



# Antidopingpolicy for Ringerike Sykkelklubb

Rent Idrettslag

Forebyggende antidopingarbeid

Utviklet av Stiftelsen Antidoping Norge i samarbeid med  
Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité  
Norsk Tipping

## Antidopingpolicy

### 1) Verdier og holdninger

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

Vi skal ikke ha utøvere eller ledere i vårt idrettslag som har vært involvert i dopingsaker, det være seg ved å avlegge positive prøver på forbudt stoff, eller bidratt til å rådgi andre til å bruke eller skaffe til veie forbudte stoffer.

### 2) Kunnskap

Vi har en lenke fra lagets nettsider til [www.antidoping.no](http://www.antidoping.no) slik at alle medlemmer har tilgang til oppdatert informasjon om antidoping.

Vi vil også rådføre oss med kompetanse steder på doping arbeid når vi føler behov for veiledning.

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

Alle sportsdirektører, trenere, ledere, ryttere med kontrakt skal gjennomføre "Ren Utøver" programmet.

Alle andre utøvere, trenere, ledere i klubben skal informeres om Rent Idrettslag gjennom holdningsskapende møter i klubbens regi.

### 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.

Støttepersonell som ikke ønsker å være medlem i klubben eller ikke har avtale der de forplikter seg til å følge NIF sine lover. Skal ikke få lov til å være en del av klubben.

I vårt idrettslag er alle utøvere kjent med at de plikter å avgi dopingprøve fastsatt av Antidoping Norge. <br>

I våre avtaler med utøvere er det en egen bestemmelse om bortfall av godtgjøring for de som blir dømt for brudd på dopingbestemmelsene. <br>

### 4) Bevisstgjøring

Vi samarbeider kun med treningssentre som tar antidopingarbeidet på alvor.

Istedenfor kosttilskudd anbefaler vi et variert og riktig kosthold og skolerer våre utøvere om dette.

I vårt idrettslag anbefaler vi å ta kontakt med en ernæringsekspert/lege før eventuelle kosttilskudd benyttes for veiledning i forhold til kosthold.

I vårt idrettslag reklamerer vi ikke for kosttilskudd.

Vi synliggjør idrettslagets antidopingarbeid gjennom sertifikat i klubbhuset.

Vi synliggjør vår verdiprofil gjennom programbladtekster og nettsider.

## 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.

**Policynr : Rin52XAB**