



05/09

- [Editorial](#)
- [Aktuelles Thema](#)
- [NADA-Nachrichten](#)
- [Aus der Regelecke](#)
- [Online-Angebote der NADA](#)
- [Online-Befragung](#)
- [Trainerinnen und Trainer in der Dopingprävention](#)
- [High-Five-Quiz offenbart Wissenslücken](#)
- [Impressum](#)

Editorial

Liebe Leserinnen und Leser,

die Nationale Anti Doping Agentur (NADA) freut sich sehr über die Auszeichnung "Ausgewählter Ort 2009" im Land der Ideen für ihre Präventionsarbeit. In diesem Newsletter erfahren Sie alles über die Preisverleihung und die in dieses Event integrierten Präventionsveranstaltungen. Außerdem informieren wir Sie unter anderem über die wichtigsten Neuerungen in der Verbotsliste 2010 und über einen Präventions-Workshop für Athletinnen und Athleten.

Wir wünschen viel Spaß beim Lesen.

Ihr
NADA-Team

Aktuelles Thema

NADA "Ausgewählter Ort 2009" im Land der Ideen

Mit einem Präventionstag feierte die NADA am 10. November 2009 die Auszeichnung als "Ausgewählter Ort 2009" im Land der Ideen im Landrat-Lucas-Gymnasium in Leverkusen. Bei der Preisverleihung würdigten die Repräsentanten der Deutschen Bank, Nicolas von Loeper und Hanns Michael Hölz, gleichzeitig NADA-Kuratoriumsvorsitzender, die Präventionsarbeit der NADA. Nachmittags setzte die NADA ihre Infotour durch die Eliteschulen des Sports fort und informierte Leverkusener Sportlerinnen und Sportler über die Gefahren des

Dopings. Am Abend tauschten sich die Expertinnen und Experten der NADA mit Eltern, Internatsleiterinnen und -leitern sowie Trainerinnen und Trainern über die Dopingproblematik aus.

[mehr](#)

NADA-Nachrichten

Vorsicht geboten: Pseudoephedrin wieder auf der Verbotsliste

Die NADA macht darauf aufmerksam, dass Pseudoephedrin (enthalten z.B. in Aspirin Complex) wieder in die Verbotsliste der WADA aufgenommen wurde und somit ab dem 1. Januar 2010 im Wettkampf verboten ist. Sportlerinnen und Sportler sollten von allen Seiten auf diese Neuerung hingewiesen werden. Die WADA hat zwar einen Grenzwert von 150 µg/ml im Urin festgelegt, der in der Regel den therapeutischen Gebrauch von Pseudoephedrin ermöglichen soll. Aufgrund von sehr unterschiedlichen individuellen Abbauezeiten rät die NADA jedoch vom Gebrauch von Pseudoephedrin-haltigen Produkten ab.

[mehr](#)

Positive Entwicklung: Meldepflichten werden immer besser erfüllt

Die deutschen Spitzensportlerinnen und -sportler des Registered und des Nationalen Testpools erfüllen die für das Kontrollsystem notwendigen Meldepflichten immer besser. Im vierten Quartal 2009 lag die Zahl der Strikes für nicht abgegebene Quartalsmeldungen bei knapp 1,5 Prozent. Im dritten Quartal waren es noch 2,9 Prozent. Insgesamt ist durch die seit Anfang 2009 geltenden Meldepflichten eine deutliche Qualitätsverbesserung des Doping-Kontrollsystems erreicht worden – die Zahl der nicht erfolgreichen Kontrollversuche ging im Vergleich zum vergangenen Jahr deutlich zurück.

[mehr](#)

Auf dem neuesten Stand: USB-Stick aktualisiert

Der USB-Stick mit allen Informationen über den Anti-Doping-Kampf wurde in diesen Tagen aktualisiert. Die Athletinnen und Athleten werden darauf hingewiesen, dass sie den Stick bei bestehender Internetverbindung einfach in den Computer stecken sollen, dann wird die Aktualisierung übernommen. Somit sind die Informationen immer auf dem neuesten Stand.

[mehr](#)

3.12.09 in Düsseldorf: Workshop für Spitzensportlerinnen und -sportler

Die NADA möchte die Top-Athletinnen und -Athleten bei der Doping-Prävention und dem richtigen Umgang mit allem rund um den WADA- und NADA-Code so gut wie möglich unterstützen. Das Thema ist so schnelllebig, dass aktuelle Informationen aus erster Hand von hoher Priorität sind. Die NADA informiert die Aktiven in einem Workshop über die Erfahrungen mit dem neuen NADA-Code, über die Änderungen in der Verbotsliste 2010, über die Maßnahmen der NADA in der Dopingprävention und nicht zuletzt über die spannenden Entwicklungen auf dem Sektor der Analytik.

Der Workshop findet am 3. Dezember von 13:00 bis ca. 16:30 Uhr im Sporthotel Borussia Düsseldorf, Ernst-Poensgen-Allee, 40629 Düsseldorf statt.

Anmeldungen bis 25. November an ulrike.spitz@nada-bonn.de.

Aus der Regelecke

Spezifische Substanzen

Alle verbotenen Substanzen mit der Ausnahme von Anabolika, Hormonen sowie einigen Stimulanzien sind als "Spezifische Substanzen" definiert. Es sind in der Regel Substanzen, die in alltäglichen Medikamenten vorkommen können. Wenn eine Athletin bzw. ein Athlet oder eine andere Person nachweisen kann, wie eine Spezifische Substanz in den Organismus gelangt ist und dass mit dieser Substanz nicht beabsichtigt war, die sportliche Leistung zu steigern oder eine leistungssteigernde Substanz zu maskieren, kann die Regelsperre von zwei Jahren herabgesetzt werden (NADA-Code, Art. 10.4). Die Strafe kann in diesem Fall von einer Verwarnung bis zu zwei Jahren Sperre reichen.

