

# ЧИСТЫЙ ПОДХОД ДЛЯ ТРЕНЕРОВ

Мargarита Пахноцкая

Заместитель генерального директора

по международному сотрудничеству

и антидопинговым вопросам

РАА «РУСАДА»

Москва

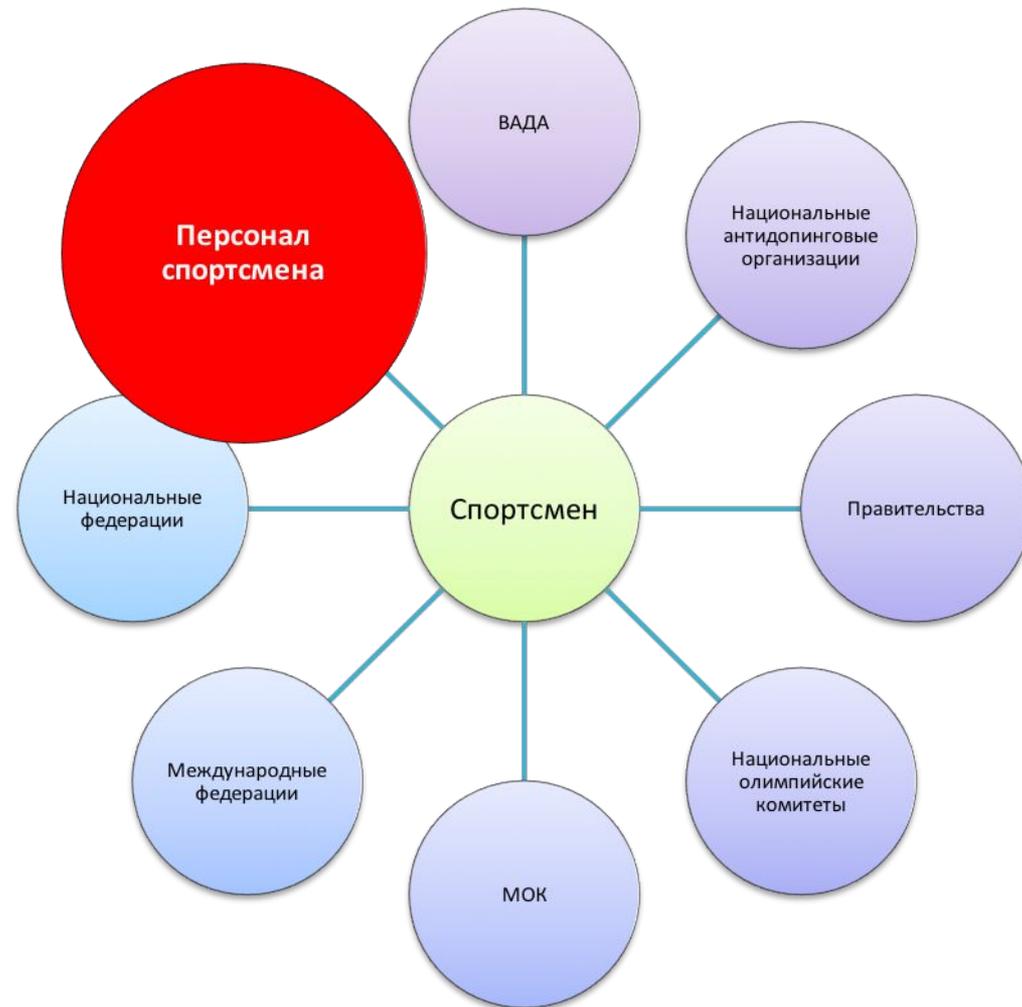
14 ноября 2017

**Тренеры играют решающую  
роль в очищении спорта от  
допинга!**

*Исследования показали, что сильная антидопинговая позиция тренера является мощным сдерживающим фактором.*

[http://www.wada-ama.org/Global/Gilley\\_Final\\_Report\\_2008.pdf](http://www.wada-ama.org/Global/Gilley_Final_Report_2008.pdf)

