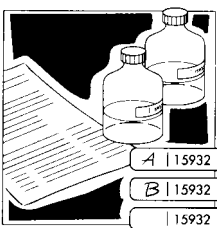


DEUTSCHER  
SPORTBUND



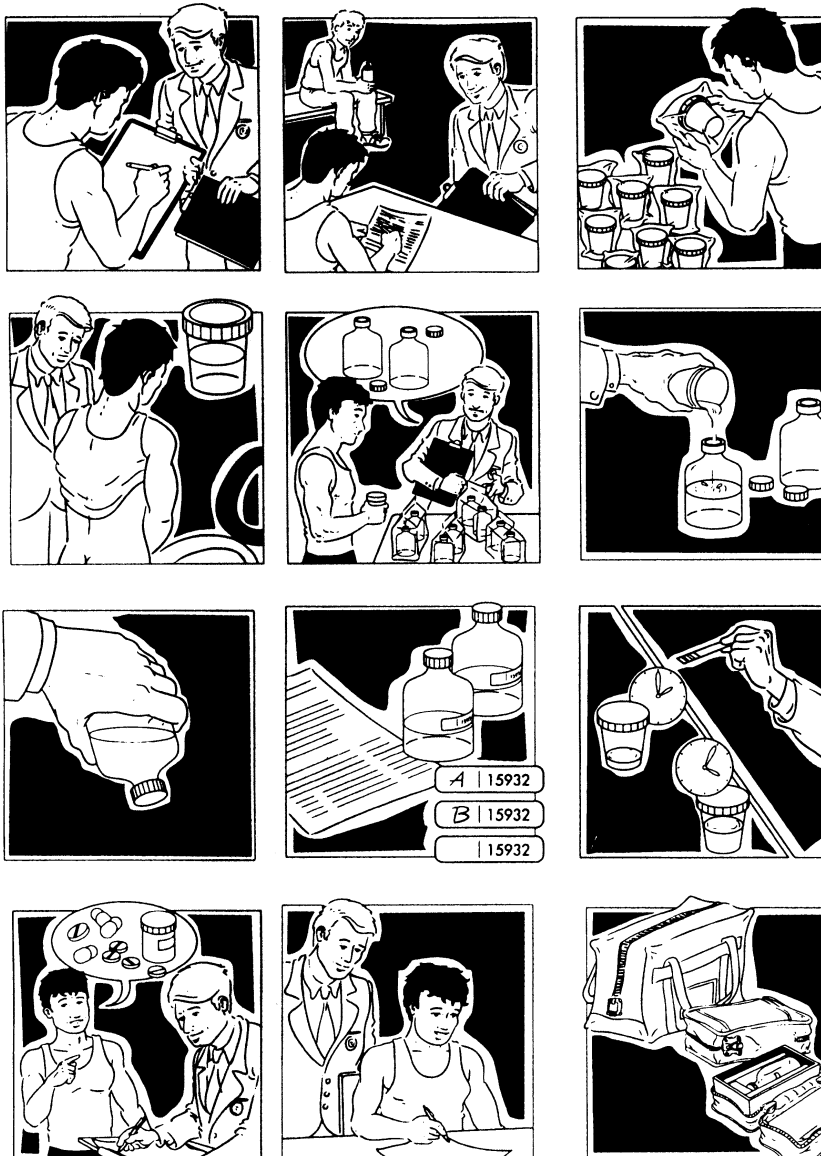
# ICH WERDE KONTROLLIERT

- Der Ablauf einer Dopingkontrolle -

**Gemeinsame  
Anti-Doping-Kommission (ADK)  
von DSB/NOK**

Mai 2001

# Schritt für Schritt des Kontrollvorganges



# Inhaltsverzeichnis

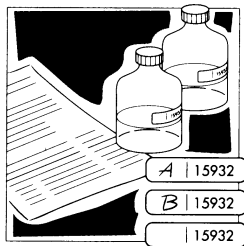
**Änderungen der Ausgabe Mai 1998: Punkt 5, Absatz 2; Punkt 9; 10; 16; 19; 20 (Hinweise). Punkt 11.3 (Maße); 24.**

