



IDROTTSHÖGSKOLAN  
UMEÅ UNIVERSITET



Riksidrottsuniversitet

## ANTIDOPING

- information till elitidrottsstudenter vid Umeå universitet



**"Inget idrottsresultat är värt så mycket att doping någonsin är acceptabelt."**

Målet med idrottsrörelsens antidopingarbete är att tillförsäkra alla idrottsutövare deras självklara rätt att delta och tävla i en idrott fri från doping. Alla som är medlemmar i en idrottsförening omfattas av Riksidrottsförbundets (RF) stadgar och antidopingreglemente. Varje enskild idrottare är själv ansvarig att känna till och följa dopingreglerna.

Idrottshögskolan har i samverkan med Västerbottens Idrottsförbund beslutat att samtliga studenter som skriver elitidrottsavtal med Umeå universitet ska ha genomgått Riksidrottsförbundets E-utbildning, i antidoping.

### E-utbildning - Ren vinnare

*Ren vinnare* är ett stöd för den enskilde, för var och en av er att på ett enkelt sätt kunna ta ditt ansvar som satsande elitidrottare och öka dina kunskaper om antidoping.

Vi önskar att du går in på RFs hemsida ([www.rf.se/Antidoping/Renvinnare/](http://www.rf.se/Antidoping/Renvinnare/)) och genomför utbildningen *Ren vinnare*. Utbildningen består av sju (7) moduler och det tar totalt ca 30 minuter för dig att göra testet. När du gjort testet skickas ett diplom till dig. Det diplommet vill vi att du tar kopia på och inlämnar till idrottshögskolans kansli. Testet bör göras vartannat år för att ha uppdaterade kunskaper om idrottens antidopingarbete.

### Föreläsning - "Allt du behöver veta om kosttillskott och doping"

Som ett stöd till dig erbjuder vi föreläsningen *"Allt du behöver veta om kosttillskott"*. Föreläsare är Lars Lilja från RFs dopingkommission. Föreläsningen erbjuds en gång/termin och minst åtta deltagare fodras. Föreläsningen är gratis och inbjudan med information om datum och tid kommer via mail.

*Idrottshögskolan tar aktivt avstånd från allt fusk och vill på detta sätt stödja dig i din elitidrottssatsning så att du inte hamnar i en situation där du medvetet eller omedvetet dopat dig.*

För Idrottshögskolan

**Pernilla Eriksson**  
Biträdande föreståndare

För Västerbottens Idrottsförbund

**Thomas Wallgren**  
Antidopingansvarig, Västerbotten Idrottsförbund