# Кто несет ответственность за борьбу с допингом в спорте?



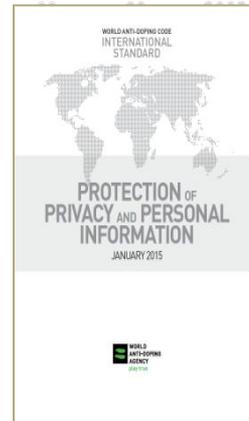
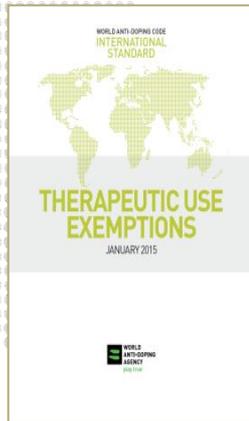
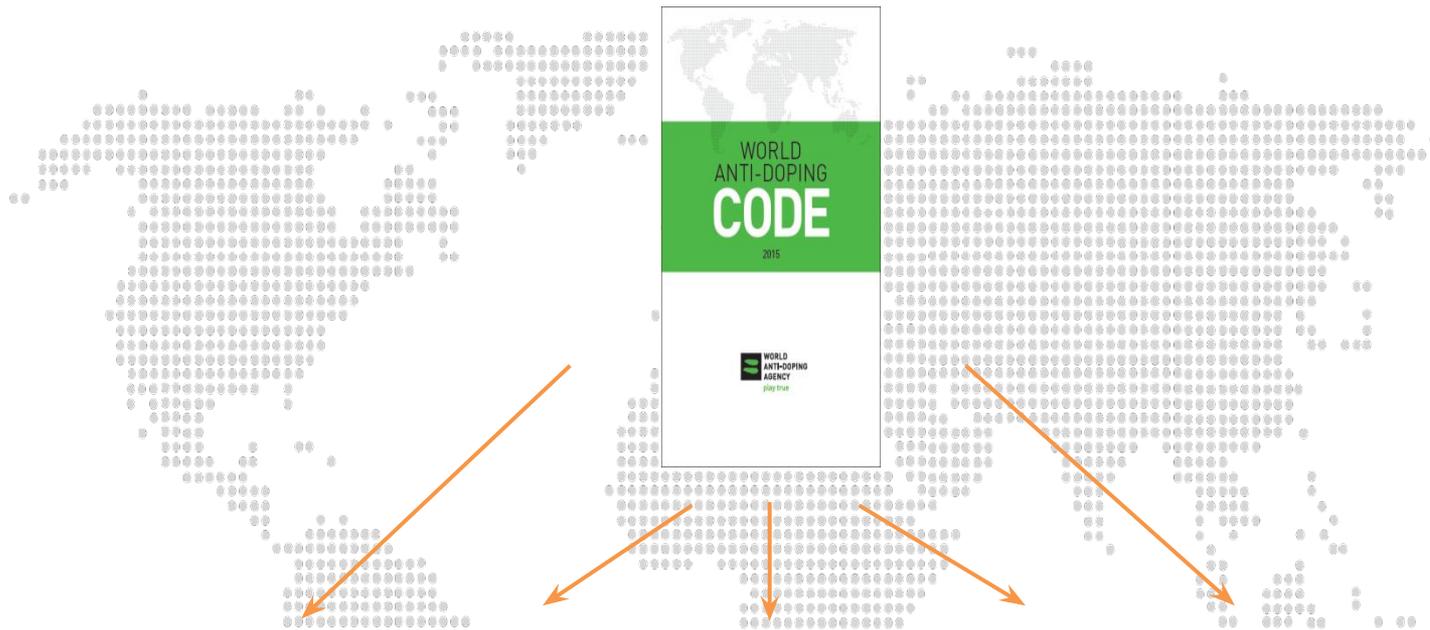
# Кто входит в «персонал спортсмена»?



