UDØVERGUIDE

VEJLEDNING TIL UDØVERE OM ANTIDOPINGREGLERNE

ADD
ANTI DOPING DANMARK

WORLD ANTI-DOPING AGENCY
play true

UDGIVET AF:

Anti Doping Danmark
Idrættens Hus
Brøndby Stadion 20
DK-2605 Brøndby
Tlf.: 43 26 25 50

www.antidoping.dk

2. udgave, 2018

Denne vejledning er baseret på 'Athlete Reference Guide' udgivet af World Anti-Doping Agency (WADA)

INDHOLDSFORTEGNELSE

DEL 1	FAIR KONKURRENCE OG REN TRÆNING	4
DEL 2	ANTIDOPINGREGLERNE	5
DEL 3	HVEM GÆLDER REGLERNE FOR?	5
DEL 4	ROLLER OG ANSVAR	7
DEL 5	HVAD ER DOPING?	8
DEL 6	DOPINGLISTEN	12
DEL 7	MEDICINSK DISPENSATION (TUE)	14
DEL 8	DOPINGKONTROL	15
DEL 9	KONSEKVENSER VED AT OVERTRÆDE REGLERNE	18
DEL 10	FAIR IDRÆT	22
BILAG 1	VEJLEDNING FOR PRØVETAGNING	24
BILAG 2	POSITIVE DOPINGPRØVER	29

Læs mere på Anti Doping Danmarks hjemmeside www.antidoping.dk og på WADA's hjemmeside www.wada-ama.org.

Antidopingreglerne skal beskytte de rene udøveres rettigheder

DEL 1 FAIR KONKURRENCE OG REN TRÆNING

Dette er en vejledning til, men ingen erstatning for antidopingreglerne

Antidopingreglerne er regler, du som idrætsudøver skal overholde.

Denne udøverguide er en vejledning, som skal gøre det lettere at forstå antidopingreglerne. Den er ikke udtømmende og erstatter ikke indholdet i De nationale antidopingregler, der altid vil være de gældende.

Alle antidopingprogrammer har til formål at forhindre doping med henblik på at beskytte idrættens værdier og den rene udøvers ret til at deltage i fair konkurrence og ren træning.

DEL 2 ANTIDOPINGREGLERNE

Er der forskel på de danske og internationale antidopingregler?

De internationale antidopingregler udgør rammen om antidopingsystemet. Reglerne er godkendt af idrættens nationale og internationale organisationer og nationale antidopingorganisationer over hele verden. De er også anerkendt af over 170 nationers regeringer gennem UNESCO-konventionen mod doping i idræt.

De internationale regler er beskrevet i WADA-kodekset (World Anti-Doping Code).

WADA har derudover udviklet internationale standarder på forskellige områder, der sikrer, at f.eks. dopingkontrolprocedurer foregår ens over hele verden. Standarderne omfatter Dopinglisten, dopingkontrol og efterretningsarbejde, analysevirksomhed, dispensation fra Dopinglisten (TUE) og persondatabeskyttelse.

De nationale antidopingregler følger WADA-kodekset. Reglerne er udarbejdet og tilpasset danske forhold af Anti Doping Danmark (ADD) og Danmarks Idrætsforbund (DIF).

Danmark har endvidere Dopingreglement for motionsidræt for udøvere, der udelukkende dyrker motionsidræt på lavere niveauer under DIF samt DGI og Dansk Firmaidrætsforbund (Firmaidrætten). Reglementet gælder desuden motions- og fitnesscentre tilknyttet Dansk Fitness & Helse Organisation (DFHO), DGI, Firmaidrætten samt øvrige private kommercielle fitnesscentre, som ønsker samarbejde med ADD.

Denne guide omhandler reglerne for udøvere under De nationale antidopingregler.

DEL 3 HVEM GÆLDER REGLERNE FOR?

De nationale antidopingregler gælder for alle, der dyrker konkurrenceidræt under DIF.

Er du eliteidrætsudøver på internationalt eller nationalt niveau, skal du være særligt opmærksom på reglerne om medicinsk dispensation, whereabouts mv.

Om du er international eliteidrætsudøver, defineres af dit internationale specialforbund. Internationale eliteidrætsudøvere er også omfattet af det internationale specialforbunds antidopingregler. ADD definerer, hvem der er national eliteidrætsudøver.

DEL 4 ROLLER OG ANSVAR

Som idrætsudøver har du en række forpligtelser:

- Du skal kende til og følge gældende regler og retningslinjer for antidoping.
- Du er selv ansvarlig for alt, der er i din krop. Dvs. at du har ansvaret for, hvad du indtager, f.eks. alt det du spiser og drikker eller tilfører kroppen på anden vis. Den juridiske betegnelse for dette er 'objektivt ansvar'.
- Du skal være tilgængelig for dopingkontrol.
- Du skal bistå antidopingorganisationer, som undersøger overtrædelse af antidopingreglerne.
- Du skal altid informere din læge eller andre behandlere, du er tilknyttet, om, at du er underlagt antidopingreglerne, og at de derfor ikke må give dig stoffer eller benytte metoder, som er forbudt i henhold til Dopinglisten.
- Du har selv ansvaret for at sikre, at enhver medicinsk behandling, du får, overholder antidopingreglerne. Du har således selv ansvar for at følge reglerne for medicinsk dispensation (TUE), hvis det dokumenteres, at du har brug for medicin, der er omfattet af Dopinglisten.

