

# Sport ohne Doping!

## Informationen zu Anti-Dopingregeln für Leistungssportlerinnen und Leistungssportler

Handlungssicherheit in Fragen der Dopingprävention  
für Leistungssportlerinnen und Leistungssportler  
sowie deren Umfeld, Medizinerinnen und Mediziner,  
Apothekerinnen und Apotheker.

Projektpartner:





## Projektpartner



im Deutschen Olympischen Sportbund e.V.

Deutsche Sportjugend  
im Deutschen Olympischen Sportbund e.V.  
Otto-Fleck-Schneise 12  
60528 Frankfurt am Main  
[www.gate-projekt.de](http://www.gate-projekt.de)  
[www.dsj.de](http://www.dsj.de)



DEUTSCHER OLYMPISCHER SPORTBUND

Deutscher Olympischer Sportbund e.V.  
Otto-Fleck-Schneise 12  
60528 Frankfurt am Main  
[www.gate-projekt.de](http://www.gate-projekt.de)  
[www.dosb.de](http://www.dosb.de)

## ZENTRUM FÜR DOPING PRÄVENTION

Zentrum für Doping Prävention  
der Pädagogischen Hochschule Heidelberg  
Zeppelinstraße 3  
69121 Heidelberg  
[www.contra-doping.de](http://www.contra-doping.de)  
[www.gate-projekt.de](http://www.gate-projekt.de)



NADA  
Nationale Anti Doping Agentur  
Heussallee 38  
53113 Bonn  
[www.nada-bonn.de](http://www.nada-bonn.de)



## Inhaltsverzeichnis

Projektpartner	2
Inhaltsverzeichnis	3
Vorwort	4
Einleitung	7
Basiswissen für Leistungssportler/-innen	8
Informationen zu Vitaminen und Nahrungsergänzungsmitteln (NEM)	11
Informationen zum Anti-Dopingreglement	12
Informationen für Mediziner/-innen	13
Ablauf einer Dopingkontrolle	16
Goldene Regeln	17
Internetadressen	20
DOSB-Vertrauensperson	21
Impressum	21
Arbeitsmaterialien in der Übersicht (Auszug)	22

# DOPING

## Vorwort

Liebe Sportlerinnen,  
liebe Sportler,

im Kampf gegen Doping gilt für uns das Null-Toleranz-Prinzip. Unser Ziel ist es, die Betreuung der Athletinnen und Athleten auf allen Ebenen so zu gestalten, dass kein Raum für den Einsatz illegaler, leistungssteigernder Mittel bleibt.

Hierbei spielt die Prävention eine herausragende Rolle. Es ist von großer Wichtigkeit, dieses Thema systematisch und nachhaltig in der Aus- und Fortbildung im Sport zu verankern.

Das Ziel dieser Broschüre ist es, unsere Sportlerinnen und Sportler über die relevanten Bestimmungen zum Thema Anti-Doping zu informieren und ihnen damit Handlungssicherheit für den Umgang mit diesem sensiblen Thema zu ermöglichen.

Daher enthält diese Publikation wichtige Hinweise zum Anti-Doping-Reglement sowie zu dem Ablauf einer Doping-Kontrolle. Darüber hinaus werden einige Grundregeln erläutert, deren Beachtung für alle Aktiven im Leistungssport von Bedeutung ist.

Wir verbinden mit dieser Broschüre nicht nur den Wunsch, dass sie in Zukunft zur Standardlektüre unserer Sportlerinnen und Sportler wird, sondern auch die Hoffnung, dass damit deren Bewusstsein für den Kampf gegen Doping geschärft wird.

Der DOSB dankt insbesondere der Deutschen Sportjugend (dsj), dem Zentrum für Dopingprävention in Heidelberg (ZfDP) und der Nationalen Anti Doping Agentur (NADA) für ihre Mitwirkung bei der Erstellung dieser Broschüre.

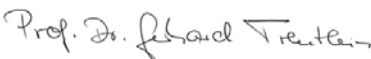
Sie ist ein weiterer Schritt im Kampf des DOSB für einen sauberen Sport.



