

# Antidopingplan för Svenska Styrkelyftförbundet





## **Antidopingplan för Svenska Styrkelyftförbundet (SSF)**

SSF ska enligt Riksidrottsförbundets (RF) stadgar, 11 kap, 4 §, punkt 5 "aktivt arbeta för en dopingfri verksamhet inom förbundet och sina medlemsföreningar, samt upprätta plan för antidopingarbetet".

Vi omfattas av Världsantidopingkodens ("Koden") regelverk via International Powerlifting Federation:s (IPF) antidopingregler samt RF:s stadgar och föreskrifter.

### **Mål**

Genom utbildning och information ska SSF stimulera och utveckla det förebyggande antidopingarbetet samt påverka attityder till och kunskap om dopingproblemet och antidopingarbetet.

### **Detta vill vi uppnå**

- En spridd antidopingattityd och värdegrund som stödjer antidopingarbetet.
- Ökad baskunskap om dopingreglerna bland våra idrottsutövare och ledare.
- Att idrottsutövares första kontakt med antidoping sker i form av utbildning.
- Inga dopingfall på grund av okunskap (mediciner, kosttillskott, droger).
- Ett aktivt antidopingarbete ute i våra medlemsföreningar.



### Följande ska ingå i våra utbildningsinsatser

- Principer och värderingar som hör ihop med dopingfri idrott och ärlig tävlan.
- Idrottsutövares, tränare, ledare och andra stödpersoners rättigheter och skyldigheter enligt dopingreglerna.
- Vad det strikta ansvaret enligt dopingreglerna innebär i praktiken.
- Konsekvenser av doping. Till exempel fysisk och psykisk ohälsa, sociala och ekonomiska följder och andra sanktioner, som avstängning från all idrott.
- Dopingförseelserna som räknas upp i reglerna.
- WADA:s lista över förbjudna substanser och metoder.
- Riskerna vid bruk av kosttillskott.
- Bruk av läkemedel och hur medicinsk dispens fungerar.
- Hur dopingkontroll går till, inklusive urin- och blodprov samt det biologiska passet.
- Kriterierna för vilka idrottsutövare som ska ingå i dopingkontrollpoolerna och vad vistelserapporteringen handlar om.
- Rapportera misstänkta dopingförseelser, bland annat via [dopingtips.se](https://dopingtips.se).



## Utbildningsplan

Utbildningsmaterial som vi använder är framtaget av eller godkänt av Antidoping Sverige (ADSE) eller SSF, alternativt WADA, IOC eller Major Event Organization (MEO).

AKTIVITETER	MÅLGRUPP	ANSVAR	UPPFÖLJNING
Vaccinera Klubben mot Doping vart tredje (3:e) år	<p><b>Obligatoriskt för:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Föreningar som finns med i serier, oavsett nivå</li> <li>- Föreningar som ska arrangera SM</li> <li>- Föreningar som är anslutna till SSF</li> </ul>	Föreningen.	<p>Ansvarig i Antidopingutskottet, delegerar påminnelse till distriktsansvarig i utskottet</p> <p>Rapporteras till Kansliet</p>
Ren Vinnare, e-utbildning	<p><b>Obligatoriskt för:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Utövare som är aktuella att börja vistelserapportera</li> <li>- Landslagsutövare och -coacher alla kategorier</li> </ul> <p><b>Rekommenderas för:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Alla utövare med tävlingslicens</li> <li>- Alla medlemmar i förening</li> <li>- Styrelsemedlemmar</li> <li>- Utskottsmedlemmar</li> </ul>	Individen.	<p>Kansliets antidopingansvariga gällande landslagsutövare och -coacher.</p> <p>Ansvarig i Antidopingutskottet gällande övriga utövare.</p>



