



# Antidopingpolicy for Riska Motorsykkelklubb

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.

### 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.

På nettsiden vår er det en kort informasjon om hva Rent idrettslag er. Det gis også tilbud om tilleggsinformasjon for de som måtte ønske dette.

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

Dette gjelder for: Minimum alle tillitsvalgte, trenere engasjert av klubben og alle utøvere fra og med 15 år.

Tillitsvalgte og trenere skal framvise dokumentasjon på at e-læringskurset Ren Utøver er fullført. For resten av medlemmene arrangeres det grenvise fellessamlinger.

### 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. <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 ernæringseksper/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 bruker speakertekst for å informere besøkende om vår verdiprofil som rent idrettslag på våre idrettsarrangementer.

Vi synliggjør vår verdiprofil gjennom programbladtekster og nettsider.

I klubbhuset henges opp informasjon om hvem til og hvor mistanker om dopingmisbruk skal meldes.

## 5) Beredskapsplan

**Policynr : RiszZAPz**