

Tegner Scorelijst

Niveau 10	wedstrijdsporten:	betaald voetbal, hoofdklasse of 1 ^e klasse KNVB
Niveau 9	wedstrijdsporten:	amateurvoetbal (2 ^e , 3 ^e en 4 ^e klasse KNVB en afdelingen), ijshockey, worstelen, turnen
Niveau 8	wedstrijdsporten:	zaalvoetbal, hockey, squash, badminton, atletiek (springnummers), alpineskiën
Niveau 7	wedstrijdsporten: recreatiesporten:	(tafel)tennis, atletiek (loopnummers), motorcross, speedway, handbal, basketball, volleybal, korfbal voetbal, hockey, ijshockey, squash, atletiek (springnummers), atletiek (veldloop)
Niveau 6	recreatiesporten:	(tafel)tennis, badminton, handbal, basketball, volleybal, korfbal, alpineskiën, trimmen (5 x per week)
Niveau 5	beroep: fors/hevig: wedstrijdsporten: recreatiesporten:	zwaar lichamelijk werk (bouwwakker, grondwerker, e.d.) wielrennen, langlaufen trimmen op oneffen terrein (2 x per week)
Niveau 4	beroep: recreatiesporten:	niet-continue zwaar werk (chauffeur, zwaar huishoudelijk werk, e.d.) wielrennen/fietsen, langlaufen, trimmen op effenterrein (2 x per week)
Niveau 3	beroep: wedstrijd- en recreatiesporten:	matig werk, voornamelijk staand (fysiotherapeut e.d.) zwemmen, wandelen onder zware omstandigheden
Niveau 2	beroep licht:	werk, afwisselend staand en zittend, wandelen op oneffen terrein (niet onder zware omstandigheden)
Niveau 1	beroep: minimaal:	werk, alleen zittend, wandelen op oneffen terrein
Niveau 0		ziekteverzuim of arbeidsongeschiktheid door "knieproblemen"