<p>Digital föreläsning via ADSE ska hållas innan deltagande i internationellt landslagsuppdrag. *</p> <p>(*Inte inför varje tävling men genom digitala samlingar i starten och mitten av tävlingsåret.)</p>	<p><b>Obligatoriskt för:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Landslagstävlande, -ansvariga och -coacher.</li> </ul> <p><b>Rekommenderas för:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Samtliga anställda i SSF</li> <li>-Alla medlemmar i Antidopingutskottet</li> </ul>	<p>SSF beställer av ADSE.</p> <p>Landslagsansvariga ansvarar för att komma in med namn och kontaktuppgifter till landslags<u>aktuella</u> lyftare inför föreläsning.</p> <p>För veteranlandslaget blir det en öppen kallelse där de som avser att tävla internationellt går in via möteslänk.</p>	<p>Kansliets antidopingansvariga och Antidopingutskottet.</p> <p>Varje landslagsaktuell lyftare skall delta på en utbildning inom kalenderåret.</p>
<p>Föreläsning via ADSE till NIU, LIU och Högskoleutbildning Styrkelyfttränare.</p>	<p>Elever och lärare vid NIU, LIU och Högskoleutbildning Styrkelyfttränare.</p>	<p>NIU, LIU och Högskoleutbildningen Styrkelyfttränare beställer av ADSE.</p>	<p>Rapportering från utbildningsansvarig till kansliets antidopingansvariga.</p>
<p>Avstämning och, vid behov, uppdatering av antidopingplanen.</p>		<p>Antidopingutskottet och kansliets antidopingansvariga.</p>	<p>Utvärderas och rapporteras till styrelsen årligen senast 1 november.</p>
<p>Rekommendera föreningar att införliva antidoping och Ren Vinnare i medlemsavtal, samt beställa kostnadsfritt material hos ADSE.</p>	<p>Föreningar och -medlemmar.</p>	<p>SSF rekommenderar föreningar att läsa igenom ADSE:s information om antidopinginformation till medlemsavtal. Distriktsutsedda antidopingansvariga i Antidopingutskottet är behjälpliga till föreningar vid behov.</p>	<p>Antidopingansvarig i respektive distrikt följer upp.</p>



Det ska vara en representant från Antidopingutskottet vid alla SM-tävlingar.	Tävlande och publik.	Antidopingutskottet skickar ut representant från utskottet med material.	Antidopingutskottet följer upp vid behov.
Sprida information om dopinglistan varje år, så fort den är tillgänglig.	Antidopingansvarig i förening informerar föreningsmedlemmar, tävlingsutövare samt coacher.	Kansliets antidopingansvariga i samråd med ansvarig för Antidopingutskottet.	Antidopingutskottets ansvariga i distrikten ansvarar för att informationen når ut i respektive distrikt.  Kansliets antidopingansvariga ser till att alla landslagsutövare, -coacher och ansvariga för respektive landslag har förstått vad uppdateringarna i dopinglistan innebär innan den börjar gälla 1 jan varje år.
Informerar om ADSE:s olika webinarier eller andra kurser som erbjuds. Eventuellt sätta krav för vissa grupper.	Den målgrupp som utbildningen avses.	Kansliet informerar via hemsidan.	Ansvarig för Antidopingutskottet kollar om webinariet/kursen har haft några deltagare. Vid obligatoriska webinarier/kurser checkar ansvarig av om den avsedda målgruppen har gjort den.
Föreläsning riktad till paraidrottare och ledare/tränare i paraidrotten via ADSE.	<b>Obligatorisk för:</b> -Alla medlemmar i Parautskottet  <b>Rekommenderas för:</b>	Kansliets antidopingansvariga beställer utbildning från ADSE.  Parautskottet informerar om aktiviteten på egna utbildningar,	Ordförande i parautskottet och kansliets antidopingansvariga har kontroll över vem som går utbildningen och vilka som saknar denna.