Ansvar er nærmere forklaret i De nationale antidopingregler artikel 1 og i WADA-kodekset artikel 21.1.

Trænere, ledere, sundhedspersonale og andet støttepersonale har også ansvar og forpligtelser:

- De skal sætte sig ind i og følge de regler og retningslinjer for antidoping, som gælder for dem selv og de udøvere, de arbejder med.
- De skal samarbejde omkring testning af udøverne.
- De skal bruge deres indflydelse til at påvirke idrætsudøverne og fremme ren og fair idræt.
- De skal bistå antidopingorganisationer, der undersøger overtrædelse af antidopingreglerne.
- De må ikke bruge, besidde eller distribuere forbudte stoffer eller metoder uden gyldig grund.

Ansvar er nærmere forklaret i De nationale antidopingregler artikel 22.2 og i WADA-kodekset artikel 21.2.

DEL 5 HVAD ER DOPING?

Overtrædelse af antidopingreglerne kan være andet end en positiv dopingprøve

Du er ifølge antidopingreglerne ansvarlig for at kende til og efterleve antidopingreglerne.

Følgende anses som overtrædelse af antidopingreglerne:

- Tilstedeværelse eller spor af et forbudt stof i din dopingprøve.
- At du bruger eller forsøger at bruge et forbudt stof eller metode.
- At du undlader at møde til en dopingkontrol, undlader at afgive en dopingprøve eller unddrager dig dopingkontrol på anden måde.
- At du undlader at overholde whereabouts-reglerne, hvis du er med i en prioriteret testgruppe.
- At du manipulerer, forbytter eller ødelægger en dopingprøve, giver urigtige eller vildledende oplysninger, forhindrer dopingkontrol på anden måde, eller at du intimiderer vidner.
- At du indfører, erhverver eller besidder et forbudt stof eller metode til egen brug.
- At du tilvirker, indfører, udfører, opbevarer, distribuerer, sender eller overdrager et forbudt stof eller metode til tredjeperson.
- At du administrerer eller giver et forbudt stof eller metode samt forsøger på og/eller medvirker til at bryde reglerne.
- At du (som konkurrenceidrætsudøver) har tilknytning til støttepersonale, som er udelukket efter dopingreglerne, eller som i forbindelse med en straffesag eller disciplinærsag er dømt for at have begået handlinger, der overtræder gældende regler og lovgivning på området.
- At du medvirker til at bryde reglerne, til forsøg på at bryde reglerne eller overtræder reglerne for udelukkelse.

Overtrædelse af reglerne kan påvises på flere måder, f.eks. en positiv dopingprøve, men også andre ikke-analytiske beviser. Ikke-analytiske beviser kan f.eks. indbefatte indrømmelser, vidneudsagn, unaturlige udsving i biologisk pas (et studie hvor en udøvers individuelle biologiske parametre følges over tid) eller andre former for bevis.

Hvad er objektivt ansvar?

Du har altid selv det fulde ansvar for, hvilke stoffer der er i din krop, og du står altid til ansvar for en positiv dopingprøve, også selvom den ikke er som følge af bevidst doping.

Det betyder, at antidopingorganisationer ikke skal bevise forsætlighed, skyld, uagtsomhed eller bevidst anvendelse fra din side, før der kan konstateres en overtrædelse af antidopingreglerne.

Det er som udgangspunkt ikke en undskyldning, at du ikke kender antidopingreglerne, at du f.eks. har fået et produkt uden at vide, hvad det indeholder, eller at et forbudt stof ikke er angivet på varedeklarationen mv.

De nævnte forhold kan derimod have betydning for vurderingen af din grad af skyld og dermed for udmålingen af din sanktion.

Hvis du bruger eller forsøger at bruge et forbudt stof eller metode, anses det som overtrædelse af antidopingreglerne. Om brugen eller forsøg på brug lykkes eller mislykkes spiller ingen rolle.

Uvidenhed er ingen undskyldning i en dopingsag

Hvad med kosttilskud?

Kosttilskud og naturpræparater kan indeholde stoffer, som står på Dopinglisten, også selvom disse stoffer ikke fremgår af varedeklarationen. Råvarerne kan være forurenet med f.eks. steroider eller stimulerende stoffer, også selvom det ikke er tilsigtet fra producentens side. Flere positive dopingprøver kan spores tilbage til forurenede kosttilskud.

Er du i tvivl om, hvad et produkt indeholder, bør du altid undgå det! Du kan reducere risikoen for at købe forurenede kosttilskud ved at købe produkter, der er testet for stoffer på Dopinglisten. Du kan se ADD's anbefalinger om kvalitets- og certificeringsprogrammer på www.antidoping.dk.

ADD anbefaler altid, at du selv undersøger kosttilskuds indholdsdeklarationer eller kontakter en diætist for vejledning i kost og får vurderet behovet for kosttilskud.

Er du i tvivl om, hvad et produkt indeholder, bør du undgå det

Regler for whereabouts

Information om, hvor en udøver befinder sig, er afgørende for, at antidoping-organisationer kan lokalisere udøveren for at gennemføre uanmeldt doping-kontrol uden for konkurrence med henblik på at afsløre brug af eventuelle forbudte stoffer og metoder.