# Обязанности: Персонал

## спортсмена

- ✓ Знать и соблюдать положения Кодекса
- ✓ Сотрудничать с тестированием
- ✓ Воздействовать на убеждения спортсмена, чтобы способствовать развитию нетерпимости к допингу
- ✓ Создать тренерскую среду, поддерживающую культуру самосовершенствования, а не победы любой ценой
- ✓ Способствовать развитию позитивных ценностей и убеждений у всех спортсменах, которых вы тренируете и у любого другого персонала спортсмена, с которым вы работаете
- ✓ Убедиться, что спортсмены знают о принципе строгой ответственности
- ✓ Выучить 10 нарушений антидопинговых правил и понять, как они относятся к вам и вашим спортсменам
- ✓ Быть в состоянии выступать в качестве представителя спортсмена во время тестирования
- ✓ Задавать вопросы, если вы не уверены в ответе, прежде чем давать советы спортсменам
- ✓ Знать риски спортсменов, связанные с использованием БАД
- ✓ Защищать целостность спорта, сообщать о любых подозрительных явлениях либо непосредственно АД организации,
- ✓ либо с помощью круглосуточной анонимной телефонной линии



**ПРИМЕНИМЫЕ АНТИДОПИНГОВЫЕ ПРАВИЛА**

# Ответственность: Не нарушайте антидопинговые правила

## Всемирный антидопинговый кодекс 2015

### Статья 2 Нарушение антидопинговых правил, касающееся Персонала спортсмена:

....

2.6 *Обладание Запрещенной субстанцией или Запрещенным методом.*

2.7 *Распространение или Попытка распространения любой Запрещенной субстанции или Запрещенного метода.*

2.8 *Назначение или Попытка назначения любой Запрещенной субстанции или Запрещенного метода*

2.9 *Соучастие*

2.10 *Запрещенное сотрудничество*

## 2.6 Обладание Запрещенной субстанцией или Запрещенным методом.

2.6.2 Обладание Персоналом спортсмена в Соревновательном периоде любой Запрещенной субстанцией или Запрещенным методом, или Обладание Персоналом спортсмена во Внесоревновательном периоде любой Запрещенной субстанцией или Запрещенным методом, запрещенным во Внесоревновательном периоде, если это связано со Спортсменом, Соревнованием или тренировкой, если только Персонал спортсмена, не обоснует, что Обладание не противоречит ТИ, выданному Спортсмену, в соответствии со статьей 4.4 или же имеются другие приемлемые объяснения.

Приемлемым объяснением может считаться, например ситуация, когда врач команды имеет при себе Запрещенные субстанции для применения в острых и неотложных ситуациях.

*2.7 Распространение или Попытка распространения любой Запрещенной субстанции или Запрещенного метода.*

*2.8 Назначение или Попытка Назначения любому Спортсмену в Соревновательный период любой Запрещенной субстанции или Запрещенного метода, или Назначение или Попытка Назначения любому Спортсмену во Внесоревновательный период любой Запрещенной субстанции или Запрещенного метода, запрещенных во Внесоревновательный период.*

## 2.9 Соучастие.

Помощь, поощрение, пособничество, подстрекательство, вступление в сговор, сокрытие или любая иная форма намеренного соучастия в связи со случаями нарушения антидопинговых правил, *Попытки* нарушения антидопинговых правил или нарушения иным *Лицом* Статьи 10.12.1.

10.12.1 Запрет на участие в течение срока *Дисквалификации.*

## 2.10 Запрещенное Сотрудничество

Сотрудничество Спортсмена или иного Лица, находящегося под юрисдикцией Антидопинговой организации в профессиональном или связанном со спортом качестве, с любым Персоналом спортсмена, который:

2.10.1 Отбывает срок Дисквалификации, если на него распространяется юрисдикция Антидопинговой организации; или

2.10.2 Если на него не распространяется юрисдикция Антидопинговой организации и Дисквалификация не является следствием процедур обработки результатов в соответствии с Кодексом, был осужден, либо в отношении которого в ходе уголовного дела, дисциплинарного или профессионального разбирательства было установлено, что он был вовлечен в деятельность, которая составила бы нарушение антидопинговых правил, если бы к данному Лицу могли быть применены правила, соответствующие Кодексу. Сотрудничество с таким Лицом признается запрещенным в течение шести лет с даты решения, вынесенного в рамках уголовного дела, профессионального или дисциплинарного разбирательства, либо в течение срока действия дисквалификации, наложенной в рамках уголовного дела, дисциплинарного или профессионального разбирательства, в зависимости от того, какой период дольше; или

2.10.3 Является подставным лицом либо посредником лица, описанного в

## Санкции, предусмотренные во Всемирном антидопинговом кодексе

2.6 Обладание	2-4 года
2.7 Распространение	4 года - пожизненно
2.8 Назначение	4 года - пожизненно
2.9 Соучастие	2 года
2.10 Запрещенное сотрудничество	2 года

Санкции, применяемые в соответствии с национальным законодательством:

штрафы, ограничение свободы, арест или тюремное заключение

20.5.9 Проводить обязательное расследование в отношении находящегося в сфере ее юрисдикции Персонала спортсмена во всех случаях нарушения антидопинговых правил несовершеннолетним, или если Персонал спортсмена оказывал содействие более чем одному Спортсмену, нарушившему антидопинговые правила.

