	Races met speedboten waarbij men een parcours aflegt.	Niet gedekt	Nee
Rafting	Met een grote opblaasboot een snelstromende rivier afgaan of over de sneeuw afdalen.	Standaard	Ja
Rivier-trekking	Met zwemvest en helm de bovenloop van een rivier volgen.	Standaard	Ja
Scubadiving	Met behulp van een duik(lucht)tank langere tijd onder water met het doel flora en fauna te bekijken.	Standaard	Ja
Sky-boot	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	Binnenwateren Alleen met een boot op zee varen, zonder deskundige begeleiding.	Niet gedekt	Nee
tubing	Op een binnenband voortgetrokken worden door een speedboot/jetski.	Standaard	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.	Standaard	Ja
Waterskiën	Op twee ski's over het water voortgetrokken worden door een motorboot.	Standaard	Ja
Wedstrijdzeilen	Op zee	Standaard	Ja
Wildwatervaren	Varen op een wildwaterrivier met een kano of raft.	Standaard verzekerd onder professionele begeleiding	Nee
Zee-kanoën	Met een kano op zee varen, zonder deskundige begeleiding.	Niet gedekt	Nee
Zee-kanoën	Met een kano op zee, met deskundige begeleiding.	Standaard	Ja

Sport	Omschrijving	Dekking	Ongevallen- dekking
<b>Luchtsporten</b>			
Ballonvaart / Ultralight	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.	Standaard verzekerd onder professionele begeleiding	Ja
Catapulting	Weggeschoten worden naar grote hoogte met elastiek aan de benen.	Standaard verzekerd onder professionele begeleiding	Ja
Death ride	De diepte inspringen en via het death ride touw op hoge snelheid naar beneden glijden, beveiligd door middel van een remsysteem.	Standaard verzekerd onder professionele begeleiding	Ja
Deltavliegen	Van een berg vliegen door middel van een driehoekige vleugel.	Standaard verzekerd onder professionele begeleiding	Ja
Fly by wire	Vliegen aan een kabel tussen bergtoppen op een soort brancard met propeller.	Standaard verzekerd onder professionele begeleiding	Ja
Formatie springen	Parachutespringen in vrije val met meerdere personen tegelijk met het doel een figuur te maken.	Standaard	Ja
Gebruik maken van luchtvaartuigen	Verzekerd als passagier in een passagiersvliegtuig of als passagier/vliegenier in een zweefvliegtuig, sportvliegtuig of luchtballon.	Standaard	Ja
Hangglijding	Van een berg vliegen door middel van een driehoekige vleugel.	Standaard	Ja
Motorzweven	Vliegen met een zweefvliegtuig met hulpmotor.	Standaard	Ja
Parachutespringen	Met een valschermscherm uit het vliegtuig springen.	Standaard verzekerd onder professionele begeleiding	Nee
Paragliding	Met een parachute van een berghelling/top naar beneden springen.	Standaard verzekerd onder professionele begeleiding	Nee
Parapenten	Op ski's of lopend op een hoog gelegen helling snelheid maken, om met een opgeblazen matrassparachute een afdaling door de lucht te maken.	Standaard verzekerd onder professionele begeleiding	Nee
Parasailing	Met een parachute achter een speedboot voortgetrokken worden.	Standaard verzekerd onder professionele begeleiding	Nee
Skydiven/ valschermspringen	Sprong uit vliegtuig met een vrije val van 35 seconden.	Standaard verzekerd onder professionele begeleiding	Nee
Skysurfing	Sprong uit een vliegtuig met een surfboard aan de voeten; surfen in de lucht.	Standaard verzekerd onder professionele begeleiding	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.	Standaard	Nee
Ultralight vliegen	Zeilvliegen met een motor.	Standaard	Nee
Zweefvliegen	Zonder motor, gebruikmakend van thermiek vliegen in een vliegtuig.	Standaard	Ja
<b>Overige sporten</b>			
Canape-ing	Naar boomtop klimmen met een touwladder en dan abseilen.	Standaard	Ja
Canopy tour	Tokkelbaan door jungle.	Standaard	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 gezekerd.	Standaard verzekerd onder professionele begeleiding	Nee
Catcrawl	Tussen 2 bomen gespannen touw waarover men liggend op de buik naar de overkant moet zien te komen, wel gezekerd.	Standaard	Nee
Gevechtssporten	Gevechtssporten zoals boksen, worstelen en oosterse gevechtssporten etc.	Niet gedekt	Nee

Sport	Omschrijving	Dekking	Ongevallen- dekking
<b>Overige sporten (vervolg)</b>			
Huskytochten	Met een hondenslee lange tochten maken.	Standaard	Ja
Indoor wandklimmen	In een overdekte ruimte klimmen op een klimwand zonder hulpmiddelen.	Standaard verzekerd onder professionele begeleiding	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.	Standaard	Nee
Motorcross	Op de motor rijden over een crossbaan.	Standaard	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.	Standaard	Nee
Sandboarden	Van zandduinen af surfen	Standaard	Ja
Skateboarden	Op een ovale plank met wielen op een verharde weg voortbewegen.	Standaard	Ja
Skaten		Standaard	Ja
Skatewings	Op een skateboard voortbewegen d.m.v. een surfzeil.	Standaard verzekerd onder professionele begeleiding	Ja
Skinboarding	Vorm van surfen waarbij je het board in de branding gooit en meesurft.	Standaard	Ja
Speleologie	Grot- of spelonkverkenning.	Standaard	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 glijden.	Standaard	Ja
Trailrijden	Behendigheidsrit met de auto of motor.	Standaard verzekerd onder professionele begeleiding	Nee
Trike	Gemotoriseerde driewieler met speciale banden.	Standaard	Ja
Via ferrata	Gezekerd aan een staalkabel parcours volgen.	Standaard	Ja
Zand-skiën	Skiën op zand.	Standaard	Ja
Zand-surfen	Van zandduinen af surfen	Standaard	Ja