[mehr](#)

Online-Angebote der NADA



Online-Befragung

Die Trainer-Plattform wird evaluiert

Seit nunmehr 18 Monaten ist die Trainer-Plattform online - nun soll sie auf den Prüfstand gestellt werden. Es ist der NADA ein wichtiges Anliegen, dass die Trainer-Plattform den Bedürfnissen der Trainerinnen und Trainer entspricht und ihnen im Trainingsalltag die Informationen und Hilfestellungen bieten kann, die sie benötigen, um sich aktiv an der Dopingprävention zu beteiligen. Dazu möchten wir Sie um Ihre Mithilfe bitten.

In den nächsten Tagen werden Sie beim Besuch der Trainer-Plattform erstmals eingeladen, online einen Fragebogen auszufüllen. In dieser ersten Befragung geht es vornehmlich darum zu erfahren, auf welcher Ebene Sie im Sport aktiv sind, wie Sie auf die Trainer-Plattform aufmerksam wurden und welche Erwartungen Sie mit dem Besuch des Online-Angebots verbinden. Zu einem späteren Zeitpunkt wird eine zweite Befragung folgen, die Ihnen die Möglichkeit gibt, die Inhalte, das Design und die Nutzungsfreundlichkeit zu bewerten.

Mit Ihrer Teilnahme helfen Sie uns, die Trainer-Plattform weiterzuentwickeln und Ihrem Bedarf entsprechend zu optimieren. Die NADA bedankt sich schon jetzt für Ihre Mitwirkung!

[mehr](#)

Trainerinnen und Trainer in der Dopingprävention

Pädagogische Herausforderungen meistern

Wirksame Dopingprävention sollte möglichst frühzeitig einsetzen. Deshalb kommt Trainerinnen und Trainern, die mit Jugendlichen arbeiten, hier eine wichtige Rolle zu. Dabei geht es nicht nur um Aufklärung, sondern auch um pädagogischen Einfluss. Für die Jugendlichen sind Trainerinnen und Trainer wichtige Bezugspersonen und vor allem Vorbilder. Von ihnen lernen sie den angemessenen Umgang mit Siegen und Niederlagen und ein Sportverständnis, das auf Fairness und Chancengleichheit beruht. Um dieser Rolle gerecht zu werden, ist es wichtig, dass Trainerinnen und Trainer den eigenen "Führungsstil" kritisch hinterfragen und ihre Beziehung zu den Jugendlichen bewusst gestalten.

[mehr](#)



High-Five-Quiz offenbart Wissenslücken

Fatale Fehleinschätzungen bei Nahrungsergänzungsmitteln

Die Auswertung des jüngsten Wissenstests bei High Five brachte es ans Licht: Das Wissen junger Athletinnen und Athleten über Nahrungsergänzungsmittel ist unzureichend. Auffällig viele glauben, "Nahrungsergänzungsmittel sind für Athletinnen und Athleten absolut notwendig und führen automatisch zu einer

Leistungssteigerung." Ebenfalls häufig vertreten wurde die Ansicht, "Nahrungsergänzungsmittel bergen absolut keine Gefahr und können in großen Mengen konsumiert werden." Fatal ist diese Fehleinschätzung nicht nur wegen des Risikos, dass Nahrungsergänzungsmittel mit Dopingsubstanzen verunreinigt sein könnten. Die Antworten zeigen auch einen Besorgnis erregenden Trend zum sorglosen Umgang mit Mitteln zur Steigerung von Wohlbefinden und Leistungssteigerung. Hier ist noch viel Aufklärung notwendig.

[mehr](#)

Impressum

Die Nationale Anti Doping Agentur Deutschland ist eine Stiftung des Bürgerlichen Rechts.

Kontakt:

Nationale Anti Doping Agentur
Heussallee 38
D-53113 Bonn
Tel.: +49 228 / 81292-0
Fax: +49 228 / 81292-219
Mail: info@nada-bonn.de

Vertretungsberechtigte:

Die NADA wird durch den Vorstandsvorsitzenden oder den stellvertretenden Vorstandsvorsitzenden und jeweils ein weiteres Vorstandsmitglied in Gesamtvertretung vertreten.

Vorstandsmitglieder sind: Armin Baumert (Vorstandsvorsitzender), Dietmar Hiersemann (Stellvertretender Vorsitzender, zuständig für Prävention), Prof. Dr. Rudhard Klaus Müller (Medizin & Analytik), Prof. Dr. Martin Nolte (Recht), Sebastian Thormann (Medizin & Athleten), Dr. Göttrik Wewer (Geschäftsführer) - sämtlich zu erreichen über o.g. Hausanschrift.

Kuratorium:

Vorsitzender: Hanns Michael Hölz

Zuständige Aufsichtsbehörde:

Bezirksregierung Köln, Zeughausstr. 2-10, 50667 Köln, sowie der Innenminister des Landes Nordrhein-Westfalen als oberste Aufsichtsbehörde

Umsatzsteuer-Identifikationsnummer gemäß § 27 a Umsatzsteuergesetz:

DE 228 645 204

Inhaltlich Verantwortliche gemäß § 10 Absatz 3 MDStV:


Ulrike Spitz (Kommunikation)

Konzept, Design und Entwicklung:

Kühn Medienkonzept & Design GmbH

Chronos-Platz 1
D-53773 Hennef

Hosting:
Continum AG
Bötzing Str. 29a
D-79111 Freiburg
Internet: www.continum.net

Kennen Sie schon  **NADAMED** - die Medikamenten-Datenbank der NADA?