# Обязанности: Персонал спортсмена



# Роль персонала спортсмена

Воздействовать на убеждения спортсмена, чтобы способствовать развитию нетерпимости к допингу



# Функции и обязанности Персонала Спортсмена

*Персонал спортсмена не должен использовать или обладать любой Запрещенной субстанцией или Запрещенным методом без серьезного основания.*

*Персонал спортсмена является моделью поведения для спортсменов.*

*Они не должны вести себя в манере, противоречащей их ответственности в отношении поощрения своих спортсменов не использовать допинг.*

# Среда, свободная от допинга

В целях предотвращения использования допинга в спорте, персонал спортсмена должен создать среду, свободную от допинга.

- Плохое поведение (допинг) порождает плохое поведение (допинг).
- Хорошее поведение (без допинга) порождает хорошее поведение (без допинга).
- Приобретенное отрицательное отношение, например человек привыкает относиться ко всему отрицательно.
- Знание влияет на инстинктивное поведение и/или действие.

Персонал спортсмена играет очень важную роль в борьбе с допингом в спорте.

Помогайте спортсменам оставаться  
**ЧИСТЫМИ!**

Создайте среду, свободную от допинга!

# РАЗРЕШЕНИЯ НА ТЕРАПЕВТИЧЕСКОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ

**ТИ НЕОБХОДИМО ПОЛУЧИТЬ ДО НАЧАЛА  
ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ИЛИ ВЛАДЕНИЯ  
ЗАПРЕЩЕННЫМ ВЕЩЕСТВОМ ИЛИ МЕТОДОМ**

**РЕТРОАКТИВНОЕ РАЗРЕШЕНИЕ НА ТИ МОЖЕТ БЫТЬ  
ВЫДАНО В СЛЕДУЮЩИХ СЛУЧАЯХ:**

- [REDACTED]
- [REDACTED]
- [REDACTED]
- [REDACTED]
- [REDACTED]

# Роль и ответственность персонала спортсмена

знать и действовать в соответствии с антидопинговыми правилами

использовать своё влияние на спортсмена с целью формирования атмосферы нетерпимости к допингу

сотрудничать при реализации антидопинговых программ



**Если доказана причастность персонала к нарушению спортсменом антидопинговых правил, по отношению к нему применяются более строгие санкции, чем к спортсмену!**

# Санкции к персоналу спортсмена

**Дисквалификация на срок от 4 лет до пожизненной:**

- Нарушение антидопинговых правил
- Пособничество, сокрытие или иное соучастие

**Уголовная ответственность:**

- Статья 234 УК РФ
- Статья 226 УК РФ
- Статья 230.1 УК РФ
- Статья 230.2 УК РФ



**Санкции по трудовому законодательству:**

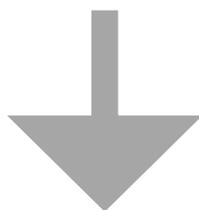
Расторжение трудового договора

**Административная ответственность:**

Согласно Статье 6.18 КоАП РФ

**Нарушение рассматривается как особо серьезное:**

нарушение антидопинговых правил было совершено  
несовершеннолетним спортсменом и доказана вина персонала



**Пожизненная дисквалификация**

# **РИСКИ, СВЯЗАННЫЕ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ЛЕКАРСТВЕННЫХ СРЕДСТВ**

---

# РИСКИ, СВЯЗАННЫЕ С



# СЕРВИС ПО ПРОВЕРКЕ ПРЕПАРАТОВ

[list.rusada.ru](http://list.rusada.ru)

РУСАДА

[Скрининг](#)

[Библиотека](#)

[Справка](#)