Uanmeldt doping-kontrol er et vigtigt redskab i et effektivt antidopingprogram

Det er kun et begrænset antal topeliteidrætsudøvere, der skal indgive whereabouts og oplyse, hvor de opholder sig. Udøvere får altid direkte besked, hvis de er en del af en prioriteret testgruppe, som skal oplyse whereabouts.

Både internationale specialforbund og ADD kan bede udøvere om at indgive oplysninger om whereabouts.

Får du besked om, at du er udtaget til en prioriteret testgruppe, skal du indberette dine whereabouts forud for hvert kvartal. Det indebærer blandt andet, at du skal indberette oplysninger om dine trænings- og konkurrenceaktiviteter samt et 60 minutters tidsrum med stedsangivelse hver dag (også weekender), hvor du med sikkerhed kan lokaliseres til uanmeldt dopingkontrol. Du skal altid huske at opdatere dine whereabouts løbende, når dine planer ændrer sig.

Følgende anses som overtrædelse af whereabouts-reglerne:

> **Hvis du ikke indgiver dine oplysninger i rette tid.**

> **Hvis du ikke giver tilstrækkelig eller korrekt information.**

> **Hvis du ikke er tilgængelig på det opgivne sted i det opgivne tidsrum.**

Du har ret til at indgive en forklaring til den antidopingorganisation, der mener, du har overtrådt reglerne. Er din forklaring acceptabel og mulig at dokumentere, sker der ikke yderligere. Er forklaringen ikke i orden, får du en advarsel. Tre advarsler inden for 12 måneder kan føre til sag om overtrædelse af antidoping-reglerne, som kan resultere i en udelukkelse fra al træning og konkurrence.

Du kan uddelegere registrering af dine informationer til en anden person. Men du er altid selv ansvarlig for, at dine oplysninger er korrekte og opdaterede.

Er du holdidrætsudøver og udtaget til en prioriteret testgruppe, er du underlagt de samme whereabouts-regler som udøvere i individuelle idrætter.

Hvad betyder det, at det er forbudt at være tilknyttet støttepersonale, der er udelukket for brud på antidopingreglerne?

Der findes flere eksempler på idrætsudøvere, som har samarbejdet med trænere eller andre personer, der er udelukket for at have været involveret i en dopingsag.

Ifølge en bestemmelse i antidopingreglerne betragtes samarbejde med en udelukket støtteperson som overtrædelse af antidopingreglerne, forudsat at udøveren skriftligt er blevet orienteret om ikke at samarbejde med denne person.

VÆR BEVIDST OM

Du må ikke samarbejde med trænere, ledere, sundhedspersonale eller andre personer, som er udelukket fra idrætten på grund af overtrædelse af antidoping-reglerne, eller som i forbindelse med en straffesag eller disciplinærsag er dømt for at have begået handlinger, der er en overtrædelse gældende regler og lovgivning på området.

Eksempler på ulovligt samarbejde er relateret til træning, træningsplanlægning, ernærings- eller medicinsk rådgivning, behandling eller receptudskrivning. En udelukket person må heller ikke fungere som agent eller repræsentant for dig. Samarbejdet er forbudt, uafhængigt af om det omfatter nogen form for kompensation.

Denne bestemmelse gælder ikke i de tilfælde, hvor der ikke er tale om et professionelt eller idrætsrelateret samarbejde, f.eks. et ægteskabeligt eller forældre-barn-forhold.

Se De nationale antidopingregler artikel 2.10 og WADA-kodekset artikel 2.10.

DEL 6 DOPINGLISTEN

Hvilke stoffer og metoder er forbudt?

WADA udarbejder en liste over stoffer og metoder, der ikke er tilladt i idrætten. Dopinglisten opdateres som udgangspunkt én gang om året. Den opdaterede liste træder i kraft fra den 1. januar hvert år. Den gøres tilgængelig på WADA og ADD's hjemmesider nogle måneder inden, den træder i kraft.

Du har selv ansvar for at sætte dig ind i, om du indtager stoffer eller bruger metoder, der er på Dopinglisten

Dopinglisten skelner i mellem:

1. **Stoffer og metoder** som er forbudt til enhver tid.
2. **Stoffer** som er forbudt i konkurrence (konkurrencestart defineres forskelligt fra idræt til idræt og kan gælde fra det sidste døgn op til konkurrencen).
3. **Stoffer** som er forbudt i visse idrætsgrene.

Stoffer, som er forbudt til enhver tid, omfatter, men er ikke begrænset til hormoner, anabole steroider, EPO, beta-2-agonister (astmamedicin), sløringsstoffer og vanddrivende midler.

Stoffer, som er forbudt i konkurrence, omfatter, men er ikke begrænset til stimulerende stoffer, cannabinoider (hash), narkotiske stoffer og glukokortikoider (binyrebarkhormoner).

Eksempler på metoder, som er forbudt til enhver tid, er blodtransfusion, blodmanipulation og i nogle tilfælde intravenøst drop eller indsprøjtning.

Hvad indebærer det, at nogle stoffer er forbudt til enhver tid, mens andre er forbudt i konkurrence?

Stoffer, som er forbudt til enhver tid, må hverken bruges i eller uden for konkurrence.

