

Overzicht gevaarlijke sporten

Verklaring Codes

1. = Onvoorziene uitgaven, zoals bijvoorbeeld kosten voor medische behandeling, ambulancekosten e.d., standaard gedekt. Ongevallendekking normaal van kracht.
 2. = Toeslagpremie, onvoorziene uitgaven gedekt. Ongevallendekking normaal van kracht.
 3. = Toeslagpremie, onvoorziene uitgaven gedekt. Ongevallendekking niet van kracht.
 4. = Geen dekking

Wintersport			
Balletskiën	2	→	skiën van verschillende figuren, sprongen, acrobatische bewegingen en stoksalto's op muziek
Biathlon	2	→	Langlaufen in wedstrijdverband, waarbij op gezette tijden met geweer wordt geschoten
Big foot	2	→	Extreem korte skietjes in de vorm van een grote voet.
Bobsleeën	4	→	Het zeer snel glijden in een speciale ijsbaan
Bootskiën	4	→	Met een rubberboot suis je van de bergen. Remmen doe je met een parachute. Alleen onder begeleiding van een gids.
Buckelskiën	3	→	Op een buckelpiste, kunstmatig aangelegde sneeuwhoppen, naar beneden skiën
Carve-skiën	2	→	Op getailleerde ski's afdalen met een andere techniek dan gewoon skiën
Cross country skiën	2	→	Met behulp van stijgvellen onder (langlauf-)ski's, stijgen en dalen op en naast de piste
Curlingwedstrijden/Eisstock schiessen	1	→	Spel op ijs met grote platronde stenen met een greep boven op
Firm Blattern (onder begeleiding)	3	→	Off piste skiën op een door zon en vorst ingedrukte sneeuwlaag
Firm ski extreem	4	→	Diepsneeuw skiën op een ski van 1,3 meter lengte
Free-stylefiguurspringen	4	→	Figuurspringen op ski's waarbij men vaak gelanceerd wordt d.m.v. halfpipe
Funboarden	2	→	Vorm van snowboarden
Gasterennen	2	→	Ski-cursus afsluiten met een wedstrijd
Glaciologie	4	→	Gletsjerspelonk verkenning
Gletsjerskiën	3	→	skiën op eeuwige sneeuw
Gletsjertocht	3	→	Het beklimmen van een gletsjer al dan niet op ski's onder leiding van een gids, waarbij men met kabels aan elkaar vastzit
Heliskiën	4	→	Met heliocopter boven op de berg afgezet worden en bestaande pistes afskiën
Horse-boarding	2	→	Het zich op ski's laten voorttrekken door een paard
Klettern	3	→	Met handen en voeten tegen een steile bergwand omhoog klimmen (veelal aan veiligheidslijn). Ook mogelijk tussen ijswanden (ijsklettern)
Langlaufen	1	→	Op twee smalle ski's lopend voortbewegen in een uitgezette baan (loipe)
Monoskiën	2	→	Een brede ski waarop je met beide voeten naast elkaar staat.
Off-piste skiën (onder begeleiding)	3	→	Skitochten waarbij de geprepareerde pistes worden verlaten om in de diepe poedersneeuw te skiën.
Paraskiën	4	→	De skiers worden door een heliocopter dmv een parachute boven een berg gedropt om vervolgens zonder gebruik te maken van geprepareerde pistes naar beneden te gaan.
Raquettes / sneeuwschoentochten	1	→	Wandelen met een soort tennisrackets onder de schoenen
Rennfiggl	3	→	Sneeuwheiling afdaling op een plaat van 63 cm lengte x 10 cm breed
Rodelen	2	→	Zittend op een kleine slee afdalen langs bosspaden en sneeuwheilingen..
Schaatsen (ook wedstrijden)	1	→	Spreekt voor zich.
Skeleton	4	→	Deelnemer ligt op zijn buik op een slee; hiermee gaat hij de ijsbaan af in grote snelheid.
Ski-alpinisme	4	→	Beoefening van bergsport (pikhaak en touwen) en af en toe een stukje skiën
Ski-bobben	3	→	Zitten op een fiets die bevestigd is op twee ski's.
Skiën/ alpine skiën	2	→	Op ski's afdalen op geprepareerde pistes
Ski-figuurspringen	4	→	Over kleine sneeuwheuvels springen en in de lucht salto's of andere soorten sprongen maken
Ski-ioring	4	→	Het zich op ski's laten voorttrekken door auto of motor.
Skisafari	3	→	Vorm van toerskiën (buiten de pistes) waarbij overnacht wordt in hutten
Ski-springen	4	→	Schansspringen
Ski-vliegen	4	→	Schansspringen
Ski-zeilen	3	→	D.m.v. grote vlieger je voort laten trekken in de sneeuw.
Ski-zweven	4	→	Een combinatie van paragliding (ook wel parapenten of schermvliegen) met skiën.
Skwal	2	→	skiën op smallere ski dan bij monoskiën, met twee voeten achter elkaar geplaatst
Sleeën	1	→	Met houten of plastic slee de besneeuwde helling afdalen
Sneeuwschoenwandelen	1	→	Wandelen met reisleider op high-tech racket, bevestigd aan bergschoenen.
Snorkelskiën	4	→	Met een snorkel op je hoofd in metersdiepe poedersneeuw naar beneden suisen
Snowboarden	2	→	Skiën op één brede board.
Snowscooter	3	→	Scooter op ski's
Snowshoeing	3	→	Klimmen of dalen met stijgers onder de schoenen
Speedraces	4	→	Zie speedskiën
Speedskiën	4	→	Wordt alleen in wedstrijdvorm bedreven. In een speciaal pak met helm op hoge snelheid een helling afdalen
Surf-Ski	3	→	windsurfen op ski's
Swingbo	2	→	Soort skateboard met kleine skietjes. De voeten zitten niet in bindingen maar in lussen
Telemarken	2	→	Oude stijl van skiën. De bocht wordt aangestreden door de knie te buigen ipv gewicht te verplaatsen
Tiefschnee-skiën (alleen met begeleiding)	3	→	skiën op, ongeprepareerde pistes. De sneeuw is meestal 30 tot 50 cm diep
Tijgeren	2	→	Op ski's zonder stijgvellen in visgraat stap naar boven gaan
Toerskiën	3	→	Tochten in de bergen (buiten de pistes), waarbij alpiniski's speciale bindingen zijn gemonteerd die in de hakstukken ruimte geven waardoor er als het ware, met behulp van stijgvellen, tegen de berg opgelopen kan worden.
Windweapon	3	→	Op alpiniski's met een driehoekig zeil achter de rug de berg afsuizen
Wisbi	3	→	Z.s.m. van de heuvel af skiën (op ski's of op snowboard)
IJsduiken	1	→	Duiken in een gat in bevroren meer
IJshockey	2	→	Spreekt voor zich.
IJsklimmen	3	→	Langs steile ijswand naar boven en beneden klimmen met pikkel en stijgers
IJswatervallen beklimmen	3	→	Bevroren watervallen beklimmen
IJszeilen	2	→	Op ijs zeilen met boot of plank