Проверка субстанции на вхождение в запрещенный список ВАДА

Тип пользователя \*

Выберите...  
Выберите тип пользователя

Вид спорта \*

Вид спорта  
Укажите вид спорта

Период

Любой

Пол

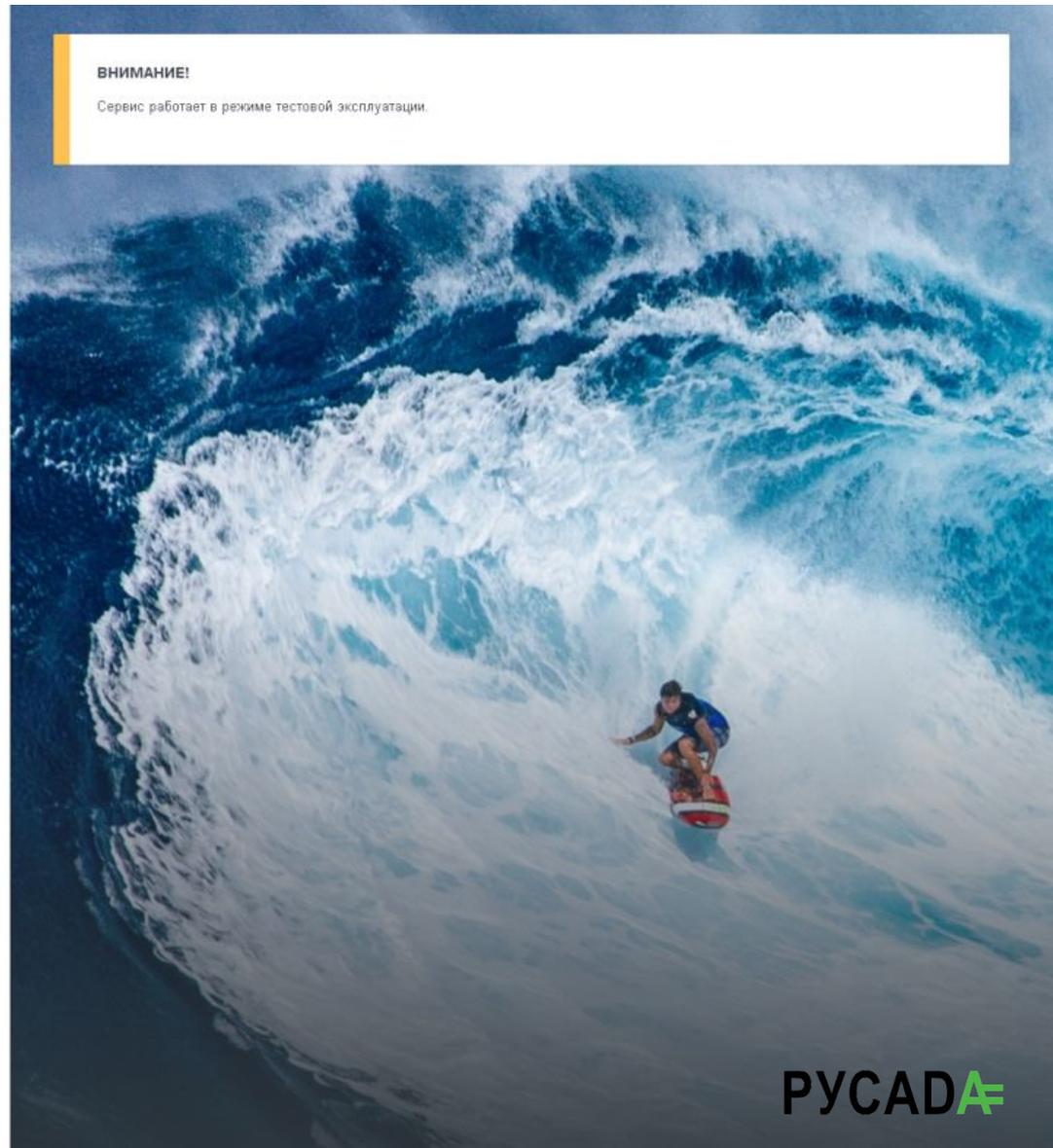
Не указан Женский Мужской

Препарат или субстанция \*

Препарат/субстанция

## ВНИМАНИЕ!

Сервис работает в режиме тестовой эксплуатации.