Stoffer, som er forbudt i konkurrence, må ikke kunne spores i din krop under en konkurrence. Du skal være opmærksom på, at nogle stoffer er mulige at spore i din krop længe efter, du har indtaget dem.

Kan almindelig medicin indeholde forbudte stoffer?

Ja. Der findes forbudte stoffer i mange almindelige lægemidler.

Du skal derfor altid tjekke din medicin. Dette kan du gøre via ADD's hjemmeside eller app 'Antidoping'.

Her kan du tjekke lægemidler efter præparatets navn. Du kan kun tjekke lægemidler, der er godkendt i Danmark.

Køber du medicin i udlandet, skal du altid undersøge lokalt, om medicinen indeholder forbudte stoffer. Medicin, som købes i udlandet, kan f.eks. have samme produktnavn som medicin købt i Danmark, men indholdsstofferne kan være forskellige.

DEL 7 MEDICINSK DISPENSATION (TUE)

Du kan af sundhedsmæssige årsager være nødt til at benytte et lægemiddel, som indeholder stoffer, der er forbudt i idrætten. Er det tilfældet, skal du følge reglerne for medicinsk dispensation (TUE).

For at kunne opnå medicinsk dispensation skal følgende kriterier være opfyldt:

- Du vil få betydelige sundhedsmæssige problemer uden brug af den forbudte medicin.
- Din medicin har ikke en kendt præstationsfremmende effekt ud over at opretholde normaltilstand.
- Der er ingen gode alternative behandlingsmuligheder til din medicin.
- Brugen af din medicin skal ikke behandle bivirkninger opstået ved tidligere brug af stoffer eller metoder på Dopinglisten.

Undersøg altid, om du kan bruge medicin, som ikke er på Dopinglisten

Eliteidrætsudøvere skal søge dispensation, umiddelbart efter en diagnose foreligger, og der opstår et behov for medicin på Dopinglisten.

Hvis du bruger medicin, som indeholder stoffer på Dopinglisten uden en gyldig TUE, risikerer du at blive udelukket fra idrætten og miste dine placeringer.

Ved akutbehandling skal eliteidrætsudøvere søge om dispensation umiddelbart efter behandlingen.

Din behandling skal til enhver tid kunne dokumenteres af behandlende læge, og korrekt og fyldestgørende medicinsk dokumentation skal altid vedlægges TUE-ansøgningen.

Internationale og nationale eliteidrætsudøvere skal som udgangspunkt altid søge TUE. Øvrige udøvere skal først søge TUE, hvis ADD beder om det (retroaktivt).

Øvrige idrætsudøvere skal ikke nødvendigvis søge dispensation på forhånd. Uanset om du skal søge dispensation på forhånd eller ej, skal du være opmærksom på, at brug af medicin, der indeholder stoffer på Dopinglisten, altid skal kunne dokumenteres af en læge. Du skal ligeledes altid leve op til de specifikke krav, der stilles for at kunne opnå dispensation.

Er du eliteidrætsudøver, skal du tjekke med dit internationale specialforbund eller ADD, hvem du skal ansøge om dispensation hos.

Har du fået udstedt TUE af ADD, som fortsat er gyldigt, kan du sende denne til dit internationale specialforbund med tilhørende dokumentation på engelsk for at få det godkendt. Dette er særligt vigtigt, hvis du har fået udstedt dispensation af ADD, men senere skal deltage i en international konkurrence, hvor dit internationale specialforbund kræver, at de har godkendt alle TUE'er for deltagerne.

Du må ikke tage for givet, at en nationalt udstedt TUE automatisk godkendes på internationalt niveau. Tjek altid med dit internationale specialforbund eller den aktuelle eventarrangør, hvis du er i tvivl.

DEL 8 DOPINGKONTROL

Når en dopingkontrollant indkalder dig til dopingkontrol, er du forpligtet til at afgive en dopingprøve.

Alle antidopingorganisationer med jurisdiktion til at gennemføre dopingkontrol har ret til at teste udøveren hvor som helst og når som helst, herunder at indhente og analysere urin- og blodprøver fra udøveren.

Hvem må udføre dopingkontrol?

ADD har ret til at teste alle personer, der deltager i aktiviteter under et nationalt specialforbund under DIF eller varetager en funktion som støttepersonale. Dette gælder uanset personens statsborgerskab.

ADD har desuden ret til at teste alle idrætsaktive under DGI og Firmaidrætten samt i alle motions- og fitnesscentre tilknyttet DFHO, DGI, Firmaidrætten og øvrige private fitnesscentre, som har et samarbejde med ADD.

Internationale specialforbund har ret til at teste udøvere, som er underlagt det internationale specialforbunds regler, herunder udøvere som deltager i internationale arrangementer.

Organisationer bag store idrætsbegivenheder, f.eks. den Internationale Olympiske Komité, har ret til at teste deltagere ved deres arrangementer.

Dopingkontrolproceduren er standardiseret. Se bilag 1 i denne vejledning.

Alle dopingprøver skal analyseres af et WADA-akkrediteret laboratorium eller et laboratorium, der er godkendt af WADA.

Se også bilag 2 'Positive dopingprøver'.

Hvor længe opbevares dopingprøver?