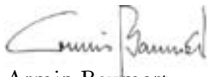
Dr. Thomas Bach  
Präsident Deutscher Olympischer Sportbund



Ingo Weiss  
1. Vorsitzender der Deutschen Sportjugend



Prof. Dr. Gerhard Treutlein  
Leiter des Zentrums für Dopingprävention



Armin Baumert  
Vorsitzender der Nationalen Anti Doping Agentur



# Sport ohne Doping

Wir rufen zu einem **fairen Umgang** mit anderen auf,  
zum Respektieren des Gebots der Chancengleichheit,  
aber auch zur Verantwortung gegenüber dem eigenen Körper.



GLAUBWÜRDIG,  
AUTHENTISCH,  
TRANSPARENT,  
MIT ETHISCHER  
VERANTWORTUNG



## Einleitung

### Wofür ist diese Informationsbroschüre?

Sie hilft Euch beim Arzt/der Ärztin sowie in der Apotheke und enthält wichtige Informationen, die bei der Behandlung sowie beim Verschreiben und Ausgeben von Medikamenten zu berücksichtigen sind. Ihr bekommt einen Überblick über die Verbotsliste der WADA und über die Regelungen zum Ausfüllen einer medizinischen Ausnahmegenehmigung (TUE). In dieser Mappe solltet Ihr wichtige Dokumente wie Atteste, Rezepte, Ausnahmegenehmigungen oder Informationen zu Medikamenten und Nahrungsergänzungsmitteln sammeln und immer bei Euch tragen. Ihr habt so alles zur Hand und könnt es den Kontrolleuren auf Anfrage vorzeigen. Die Broschüre/Mappe hält alles zusammen und ist leicht zu transportieren.

Sie hilft Euch bei einer Dopingkontrolle: Als Leistungssportlerin und -sportler unterliegt Ihr Dopingkontrollen. Bei Dopingkontrollen werden Euch Fragen gestellt, die Ihr leichter beantworten könnt, wenn Ihr diese Informationsbroschüre (mit Kopien von Rezepten, Namen der behandelnden Ärzte/-innen, Ausnahmegenehmigung TUE usw.) mit Euch führt.

Bei weitergehendem Informationsbedarf findet Ihr nützliche Adressen und Informationen über die Verbotsliste der WADA und über die Regelungen für das Erteilen einer Ausnahmegenehmigung.

Ihr solltet bei Eurem Arzt/Eurer Ärztin immer darauf hinweisen, dass Ihr Leistungssportler/-innen seid und Anti-Dopingregeln unterliegt, die bei Behandlungen von Krankheiten und Verschreibungen von Medikamenten berücksichtigt werden müssen.



## Basiswissen für Leistungssportler/-innen

### Die Verbotsliste Was ist wann verboten?

Die Verbotsliste der Welt Anti Doping Agentur (WADA) wird jedes Jahr zum 1. Januar aktualisiert. Sie ist Bestandteil der internationalen Konvention der UNESCO gegen Doping im Sport. Ihr findet diese Liste auf der Homepage der NADA unter [www.nada-bonn.de](http://www.nada-bonn.de)

Substanzen, die zu allen Zeiten (inner- und außerhalb von Wettkämpfen) verboten sind:

Anabolandrogene Steroide, Hormone und verwandte Wirkstoffe, Beta-2-Agonisten, Hormon-Antagonisten und -Modulatoren, Diuretika und andere Maskierungsmittel

#### Im Wettkampf sind verboten:

Stimulanzien, Narkotika, Cannabinoide, Glukokortikoide.

#### In bestimmten Sportarten sind verboten:

Alkohol, Betablocker - Ihr müsst Euch deshalb informieren, welche Substanzen speziell in Eurer Sportart verboten sind.

#### Spezifische Substanzen:

Sie können in vielen Medikamenten enthalten sein und zu unbeabsichtigten Verstößen gegen die Anti-Doping-Regeln führen. Da ein gezielter Missbrauch als Dopingmittel weniger wahrscheinlich ist, kann die Verwendung zu einer verminderten Sanktion führen, wenn Ihr sicher nachweisen könnt, dass Ihr sie nicht zu Dopingzwecken eingenommen habt.