	-Alla utövare och ledare/tränare inom paraidrotten.	tävlingar, läger etc och med stöd av kansliet via SSF:s hemsida.	
--	---	--	--

### Antidopingåtgärder som International Powerlifting Federation (IPF) ålägger SSF

IPF ålägger SSF att följa "[Koden](#)" samt [IPF:s Antidopingreglemente](#).

Inför nominering av lyftare och coacher till internationella mästerskap måste alla genomföra e-utbildningen Ren Vinnare. Diplom för varje enskild utövare och samtliga coacher bifogas anmälan. Utan diplom med datum som visar att utbildningen är genomfört samma år är anmälan ej godkänt.

### Antidopingåtgärder beslutade av SSF

SSF har en antidopingansvarig bland anställdpersonal som ansvarar för att förbundet följer egen antidopingplan, utbildning av landslag, stöd till utövare kring medicinska dispenser samt dialog i förhållande till kontrollpooler och övrig kommunikation mellan SF, internationella förbund och ADSE. Vi har även ett Antidopingutskott som utgörs av en av varje distrikts (SDF) utsedd representant. Utskottet sköter det operativa arbetet gentemot SDF, föreningar (IF) samt enskilda utövare. Utskottet ansvarar också för att utforma och uppdatera SSF:s antidopingplan tillsammans med kansliets antidopingansvariga.

I SSF:s [Tävlingsbestämmelser](#) kap 9 framgår egna beslutade åtgärder, särskild hantering och krav i förhållande till antidopingarbetet. Nedan listas de regler som är specifika för vårt förbund:

- Förbundets föreningar ska vart tredje år Vaccinera klubben. SSFs styrelse kan vidta särskilda åtgärder för förening som inte fullföljt vaccinering. Tävlingsförening får ej delta i tävling (inkl. serie). I det fall detta inte utförs inom stipulerad tid och föreningen tävlar ändå kan föreningens tävlingsresultat raderas.
- SM och landslagsdeltagande: Den som befunnits dopad och dömts till minst 24 månaders avstängning:



1. Äger inte rätt att delta i internationella tävlingar.
2. Äger inte rätt att få resultat registrerade som svenska rekord eller högre internationella rekord.
3. Äger inte rätt att under 10 år från avstängningens slut delta i SM-tävlingar.

Vederbörandes klubb lag äger under samma tid (10 år), ej rätt att inräkna dennes poäng till serielaget.

- Lyftare som varit diskvalificerad ska efter avtjänat straff ha fullgjort de eventuella skadeanspråk som SSF haft på vederbörande för att erhålla ny tävlingslicens.
- Lyftare som diskvalificeras för en period av minst 24 månader blir också avstängd från träning i anläggning som disponeras av förening ansluten till SSF. Fälls lyftare för andra gången till minst 24 månaders diskvalifikation ska lyftaren uteslutas ur sin förening med hänvisning till att han/hon har skadat föreningens och idrottens anseende. Den andra gången ska vara ett tidsobegränsat uteslutningsbeslut.
- Förening som är ansluten till SSF är skyldig att förse antidoping/test grupp med nyckel, tagg, passerkort eller annan anordning för att beredas tillträde till klubbens träningslokal. Dopingkontroll får genomföras såväl inom Sverige som utomlands vid nationell tävling, internationell tävling eller i samband med träning. Idrottsutövare är skyldig att även vid annat tillfälle underkasta sig dopingkontroll ex. i hem eller arbete. Idrottsutövare som underlåter att inställa sig till dopingkontroll, vägrar att lämna dopingprov, avviker från dopingkontroll, genom medel eller metod försöker dölja bruk av doping, eller som på annat sätt försvårar dopingkontroll kan bestraffas enligt 2.1 § Idrottens dopingreglemente jämförd med 13 kap. 1 § RF:s stadgar. Bestraffning kan ådömas även annan som hindrar eller försvårar genomförande av dopingkontroll eller på annat sätt bryter mot föreskrifterna för genomförande av dopingkontroll genom att inte följa dopingkontrollants anvisningar.
- Utövare som är uttagen till senior-/ juniorlandslag och är 18 år eller äldre samt utövare som deltar på SM seniorer, eller avser slå svenskt seniorrekord tillhör kategorin "Nationell idrottsutövare" hos ADSE. Dessa utövare måste söka dispens för läkemedel som finns med på dopinglistan innan aktuell tävling och gärna så snart behandling påbörjas/planeras. Utövare som tillhör kategorin "Internationell idrottsutövare" söker medicinsk dispens via IPF.
- För dopingfall där lyftare ingått i serielag ska lagpoängen strykas och laget flyttas ned. Medaljerna omfördelas enligt ny resultatlista.
- Det är förbjudet att som lyftare/funktionär delta i tävling/uppvisning i styrkelyft/bänkpress där dopingavstängd lyftare eller lyftare i konkurrerande organisation deltar.