Dopingprøver kan fryses, opbevares og reanalyseres i op til ti år

Dopingprøver kan fryses, opbevares og reanalyseres, og der kan rejses sag i op til ti år. Laboratorieteknologien forbedrer sig løbende, og forbudte stoffer og metoder, som i dag ikke kan påvises, kan måske påvises senere.

Prøverne destrueres, når de ikke længere benyttes i antidopingarbejdet, med mindre udøveren har givet samtykke til, at prøven anonymiseres og bruges til forskning.

Deltagelse i konkurrence, når du ikke længere er i prioriteret testgruppe

Stopper du med at dyrke konkurrenceidræt, mens du er i prioriteret testgruppe og indberetter whereabouts, kan du bede om at blive taget ud af testgruppen.

Ønsker du igen at deltage i konkurrence på højere nationalt og internationalt niveau, skal du give skriftlig besked senest seks måneder før, du igen planlægger at konkurrere. Inden for de seks måneder skal du være tilgængelig for dopingkontrol, før du kan konkurrere.

WADA kan dispensere fra reglen, hvis den konkrete situation er åbenlyst urimelig.

Hvad er ADAMS?

ADAMS (Anti-Doping Administration & Management System) er WADA's internet-baserede databasesystem. I ADAMS lagres oplysninger om whereabouts, prøveresultater, medicinske dispensationer (TUE) og information om over-trædelse af antidopingreglerne.

Databasen forenkler udveksling af information mellem antidopingorganisationer verden over. Formålet er at fremme åbenhed og effektivitet i antidopingarbejdet.

De fleste internationale specialforbund og nationale antidopingorganisationer benytter ADAMS som central database for udøverinformation. Et begrænset antal personer hos antidopingorganisationerne har adgang til dine data.

ADAMS er udviklet for at gøre det lettere for den enkelte udøver, der udfylder whereabouts. Du rapporterer dine informationer i ADAMS og har selv adgang til dine oplysninger og til at ændre dine informationer. ADD eller dit internationale specialforbund giver dig adgang til systemet.

DEL 9 KONSEKVENSER VED AT OVERTRÆDE REGLERNE

ADD modtager analysesvar og efterretninger om overtrædelse af antidopingreglerne. Vurderer ADD, at der er grundlag for at rejse en dopingsag, indbringer ADD sagen for DIF's Dopingnævn, der afsiger kendelse.

Konsekvenserne for overtrædelse af antidopingreglerne omfatter diskvalifikation af resultater og udelukkelse fra konkurrence og træning i en periode. Din overtrædelse af reglerne bliver offentliggjort over for din klub, dit nationale og internationale specialforbund og WADA. Din sanktion bliver desuden registreret i Dopingregistret.

Dopingregisteret er et elektronisk register med oplysninger om alle personer, der har en gældende dopingsanktion og derfor er udelukket.

TAB AF RESULTATER

I individuel idræt vil overtrædelse af reglerne medføre, at en udøvers resultater automatisk diskvalificeres i den konkurrence, hvor den positive prøve er fundet.

Men udøveren kan også få frataget resultater, medaljer, point og præmier i alle andre konkurrencer fra den dato, der er taget en positiv prøve, eller antidopingreglerne er blevet overtrådt.

I holdidrætter vil overtrædelse af reglerne ud over konsekvenser for den enkelte kunne medføre sanktioner for holdet (f.eks. tab af point, diskvalificering). Dette afhænger af den enkelte idræts egne regler.

Se De nationale antidopingregler artikel 10 og 11.

UDELUKKELSE

Udelukkelse betyder, at du ikke kan deltage i konkurrencer eller træning under idrættens hovedorganisationer DIF, DGI og Firmaidrætten, organisationernes medlemsforeninger, specialforbund og klubber samt i motions- og fitnesscentre, der samarbejder med ADD.

Du kan heller ikke deltage i konkurrencer eller træning, der er organiseret af andre parter, som har bundet sig til at følge antidopingreglerne, f.eks. internationale specialforbund mv.

Hvor lang er udelukkelsesperioden?

Udøvere kan udelukkes fra al konkurrence og træning i op til fire år.

Kan en udelukkelse undgås?

Ja, men kun hvis udøveren er i stand til at påvise at være uden egen skyld eller at have handlet uagtsomt.

Hvis overtrædelsen af reglerne omhandler stoffer på Dopinglisten, der er større risiko for at indtage uforvarende (specificerede stoffer), kan udøveren i visse tilfælde få reduceret sanktionen, dog minimum til en reprimande. Det samme kan gøre sig gældende ved f.eks. forurenede kosttilskud, som indeholder et ulovligt stof, der ikke er angivet på varedeklarationen.

Hvilke faktorer afgør længden på udelukkelsesperioden?

Typen af overtrædelse, stoffet eller metoden, som en udøver har anvendt, udøverens adfærd og i hvilken grad, udøveren bærer skylden, er afgørende for længden af udelukkelsesperioden.

OPSUMMERING AF UDELUKKELSESREGLERNE

Ved overtrædelse af antidopingreglerne er hovedreglen som følger:

Udgangspunktet er en udelukkelsesperiode på fire år, uafhængigt af det forbudte stof eller metode.

Din grad af skyld har betydning for udmåling af sanktionen.