Methoden, die zu allen Zeiten (inner- und außerhalb von Wettkämpfen) verboten sind:

Blutdoping (Erhöhung des Sauerstofftransfers), physikalische und chemische Manipulation - inklusive Infusionen (ab 50ml - Ausnahme: Notfall-Medizin), Gendoping.



## Basiswissen für Leistungssportler/-innen

### Aufpassen müsst Ihr:

- Wenn Euch Substanzen während einer wettkampffreien Zeit verschrieben wurden – manche Medikamente haben lange Abbaueiten und können auch dann nachgewiesen werden, wenn Ihr Euch schon wieder in der Wettkampfphase befindet.
- Bezüglich des Zeitraums, der als Wettkampfperiode definiert wird; in diesem Zeitraum dürft Ihr auch alle nur im Wettkampf verbotenen Substanzen nicht benutzen. (Der Wettkampfzeitraum für die Olympischen Spiele in Peking 2008 begann z.B. schon zwei Wochen vor der Eröffnungsfeier und endete für alle einen Tag nach der Schlussfeier, auch für die, die ihren Wettkampf längst abgeschlossen hatten.).
- Wenn Euch andere etwas anbieten (offene Getränke, Nahrungsergänzungsmittel, etc.).





## Basiswissen für Leistungssportler/-innen

### Informationen zur Droge Cannabis

Besser bekannt ist Cannabis als THC, Haschisch oder Marihuana. Cannabis ist im Wettkampf verboten. Es kann aber sehr lange dauern, ehe Cannabis endgültig aus dem Körper ausgeschieden und nicht mehr nachweisbar ist (bis zu mehreren Wochen). Das heißt, auch wenn es in der wettkampffreien Zeit in den Körper gelangt, kann das noch bei einer Wettkampfkontrolle zu einem positiven Befund führen.

Es wurde ein Grenzwert festgelegt: Das heißt, der Nachweis von mehr als 15 Nanogramm/ml THC im Urin gilt als Doping. Es ist sogar möglich, dass passives Rauchen zu einer positiven Probe führt. THC steigert eigentlich die Leistung gar nicht. Durch seine Wirkung kann es allerdings zu einer gleichgültigen Einstellung und damit zu riskanterem Verhalten kommen. Das schadet nicht nur Dir selbst, sondern auch anderen, z.B. Mitspieler/-innen.





## Informationen zu Vitaminen und Nahrungsergänzungsmitteln (NEM)

In der Regel reicht eine vielfältige und ausgewogene Ernährung aus, um dem Organismus der Sportlerinnen und Sportler die für sie notwendigen Stoffe zuzuführen. Eine zusätzliche Einnahme (Substitution) ist zumindest für Jugendliche nur gerechtfertigt, wenn ein Mangelzustand vorliegt (krankhaft oder zeitweilig, dann auf ärztlicher Anweisung).

- Wenn Ihr durch einen/einer aus Eurer Sicht kompetenten Berater/-in (z.B. Trainer/-in, Physiotherapeut/-in) dazu aufgefordert werdet, Vitamine, Nahrungsergänzungsmittel oder Ähnliches zu verwenden, müsst Ihr Euch vergewissern, dass diese Mittel keinerlei Dopingsubstanzen enthalten.
- Extrem wachsam müsst Ihr hinsichtlich der Herkunft des Produktes und der Herstellungsbedingungen sein. Produkte, die keine Beschreibung haben und keinerlei Auskunft über ihre Inhaltsstoffe geben, sind **UNBEDINGT ZU VERMEIDEN**.
- Wenn Ihr Produkte im Internet oder in einer Fachzeitschrift bestellt, geht Ihr ein hohes Risiko ein. Nahrungsergänzungsmittel können verunreinigt oder bewusst mit verbotenen Substanzen versetzt sein, besonders mit Steroiden und Stimulanzien.