Bergsporten

Abseilen	3	→	Langs een steile wand afdalen dmv touw, katrol en voeten
Speleologie	3	→	Afdalen in grotten en spelonken
Berg-en rotsklimmen	4	→	Langs niet gebaande route's met handen en voeten naar boven/beneden klimmen, al dan niet met gebruik van hulpmiddelen
Canyoning	3	→	Wandelen en klimmen in nauwe bergspleten en bergstroompjes met of zonder hulpmiddelen
Downhill Racing/biking	4	→	Met een snowbike (mountainbike) de piste afdalen. Ook mogelijk in de zomer
Hiking	1	→	Als een geoefend wandelaar met een rugzak in de bergen
Mountainbiken in grotten	3	→	Met ATB een grottentocht fietsen
Sportklimmen zonder zekering	4	→	Spreekt voor zich
Wandeltochten voor onge oefenden	1	→	Spreekt voor zich
Yetiballing	4	→	In een stalen omhulsel een berghelling afrollen

Overzicht gevaarlijke sporten

Verklaring Codes

1. = Onvoorziene uitgaven, zoals bijvoorbeeld kosten voor medische behandeling, ambulancekosten e.d., standaard gedekt. Ongevallendekking normaal van kracht.
2. = Toeslagpremie, onvoorziene uitgaven gedekt. Ongevallendekking normaal van kracht.
3. = Toeslagpremie, onvoorziene uitgaven gedekt. Ongevallendekking niet van kracht.
4. = Geen dekking