РУСАДА

[Задать вопрос](#)

# **РИСКИ, СВЯЗАННЫЕ С БАД**



- Что представляют собой БАД?
  - Какие риски связаны с использованием добавок?
  - Оцените потребность
  - Оцените риск
  - Ограничения программы "Информированный спорт"
-

## Обратите внимание метилгексанамина (диметилфениламин) - стимулятор

Метилгексанамин (также известный как DMAA) был обнаружено в составе добавок.

DMAA является токсичным веществом с опасными побочными эффектами и был связан со смертельными исходами.

Также может иметь другое название:

**4-метил-2-гексамин; 4-метил-2-гексамин;**

**2-амино-4-метилгексан; 1,3-диметиламуламин;**

**1,3-диметилпентиламин; 2-гексанамин, 4-метил-(9CI);**

**герань, пеларгония, DMAA, forthan, forthane, floradrene, geranamine.**

- TOP 50
- GOALS
- BRANDS
- CATEGORIES
- ARTICLES
- VIDEOS
- LATEST
- SPECIALS

- TRUSTED IN OZ SINCE 2004  
100% MONEY BACK GUARANTEE
- SUPER FAST DELIVERY  
EAST & WEST COAST DISPATCH
- THOUSANDS OF ARTICLES  
WRITTEN BY INDUSTRY PROS
- FREE WORKOUT VIDEOS  
OVER 10 MILLION YOUTUBE VIEWS

Supplements > Pre Workout > Buy USPlabs Jack3d



BACK IN BLACK

FREE GIFTS  
\*SUBJECT TO OFFER



### USPlabs Jack3d

★★★★★ 4.34 stars (93 reviews) [Write a review](#) | 1 FAQs

239g / 45 Serves

Now Only: \$54.95

RRP: \$69.95

Saving You 21%

Cost per Gram: \$0.23 | Cost per Serve: \$2.30

- Нравится
- Tweet
- G+

## From \$54.95

239g Mango (\$54.95) | 1

**Add To Cart**  
You can always remove it later

Can't see the size and flavour you want?

[Click Here](#)

**FREE DELIVERY**  
ALL ORDERS OVER \$150

- Product
- Nutrition
- Reviews
- FAQs



USPlabs Jack3d Advanced Formula Pre Workout - Dear Valued USPLabs Inner Circle Member. Let me begin by saying this is a letter I never thought I'd write, the last thing I ever wanted to do was get into the "Pre-Workout Pump" market. After all, it's completely crowded with the same damn product over and over and again, disguised in different packaging. In fact, it's rather nauseating to say the least. I mean, how thing? With that said, I like having a ton of energy, strength

**WHY MR SUPP?**  
Trusted Across OZ Since 2004

- Lowest Prices
- Largest Range
- Easy Ordering
- Free Shipping
- Super-Fast Delivery
- Online Tracking
- Safe Secure Shopping