**Wenn Ihr auch nur den geringsten Zweifel habt, dann verzichtet auf die Verwendung!**

Unter der Adresse [www.koelnerliste.com](http://www.koelnerliste.com) findet Ihr Informationen zu untersuchten NEM mit zumindest minimiertem Risiko der Kontamination bzw. Verunreinigung. Die Firmen der dort aufgelisteten NEM haben sich bereit erklärt, ihre Produkte auf Verunreinigungen untersuchen zu lassen. Aber auch das ist kein hundertprozentiger Schutz.

**! Wichtig: Das Risiko und die Verantwortung trägt Ihr selbst!**



## Informationen zum Anti-Dopingreglement

### Informationen zum Anti-Dopingreglement

- Nationale Anti Doping Agentur (NADA)  
[www.nada-bonn.de](http://www.nada-bonn.de)
- Welt Anti Doping Agentur (WADA)  
[www.wada-ama.org](http://www.wada-ama.org)

### Antragsformulare für Ausnahmegenehmigungen (TUE, ATUE)

- Nationale Anti Doping Agentur (NADA)  
[www.nada-bonn.de](http://www.nada-bonn.de)

### Wer mehr zur Aufklärung und Alternativen wissen will

- Nationale Anti Doping Agentur (NADA)  
[www.nada-bonn.de](http://www.nada-bonn.de)
- Deutsche Sportjugend (dsj)  
[www.dsj.de](http://www.dsj.de)  
[www.gate-projekt.de](http://www.gate-projekt.de)
- Zentrum für Dopingprävention der Pädagogischen Hochschule Heidelberg (ZfDP)  
[www.contra-doping.de](http://www.contra-doping.de)  
[www.gate-projekt.de](http://www.gate-projekt.de)

### Zu Substanzen, Wirkungen und Nebenwirkungen, Dopingfällen

- Institut für Biochemie Köln  
[www.dopinginfo.de](http://www.dopinginfo.de)



## Informationen für Mediziner/-innen

### Informationen für Mediziner/-innen

Mit den folgenden Informationen könnt Ihr Eurer Ärztin/Eurem Arzt helfen, die richtige Behandlung für Euch zu finden.

### Information zu medizinischen Ausnahme- genehmigungen (TUE)<sup>1</sup>

Die Bestimmungen werden jeweils am 1. Januar eines Jahres aktualisiert, d.h. sie können sich ändern!

- **Medizinische Ausnahmegenehmigungen:**  
Es gibt nur noch das Standard-Antragsverfahren (TUE); das vereinfachte Verfahren (ATUE)<sup>2</sup> entfällt.
- **Medizinische Ausnahmegenehmigungen**  
haben den Hintergrund, Sportler/-innen, deren Gesundheitszustand (akut oder chronisch) die Einnahme von nach den Anti-Dopingregeln verbotenen Medikamenten erfordert, die Teilnahme an Wettkämpfen ohne Gefahr einer positiven Kontrolle zu ermöglichen, (das gilt nur für die in der TUE aufgeführten Substanzen und Dosierungen).  
Eine notwendige Behandlung ist während der angegebenen Dauer und in der vorgeschriebenen Dosierung möglich, sofern es keine therapeutische Alternative gibt und wenn dadurch keine Leistungsverbesserung provoziert wird (außer der Rückkehr zum normalen Gesundheitszustand).  
Über die Ausstellung von TUEs wird gemäß den WADA- und NADA-Regeln in einem Ärztegremium entschieden.
- **TUEs**  
sind für alle Leistungssportlerinnen und Leistungssportler absolut notwendig, die dem nationalen und/oder internationalen Kontrollsystem unterworfen sind. Die notwendigen Formulare sind unter [www.nada-bonn.de/downloads/formulare](http://www.nada-bonn.de/downloads/formulare) aufgeführt.