Hvis overtrædelsen af reglerne f.eks. vedrører et specificeret stof, et forurenet kosttilskud eller andre særlige tilfælde, og du kan bevise, at du er uden egen væsentlig skyld i overtrædelsen, kan sanktionen potentielt nedsættes til nul til to års udelukkelse – dog minimum til en reprimande – afhængig af din grad af skyld.

Se mere i De nationale antidopingregler artikel 10 og 11 og WADA-kodekset artikel 10.3.

Mulighed for nedsat sanktion ved assistance til at afdække regelbrud

Et vigtigt bidrag til at beskytte fair idræt er, at udøvere og andre personer samarbejder om at afdække overtrædelser af reglerne.

I reglerne anerkendes denne form for assistance på flere måder:

- Udelukkelsesperioden kan reduceres med op til halvdelen af den oprindelige udelukkelsesperiode, hvis du på eget initiativ indrømmer overtrædelsen af antidopingreglerne, før du modtager meddelelse om, at reglerne er overtrådt.
- Udelukkelsesperioden kan også reduceres, hvis du indrømmer forholdet umiddelbart efter, du modtager meddelelse om overtrædelsen.
- Udelukkelsesperioden kan reduceres, hvis du yder omfattende assistance til en antidopingorganisation, politiet, en strafferetlig myndighed eller lignende, hvor din hjælp medfører, at en antidopingorganisation får kendskab til andres brud på reglerne.

Se De nationale antidopingregler artikel 10.6 og WADA-kodekset artikel 10.6.1 til 10.6.3.

MIDLERTIDIG UDELUKKELSE

Får du en dopingsag, kan du blive pålagt en midlertidig udelukkelse, mens sagen kører. Er du ikke pålagt en midlertidig udelukkelse, kan du vælge frivilligt at acceptere en midlertidig udelukkelse, før sagen behandles i Dopingnævnet. Den midlertidige udelukkelsesperiode modregnes den endelige udelukkelsesperiode.

HVORNÅR BEGYNDER UDELUKKELSESPERIODEN?

Udelukkelsesperioden begynder fra den dato, den midlertidige udelukkelse begynder, eller fra den dato Dopingnævnet eller DIF-idrættens højeste appelinstans fastsætter.

HVORNÅR SLUTTER UDELUKKELSESPERIODEN?

Du er udelukket indtil den dato, som er fastsat af Dopingnævnet eller DIF-idrættens højeste appelinstans.

Du har lov til at genoptage træningen med dit hold eller bruge faciliteterne i en klub under DIF's specialforbund i den af de følgende perioder, der er kortest:

- De sidste to måneder af din udelukkelsesperiode.
- Den sidste fjerdedel af din pålagte udelukkelsesperiode.

Se De nationale antidopingregler artikel 10.11.2 og WADA-kodekset artikel 10.12.2.

ØKONOMISKE KONSEKVENSER

Økonomiske sanktioner kan aldrig erstatte eller reducere udelukkelsesperioden, og der pålægges ikke bøder ifølge antidopingreglerne.

DIF, Team Danmark og specialforbund kan helt eller delvist fratage økonomisk støtte til en udøver, der er udelukket som følge af overtrædelse af antidopingreglerne.

Se De nationale antidopingregler artikel 10.11.4 og WADA-kodekset artikel 10.10

OFFENTLIGGØRELSE

Modtager du en sanktion for overtrædelse af antidopingreglerne, bliver sanktionen registreret i Dopingregistret og offentliggjort (uden navn) på DIF og ADD's hjemmesider. I særlige tilfælde udsender DIF en pressemeddelelse om kendelsen med navns nævnelse.

Hvis udøveren frifindes, kan afgørelsen kun offentliggøres med udøverens samtykke.

Se De nationale antidopingregler artikel 14 og WADA-kodekset artikel 14.3.

HOLDIDRÆT

Hvis du deltager i holdidræt og dømmes for overtrædelse af antidopingreglerne, er du underlagt alle gældende regler. I tillæg til din sag kan det også få konsekvenser for dit hold. Organisationen, som har jurisdiktion til det arrangement, dit hold deltager i, afgør, hvilke sanktioner der skal pålægges dit hold.

FORÆLDELSE

Overtrædelser af antidopingreglerne forældes efter ti år regnet fra tidspunktet for den påståede overtrædelse. Hvis en overtrædelse ikke er påvist inden for ti år, kan den ikke sanktioneres.

Har du haft en dopingsag og får yderligere en sag inden for ti år efter den første, indtræder der gentagelsesvirkning, og sanktionen bliver strengere end en førstegangsovertrædelse.

Se De nationale antidopingregler artikel 10.7 og 17 og WADA-kodekset artikel 17.

HØRING OG APPELMULIGHED

Dopingsager, der oprettes i ADD efter De nationale antidopingregler, afgøres af Dopingnævnet under DIF.

Nationale afgørelser kan ankes til DIF-idrættens højeste appelinstans. Er dopingsagen knyttet til et internationalt arrangement, eller du er udøver på internationalt niveau, kan du og andre antidopingorganisationer anke dommen til den internationale sportsdomstol, CAS.

