



Процедура допинг-контроля

- Инспектор допинг-контроля или шаперон лично сообщает Вам о необходимости сдать пробу.
- Распишитесь на бланке уведомления.
- После уведомления о необходимости сдачи пробы сразу же явитесь на пункт допинг-контроля. Вы не имеете права посещать душ или туалет до сдачи пробы.

- Предъявите Ваше удостоверение личности или другой Ваш документ с номером и фотографией.
- Чтобы ускорить процесс сдачи пробы, Вы можете пить напитки, запечатанные в фабричную упаковку. Не используйте напитки, предложенные сторонними лицами.
- Когда Вы будете готовы самостоятельно выберите емкость для сбора мочи, проверьте целостность ее упаковки и чистоту.

- Обнажите тело от середины туловища до середины бедра, а рукава закатайте до локтей, чтобы инспектор мог беспрепятственно наблюдать за процессом сдачи пробы мочи.
- Минимальный требуемый объем мочи - 90 мл. Если объем мочи недостаточен, то такая пробы называется промежуточной и временно запечатывается. В этом случае, Вам будет необходимо сдать дополнительную пробу.

- Выберите один из предложенных комплектов для перевозки и хранения пробы мочи. Убедитесь, что номера на флягах «А» и «В», крышках и коробках совпадают.
- Снимите красные кольца с горльшек обоих фляг. Налейте 30 мл пробы во флякон «В», затем не менее 60 мл во флякон «А». Остаток пробы долейте во флякон «В».
- Убедитесь, что флягены не протекают (перевернув их вверх дном) и их невозможно открыть вручную.

- Оставьте небольшой объем мочи в емкости, чтобы инспектор допинг-контроля мог проверить пригодность пробы для анализа, а именно проверить относительную плотность мочи.
- Закройте по очереди оба флягена, вращая их крышки до упора, пока не прекратятся щелчки.

- После закрытия фляг инспектор допинг-контроля определяет относительную плотность оставшейся в емкости мочи.
- Если плотность не соответствует требованиям (плотность должна быть не менее 1,010 при определении тест полосами или не менее 1,005 при использовании рефрактометра), то Вы должны будете сдавать дополнительные пробы, пока не будет достигнуто соответствие необходимому стандарту.
- Если у Вас есть замечания по процедуре, укажите их в протоколе или в дополнительном протоколе. Подпишите протокол.
- Храните копию протокола не менее 6 месяцев.

ВНИМАНИЕ!

ОТКАЗ ОТ
ПРОХОЖДЕНИЯ
ПРОЦЕДУРЫ
ДОПИНГ-КОНТРОЛЯ
ЯВЛЯЕТСЯ
НАРУШЕНИЕМ
АНТИДОПИНГОВЫХ
ПРАВИЛ!

Права спортсмена во время прохождения процедуры допинг-контроля

- получать дополнительную информацию о процедуре взятия пробы;
 - право на присутствие Вашего представителя и, в случае необходимости, переводчика;
 - запросить об отсрочке прибытия в пункт допинг-контроля при наличии уважительных причин;
 - запросить адаптацию процедуры в соответствии с Международным Стандартом по тестированию (Приложение Б – адаптация процедуры сбора пробы для спортсменов с ограниченными физическими возможностями);
- Обязанности спортсмена:**
- всё время оставаться в пределах поля зрения инспектора допинг-контроля/шаперона с момента уведомления и до окончания процедуры сбора проб на допинг-контроль;
 - представить документ, удостоверяющий Вашу личность (документ должен иметь Вашу фотографию);
 - немедленно явиться в пункт допинг-контроля, за исключением случаев, когда у Вас есть уважительная причина на отсрочку
 - следовать всем правилам процедуры сбора проб на допинг-контроль; если Вы не будете соблюдать Ваши обязанности, на Вас могут быть наложены санкции в соответствии с антидопинговыми правилами.

Обязанности спортсмена

Принцип строгой ответственности спортсмена – основополагающий принцип, закрепленный во Всемирном антидопинговом кодексе. Это означает, что спортсмен несет персональную ответственность за все, что попадает в его организм с едой, с напитками, с медицинскими препаратами и т.д.

