



KA2 IF omfattas av Riksidrottsförbundets (RF) stadgar och antidopingreglemente. Varje enskild idrottare är själv ansvarig att känna till och följa dopingreglerna.

Målet med idrottsrörelsens antidopingarbete är att tillförsäkra alla idrottsutövare deras självklara rätt att delta och tävla i en idrott fri från doping. För att nå målet förs kampen mot doping med olika medel på alla nivåer inom idrotten.

Regler och Föreskrifter

I vår förening omfattas du av Riksidrottsförbundets (RF) stadgar och antidopingreglemente, samt de föreskrifter som är kopplade till reglementet. De grundar sig i WADA:s (World Anti Doping Agency) världsantidopingkod, som är det globala regelverk som gäller inom idrotten. Du är själv ytterst ansvarig att känna till och följa dopingreglerna som finns på [RF:s hemsida](#).

Tar du dopingklassade läkemedel?

Det är viktigt att kolla upp om ditt läkemedel är doping-klassat. Det gör du enklast genom att söka efter det i Röd-Gröna listan som är ett hjälpmedel som RF har tagit fram och grundar sig på WADA:s lista över dopingklassade substanser. Listorna finns på [RF:s hemsida](#).

Behöver du söka dispens?

Är ditt läkemedel doping-klassat och det inte finns några tillåtna alternativ, kan du behöva söka dispens i Sverige eller internationellt beroende på vilken nivå du idrottar på. Ta reda på vad som gäller för just dig på [RF:s hemsida](#).

Dopingkontroll

Som medlem i vår förening kan du bli utvald till dopingkontroll. För att du ska veta hur en dopingkontroll går till och dina rättigheter och skyldigheter i samband med detta, har RF tagit fram en folder och en film som vi rekommenderar att du läser/ser på [RF:s hemsida](#).

Kosttillskott

RF avråder från användning av kosttillskott, mer än på rent medicinska grunder. Många preparat på marknaden är otillräckligt kontrollerade och kan innehålla dopingklassade substanser trots att det inte står på innehållsförteckningen. Eftersom du är ytterst ansvarig för vad du stoppar i dig, tar du alltid kosttillskott på egen risk. Läs mer om RF:s

rekommendationer för kosttillskott och se RF:s korta filmer inom samma ämne på RF:s hemsida.

Vi är vaccinerade mot doping

Vår förening är vaccinerad mot doping, enligt RF:s upplägg. Om du vill veta mer kring konceptet Vaccinera klubben mot doping går du in på [RF:s hemsida](#).

Vår antidopingplan

I vår antidopingplan kan du läsa mer om hur vi arbetar för att förebygga doping i vår verksamhet och hur vi bemöter akuta situationer.