Se De Nationale Antidopingregler artikel 8 og WADA-kodekset artikel 13.1 til 13.2

DEL 10 FAIR IDRÆT

Respekt for idrættens regler er en forudsætning for at deltage og konkurrere på fair vilkår. Antidopingreglerne er en del af de samlede konkurrenceregler i idrætten, som er med til at beskytte den enkelte udøver og værne om idrættens værdier og integritet.

Tag kontakt til ADD, dit nationale eller internationale specialforbund, hvis du ønsker information, som specifikt gælder for Danmark eller for din idræt.

BILAG

BILAG 1 VEJLEDNING FOR PRØVETAGNING

Følgende beskriver dopingkontrolprocessen ved afgivelse af urinprøve.

Bemærk, at der er nogle få modifikationer for mindreårige og idrætsudøvere med handicap. Disse finder du sidst i dette bilag.

Oplever du forhold i forbindelse med dopingkontrollen, du er utryg ved, skal du notere det på dopingkontrolprotokollen. Afvigelser fra nedenstående procedure betyder ikke nødvendigvis, at et prøveresultat erklæres ugyldigt.

1 VALG AF UDØVER

Du kan blive indkaldt til dopingkontrol når som helst og hvor som helst af en antidopingorganisation med ret til at teste dig. Som idrætsudøver har du pligt til at afgive dopingprøve(r) i henhold til gældende regler og procedurer.

2 INDKALDELSE

En dopingkontrollant eller eskorte indkalder dig til dopingkontrol. Du bliver informeret om dine rettigheder og pligter. Du har blandt andet ret til at tage en ledsager med efter eget valg – denne må dog ikke være til stede under selve afgivelsen af urinprøven.

Du vil blive bedt om at underskrive et skema (dopingkontrolprotokol), der bekræfter, at du er indkaldt. Du vil også blive bedt om at legitimere dig. Dopingkontrollanten skal også legitimere sig over for dig.

Du har pligt til at være under konstant opsyn af dopingkontrollanten eller eskorten, indtil kontrollen er gennemført.

3 FREMMØDE VED KONTROLLOKALET

Du skal gå til kontrollokalet umiddelbart efter, du er indkaldt til kontrol.

Du kan få tilladelse af dopingkontrollanten til at færdiggøre den aktivitet, du er i gang med – f.eks. træningspas, medaljeceremoni mv. – eller til at lokalisere din ledsager. Men du må ikke gå på toilettet, før du aflægger dopingprøven, idet dopingprøven skal bestå af den første urin, der forlader din krop, efter du er indkaldt.

4 VALG AF PRØVESÆT

Når du er klar til at afgive din urinprøve, vælger du et forseglet urinbæger. Der skal altid være flere bægre at vælge imellem. Du skal tjekke, at forseglingen omkring urinbægeret ikke er brudt, og at udstyret er rent og ikke manipuleret med.

5 AFGIVELSE AF URINPRØVE

Når du afgiver urinprøve, er du under direkte opsyn af kontrollanten eller eskorten, der skal være af samme køn som dig.

Du bliver bedt om at vaske hænder grundigt inden prøveafgivelse.

Du bliver desuden bedt om at rulle dine ærmer op, fjerne eller flytte tøj, der hindrer tydeligt udsyn til afgivelsen af prøven.

Det er vigtigt, at det kun er dig, der håndterer urinbægeret, indtil prøven er forseglet. Det er din sikkerhed for at prøven ikke manipuleres.

Din eventuelle ledsager må ikke være med under afgivelsen af urinprøven.

6 URINMÆNGDE

Du skal normalt afgive mindst 90 ml urin. Hvis du ikke er i stand til at afgive en tilstrækkelig mængde urin i første forsøg, skal du forsegle den midlertidige urinprøve, og du skal afgive mere urin, indtil prøven er tilstrækkelig stor.

7 FORDELING AF PRØVEN

Du skal vælge ét af flere forseglede urinprøvesæt. Du skal tjekke, at forseglingen på udstyret ikke er brudt, at udstyret er rent, at det ikke er ødelagt eller defekt, samt at alle de påtrykte kodenumre er ens.

Du skal derefter fordele urinen i to flasker, en A- og en B-prøve.

8 FORSEGLING AF PRØVEN

Du vil blive bedt om at forsegle A- og B-flasken. Både du og dopingkontrollanten skal kontrollere, at flaskerne er forseglede.

9 MÅLING AF PRØVENS MASSEFYLDE

Dopingkontrollanten måler prøvens massefylde. Hvis målingerne ligger uden for de fastsatte grænseværdier, skal du afgive en ny prøve.

10 UDFYLDELSE AF PROTOKOL TIL DOPINGKONTROL

Du skal oplyse, hvilke(n) medicin, vitaminpræparater, kosttilskud og helsekostprodukter mv. du har indtaget inden for de seneste syv dage.

Hvis du har bemærkninger til den proces, du har været igennem, skal du skrive dem på protokollen.

Du vil blive spurgt, om prøven må bruges anonymiseret til forskning, efter dopingkontrolanalysen er afsluttet. Det er helt op til dig, om prøven må benyttes eller ej.

Du vil blive bedt om at tjekke, at alle dine personlige oplysninger og prøvens kodenummer er korrekt anført i protokollen.

Du vil blive bedt om at underskrive protokollen. Derefter vil du modtage en kopi af protokollen, og du er færdig med kontrollen.

