



Vår antidoping policy

Vedtatt februar 2017

Ippon Judoklubb har utarbeidet en antidoping policy som gjelder alle medlemmer i klubben. Gjennom vårt medlemskap i [Rent Idrettslag](#) er vi forpliktet til å følge denne.

1. Verdier og holdninger

Vi tar avstand fra og har nulltoleranse for bruk av dopingmidler.

2. Kunnskap

Vi har en lenke fra klubbens nettside til www.antidoping.no slik at alle medlemmer har tilgang til oppdatert informasjon om antidoping. Vi gjennomfører [Ren Utøver](#) med våre aktive utøvere over 15 år og diskuterer dopingspørsmål.

3. Regelverk

- I Ippon judoklubb er alle i støtteapparatet (trenere, lagledere, osv) medlemmer av klubben og forpliktet gjennom medlemskapet til å følge [NIFs lov og dopingbestemmelser](#).
- Utøverne i Ippon skal følge de regler som gjelder for antidoping, i Norge og utenlands.
- Utøver skal stille opp på de dopingkontroller som Antidoping Norge forestår.
- Utøver må selv sørge for nødvendige legeattester ved bruk av medisiner som er angitt som fritak på Antidoping Norges dopingliste. Ved slik bruk skal trener informeres.
- I vårt idrettslag er alle utøvere kjent med at de plikter å avgi dopingprøve fastsatt av Antidoping Norge.
- De utøvere som mottar økonomisk støtte er kjent med at støtte bortfaller, dersom de blir dømt for brudd på dopingbestemmelsene.

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 ernæringssekspert/lege før eventuelle kosttilskudd benyttes for veiledning i forhold til kosthold.
- I vårt idrettslag reklamerer vi ikke for kosttilskudd.
- Vi synliggjør idrettslagets antidopingarbeid gjennom Rent Idrettslag -sertifikat i vår dojo.
- Gjennom aktivitet i regi av klubben bevisstgjør vi deltagere om vår antidopingpolicy.