**Neu: Punkt 23.**

	Seite
Ich werde kontrolliert - Zu dieser Informationsbroschüre	3
1. Was ist Doping?	4
2. Wann darf ich kontrolliert werden?	4
3. Warum werde gerade ich kontrolliert? - Zufallskontrollen - Zielkontrollen	4
4. Wie erfahre ich, dass ich kontrolliert werde? - Kontrollen mit Ankündigung - Unangemeldete Kontrollen	5
5. Wer kontrolliert mich?	5
6. Kann ich jemanden zur Dopingkontrolle mitbringen?	5
7. Wo und zu welcher Zeit kann eine Kontrolle durchgeführt werden?	6
8. Muss ich mich von einer Person des anderen Geschlechts kontrollieren lassen?	6
9. Was passiert, wenn Kontrollpersonal kommt?	7
10. Muss ich nun alles stehen und liegen lassen?	7
11. Was muss ich bei der Abgabe meiner Urinprobe beachten?	8
12. Was heißt „unter genauer Sichtkontrolle“?	9
13. Wenn die abgegebene Urinmenge nicht ausreicht	9
14. Messung von pH-Wert und der Urin-Dichte	10
15. Dürfen auch mehrere Urinproben abgenommen werden?	10
16. Erhalte ich einen Nachweis über meine Kontrolle?	11
17. Was geschieht mit meiner Urinprobe?	12
18. Erhalte ich Nachricht über das Ergebnis?	12
19. Kann ich die Kontrolle verweigern?	12
20. Was geschieht, wenn ich eine Dopingkontrolle verweigere?	12
21. Ausweis für Kontrollbeauftragte (Muster)	13
22. Protokoll der Doping-Kontrolle außerhalb des Wettkampfes (Muster)	14
23. Merkblatt für Athleten/innen (Rechte und Pflichten bei der Durchführung der Dopingkontrolle)	15
24. Informationsmaterialien der ADK	16

# Ich werde kontrolliert!

- Zu dieser Informationsbroschüre -



Der Fair-Play Gedanke und die Einhaltung der Regeln, die sich der Sport selbst gegeben hat, haben eine große Bedeutung für alle Sporttreibenden. Zu diesen Regeln gehört auch die Beachtung des Dopingverbotes, das durch Kontrollen bei Wettkämpfen und im Training überprüft wird. Darüber hinaus dienen die Dopingkontrollen auch dem Schutz vor gesundheitlichen Schäden, die durch die Einnahme und den Missbrauch von Medikamenten/Dopingmitteln entstehen können. Aus diesen Gründen werden seit Herbst 1994 neben den A- bis C-Kaderangehörigen auch die Nachwuchssportler/innen des D/C-Kaders in das Doping-Kontroll-System und in die Aufklärung über Doping mit einbezogen.

Die vorliegende Kurzinformation soll nicht die Kenntnis des Doping-Kontroll-Systems (DKS) der gemeinsamen Anti-Doping-Kommission des Deutschen Sportbundes und des Nationalen Olympischen Komitees ersetzen, sondern Antworten auf die wichtigsten Fragen des Kontrollablaufs geben.

---

# 1

---

## Was ist Doping?



Doping ist der Versuch der Leistungssteigerung durch die Anwendung (Einnahme, Injektion oder Verabreichung) von Substanzen der verbotenen Wirkstoffgruppen oder durch die Anwendung verbotener Methoden (z. B. Blutdoping).

(Ausführliche Definition siehe „Rahmen-Richtlinien zur Bekämpfung des Dopings“, § 2.)

Die Einhaltung des Doping-Verbotes wird durch Kontrollen bei Wettkämpfen und beim Training überprüft.

---

# 2

---

## Wann darf ich kontrolliert werden?



Wenn Du

1. mögliche(r) Teilnehmer/in an nationalen und internationalen Wettkämpfen bist.
2. A-, B-, C-, D/C-Kadermitglied oder ehemaliges Kadermitglied mit der Aussicht auf eine erneute Zugehörigkeit bist.

