



ANTIDOPINGNORGE



KLUBBEN OG DOPING – HVA KAN VI GJØRE?

Siri Bynke

KLUBBUTVIKLINGSSEMINAR JUJUTSU, 14. FEBRUAR 2020

BEVISST

Holdninger

UBEVISST

Handleringer



HVEM DOPER SEG I 2020...?





Fordeler

Presterer bedre
Veltrent kropp
Psykiske bivirkninger
Vinne
Pengepremier
Status og respekt
Selvbilde

Ulemper

Positiv dopingtest
Fysiske bivirkninger
Psykiske bivirkninger
Avhengighet
Sivil straff
Dårlig miljø
Utestengelse
Sosial fordømmelse
Juks



Idrettens egenart

Miljø utenfor
idretten

Kunnskapsnivå

RISIKOFAKTORER

Prestasjonspress/
presentasjonspress

Holdninger

Andre
treningsmiljøer



5 TING DU MÅ VITE OM DOPING

- Dopinglista
- Regelverk
- Medisinbruk
- Kosttilskudd
- Konsekvenser



HVORDAN KAN DERE FOREBYGGE?



- Ren Utøver
- Rent Idrettslag
- Foredrag

HVORFOR FOREBYGGE?

- Trygghet
- Samhold
- Respekt



It Takes

A VILLAGE

To Raise a Child

~ African Proverb



REN TRENING LIKE MULIGHETER

siri.bynke@antidoping.no

FØLG MED OSS OG LÆR MER OM ANTIDOPING:

antidoping.no | facebook.com/antidopingnorge