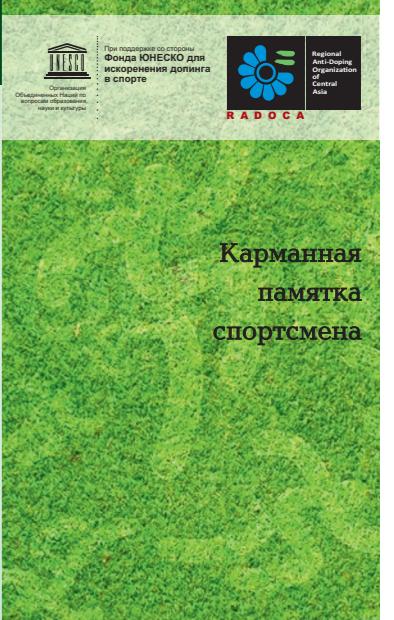
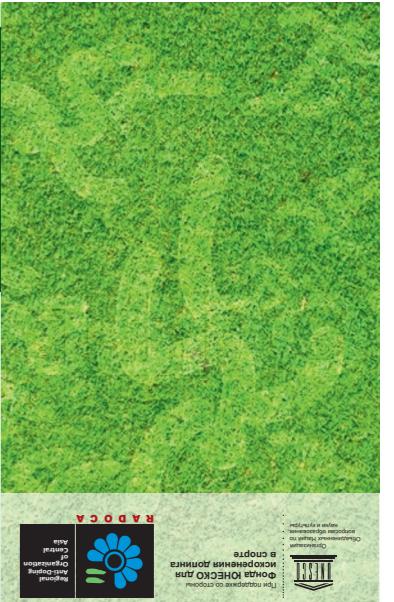
Спортсмен обязан:

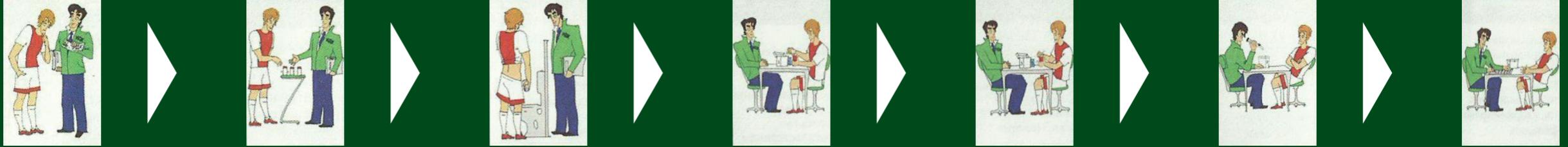
- Следить за обновлениями Запрещенного Списка.
- Проверять, является ли субстанция или метод, которые он использует или собирается использовать, запрещенными.
- Информировать медицинский персонал о том, что для использования запрещенных субстанций и методов спортсмену необходимо разрешение на Терапевтическое Использование (ТИ).
- Если спортсмен входит в национальный и/или международный пул тестирования, то он обязан предоставлять актуальную информацию о своем местонахождении.

Нарушения антидопинговых правил

К нарушениям антидопинговых правил относятся:

- Наличие запрещенной субстанции или ее метаболитов, или маркеров в пробе, взятой у спортсмена.
- Использование или попытка использования спортсменом запрещенной субстанции или запрещенного метода.
- Отказ или неявка на процедуру сдачи пробы после получения официального уведомления в соответствии с действующими антидопинговыми правилами или любое иное уклонение от сдачи пробы.
- Любое сочетание трех пропущенных тестов и /или непредоставления информации о местонахождении спортсмена в течение 12 месяцев.
- Фальсификация или попытка фальсификации в любой составляющей допинг-контроля.
- Обладание запрещенной субстанцией или запрещенным методом.
- Распространение или попытка распространения любой запрещенной субстанции или запрещенного метода.
- Назначение или попытка назначения спортсмену запрещенной субстанции или запрещенного метода.
- Помощь, поощрение, способствование, подстрекательство, вступление в сговор, сокрытие, или любой другой вид соучастия, включая нарушение или попытку нарушения антидопинговых правил.
- Запрещенное сотрудничество.