**Als D/C-Kadermitglied darfst Du nur kontrolliert werden, wenn Du das 14. Lebensjahr vollendet hast.**

---

# 3

---

## Warum werde gerade ich kontrolliert?



Bei Wettkämpfen kannst Du aufgrund einer bestimmten Platzierung oder durch das Los für eine Kontrolle ausgewählt werden.

Während des Trainings kannst Du nach einem Zufallsverfahren oder durch gezielte Auswahl (z. B. Trainingslager) bestimmt werden.

Gezielt kontrolliert werden kannst Du auch, wenn sich Verdachtsmomente bei der Laboranalyse Deiner Urinprobe ergeben haben

---

## 4

---

**Wie erfahre ich, daß ich kontrolliert werde?**



➞ Dopingkontrollen können **mit** oder **ohne Ankündigung** erfolgen.

### **1. Kontrollen mit Ankündigung**

Die Information über Ort und Zeitpunkt einer Kontrolle kann schriftlich (bei Wettkämpfen), telefonisch oder persönlich erfolgen.

Eine Trainingskontrolle muß so kurzfristig wie möglich angekündigt werden.

Sie soll spätestens 6 Stunden nach der Ankündigung erfolgen.

### **2. Unangemeldete Kontrollen**

erfolgen ohne Vorankündigung z. B. bei zentralen Trainingsmaßnahmen der Verbände im In- und Ausland oder auch während des Vereinstrainings.

---

## 5

---

**Wer kontrolliert mich?**

➞ Bei Wettkämpfen hat der Veranstalter für ausgebildetes Kontrollpersonal zu sorgen.

Bei Trainingskontrollen ist ein vom Sport unabhängiges Unternehmen mit der Probenahme beauftragt. Die Kontrollbeauftragten sind zur Vertraulichkeit verpflichtet.

---

## 6

---

**Kann ich jemanden zur Dopingkontrolle mitbringen?**

➞ **Ja,**  
Du hast das Recht, eine von Dir selbst gewählte Person Deines Vertrauens mitzubringen, die während des gesamten Kontrollvorganges anwesend ist.

---

## 7

---

**Wo und zu welcher Zeit kann eine Kontrolle durchgeführt werden?**



Die Kontrolle muss an einem Ort durchgeführt werden, an dem die notwendige Diskretion und die Korrektheit der Kontrolle gewährleistet sind. Nach Möglichkeit sollten zwei getrennte Räume für die Probenahme und das Ausfüllen der Formulare vorhanden sein.

Bei Wettkämpfen findet die Kontrolle nach Beendigung des Wettkampfes bzw. der Siegerehrung statt.

Trainingskontrollen können in der Trainingsstätte oder auch in Deiner Wohnung durchgeführt werden, wenn Du damit einverstanden bist. Erlaubst Du dies nicht, muss sie ohne Zeitverzug an einem anderen geeigneten Ort erfolgen.

Bei zentralen Trainingsmaßnahmen Deines Verbandes kann die Kontrolle abends bis 24.00 Uhr erfolgen und ab 6.00 Uhr morgens beginnen.

Wenn Dopingkontrollen in Deiner Wohnung oder an Deiner Trainingsstätte durchgeführt werden, sollten sie abends bis 23.00 Uhr beendet sein und morgens nicht vor 7.00 Uhr beginnen.

---

## 8

---

**Muss ich mich von einer Person des anderen Geschlechts kontrollieren lassen?**



**Nein,** zuständige Kontrolleure/innen kontrollieren immer Athleten/innen des gleichen Geschlechts.

Ausnahmen von dieser Regel gibt es nicht!

**Was passiert, wenn Kontrollpersonal kommt?**



➡ Kontrolleur/in und Athlet/in weisen sich gegenseitig durch einen Ausweis mit Foto aus.

Bei Trainingskontrollen ist dies ein **von der Anti-Doping-Kommission** erstellter Ausweis, bei Wettkampfkontrollen kann es auch ein Ausweis Deines Verbandes sein (siehe Nr. 21, Seite 13).

