

Bij deelname aan wedstrijden bestaat de kans dat je te maken krijgt met dopingcontroles. In Nederland worden deze controles uitgevoerd door de Dopingautoriteit. In het buitenland kunnen sporters worden gecontroleerd door buitenlandse dopingautoriteiten in opdracht van de landelijke motorsportbond, FIM Europe en/of FIM. Op [www.dopingautoriteit.nl](http://www.dopingautoriteit.nl) is veel informatie te vinden over doping, dopingcontroles en jouw rechten en plichten op dit gebied. Met de volgende zaken moet je in ieder geval rekening houden:

### Wat is doping?

Op de vraag ‘*Wat is nu eigenlijk doping?*’ krijg je veel verschillende antwoorden. De een heeft het over ‘stimulerende middelen’ of over ‘het gebruik van niet natuurlijke stoffen’ en een ander zegt ‘dat wat verboden is en op de dopinglijst staat’. Allemaal hebben ze een beetje gelijk.

Een korte, simpele omschrijving van doping is: ‘*stoffen en methoden die verboden zijn door het Wereld Anti-Doping Agentschap (WADA)*’. Dus eigenlijk gaat het om het *overtreden* van bepalingen uit het dopingreglement. Deze bepalingen zijn:

- aanwezigheid van verboden stof(fen) en/of verboden methode(n);
- (poging tot) het gebruik van verboden stof(fen) en/of verboden methode(n);
- (poging tot) gebrekkige medewerking;
- gebrekkige informatieverstrekking;
- (poging tot) manipuleren;
- (poging tot) bezit;
- (poging tot) handel;
- (poging tot) toediening;
- voor minder valide sporters geldt het verbod op ‘boosting’.

Deze definitie is opgesteld door WADA. Deze internationale anti-doping organisatie stelt jaarlijks de dopinglijst (= lijst met verboden stoffen en methoden) op die op 1 januari van kracht wordt.

### Dopingreglement

De KNMV heeft een overeenkomst met het Instituut Sportrechtspraak (ISR). Dit betekent o.a. dat de leden van de KNMV zich dienen te houden aan het Dopingreglement van het ISR. De rechtspraak over dopingzaken vindt ook plaats via het ISR.

### Dopinglijst

Als sporter ben je zelf verantwoordelijk voor wat zich in jouw lichaam bevindt. Het is dus belangrijk dat je alle medicijnen en voedingssupplementen vooraf goed controleert op de aanwezigheid van doping. Of het nu gaat om iets dat door een arts wordt voorgeschreven, of om een middel dat bij de drogist wordt gekocht: in beiden kunnen dopinggeduide stoffen voorkomen. Let vooral ook op wanneer je voedingssupplementen via internet koopt. Ook al wordt aangegeven dat er geen dopinggeduide stoffen in voorkomen, jij bent degene die dit moet controleren voordat je er aan begint.

### Wanneer komt een stof of methode op de dopinglijst?

Een stof of methode kan op de dopinglijst worden geplaatst indien deze aan minimaal twee van de volgende drie criteria voldoet:

1. (mogelijk) prestatie bevorderend;
2. (mogelijk) schadelijk voor de gezondheid;
3. in strijd met de ‘Spirit of Sport’.

### Medicijngebruik

Wanneer je om medische redenen medicijnen gebruikt die op de dopinglijst staan, kun je daar een ontheffing voor aanvragen. In Nederland wordt dit een dispensatie genoemd, in het buitenland wordt vaak de term Therapeutic Use Exemption (TUE) gebruikt. Kom je dus in aanmerking voor dopingcontroles, kijk dan op [www.dopingautoriteit.nl/GDS](http://www.dopingautoriteit.nl/GDS) waar je de dispensatie dient te regelen. Deelnemers aan EK- en WK-wedstrijden dienen hiervoor dispensatie aan te vragen bij de FIM. Voor meer informatie neem even contact op met de KNMV. Uiteraard moet de aanvraag goedgekeurd zijn alvorens je een middel of medicijn inneemt.

### Doping in je vitaminepil

Voedingssupplementen kunnen vervuild zijn met doping. Hierdoor loop je onbewust het risico positief te testen bij een dopingcontrole. Om de kans op zo'n onbedoelde positieve dopingcontrole te minimaliseren, is het Nederlands Zekerheidssysteem Voedingssupplementen Topsport (NZVT) ontwikkeld. Gebruik alleen NZVT-goedgekeurde voedingssupplementen, dan hou je het risico op een positieve controle zo klein mogelijk. *Voedingssupplementen die voldoen aan NZVT zijn het veiligst.*

### Drugs

Drugs zoals cannabis, XTC en cocaïne zijn natuurlijk bij wet verboden. Voor het anti-doping beleid is dit anders geregeld. Treft men buiten wedstrijdverband een van deze middelen of sporen aan in de urine, dan wordt men voor de dopingcontrole niet positief getest. Maar let wel op! Cannabis is bijvoorbeeld enkele weken tot maanden na gebruik nog te vinden in jouw urine. En als het bij een dopingcontrole binnen wedstrijdverband nog wordt aangetroffen, ook al is het gebruik 4 weken geleden, dan test je positief!

### Dopingcontrole

Zorg dat je op de hoogte bent van de rechten en plichten tijdens een dopingcontrole. Hierdoor kom je nooit voor verrassingen te staan. Heb je nog nooit een dopingcontrole ondergaan? Bekijk dan de online video. Hierin wordt stap voor stap uitgelegd hoe een door de Dopingautoriteit uitgevoerde dopingcontrole verloopt. Voor de KNMV worden twee verschillende soorten dopingcontroles uitgevoerd; in en out competition. Voor out competition controles komen eigenlijk alleen de sporters met een A-, B- en HP-status in aanmerking.

### 100% Dope Free

100% Dope Free is een campagne waarbij je als sporter nee kunt zeggen tegen doping. Het is een manier van leven waarbij je zelf de verantwoordelijkheid neemt voor een dopingvrije sport. Ga naar de website, teken het statement tegen doping en draag de 100% Dope Free - True Winner armband. Want sport is veel te mooi voor doping!

### Overige belangrijke zaken

Wil je meer informatie over bijvoorbeeld de rechten en plichten van minderjarigen of het begeleidend personeel. Bekijk dan de website van de Dopingautoriteit.

- Minderjarigen
- Begeleidend personeel
- Sancties en rechtsmiddelen
- Leidraad Meldingen

### Vragen?

Heb je na het lezen van de bovenstaande informatie nog vragen, mail dan naar: [dopingvragen@dopingautoriteit.nl](mailto:dopingvragen@dopingautoriteit.nl).