

## Versicherungs Tipp

### Wandern, Klettern, Surfen: Die Deutschen sind im Urlaub gerne aktiv

**Im Urlaub auf der faulen Haut liegen? Das kommt für die meisten Deutschen nicht infrage: 71 Prozent treiben im Urlaub gerne Sport. Das zeigt eine aktuelle forsa-Umfrage im Auftrag von CosmosDirekt. Wer wandert, klettert oder surft, sollte für den richtigen Schutz sorgen. Der Versicherer erklärt, wie Aktivurlauber sich für den Ernstfall absichern.**

**Saarbrücken, 23. Juli 2012** – Während der schönsten Tage des Jahres liegen die Deutschen nicht nur in der Sonne: Aktivurlaub liegt im Trend. Der beliebteste Urlaubssport ist Wandern: Für drei Viertel gehört dies zur Erholung dazu. Auf Platz zwei der beliebtesten Freizeitaktivitäten liegt Schwimmen (73 Prozent), gefolgt vom Radfahren (65 Prozent). Mit dem Surfbrett durch die Wellen reiten oder beim Tauchen die Unterwasserwelt entdecken, ist dagegen nur bei 18 Prozent der Befragten angesagt.

„Wer sich für einen Aktivurlaub entscheidet, sollte für einen ausreichenden Versicherungsschutz sorgen“, empfiehlt Sabine Kreuzer-Martin, Versicherungsexpertin von CosmosDirekt. „Dieser kann zwar keine Zerrungen oder Knochenbrüche verhindern, federt aber zumindest finanzielle Risiken ab.“ Unverzichtbar sind Reisekranken- sowie Unfallversicherung: Diese Absicherungen gibt es schon für unter zehn Euro (Reise) bzw. unter 60 Euro (Unfall) im Jahr. Die besten Tipps, wie man sich im Urlaub vor unliebsamen Überraschungen schützt und gleichzeitig für den Ernstfall absichert:

**Tipp 1:** Immer mit der Ruhe. Wer im Alltag wenig Sport macht, sollte es im Urlaub nicht übertreiben. Aufwärm- und Dehnungsübungen bereiten den Körper auf die sportlichen Belastungen vor und senken so das Risiko von Muskelverletzungen. Durch vorbeugendes Training und gute Fitness lässt sich die Verletzungsgefahr deutlich reduzieren.

**Tipp 2:** Die richtige Ausrüstung ist die halbe Miete. Wander- oder Kletterfreunde sollten unbedingt auf festes Schuhwerk achten. Ein gutes Profil und ein hoher Stiefelschaft geben Trittsicherheit und schützen davor, umzuknicken. Außerdem: Am besten nie ohne Helm klettern, Rad fahren oder skaten.

**Tipp 3:** Das A und O für Aktive ist eine Auslandsreise-Krankenversicherung. Sie übernimmt bei einem Unfall die Kosten für Arztbesuche, Krankenhausaufenthalte und Medikamente. Und besonders wichtig: Sie kommt für einen Rücktransport auf – wer gesetzlich krankenversichert ist, hat hier kein Anrecht auf eine Kostenübernahme.

**Tipp 4:** Wer auf Nummer sicher gehen will, schließt außerdem eine private Unfallversicherung ab: Bleiben gesundheitliche Einschränkungen durch einen Unfall zurück, erhält der Versicherte abhängig vom Invaliditätsgrad die vereinbarte Versicherungssumme bzw. eine lebenslange, monatliche Rente. In der Regel bietet ein solcher Vertrag weltweiten Schutz.

**Tipp 5:** Sie gehört in jedes Reisegepäck: die Privat-Haftpflichtversicherung. Ist man im Urlaub sportlich unterwegs, kommt sie für Schäden auf, die man Dritten zufügt – zum Beispiel, falls beim Surfen das Brett oder Segel eines anderen Sportlers beschädigt wird.

Die dargestellten Ergebnisse stammen aus einer Umfrage von forsa und CosmosDirekt: Bundesweit wurden 1.009 Frauen und Männer ab 18 Jahren befragt.

### Über CosmosDirekt

CosmosDirekt ist DIE Versicherung. Mit einfachen und flexiblen Online-Angeboten und kompetenter persönlicher Beratung rund um die Uhr setzt das Unternehmen neue Maßstäbe in der Versicherungsbranche. Zum Angebot zählen private Absicherung, Vorsorge und Geldanlage. Mehr als 1,6 Millionen Kunden vertrauen auf Deutschlands größten Online-Versicherer. Zusätzliche Informationen rund um CosmosDirekt gibt es im Internet unter [www.cosmosdirekt.de](http://www.cosmosdirekt.de).

### Ihre Ansprechpartner

Stefan Göbel  
Leiter Unternehmenskommunikation  
Telefon: 0681 966-7100  
Telefax: 0681 966-6662  
E-Mail: [stefan.goebel@cosmosdirekt.de](mailto:stefan.goebel@cosmosdirekt.de)

Ina Pfeifer  
Unternehmenskommunikation  
Telefon: 0681 966-7183  
Telefax: 0681 966-6662  
E-Mail: [ina.pfeifer@cosmosdirekt.de](mailto:ina.pfeifer@cosmosdirekt.de)