

Běžné činnosti

Zahrnuje následující běžné oddychové sportovní aktivity a sporty provozované na rekreační úrovni. Dále zahrnuje služební cesty obchodního, administrativního i vzdělávacího charakteru a manuální práce.

A

- aerobic
- airsoft
- aquaaerobic

B

- badminton
- balet
- baseball
- basketbal
- běh
- běh na lyžích po vyznačených trasách
- boccia
- bowling
- bridge
- bruslení na ledě
- bumerang
- bungee running
- bungee trampolín

C

- curling
- cyklistika, cykloturistika

D

- dračí lodě

F

- fitness a bodybuilding
- florbal
- footbag
- fotbal
- frisbee

G

- goalball
- golf

H

- házená
- hokej (pozemní i lední)
- horské kolo (ne sjezd)

CH

- cheerleaders – roztleskávačky

I

- in-line bruslení

J

- jachting při pobřeží
- jízda na koni
- jízda na slonovi, velbloudovi
- jízda na vodním banánu
- jízda na vodním šlapadle
- jóga
- jogging

K

- kajak, kanoe stupně obtížnosti WW1
- karetní a jiné stolní společenské hry
- kickbox – aerobic
- koloběh
- kolová
- korfbal
- kriket
- kulečník
- kuličky
- kulturistika
- kuželky

L

- lyžování po vyznačených trasách

M

- metaná
- minikáry
- mini trampolína
- moderní gymnastika

N

- nízké lanové překážky (do 1,5 m)
- nohejbal

O

- orientační běh (radiový)

P

- paintball
- petanque
- plavání
- plážový volejbal
- potápění s použitím dýchacího přístroje do míst s hloubkou do 10 m s instruktorem, nebo bez instruktora, ale pouze za předpokladu, že osoba je držitelem potřebného certifikátu (oprávnění) provozovat danou aktivitu.

R

- rafting stupně obtížnosti WW1
- rybaření ze břehu

S

- **showdown**
- **skateboard mimo U rampy**
- **snowboarding po vyznačených trasách** včetně snowparku
- **softbal**
- **spinning**
- **sportovní modelářství**
- **squash**
- **stolní fotbal**
- **stolní hokej**
- **stolní tenis**
- **streetball**
- **synchronizované plavání**

Š

- **šachy**
- **šerm (klasický)**
- **šipky**
- **šnorchlování**

T

- **tanec společenský**
- **tenis**
- **tchaj-tí**
- **tchoukball**
- **turistika nebo treking na značených cestách** v nenáročném terénu se stupněm obtížnosti max. 1UIAA bez použití horolezeckých pomůcek nebo pohyb v obydlených oblastech v nadmořské výšce do 3 500 m n. m.

V

- **veslování**
- **via ferrata stupně obtížnosti A a B**
- **vodní lyžování**
- **vodní pólo**
- **volejbal**

Ž

- **žonglování** (diabolo, fireshow, juggling, yoyo)