- Нозири допинг-назорат ё шаперон ба шумо зарурати додани намунаро шахсан хабар медихад. Дар бланки огохнома имзо гузоред.
- Пас аз огохкунӣ оиди додани намуна дархол ба нуктаи допинг-назорат равед.
- Шумо барои рафтан ба душ ё ташноб то додани намуна хукук надоред.

- Шаҳодатномаи шахсият ё хуччати дигари худро бо ракам ва акс пешниҳод намоед.
- Барои босуръят кардан рафиғи намунасупорӣ, Шумо метавонед нӯшокихо дар борпеше истехсолӣ маҳкамбуدارо истемъом намоед. Нӯшокихо аз ҷониби шахсони бегона пешниҳодшудро наинӯшад.
- Вақте ки Шумо омода мешавед, мустакилона зарфро барои пешоб интиҳоб кунед, бутунни борпеше ва тозагии онро тафтиш кунед.

- Ними баданро, аз ними камар то ними рон ӯрён кунед, остињхоро то оринҷ боло кунед, то ки нозир бемонеа аз рағти додани намуна назорат барад.
- Микдори талабшаванди пешоб – 90 мл. Агар пешоб кам бошад, намунаи мазкур фосилавӣ номида мешавад ва муваққатан тамға зода мешавад. Дар ин холат Шумо бояд намунаи иловагӣ супоред.

- Як мачмӯи пешниҳодшударо барои интиқол ва нигоҳдории намунаи пешоб интиҳоб намоед. Боварӣ хосил намоед, ки ракамҳо дарзарфи «А» ва «В», сарпӯшҳо ва куттиҳо яхелаанд.
- Ҳалкаҳои сурҳро аз даҳони харду зарф күшода гиряд. Ба доҳили зарфи «В» 30 мл намуна, на кам аз 60 мл ба зарфи «А» резед. Бокимондаи намунаро ба зарфи «А» резед.

- Ҳачми начандон қалони пешобро ба зарфко резед, то ки нозири назорати допингӣ коршоями намунаро барои тафтиш кунад, яъне зичии нисбии пешобро тафтиш кунад.
- Бо навбат ҳар ду зарфро бо сарпӯш пӯshed.
- Сарпӯшро то садо баровардан ва нест шудани садои он то охир тоб дидед. Боварӣ хосил намоед, ки онҳо наимешоранд (онҳоро чаппа намоед) ва онҳоро ба даст күшодан гайриимкон аст.

- Пас аз пӯшидан зарфҳо нозири назорати допингӣ зичии нисбии пешоби дар зарф бокимондара тафтиш мекунад.
- Агар зичӣ ба талабот ҷавобӣ набошад (зичӣ бояд на кам аз 1,010 ҳангоми муайянкунӣ бо тест-хатҳо ё на кам аз 1,005 ҳангоми истифодан рефрактомер бошад), Шумо бояд намунаи иловагиро то ба мөъбер мутобикат кардан он супоред.

- Нозири назорати допингӣ маълумотро ба протокол медарорад.
- Доруവорӣ, иловажон гизой, азчумла витамини ва минералҳо, ки Шумо дар давоми 7 (хафт) рӯзи охир истемъол карда будед, инчунин маълумотро оиди гирифтани хун дар 6 моҳи охир, агар рӯй дода бошад, зикр намоед.
- Агар шумо оиди расмиёт шикоят дошта бошад, онро дар протоколи иловагӣ зикр намоед. Протоколро имзо намоед. Нӯсхай протоколро на кам аз 6 моҳ нигондорад.

ДИҚҚАТ!

РАДКУНИИ
ГУЗАШТАНИ
РАСМИЁТИ
НАЗОРАТИ
ДОПИНГӢ
ВАЙРОНКУНИИ
ҚОИДАҲОИ
ЗИДДИДОПИНГӢ
МЕБОШАД!

