

Pension til dig, der har en indtægt som aktiv sportsudøver

## Sportspension\*

### Indtægten fra din sport kan måske blive mere værd på en pensionsopsparing – og gøre dit karriereskift lettere

Er du professionel sportsudøver, og er du under 40 år gammel, så kan du indbetale en del af indtægten fra din sport på sportspension, som du kan få udbetalt, når din aktive sportskarriere er slut. Så har du et godt fundament til et nyt kapitel som fx studerende eller iværksætter af egen virksomhed. Sportspensionen er en ratepension med særlige regler for ind- og udbetaling.

### Hvornår kan du oprette en sportspension?

Du kan oprette en sportspension, hvis du har indtægter fra sportsudøvelse ”med fysisk udfoldelse eller aktivitet med et væsentligt konkurrenceelement, hvor dine kompetencer og færdigheder har betydning for resultatet.”

Det er et krav, at du har tjent pengene i din egenskab af sportsudøver. Det kan fx være i form af løn ifølge ansættelseskontrakt med din sportsklub, præmier, bonus i forbindelse med turneringer eller stævner – eller det kan være sponsorindtægter.

Er du i tvivl, så kan du få svar hos Skattestyrelsen eller hos en ekstern skatterådgiver/revisor.

### Beskattes du efter ”forskerordningen”?

Hvis du er omfattet af den særlige skatteordning for udenlandske forskere og højtlønnede medarbejdere, også kaldet ”forskerordningen” – så er sportspensionen **ikke** en fordel. Beskatningen ved udbetaling af sportspensionen er nemlig højere end ved Forskerordningen.

### Hvor meget må du indbetale?

Du må kun oprette én sportspension. Du kan indbetale privat eller via din arbejdsgiver. I løbet af indskudsperioden må du højst indbetale et beløb, der svarer til din indkomst fra sportsudøvelse, dog max. 2.345.800. (2026). Det gælder uanset, om du indbetaler hele beløbet på én gang eller fordeler indbetalingen over en årrække.

\*(Pensionsbeskatningsloven § 15B)

## Hvor og hvornår får du fradrag?

Hvis du indbetaler via din arbejdsgiver, får du fradraget via din lønseddel. Din arbejdsgiver fratrækker nemlig indbetalingen, inden A-skatten beregnes.

Indbetaler du på en privattegnede pensionsopsparing, så indberetter banken beløbet til Skattestyrelsen, som fortrykker det på din årsopgørelse (rubrik 24) som fradrag i din personlige indkomst.

Uanset om du indbetaler via en arbejdsgiver eller en privattegnede pensionsopsparing, kan du med fordel tilrette din forskudsopgørelse via skat.dk.

## Hvordan og hvornår udbetales pengene?

- Du kan starte udbetaling fra din sportspension til og med det år, du fylder 40 år.
- Opsparingen skal udbetales i rater over minimum 2 år og højst 10 år.
- Den årlige rateudbetaling kan maks. udgøre 469.200 kr. (2026).

Udbetalingerne beskattes som personlig indkomst. Du kan vælge om hele opsparingen eller kun en del af den skal udbetales efter reglerne for sportspension.

Hvis du ikke har påbegyndt udbetalingen inden udgangen af det år, hvor du fylder 40, fortsætter din pensionsopsparing efter reglerne for ratepension.

## Hvordan kan opsparingen investeres?

Du har forskellige muligheder for at få forrentet din indbetaling. Sammen med din rådgiver i banken kan du få afdækket din investeringsprofil, så dine investeringer passer til dine forventninger og din holdning til risiko.

Du skal betale 15,3 % i pensionsafkastskat af afkastet på de investeringer, du foretager med dine opsparede pensionsmidler. Banken beregner og afregner skatten til Skattestyrelsen.

## Hvordan er samspelet i forhold til sociale ydelser?

Udbetaling fra en pensionsopsparing kan have indflydelse på størrelsen af sociale ydelser.

## Hvad sker der, hvis du dør?

Hvis du dør, før ratepensionen er udbetalt til dig, udbetales pengene i stedet til dine begunstigede. Udbetalingen sker som en sum efter fradrag af en afgift på 40% og eventuelt en boafgift.

Ægtefælle/samlever og børn under 24 år kan dog vælge en løbende udbetaling, der beskattes som personlig indkomst. De har også mulighed for at kombinere sumudbetaling og løbende udbetaling.

Din ægtefælle er fritaget for at betale boafgift, mens børn betaler 15% i boafgift.

\*(Pensionsbeskatningsloven § 15B)

## Spørgsmål

Har du spørgsmål til sportspension, er du naturligvis velkommen til at kontakte din rådgiver.

\*(Pensionsbeskatningsloven § 15B)

### Marts 2026 – Side 3 af 3

Vestergade 8-16 · 8600 Silkeborg · Tlf. 89 89 89 89 · [online@jyskebank.dk](mailto:online@jyskebank.dk) · [www.jyskebank.dk](http://www.jyskebank.dk)  
Jyske Bank A/S · SWIFT Code JYBADKKK · CVR-nr. 17616617