**Muss ich nun alles stehen und liegen lassen?**



**Nein.**

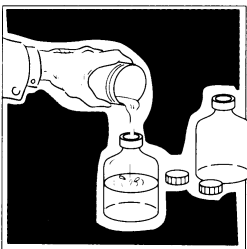
Wenn der/die Kontrollbeauftragte bei einer Trainingskontrolle **ohne** Vorankündigung eintrifft, muss Dir ausreichend Zeit gegeben werden, die Tätigkeit, mit der Du gerade beschäftigt bist, zu beenden. Der Test soll jedoch innerhalb von einer Stunde nach der ersten Kontaktaufnahme beginnen.

Vom Zeitpunkt der Kontaktaufnahme an bleibst Du **unter der Aufsicht des Kontrollpersonals**, bis die Kontrolle mit dem Unterschreiben des Protokolls beendet ist. (Protokollformular siehe Nr. 22, Seite 14).

Bei Wettkämpfen kannst Du - sofern Du erfolgreich warst - die Siegerehrung abwarten.



Was muss ich bei der Abgabe meiner Urinprobe beachten?



Der/Die Kontrolleur/in legt Dir verschweißte durchsichtige Plastikbeutel vor. Diese enthalten je einen gelben und einen grünen Becher mit vorgeprägter Code-Nr. auf dem Deckel und der Flasche (grün für die A-Probe, gelb für die B-Probe), sowie einen Urinbecher und zwei Verschlusskappen. Die gleiche Code-Nr. befindet sich auch auf den beiden Glasflaschen.

1. Du wählst nun einen Plastikbeutel aus und entnimmst ihm den Becher.
2. Unter Aufsicht und **genauer Sichtkontrolle** (siehe auch Frage Nr. 12) gibst Du mindestens 75 ml Urin in den Becher ab.
3. Du teilst diese Urinmenge nun auf im Verhältnis  $2/3 = 50 \text{ ml}$  (A-Flasche) und  $1/3 = 25 \text{ ml}$  (B-Flasche). Mit Deiner Zustimmung kann das Kontrollpersonal diese Aufteilung vornehmen. Ein kleiner Rest Urin muss zur weiteren Verwendung im Becher verbleiben (siehe auch Frage Nr. 14).
4. Die Flaschen werden von dem/der Kontrolleur/in verschlossen und in die Container gestellt.
5. Nun erfolgt durch den/die Kontrolleur/in die Versiegelung mittels des patentierten Druckverschlusses.

Bei Wettkämpfen können in Abhängigkeit vom Regelwerk Deines Verbandes auch andere Materialien verwendet werden.

---

## 12

---

**Was heißt „unter genauer Sichtkontrolle“?**



Das Kontrollpersonal begleitet Dich in das WC und beobachtet die Urinabgabe in den Sammelbecher. Diese Sichtkontrolle ist notwendig, um Manipulationen bei der Urinabgabe auszuschließen.

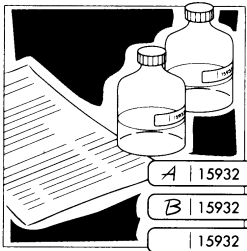
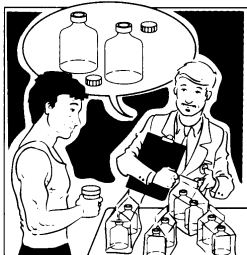
**Wenn Du als D/C-Kadermitglied das 16. Lebensjahr noch nicht vollendet hast, mache das Kontrollpersonal darauf aufmerksam. Dann entfällt die Sichtkontrolle beim Abgeben Deines Urins in den Sammelbecher.**