11 ANALYSE AF DOPINGPRØVE

Alle dopingprøver bliver sendt til et WADA-akkrediteret laboratorium. Laboratoriet modtager din prøve i anonymiseret form – uden dit navn.

I forbindelse med kontrollen har du delt din urinprøve i en A- og en B-prøve. Det er A-prøven som analyseres. B-prøven bruges til at bekræfte et eventuelt positivt resultat i A-prøven.

Analyseresultatet bliver sendt til ADD eller det internationale specialforbund afhængig af, hvem der er ansvarlig for prøvetagningen. Der sendes ikke analysesvar til dig, når prøven er negativ, men udøvere med en ADAMS-profil kan se deres analysesvar der. Du får skriftlig besked, hvis prøven er positiv, dvs. at analysen har afsløret stoffer og/eller metoder, som står på Dopinglisten.

Hvis A-prøven er negativ, bliver det resterende af A-prøven samt B-prøven opbevaret i minimum tre måneder, før de destrueres. Bemærk, at prøven kan opbevares og reanalyseres, og der kan rejses sag i op til ti år.

Hvad med blodprøver?

En dopingkontrol kan også indebære, at du skal afgive blodprøve. For blodprøver gælder de samme principper som for urinprøvetagning, herunder for indkaldelse, valg af udstyr mv.

En godkendt blodprøvetager/dopingkontrollant vil forestå blodprøven. For nogle typer af blodprøvekontrol gælder særlige krav om, at du skal forholde dig i ro i et givet tidsrum forud for prøvetagning.

Hvordan adskiller processen sig for mindreårige og personer med handicap?

INDKALDELSE

Er du mindreårig (under 18 år), skal du under tilstedeværelse af en voksen varsles om, at du indkaldes til dopingkontrol.

AFGIVELSE AF PRØVE

Mindreårige kan vælge at have en ledsager til stede under prøveafgivelsen på toilettet til at observere kontrollanten, såfremt udøveren selv ønsker dette. Hvis en mindreårig ikke ønsker at have en ledsager med, kan dopingkontrollanten ligeledes bede ledsageren om at observere for at sikre forholdene for begge parter.

Udøvere med begrænset bevægelighed kan bede sin ledsager eller dopingkontrollanten om hjælp til at håndtere prøvetagningsudstyret, fordele prøven og udføre papirarbejdet.

Udøvere, som har betydelige problemer med koordination, kan bruge et større urinbæger, i fald det er tilgængeligt.

Hvis en udøver er synshæmmet, kan udøvere bede ledsageren være med gennem hele prøveafgivelsen. Ledsager eller dopingkontrollant kan læse informationerne på protokollen op, og ledsager kan underskrive protokollen på udøverens vegne.

Bruger udøveren kateter, skal det tømmes, da ny urin bruges til dopingprøven.

Urinkateter for idrætsudøvere med behov for selv-kateterisering betragtes som personligt udstyr, og udøveren har derfor selv ansvar for at medbringe sit eget i forbindelse med prøvetagning.

Idrætsudøvere med et kognitivt handicap har ret til at have en ledsager med sig på alle tidspunkter i forbindelse med prøvetagning.

BILAG 2 POSITIVE DOPINGPRØVER

Når laboratorier analyserer prøver, kender de ikke navnet på udøveren, men kun prøvens kodenummer.

Er dopingprøven positiv, og er du konkurrenceudøver, vil både ADD, din forening/klub, dit nationale og internationale specialforbund samt WADA blive orienteret om prøveresultatet.

Læs evt. mere om sagsbehandling af positive prøver i de Nationale Antidoping-regler.

OPSUMMERING AF UDELUKKELSESREGLERNE

Hvis din A-prøve er positiv, vil den organisation, der har ansvaret for din prøve, undersøge, om du har en gældende dispensation (TUE) for de stoffer, som er påvist i prøven, samt om prøven er blevet afgivet, og analysen gennemført efter gældende procedurer.

Er du ikke eliteidrætsudøver, skal du efter reglerne først søge om medicinsk dispensation (TUE) efter en dopingkontrol. Din dispensationsansøgning bliver behandlet inden den videre håndtering af din prøve.

For at komme i betragtning til en TUE skal du leve op til en række specifikke krav, uanset om du søger dispensation på forhånd eller ej.

Hvis du har eller får en TUE, og det positive analyseresultat skyldes tilladt brug af medicin, sker der ikke yderligere.

Er din prøve positiv, får du skriftlig tilbagemelding om dit prøveresultat og dine rettigheder, hvorefter ADD (eller det internationale specialforbund) rejser en dopingsag og giver besked til dit specialforbund og (i Danmark) din forening/klub. Du kan forlange at få B-prøven analyseret. Du ret til at være til stede eller til at sende en repræsentant i forbindelse med åbningen af din B-prøve.

Er analyseresultatet af B-prøven negativt, bliver dopingsagen hævet.

Skyldes det positive analyseresultat ikke lovlig brug af lægemidler mv., får du mulighed for at indgive forklaring på den positive prøve. Du får også mulighed for frivilligt at acceptere midlertidig udelukkelse.

I Danmark sender ADD sagen til DIF's Dopingnævn til afgørelse.

NOTER

ADD
ANTI DOPING DANMARK

WORLD
ANTI-DOPING
AGENCY
play true

www.antidoping.dk