1 TUE steht für Therapeutic Use Exemption

2 ATUE steht für Abbreviated Therapeutic Use Exemption



## Informationen für Mediziner/-innen

- Für jeden Antrag muss das entsprechende Formular verwendet werden. In einem medizinischen Notfall (in diesem Fall gibt es die Möglichkeit zur nachträglichen Antragsstellung) soll der komplette Antrag mindestens vier Wochen vor dem Wettkampf bzw. vor der Anwendung (bei im Training verbotenen Substanzen) bei der NADA (und im gegebenen Fall beim internationalen Fachverband) eingereicht werden.

[www.nada-bonn.de/medizin/](http://www.nada-bonn.de/medizin/)

Über 50jährige Sportlerinnen und Sportler, die keinem Testpool angehören, weisen bei einem Start in Deutschland, sofern dies mit den Regelungen ihrer Internationalen Fachverbände übereinstimmt,

- die erforderliche Behandlung mit Beta-Blockern (nicht für alle Sportarten) bzw. Diuretika,
- die erforderliche Behandlung eines insulinpflichtigen Diabetes mellitus mit Insulin,
- die inhalative Anwendung von Beta-2-Agonisten (beschränkt auf Formoterol, Salbutamol, Salmeterol und Terbutalin) sowie
- die erforderliche Behandlung mit Glukokortikoiden,

jeweils durch eine ärztliche Bescheinigung des behandelnden Arztes oder der Ärztin nach. Sie wird bei einer Doping-Kontrolle vorgelegt und von dem Kontrolleur oder der Kontrolleurin dem Originalprotokoll beigelegt. Die Regelwerke der nationalen und internationalen Fachverbände sind zu beachten.

**!** Vor einem Auslandsstart erkundigt Ihr Euch bitte beim Veranstalter, Eurem Internationalen Fachverband oder der zuständigen Anti-Doping Organisation nach deren Regeln.



## Informationen für Mediziner/-innen

### Spezialfall: Glukokortikoide (Kortison):

- Systemisch (intramuskulär, intravenös, oral, rektal):  
TUE (Medizinische Ausnahmegenehmigung)
- Als Injektionen in Gelenke/Sehnen (lokal) oder Inhalativ:  
Declaration of Use (Erklärung zum Gebrauch)  
(Als Download auf [www.nada-bonn.de](http://www.nada-bonn.de))
- Als Salbe auf der Haut, als Nasenspray, Augentropfen sowie Ohrentropfen (lokale Anwendung):  
Es muss keine TUE beantragt werden.

Jede Verabreichung von Kortison muss bei einer Kontrolle unbedingt angezeigt werden!

### Spezialfall: Bronchodilatoren

Asthma und nachgewiesenes Anstrengungsasthma darf mit den vier nachfolgend genannten Beta-2-Agonisten (Inhalation von Salbutamol, Terbutalin, Salmeterol oder Formoterol) behandelt werden, sofern eine TUE vorliegt. Auch mit einer TUE darf die Konzentration von Salbutamol 1000ng/ml nicht übersteigen. Eine höhere Dosierung wird als anormal angesehen (es sei denn, Sportlerinnen und Sportler können beweisen, dass das anormale Resultat Folge einer therapeutischen Nutzung von Salbutamol durch Inhalation ist).

Für Clenbuterol/Reproterol/Fenoterol gibt es keine Ausnahmegenehmigung. Athletinnen und Athleten, die keinem Testpool angehören, weisen den Gebrauch bei einem Wettkampf in Deutschland mit einem ärztlichen Attest nach. Sie brauchen keinen Antrag zu stellen.



## Ablauf einer Dopingkontrolle

### Ablauf einer Dopingkontrolle

Die Kontrolleurin/der Kontrolleur muss sich ausweisen.

