

Din antidopingpolicy er klar, [klikk her](#) for å laste den ned.



Antidopingpolicy for Ekeberg Sendeplateklubb

13/03/12

1) Verdier og holdninger

- Vi tar avstand fra all bruk av dopingmidler, og arbeider i tråd med vår verdiprofil som et rent idrettslag.

Alle i klubbens styre har gjennomført "Ren Utøver"- kurset. Kursbevis publiseres på klubbens hjemmeside. Vi har samtidig oppfordret og kommer til å oppfordre alle våre medlemmer til å gjennomføre "Ren utøver"-kurset.

2) Kunnskap

- Vi har en lenke fra lagets nettsider til www.antidoping.no slik at alle medlemmer har tilgang til oppdatert informasjon om antidoping.

Vi vil i tillegg sende ut e-post to ganger i året (vår og sensommer) til alle våre medlemmer med lenke til den oppdaterte dopinglista.

- Vi gjennomfører Ren Utøver med våre aktive utøvere og diskuterer dopingspørsmål.

Alle i styret har gjennomført "Ren Utøver", og vi oppfordrer sterkt våre medlemmer når vi møter dem og per e-post om å gjennomføre dette kurset.

Vi i klubbens styre vil alltid være åpne for å diskutere spørsmål angående doping hvis vi får slike henvendelser fra våre medlemmer eller i de tilfeller vi skulle se behov for nettopp å trekke frem eller diskutere dette temaet med en eller flere av klubbens medlemmer.

3) Regelverk

- I vårt idrettslag er alle i støtteapparatet (trenere, lagledere, fysioterapeuter, massører etc) medlemmer av idrettslaget og forpliktet gjennom medlemskapet til å følge NIFs lov og dopingbestemmelser. De som eventuelt ikke er medlemmer har gjennom avtale forpliktet seg til å følge NIFs lov.
- I vårt idrettslag er alle utøvere kjent med at de plikter å avgi dopingprøve fastsatt av Antidoping Norge.

4) Bevisstgjøring

- Vi samarbeider kun med treningssentre som tar antidopingarbeidet på alvor.
- I stedet for kosttilskudd anbefaler vi et variert og riktig kosthold og skolerer våre utøvere om dette.

- I vårt idrettslag anbefaler vi å ta kontakt med en ernærings ekspert/lege før eventuelle kosttilskudd benyttes for veiledning i forhold til kosthold.
- I vårt idrettslag reklamerer vi ikke for kosttilskudd.
- Vi synliggjør vår verdiprofil gjennom programbladtekster og nettsider.


Ettersom vi ikke har noe klubbhus, synliggjør vi styrets Ren-utøver-diplomer på vår hjemmeside.

5) Beredskapsplan

- Vårt idrettslag har en egen beredskapsplan for å håndtere mistanker om doping eller dopingsaker som involverer våre medlemmer.
- Mistenkes noen for doping eller har avlagt positiv prøve, tar vi det opp med vedkommende. Vi bryr oss om hverandre!
- I vårt idrettslag er det nulltoleranse, men vi tar vare på våre medlemmer.
- En dopingmistenkt utøver skal alltid få oppfølging av idrettslaget eller helsepersonell, som tilbyr hjelp og støtte.
- Vi ber utøveren fortelle sannheten og stå for det vedkommende har gjort.
- Utøvere som har avlagt positiv dopingprøve får ikke representere vårt idrettslag før forholdet er avklart.
- Vi utnevner en person som kan håndtere media, og forbereder vedkommende godt på aktuelle spørsmål
- Vi samarbeider med særforbundet, idrettskretsen og Antidoping Norge i dopingsaker.

[Tips en venn om denne nettsiden](#)

www.retidrettslag.no er produsert av [Transform AS](#) på oppdrag av [Antidoping Norge](#)
Samarbeidspartnere [Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité](#)

sammen for en  Ren idrett
antidoping.no