**100% Money back Guarantee**



BACK IN BLACK

FREE GIFTS  
\*SUBJECT TO OFFER

- f 63,285
- YouTube 38,664
- Instagram 3,612
- Twitter 489
- RSS
- Email

Herbal Ecstasy forum

**Over-the-counter products that contain methylhexanamine:**

- **DynaPep** (US) Mfg: Dynapep. Listed ingredients: [caffeine](#), **2-amino-4-methylhexane**, conjugated linoleic acid, B-12, chromium polynicotinate.
- **Ergolean Amp 2** (US) Mfg: ErgoPharm. Listed ingredients: caffeine, zingerone, raspberry ketone, coleus forskohlii extract, green [coffee](#) bean extract, **dimethylpentylamine**, fursultiamine, evodiamine, kaempferol.
- **IBE X-Force** (US) Mfg: Innovative Body Enhancement. Listed ingredients: caffeine, **methylhexanamine**, sulbutiamine.
- **NitroX** (Netherlands) Mfg: DNX. Listed ingredients: **Geranium oil**, vitamin B12, chromium(III)chloride, caffeine.
- **Jack3d Carnosine ATP Augmentor** (US) Mfg: USP Labs. Listed ingredients: arginine, creatine, beta alanine, caffeine, **1,3-Dimethylamylamine**, shizandrol A.
- **Sunrise** (Worldwide except NZ) Mfg: unknown. Listed ingredients: "99.9% pure DMAA"
- **Hummer** (New Zealand, UK) Mfg: LightYears. Listed ingredients: Hamelia patens, **Pelargonium graveolens**, Polygonum multiflorum, Paulinia cupana, Citrus aurantium, "an amino acid blend"
- **Hummer** (Australia) Mfg: LightYears. Listed ingredients: caffeine, Citrus aurantium extract, **Pelargonium graveolens extract**, [Salvia](#) sclarea extract, Piper nigrum extract, L-phenylalanine, vitamin c, "tableting aids"
- **Diablo Strong as Hell** (Australia) Mfg: LightYears. Listed ingredients: caffeine, clary sage, Citrus aurantium, **Pelargonium graveolens**, Polygonum multiflorum, Theobroma cacao, "free form amino acids"
- **Storm** (Australia) Mfg: LightYears. Listed ingredients: caffeine, Citrus aurantium extract, **Pelargonium graveolens extract**, Piper nigrum extract, Theobroma cacao extract, Hordeum vulgare extract, vitamin C, "tableting aids"
- **Hypnotic** (Australia) Mfg: LightYears. Listed ingredients: guarana, **geranium extract**, [poppy](#) seed, calcium, magnesium and "tableting aids".
- **Exotic** (Australia) Mfg: LightYears. Listed ingredients: caffeine, Citrus aurantium, Theobroma cacao, **Pelargonium graveolens**, Salvia sclarea, Theobroma cacao extract, "tableting aids"

- **Giggle** (Australia) Mfg: LightYears. Listed ingredients: guarana, **Geranium extract**, calcium, magnesium, "tableting aids"
- **Clearshot 3X Concentrate** Mfg: E-Pharm. Listed ingredients: L-citrulline malate, zingerone, caffeine, **geranamine**
- **Buzz** (Australia) Mfg: Legal Highs. Listed ingredients: L-citrulline malate, zingerone, caffeine, **geranamine**
- **Vegas Nights** (New Zealand) Mfg: Enjoi Products. Listed ingredients: Hamelia patens, **Pelargonium graveolens**, Polygonum multiflorum, Paulinia cupana, Citrus aurantium, "amino acids"
- **Diablo XXX** (US) Mfg: AM-HI-CO. Listed ingredients: Vitamins B1, B5, B6, Hamelia patens, **Pelargonium graveolens**, kola nut extract, "amino acid blend", magnesium stearate
- **Exotix Super** (Europe) Mfg: AM-HI-CO. Listed ingredients: Vitamins B1, B5, B6, Hamelia patens, **Pelargonium graveolens**, kola nut extract, "amino acid blend", magnesium stearate
- **Charged** (New Zealand) Mfg: A-Class. Listed ingredients: Citrus aurantium, Theobroma cocoa, Guarana, **Pelagornium graveolens**, caffeine
- **Phat Freddy's Tripsta** Mfg: Party Shnacks. (New Zealand) Listed ingredients: caffeine, green tea extract, **geranium extract**, yerba mate, guarana, capsaicin, kaia nut, ginseng, gelatin, stearic acid, magnesium stearate, titanium dioxide
- **Groove** (Worldwide) Mfg: London Underground. Listed ingredients: **Synthetic equivalent of standardised Geranium oil extract**, poppy seed, magnesium sterate, dicalcium phosphate
- **Crank'd** (New Zealand) Mfg: A-Class. Listed ingredients: caffeine, "free form amino acids", "antioxidants", guarana, green tea, cocoa, Citus aurantium, **Pelargonium graveolens (synthetic equivalent)**
- **Redd Hearts** (New Zealand) Mfg: A-Class. Listed ingredients: caffeine, Citrus aurantium, Griffonia simplicifolia, Hordeum vulgare, **Pelargonium graveoleons (synthetic equivalent)**, Piper nigrum, Salix alba, Salvia sclarea, Theobroma cocoa, "free form amino acids", vitamin C
- **Red E** (Worldwide) Mfg: Future Highs. Listed ingredients: unknown. There is an informal report that these contain caffeine and **DMAA**
- **Trance** (UK) Mfg: Enjoi. Listed ingredients: Griffonia seed extract, caffeine, **geranium extract**, sodium chloride, magnesium aspartate,

Methylhexanamine - Drugs Forum - Windows Internet Explorer

http://www.drugs-forum.com/forum/showwiki.php?title=Methylhexanamine

File Edit View Favorites Tools Help

Google Search Search + Share Bookmarks Check Translate AutoFill Sign In

Windows Live Bing What's New Profile Mail Photos Calendar Share Sign in

Methylhexanamine - Drug... X Geranium - Wikipedia, the fre...