Watersporten			
Banaan achter speedboot	1	→	Op een banaan achter een speedboot
Bare foot	1	→	Op blote voeten waterskiën
Bodyboard	1	→	In de branding glijdt men liggend op een bodyboard van een brekende golf naar de kust
Bodysurfen	1	→	In de branding zwemt men met een brekende golf mee en laat zich zover mogelijk meevoeren. Uitrusting bestaat uit zwemvliezen
Brandingkanoën	1	→	Onder deskundige leiding in de branding kanoën
Brandingsurfen	1	→	Surfen in de branding
Cave-rafting	3	→	Op een binnenband een onderaardse rivier volgen
Cliffjumping	4	→	Van hoge rots springen of duiken en eventueel uitvoeren van salto's
Deelnemen aan of trainen voor wedstrijden met voer- en vaartuigen	4	→	Spreekt voor zich
Flottage	1	→	Dobberen in een enorme binnenband
Flottielje varen	1	→	Tocht met meerdere boten achter elkaar
Free diving	4	→	alle activiteiten waarbij met ingehouden adem onder water gedoken wordt
Grotduiken (met professionele begeleiding)	2	→	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 inzwemt 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.
Grotduiken (zonder professionele begeleiding)	4	→	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 inzwemt 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.
Hot Dog	3	→	Met opblaasbare kano wilstromende rivier af
Hydrospeed	3	→	In wildwaterrivieren laat men zich liggend door een stroming meevoeren op een klein boardje
Jetboating	3	→	Met 60 kilometer per uur op de 20 cm diepe rivier. Tot een halve meter langs de kanten, tussen boomstronken en rotsen varen.
Jetskiën	3	→	Een waterscooter met beweegbare arm
Kajakken	1	→	Varen in een lang, smal, om het middel gesloten bootje, er zijn verschillende moeilijkheidsgraden.
Kajakken: gemakkelijk	1	→	Kleine stroomversnellingen met meestal lage golven.
Kajakken: middelmatig/moeilijk	1	→	Veel voorkomende stroomversnellingen met meestal regelmatige golfslag.
Kajakken: moeilijk	3	→	Talrijke stroomversnellingen met hogere onregelmatige golven, draaikolken en keerwater.
Kajakken: zeer moeilijk	3	→	Lang uitgestrekte stroomversnellingen met hoge, onregelmatige scherpe bochten, moeilijke brekers en draaikolken
Kajakken: buitengewoon moeilijk	4	→	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.
Kajakken: uiterst moeilijk	4	→	Stijging van alle hierboven genoemde moeilijkheden tot de grens van het vaarbare. Alleen voor experts.
Kanoën	1	→	Varen in een lang open bootje voor 1 of 2 personen
Kite surfing	3	→	Op een surfboard voortgetrokken worden door een vlieger
Kneeboarden	1	→	Op je knieën op een plankje waterskiën
Onderwatersport	1	→	
Powerboat / offshore racen	4	→	Races met speedboten waarbij men een parcours aflegt.
Rafting - in de winter	3	→	Met een grote opblaasboot of autoband over de sneeuw afdalen.
Rafting - in de zomer	3	→	Met een grote boot een snelstromende rivier afgaan
Rivier trekking	3	→	Met zwemvest en helm bovenloop rivier volgen
Scubadiving	1	→	Met behulp van een duik(lucht)tank langere tijd onder water met het doel flora en fauna te bekijken
Skyboot	4	→	Soort speedboot die door hoge snelheid loskomt van het water
Snorkelen	1	→	Met een snorkel kort onder water blijven
Solovaren anders dan op binnenwateren	4	→	Alleen met een boot op zee varen, zonder deskundige begeleiding
Vlottentocht	1	→	Op houten vloten de rivier af
Wakeboard	1	→	Op een kleine plank waterskiën. De voeten zitten vast in lussen
Waterscooter	2	→	Scooter op het water
Waterskiën	1	→	Op twee ski's voortgetrokken worden door een motorboot
Wedstrijdzeilen op zee	3	→	Spreekt voor zich
Wildwatervaren	3	→	
Wrakduiken	3	→	
Zeekanoën	4	→	Zie solovaren, zonder deskundige begeleiding
Zeekanoën	2	→	Zie solovaren, met deskundige begeleiding

Luchtporten			
Ballonvaart / Ultra light	1	→	Spreekt voor zich
Base jump	4	→	Van een hoog gebouw of rots springen met een parachute
Bungy-springen	3	→	Aan een elastiek van grote hoogte naar beneden springen
Catapulting	3	→	Weggeschoten worden naar grote hoogte met elastiek aan de benen
Death ride	3	→	Je springt de diepte in en glijdt via het death-ride touw op hoge snelheid naar beneden, je bent beveiligd dmv een remsysteem
Deltavliegen	3	→	Van een berg vliegen d.m.v. een driehoekige vleugel
Fly by wire	3	→	Vliegen aan een kabel tussen bergtoppen op een soort brancard met propeller
Formatie springen	3	→	Parachutespringen in vrije val met meerdere personen tegelijk met het doel een figuur te maken
Gebruik maken van luchtvaartuigen verzekerd indien als passagier in een passagiersvliegtuig of als passagier/vliegenier in een zweefvliegtuig, sportvliegtuig of luchtballon.	1	→	
Hanggliding	3	→	Zie deltavliegen
Motorzweven	1	→	Zweefvliegtuig met hulpmotor
Parachutespringen	3	→	Met een valscherp uit het vliegtuig springen
Paragliding	3	→	Met een parachute van een berghelling/top naar beneden springen
Parapenten	3	→	Op ski's of lopend op een hoog gelegen helling snelheid maken, om met een opengevouwen matrasparachute een afdaling door de lucht te maken
Parasailing	3	→	Met een parachute achter een speedboot voortgetrokken worden
Skydiven / valschermspringen	3	→	Sprong uit vliegtuig met een vrije val van 35 seconden
Skysurfing	3	→	Sprong uit een vliegtuig met een surfboard aan de voeten; surfen op de lucht
Stuntvliegen	4	→	Met een twee- of driemotorig sportvliegtuig loopings en andere stunts uithalen
Tandemspringen / duo sprong	3	→	Samen met een instructeur een parachutesprong maken