---

## 13

---

**Wenn die abgegebene Urinmenge nicht ausreicht:**



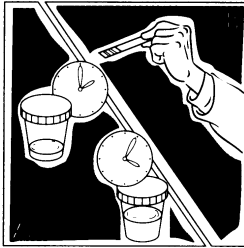
1. Die Urinmenge die Du abgeben konntest (1. Teilmenge) wird vom Kontrollpersonal in die A-Flasche gefüllt, verschlossen und im Container versiegelt.
2. Du musst nun so lange unter der Aufsicht des Kontrollpersonals bleiben, bis Du wieder Urin abgeben kannst.
3. Nun folgt wiederum die gleiche Prozedur wie zuvor (siehe auch Frage Nr. 11), beginnend mit dem Auswählen eines neuen Probenbeutels und anschließender Urinabgabe.
4. Ist nun die 2. Teilmenge zusammen mit der 1. Teilmenge ausreichend, wird der Deckel des Containers geöffnet und der Inhalt der A-Flasche mit dem Urin im Sammelgefäß vermischt. Dieser Mischurin wird auf eine neue A- und B-Flasche verteilt.
5. Die neue Code-Nr. wird auf dem alten Protokollbogen eingetragen. Die vorherige Code-Nr. wird durchgestrichen und mit der Unterschrift der Kontrolleurin bzw. des Kontrolleurs versehen.
6. Das Kontrollpersonal verschließt und versiegelt die Container durch Druckverschluss.

---

## 14

---

### Messung von pH-Wert und der Urindichte



Diese Messungen nimmt das Kontrollpersonal nach dem abgeschlossenen Versiegelungsverfahren in Deiner Anwesenheit vor.

Der pH-Wert wird mit einem Labstick und die Urindichte mit einem Refraktometer an dem kleinen Rest Urin, der zu diesem Zweck im Becher zurückbehalten wurde, gemessen.

**Wenn** der gemessene pH-Wert außerhalb des Bereiches von 5,0 bis 8,0 liegt **und /oder** die spezifische Dichte des Urins unter 1.010 beträgt, muss das Kontrollpersonal eine weitere Urinprobe von Dir verlangen.

---

## 15

---

### Dürfen auch mehrere Urinproben abgenommen werden?



**Ja,** Das Kontrollpersonal kann auf Anforderung der Anti-Doping-Kommission, **wenn** konkrete Verdachtsmomente für evtl. Unregelmäßigkeiten vorliegen, im Abstand von mindestens einer Stunde eine zweite Urinprobe verlangen (siehe auch Frage Nr. 14).

In diesem Zeitraum sollst Du unter der Aufsicht des Kontrollpersonals stehen (siehe „Doping-Kontroll-System“ 3.9.1.).

### Erhalte ich einen Nachweis über meine Kontrolle?



#### Ja.

Der/die Kontrolleur/in führt über den Ablauf jeder Dopingkontrolle ein Protokoll (siehe Nr. 22, Seite 14). Dieses besteht aus einem einheitlichen Vordruck, der für jede einzelne Dopingkontrolle ausgefüllt wird.

Der Vordruck enthält neben Deinem Namen die Art Deines Identitätsnachweises, Verbandszugehörigkeit und Sportdisziplin, Angaben über Tag und Uhrzeit der Ankündigung der Kontrolle, Ort der Abnahme der Urinprobe, die persönliche Flaschencode-Nr., die abgegebene Harnmenge, den festgestellten pH-Wert und die gemessene Dichte des Urins. Weiterhin werden dort Angaben über die Einnahme von Medikamenten in den letzten **72** Stunden eingetragen.

Nachdem die Dopingkontrolle abgeschlossen ist, wird das Protokollformular von Dir, dem/der Kontrolleur/in und ggf. Deiner Begleitperson unterschrieben und damit die Ordnungsmäßigkeit der Kontrolle bestätigt.

Vorbehalte und Besonderheiten wie z. B. Bedenken im Hinblick auf die Ordnungsmäßigkeit der Kontrolle, auf das verwendete Material usw., können von allen Beteiligten zusätzlich im Formular eingetragen werden (siehe „Doping-Kontroll-System“ 3.9.2).

Eine Kopie des Protokolls bekommst Du ausgehändigt.

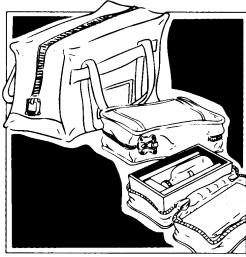


---

## 17

---

**Was geschieht mit meiner Urinprobe?**



Sie wird vom Kontrolleur - zusammen mit einer Protokollkopie, die Deinen Namen nicht enthält - zur Untersuchung an eines der vom IOC akkreditierten Analyselabore (in Köln oder Kreischa) geschickt.

Das Kontrollpersonal sorgt für einwandfreie Transportbedingungen, die Manipulationen ausschließen.