- Sie/Er muss das gleiche Geschlecht haben wie der/die zu Kontrollierende.
- Die Kontrollierten dürfen sich von einer Vertrauensperson begleiten lassen.
- Die Urinabgabe findet immer unter Aufsicht und Sichtkontrolle statt. Bei unter 16-Jährigen entfällt die Sichtkontrolle.
- Es müssen mindestens 90 Milliliter Urin abgegeben werden. Die Urindichte muss mindestens 1,005 (mit dem Refraktometer gemessen) oder 1,010 (mit dem Urinstick gemessen) betragen.
- Der Urin wird im Verhältnis 2 : 1 auf die A- und B-Proben verteilt. Diese werden versiegelt und können erst im Labor wieder geöffnet werden.
- Der Ablauf der Kontrolle wird protokolliert. Die Athletin oder der Athlet kann sich einen Durchschlag des Protokolls aushändigen lassen.
- Im Protokoll werden Angaben zu in den letzten sieben Tagen verwendeten NEM und Medikamenten aufgeschrieben.





## Goldene Regeln

### Worauf Ihr achten müsst!

- Verwendet nie ein Medikament, das durch jemand anderen empfohlen wurde als durch Euren/Eure Arzt/Ärztin, Zahnarzt/Zahnärztin oder Apotheker/Apothekerin, der/die die Liste der verbotenen Substanzen und Eure Situation als Leistungssportler/-in kennt.
- Informiert Euch selbst über die Zusammensetzung des Medikaments und über seine Herkunft. Konsumiert nie Tabletten, Säfte oder Tropfen, ohne die Angaben auf dem Beipackzettel mit den Antidopingregeln verglichen zu haben.
- Verwendet ein Medikament nur, wenn Ihr es selbst aus der Originalverpackung herausgenommen habt und diese noch ordnungsgemäß verschlossen ist.
- Verwendet ohne genaue Überprüfung keine Medikamente aus dem Ausland, da diese eine andere Zusammensetzung haben könnten, auch wenn sie ähnlich klingen.
- Wenn ein Medikament eine Substanz enthält, die zu einer positiven Dopingprobe führen könnte, dann nehmt dieses Medikament auf keinen Fall ein, selbst wenn Ihr dafür ein ordnungsgemäßes Rezept habt.
- Informiert Euch bei(m) Arzt/der Ärztin über die Wirkung des Medikaments oder eines Nahrungsergänzungsmittels auf Euren Organismus.
- **Medikamente im Ausland:** Selbst wenn Medikamente im Ausland den gleichen Namen haben, ist nicht sicher, dass sie die gleichen Bestandteile enthalten.

Anfragen zu Medikamenten können an die NADA per FAX (0228-81292-239) oder per E-Mail ([medizin@nada-bonn.de](mailto:medizin@nada-bonn.de)) mit dem Formular „Medikamentenabfrage“ gerichtet werden. Abfragen sind auch per Internet in der Medikamentenbank möglich. ([www.nadamed.de](http://www.nadamed.de))



## Goldene Regeln

### Was Ihr nie vergessen dürft!

- Ihr seid selbst verantwortlich für das, was in Euren Körper hineingelangt. **Im Falle einer positiven Kontrolle werdet IHR bestraft**, gleichgültig wie die Umstände aussehen. Deshalb solltet Ihr in allen Fällen über eine Behandlung und/oder Einnahme von Mitteln selbst entscheiden.
- Vor jeder Verschreibung müsst Ihr mit dem Arzt über die Einschränkungen der Behandlungsmöglichkeiten für Leistungssportler/-innen sprechen, damit er/sie Euch unter Berücksichtigung der Anti-Dopingregeln behandeln kann.
- Ein Rezept zu haben und es vorzeigen zu können bedeutet nicht, dass Ihr bei einer Dopingkontrolle aus dem Schneider seid. Wenn Euch eine mit Einschränkungen erlaubte Substanz verschrieben wurde, braucht Ihr für deren Anwendung eine TUE der NADA (bei nationalen Wettkämpfen) und des internationalen Fachverbands (bei internationalen Wettkämpfen).
- Wenn Ihr im Ausland seid und ein Medikament kauft oder verschrieben bekommt, dann informiert Euch bei der NADA, ob das Medikament eine verbotene Substanz enthält.
- Vermeidet die Verwendung von Medikamenten mit Kodein oder Pseudo-Ephedrin. Sie sind nicht verboten, werden aber im Körper zu Stoffen metabolisiert, die in erhöhter Menge verboten sind. Die Verstoffwechslung fällt von Mensch zu Mensch unterschiedlich aus. Das heißt, selbst bei normaler Dosierung kann es zu einer positiven Kontrolle kommen.
- Vermeidet die Verwendung unbekannter Produkte, vor allem, wenn die exakte Zusammensetzung nicht vermerkt ist. Eine positive Kontrolle kann eine Folge der Verwendung eines als harmlos angesehenen Mittels sein (z.B. in der Apotheke hergestelltes Medikament, Diätmittel, Nahrungsergänzungsmittel, Sportlergetränk, Mohnkuchen). Mehr Informationen bekommt Ihr unter [www.dopinginfo.de](http://www.dopinginfo.de)