Overzicht gevaarlijke sporten

Verklaring Codes

1. = Onvoorziene uitgaven, zoals bijvoorbeeld kosten voor medische behandeling, ambulancekosten e.d., standaard gedekt. Ongevallendeckking normaal van kracht.
2. = Toeslagpremie, onvoorziene uitgaven gedekt. Ongevallendeckking normaal van kracht.
3. = Toeslagpremie, onvoorziene uitgaven gedekt. Ongevallendeckking niet van kracht.
4. = Geen dekking

Ultra-light vliegen	3	→	Zeilvliegen met een motor, zie deltavliegen
Zweefvliegen	1	→	Zonder motor, gebruikmakend van thermiek vliegen in een vliegtuig

Overzicht gevaarlijke sporten

Verklaring Codes

1. = Onvoorzien uitgaven, zoals bijvoorbeeld kosten voor medische behandeling, ambulancekosten e.d., standaard gedekt. Ongevallendeckking normaal van kracht.
 2. = Toeslagpremie, onvoorzien uitgaven gedekt. Ongevallendeckking normaal van kracht.
 3. = Toeslagpremie, onvoorzien uitgaven gedekt. Ongevallendeckking niet van kracht.
 4. = Geen dekking

Overige Sporten			
Canape-ing	2	→	Naar boomtop met touwladders en dan abseilen
Canopy tour	2	→	Tokkelbaan door jungle
Cascading	1	→	Een stormbaan afgaan
Catcrawl - niet gezekerd	3	→	Tussen 2 bomen gespannen touw waarover men liggend op de buik naar de overkant moet zien te komen, niet gezekerd.
Catcrawl - wel gezekerd	1	→	Tussen 2 bomen gespannen touw waarover men liggend op de buik naar de overkant moet zien te komen, wel gezekerd
Gevaarlijke sporten, zoals jagen op groot wild, Oosterse gevechtssporten en andere gevechtssporten, zoals boksen/worstelen e.d.	4		
Husky-tochten	1	→	Met een hondenslee lange tochten maken
Indoor wandklimmen	3	→	In een overdekte ruimte klimmen in een klimwand zonder hulpmiddelen
Indoor wandklimmen	1	→	In een overdekte ruimte klimmen in een klimwand met hulpmiddelen/zekering
In-line skating/skeelers	1	→	Schaatsen op 4 of meer wielen
Karting	1	→	Met een skelter met tweetakmotor op een binnen- of buitenbaan rondjes rijden
Kite-buggy	3	→	Zittend op een laag karretje terwijl je een vlieger bestuurd
Motorcross	3	→	Op de motor rijden over een crossbaan en off road
Mountainbiking	1	→	Met een ATB een moeilijk (fiets) parcours afleggen
Quad rijden	1	→	Gemotoriseerde vierwieler met speciale banden
Rol-ski	1	→	Langlaufen op wieljes op een verharde weg
Rugby	3	→	Spreekt voor zich
Sandboarden	2	→	Zie zandsurfen
Skateboarden	1	→	Op een ovale plank met wielen op een verharde weg voortbewegen
Skaten	1	→	Spreekt voor zich
Skatewingen	2	→	Op een skateboard voortbewegen dmv een surfzeil
Skinboarding	1	→	Vorm van surfen waarbij je het board in de branding gooit een meesurft
Speologie	3	→	Grot of spelonkverkenning
Survival track	1	→	Een tocht in de vrije natuur met verschillende natuurlijke obstakels
Tokkelen	1	→	Hangend aan een katrol langs een kabel naar beneden scheren
Trialrijden	3	→	Behendighheidsrit met auto of motor
Trike	1	→	Gemotoriseerde driewieler met speciale banden
Via ferrata	2	→	Gezekerd aan een staalkabel parcours volgen
Zandskiën	2	→	skiën op zand
Zandsurfen	2	→	Van zandduinen af surfen