Варзишгар ҳангоми расмиёт ҳуқуқи зеринро дорад:

- оиди расмиёти намунигари майлумоти иловагиро гирад;
- иштироки намояндаи Шумо, ҳангоми зарурати иштироки тарҷумон;
- пурсиданӣ ба таъхир андохтани омадан ба нукта иназорати допингӣ ҳангоми мавҷуд будани сабабҳои узрнок;
- пурсиданӣ мутобиккунии расмиёт тибқи Стандарти Байнамилалии тесткунӣ (Замиими Б-мутобиккунии намунигари барои варзишгарони имкониятшон маҳдул);

Ўҳдадории варзишгар:

- доимо дар доираи назари нозири назорати допингӣ/шаперон аз лаҳзаи огохкунӣ ва то охир расмиёти намунигари барои назорати допингӣ бошад;
- хуччати шахсиятмукараркундана (бо аксаҳ) худро пешниҳод намојад;
- Фавран ба нуктаи назорати допингӣ омада, ба истиснои он холатҳо, ки варзишгар сабабҳои узрноки батаъхирандозро дошта бошад;
- Ҳамаи қоидаҳои расмиёти намунигари риоя кунад; агар Шумо ўҳдадориҳои худро иҷро наимоед, нисбати Шумо тибқи қоидаҳои зиддидопингӣ таҳримот гузошта мешавад.

Ўҳдадории варзишгар:

Принципи масъулияти қатъии варзишгар – принципи заминавӣ мебошад, ки дар Кодекси байналмилалии зиддидопингӣ дарҷ шудааст. Ий маънои опро дорад, ки варзишгар барои ҳамаи ҷизе, ки ба организми ў бо ҳурӯк, нӯшокихо, доруവорӣ ва г. ворид мешавад, масъулияти шахсӣ мебарад

Варзишгар ўҳдадор аст:

- Аз таҷдиди Рӯйхати манъшуда назорат барад.
- Тафтиш намојад, ки оё мавод ё усуле, ки ў истифода мекунад ё истифода кардан меҳоҳад, манъ нашудааст.
- Ҳайати тибборо дар бораи он, ки барои истифодаи маводҳо ва усуљҳо манъшуда ба варзишгар иҷозати истифодаи терапевтӣ (ИТ) дода шудааст, маълумот дихад.
- Агар варзишгар ба даври миллӣ ва/ё байнамилалии тесткунӣ дохил шавад, ў бояд маълумоти заруриро дар бораи маҳалли будубоши худ пешниҳод кунад.

Ба вайронкунии қоидаҳои зиддидопингӣ дохил мешаванд:

- Мавҷуд будани мавод ё усули манъшуда ё метаболитҳо ё маркерҳо дар намунаи аз варзишгар гирифташуда.
- Истифода ё кӯшиши истифодаи мавод ё усули манъшуда аз ҷониби варзишгар.
- Радкунӣ ё ҳозир нашудан барои намунасупорӣ пас аз гирифтани оғоҳии расми тибқи қоидаҳои амалкунандай зиддидопингӣ ё сарқашӣ дигар аз намунасупорӣ.
- Мутобикати се тести батаъхирмондашуда ва/ё надодани маълумот дар бораи будубоши варзишгар дар давоми 12 моҳ.
- Соҳтакорӣ ё кӯшиши соҳтакорӣ дар ҳама гуна үнсурни допинг-назорат.
- Соҳиби кардан мавод ё усули манъшуда.
- Пахнкунӣ ё кӯшиши пахнкунни ҳама гуна мавод ё усули манъшуда.
- Таъин кардан ё кӯшиши таъин кардан мавод ё усули манъшуда ба варзишгар.
- Қўмак, хавасманандкунӣ, иғвогарӣ, ҳаммаслакӣ, пинхонкунӣ, ё дигар намуди пинхонкунӣ, азчумла вайронкунӣ ё кӯшиши вайронкунии қоидаҳои зиддидопингӣ.
- Ҳамкориманъшуда.