## Goldene Regeln

- Versucht immer zu einer Dopingkontrolle eine Begleitperson (Vertrauensperson) mitzunehmen, die sich bezüglich der Bestimmungen zur Durchführung einer Dopingkontrolle auskennt (z.B. Arzt/Ärztin, Trainer/Trainerin):



Vier Augen sehen immer mehr als zwei!





## Internetadressen

### Internetadressen

- [www.aerztezeitung.de](http://www.aerztezeitung.de)  
Aktuelle Zeitungsberichte zur Dopingthematik
- [www.sport.ard.de/sp/doping/webmagazin](http://www.sport.ard.de/sp/doping/webmagazin)  
Internetseite mit aktuellen Themen zu Doping und Dopingprävention
- [www.dopage.com](http://www.dopage.com)  
Le portail internet de la lutte contre le dopage – Website der Präventionsgruppe in Montpellier, die auch das Infotelefon «Ecoute Dopage» betreibt
- [www.ecoutedopage.com](http://www.ecoutedopage.com)  
Französisches Infotelefon zur Dopingproblematik (Tel. 0033 800 15 2000, Anrufe anonym und kostenlos)
- [www.dopinginfo.ch](http://www.dopinginfo.ch)  
Website des Schweizer Bundesamts für Sport mit der Möglichkeit, Anfragen zu stellen
- [www.dopinginfo.de](http://www.dopinginfo.de)  
Institut für Biochemie der Deutschen Sporthochschule Köln zur Dopingaufklärung
- [www.contra-doping.de](http://www.contra-doping.de)  
Zentrum für Dopingprävention der Pädagogischen Hochschule Heidelberg
- [www.cycling4fans.de](http://www.cycling4fans.de)  
Internetseite mit aktuellen Themen zu Doping und Dopingprävention von Monika Mischke
- [www.gate-projekt.de](http://www.gate-projekt.de)  
Mit dem Projekt GATE - das Tor zu einem glaubwürdigen, authentischen, transparenten und an ethischer Verantwortung orientierten Sport - versuchen die Deutsche Sportjugend und das Zentrum für Dopingprävention, gemeinsam mit der Deutschen Radsportjugend, modellhaft zu erproben, wie eine umfassende Dopingprävention in der Jugendorganisation eines Spitzenverbandes erfolgreich durchgeführt werden kann.
- [www.netzeitung.de](http://www.netzeitung.de)  
Unter dem Stichwort „Doping“ aktuelle Zeitungsberichte zur Dopingproblematik
- [www.sportunterricht.de/lksport/doping.html](http://www.sportunterricht.de/lksport/doping.html)  
Doping – Aufgaben und Materialien  
(u.a. Links zu wichtigen anderen Internetseiten)



## DOSB-Vertrauensperson

### Meike Evers



Meike Evers ist Mitglied der WADA-Athletenkommission und Vertrauensperson im DOSB.

Im Rahmen der WADA-Konferenz in Madrid im November des vergangenen Jahres, wurde die 2-fache Olympiasiegerin im Doppelvierer als europäische Vertreterin in die Kommission gewählt. Die 30-jährige Kriminalpolizistin hat sich in den vergangenen Jahren bereits aktiv für den Kampf gegen Doping engagiert; als Anti-Doping-Vertrauensperson im DOSB ist sie Ansprechpartnerin für Athletinnen und Athleten, die beim Thema Dopingprävention Rat oder Hilfe suchen.