- Bryter man mot SSF:s regler upphör gällande licens omedelbart att verka. Straff på upp till två års avstängning kan utdömas vid första tillfället. Vid upprepad förseelse kan livstidsstraff utdömas. Under strafftiden får den dömde varken tävla, träna i SSF ansluten föreningslokal, delta i idrottsuppvisning eller utöva ledaruppdrag.

### **Dopingförseelser**

WADA:s dopinglista, som är en obligatorisk internationell standard under "Koden", redovisar vilka substanser och metoder som är förbjudna inom idrotten. Det är inte bara dopingbruk som är förbjudet. "Koden" och Idrottens Antidopingreglemente listar 11 dopingförseelser.

1. Förekomst av förbjuden substans
2. Bruk eller försök till bruk av förbjuden substans/metod
3. Vägran/underlåtenhet att lämna dopingprov
4. Underlåtenhet att iaktta regler om vistelserapportering
5. Manipulation eller försök till manipulation av dopingkontrollprocessen
6. Innehav av förbjuden substans eller metod
7. Olovlig befattning med förbjudna substanser eller metoder
8. Tillhandahållande eller försök till tillhandahållande
9. Medhjälp eller försök till medhjälp
10. Förbjudet samarbete
11. Avskräcka någon från att rapportera överträdelse av dopingreglerna

### **Det är idrottsutövarens ansvar att:**

- Ha vetskap om och uppfylla kraven i [Idrottens antidopingreglemente](#).
- Vara tillgänglig för dopingkontroll.
- Följa funktionärens anvisningar vid en dopingkontroll.
- Ta ansvar, i antidopinghänseende, för vad som intas och brukas.



- Informera medicinsk personal om att man utövar idrott och omfattas av dopinglistan över förbjudna substanser och metoder.

**Det är idrottsledaren, tränaren och stödpersonens ansvar att:**

- Ha vetskap om och uppfylla kraven i [Idrottens antidopingreglemente](#).
- Bistå och följa funktionärens anvisningar vid dopingkontroll.
- Känna till riskerna med kosttillskott och regler vid användande av läkemedel.

**Det är föreningens ansvar att:**

- Informera idrottsutövare, tränare och stödpersoner om det egna ansvaret.
- Ha en plan, förebyggande och akut, för antidoping (Vaccinera klubben).
- Uppfylla de krav som SSF ställer gällande antidoping.

**Det är SSF:s ansvar att:**

- Ha en uppdaterad antidopingplan och ett aktivt antidopingarbete.
- Kontrollera att landslagens ledare och idrottsutövare genomgått antidopingutbildning.
- Se till att idrottsutövare, tränare och stödpersoner utbildas före deltagande på internationella tävlingar/turneringar.
- Ha med antidoping inom förbundets tränar- och ledarutbildningar.
- Ålägga sina föreningar att ha aktiva antidopingåtgärder (Vaccinera klubben).
- Sköta de uppgifter och åtgärder som listas i [Idrottens Antidopingarbete](#).