---

## 18

---

**Erhalte ich Nachricht über das Ergebnis ?**



**Nein, nicht in jedem Fall, es sei denn,** das Testergebnis Deiner Urinprobe war positiv.

In diesem Fall wirst Du von Deinem Verband über das genaue Analyseergebnis und über die weitere Verfahrensweise unterrichtet.

---

## 19

---

**Kann ich die Kontrolle verweigern?**



**Nein.** Wenn Dich das Kontrollpersonal zur Kontrolle auffordert, musst Du diese in jedem Fall dulden (siehe „Rahmen-Richtlinien zur Bekämpfung des Dopings“ § 8).

---

## 20

---

**Was geschieht, wenn ich eine Dopingkontrolle verweigere?**



Das Kontrollpersonal weist Dich darauf hin, daß die Verweigerung einer Dopingkontrolle wie ein positives Ergebnis gewertet wird (siehe „Rahmen-Richtlinien zur Bekämpfung des Dopings“ § 8).

Die Verweigerung wird protokolliert und Deinem Verband gemeldet, der dann ein Verfahren gegen Dich einleiten wird.

## Ausweis für Doping-Kontrollbeauftragte

(siehe „Doping-Kontroll-System“ 4.1.)

<b>AUSWEIS FÜR DOPING-</b>		DEUTSCHER SPORTBUND
<b>KONTROLLBEAUFTRAGTE</b>		
	Nr. _____	
	Name _____	
	Vorname _____	
	PA-Nr. <i>Frankfurt,</i> _____	Nationales Olympisches Komitee für Deutschland
	Vorsitzender ADK _____	

***Der Inhaber dieses Ausweises handelt im Auftrag von DSB, NOK und der Spitzenverbände und ist berechtigt, die Wettkampf- und Trainingsstätten zu betreten und gemäß den Rahmenrichtlinien des DSB Dopingkontrollen vorzunehmen. Alle Funktionsträger werden gebeten, ihn dabei zu unterstützen.***

**DEUTSCHER  
SPORTBUND**

Gemeinsame Anti-Doping-Kommission von DSB/NOK (ADK)

## Protokoll der Dopingkontrolle außerhalb des Wettkampfes (Muster) (siehe auch „Doping-Kontroll-System“ 4.2.)

<b>DEUTSCHER SPORTBUND</b> <b>Anti-Doping-Kommission</b> OTTO-FLECK-SCHNEISE 12 60528 FRANKFURT/MAIN		<b>PWC</b> GmbH Medizinische Testverfahren im Sport	
		Original für Anti-Doping-Kommission	
<b>Protokoll der Dopingkontrolle außerhalb des Wettkampfes</b>			
Name: _____		Ausgewiesen durch: _____	
Vorname: _____			
Verband: _____		Disziplin: _____	
Geschlecht: _____		Kader: _____	
Tag der Vorankündigung: _____	Uhrzeit: _____	Flaschencode: _____	<input type="text"/> A+B
Tag der Abnahme: _____	Uhrzeit: _____	Harnmenge in ml: _____	<input type="text"/>
Ort der Abnahme: _____		pH-Wert des Urins: _____	<input type="text"/>
Welche Medikamente haben Sie in den letzten 72 Stunden eingenommen: _____		Harndichte: _____	<input type="text"/>
		Letzte Urinabgabe: Tag/Zeit _____ / _____	<input type="text"/>
Bemerkungen zur Abnahme: _____			
_____			
_____			
_____			
unter Hinweis auf die oben aufgeführten Bemerkungen bestätige ich die ordnungsgemäße Probenabnahme.			
Unterschrift der Athletin / des Athleten: _____		_____	
Unterschrift der Begleitperson: _____		_____	
Unterschrift der Leiterin / des Leiters der Kontrolle: _____		_____	

