



EAD antidopingu alane koolitus

ÕPPEKAVAD TREENERITELE

„Mida peab treener teadma antidopingust?“

Kahetunnine õppekava:

2 akadeemilist tundi (90’):

- 1) aus mäng (*fair play*),
- 2) dopingu kasutamise ajalugu
- 3) mis on doping?
- 4) mis on antidopingu reeglite rikkumine?
- 5) WADA keelatud ainete nimekiri;
- 6) toidulisandite kasutamine;
- 7) dopingu mõjud tervisele;
- 8) ravi eesmärgil lubatud erand (TUE);
- 9) dopingukontrolli protseduurid.

Neljatunnine õppekava:

4 akadeemilist tundi (180’)

- 1) aus mäng (*fair play*);
- 2) mis on doping?
- 3) mis on antidopingu reeglite rikkumine?
- 4) dopinguvastase võitluse ajaloost;
- 5) dopinguvastane õigusruum;
- 6) WADA keelatud ainete nimekiri;
- 7) toidulisandite kasutamine;
- 8) dopingu mõjud tervisele;
- 9) ravi eesmärgil lubatud erand (TUE);



10) dopingukontroll ja tulemuste haldamine, sh

- testiplaanide koostamine,
- ADAMS,
- sportlaste valik,
- sportlaste kohustused ja õigused,
- testimisprotseduur,
- tulemuste haldamine.

Õppekavad koostas: Henn Vallimäe, SA Eesti Antidoping

Koostamise aeg: 21. oktoober 2019