#### Kontaktdaten:

Sie ist unter der E-Mail Adresse [anti-doping@web.de](mailto:anti-doping@web.de) oder telefonisch unter 0177-1960060 als Vertrauensperson erreichbar.

### Impressum

Herausgeber	Deutsche Sportjugend im DOSB e.V.
Autoren	Prof. Dr. Gerhard Treutlein (ZfDP) Patrick Magaloff (CNOSF)
Redaktion	Jörg Becker (dsj), Peter Lautenbach (dsj), Dominic Müser (NADA), Manuel Ruep (ZfDP)
Gestaltung/Druck	am-grafik, <a href="http://www.am-grafik.de">www.am-grafik.de</a> , Rodgau
Auflage	1. Auflage
Erscheinungstermin	August 2009
Förderhinweis	Gefördert durch das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) aus Mitteln des Kinder- und Jugendplans des Bundes (KJP)
Copyright	© Deutsche Sportjugend; Frankfurt am Main August 2009



## Arbeitsmaterialien in der Übersicht (Auszug)

### Arbeitsmedienmappe zur Dopingprävention

dsj-Präventionsbroschüre „Sport ohne Doping“



Arbeitsmaterialien-CD „Sport ohne Doping“



DVD „Audiovisuelle Arbeitshilfe“



Flyer „Sport mit oder ohne Doping“



PPT-Präsentation Nr. 1 „Dopingprävention“



PPT-Präsentation Nr. 2 „Sport ohne Doping“



**BESTELLUNG ÜBER:** [www.dsj.de/publikationen](http://www.dsj.de/publikationen)  
oder senden Sie uns eine E-Mail unter [info@dsj.de](mailto:info@dsj.de) zu.  
Beachten Sie unsere Versandkostenhinweise im Internet.



## Arbeitsmaterialien in der Übersicht (Auszug)

### Sport ohne Doping – Wir setzen Zeichen!

#### **Erfolgreiche Dopingprävention fängt bei Kindern und Jugendlichen an!**

Die Arbeitsmedienmappe zur Dopingprävention vermittelt praxisbezogenes Wissen und gibt Reflexionsanstöße für die Stärkung heranwachsender Sportlerinnen und Sportler. Thematisiert werden vielfältige Fakten zum Anti-Doping, Werte und Ziele dopinggefährdeter Athleten/-innen sowie konkrete Präventionsmöglichkeiten im Verein.

Trainerinnen und Trainer wie auch Übungsleiterinnen und Übungsleiter erweitern mit diesen Lehrmaterialien ihre Kompetenz für die Unterstützung starker, selbstbestimmter Persönlichkeiten als auch im Kampf gegen Doping und Medikamentenmissbrauch.

Weiterhin dienen die Unterlagen, insbesondere die PowerPoint-Präsentationen, als grundlegende Arbeitshilfe für die Gestaltung von Aus- und Fortbildungs- sowie Schulungsmaßnahmen.

In diesem Sinne wünschen der DOSB und die dsj jeder Sportlerin und jedem Sportler Aufrichtigkeit und Redlichkeit sich selbst und anderen gegenüber, damit der Sport seine Vorbildwirkung für Kinder und Jugendliche behält.



GLAUBWÜRDIG,  
AUTHENTISCH,  
TRANSPARENT,  
MIT ETHISCHER  
VERANTWORTUNG

The logo features a stylized graphic of a lightning bolt or swoosh in black, teal, and yellow, positioned above the word "GATE" in large, bold, black capital letters. Below "GATE" is the text "DAS TOR ZU DOPINGFREIEM SPORT" in smaller, black capital letters.

DAS TOR ZU **GATE**  
DOPINGFREIEM SPORT

GLAUBWÜRDIG,  
AUTHENTISCH,  
TRANSPARENT,  
MIT ETHISCHER  
VERANTWORTUNG



[www.gate-projekt.de](http://www.gate-projekt.de)