## **Merkblatt für Athleten/Athletinnen**

### **Rechte und Pflichten bei der Durchführung der Dopingkontrolle**

#### **Der/die Athlet/in hat das Recht,**

- eine Vertrauensperson zur Dopingkontrolle mitzunehmen
- auf einer/einem Kontrollbeauftragten des gleichen Geschlechts zu bestehen
- auf die Vorlage eines Ausweises des/der Kontrollbeauftragten zu bestehen
- auf einem Ort der Abnahme zu bestehen, an dem die notwendige Diskretion und die Korrektheit der Abnahme gewährleistet ist
- die Sichtkontrolle abzulehnen, wenn er/sie dem D/C Kader angehört und das 16. Lebensjahr noch nicht vollendet hat
- Vorbehalte gegenüber der Durchführung der Kontrolle auf dem Protokoll der Dopingkontrolle niederzuschreiben
- bei unangemeldetem Eintreffen des/der Kontrollbeauftragten jegliche Tätigkeit, mit der sie/er beschäftigt ist (z.B. Training), zu beenden
- im Falle einer positiven A-Probe eine Untersuchung der B-Probe bei der gleichen oder auf seine/ihre Kosten bei einer anderen vom IOC -akkreditierten Untersuchungsstelle zu verlangen.
- im Falle einer positiven A-Probe mit einer/einem Vertrauten ihrer/seiner Wahl bei der Analyse der B-Probe anwesend zu sein
- im Falle eines Verfahrens rechtliches Gehör vor dem Verbandsgericht in Anspruch zu nehmen.

#### **Der/die Athlet/in hat die Pflicht**

- Änderungen der Anschrift ihres/seines regelmäßigen Wohnsitzes innerhalb von 14 Tagen beim Referat Anti-Doping anzuzeigen
- eine Abwesenheit vom Wohn- oder Trainingsort von vier oder mehr Tagen beim Referat Anti-Doping anzuzeigen
- sich gegenüber dem/der Kontrollbeauftragten auszuweisen
- die in den letzten 72 Stunden eingenommenen Medikamente auf dem Protokoll der Dopingkontrolle anzugeben
- sich einer zweiten Probe zu unterziehen, sofern bei der Bestimmung des pH-Wertes und der Urindichte Grenzwerte über- bzw. unterschritten werden oder ein konkreter Manipulationsverdacht besteht
- bei der notwendigen Einnahme von Medikamenten zu Behandlung von Asthma ein entsprechendes Attest eines Lungenfach- oder Mannschaftsarztes vorzulegen

#### **Der/die Athlet/in**

- sollte dem Referat Anti-Doping einen präzisen Rahmen-Trainingsplan zukommen lassen und damit die Durchführung von unangemeldeten Kontrollen ermöglichen



## Informationsmaterialien der ADK

Folgende Broschüren kannst Du beim Referat Anti-Doping des Deutschen Sportbundes beziehen, wenn Du einen an Dich adressierten Rückumschlag, Größe DIN A4 mit 3,-- DM frankiert, Deiner Bestellung beilegst:

- „Doping-Kontroll-System (DKS) des Deutschen Sportbundes“
- „Rahmen-Richtlinien zur Bekämpfung des Dopings“
- „Dopingkontrollen im Sport“ (Informationskarte über erlaubte und verbotene Medikamente)
- „Liste zulässiger Medikamente“
- „Ich werde kontrolliert“ - Der Ablauf einer Doping-Kontrolle

Die Broschüren der gemeinsamen Anti-Doping-Kommission DSB/NOK können unter folgender Internetadresse abgerufen werden:

**[www.dsb.de](http://www.dsb.de)** (Rubrik News und Service; download)

Weitere Informationen zum Thema Doping unter den nachfolgenden Adressen:

**[www.dopinginfo.de](http://www.dopinginfo.de)**

**[www.bisp.de](http://www.bisp.de)** (Rubrik Aktuelles, Dopingbekämpfung) und

(Rubrik Produkte, Publikationen/Bibliographien)

Hrsg.: NADA  
Otto-Fleck-Schneise 12, 60528 Frankfurt  
Tel.: 069 - 6700 - 292  
Fax: 069 - 672581  
email: [adk@dsb.de](mailto:adk@dsb.de)

Mai 2001

Die Abbildungen dieser Broschüre wurden mit freundlicher  
Genehmigung dem „Clean Sport Guide“ entnommen.

Copyright by Council of Europe/European Union