- **Trance** (UK) Mfg: Enjoi. Listed ingredients: Griffonia seed extract, caffeine, **geranium extract**, sodium chloride, magnesium aspartate, calcium ascorbate, "amino acid blend"
- **Envy** (Europe) Mfg: unknown. Listed ingredients: Hamelia patens, **Pelargonium graveollens**, Polygonium multiflorum, Paulina cupana, Theobroma cacao, clary cage, Citrus aurantium, vitamins B and C, "amino acids", "tableting agents", "permitted colour coating"
- **Bliss Bomb** (Europe) Mfg: Cosmic Party Productions. Listed ingredients: caffeine, "free form amino acids (l-tyrosine, l-phenylalanine)", griffonia seed extract, **pelargonium extract (synthetic equivalent)**, Citrus aurantium extract, vitamin B6, "tableting aids"
- **Dr. Feelgood** (Europe) Mfg: Cosmic Party Productions. Listed ingredients: caffeine, Theobroma cacao extract, **pelargonium extract (synthetic equivalent)**, Hordeum vulgare extract, Citrus aurantium extract, clary sage extract, griffonia seed extract.
- **Space Trips** Mfg: unknown. Listed ingredients: galangal, **geranamine**, Citrus aurantium, caffeine, piperine
- **Fast Lane** Mfg: unknown. Listed ingredients: **DMAA**, Camellia sinensis, piperine, epimedium, [passion flower](#)
- **Colours** (UK) Mfg: unknown Listed ingredients: **1,3-dimethylamylamine**, methylmesembrine
- **Cosmic** (UK) Mfg: Enjoi. Listed ingredients: **geranium**, Citus aranthium, choline bitartrate, caffeine, "mineral blend", "amino blend", synephrine, vitamin C, "absorbers", "tableting aids"
- **Mythic** (UK) Mfg: Enjoi. Listed ingredients: **geranium**, Glacine, Citus aranthium, caffeine, "mineral blend", "amino blend", synephrine, vitamin C, "absorbers", "tableting aids"
- **Supasonic** (UK) Mfg: Enjoi. Listed ingredients: **geranium**, caffeine, "mineral blend", "amino blend", vitamin C, "absorbers", "tableting aids"
- **Angelic** (UK) Mfg: Enjoi. Listed ingredients: **geranium**, caffeine, "mineral blend", "amino blend", vitamin C, "absorbers", "tableting aids"
- **Move** (UK) Mfg: London Underground. Listed ingredients: "**Synthetic equivalent of standardized geranium oil extract**", caffeine, magnesium stearate, dicalcium phosphate
- **Revive** (UK) Mfg: Enjoi. Listed ingredients: **geranium**, caffeine, "mineral blend", "amino blend", vitamin C, "absorbers", "tableting aids"
- **Pure Go-E Party Pills** (Netherlands) Mfg. Cosmic Party Products. Listed ingredients: caffeine, Theobroma cacao extract, Hordeum

start

2011 medikams Antidopingas irklavi... Antidopingas medika... Methylhexanamine - ... Gauta - Microsoft Ou...

EN 20:40 penktadienis 2011.01.21

# Афамин



/POWERFUL THERMOGENIC POWDER  
/HARDENING & TONING AGENTS  
/GET LEAN... GET HARD... FAST!  
/WORLD CLASS FLAVOUR  
/A FORMULA THAT DEMANDS RESULTS!

the all inclusive physique transformer

PES ALPHAMINE 252G - (vaisių skonio). Maisto papildas milteliais su saldikliais. Grynasis kiekis: 252 g (84 porcijų).

Vienoje porcijoje veikliosios medžiagos yra (3 g):

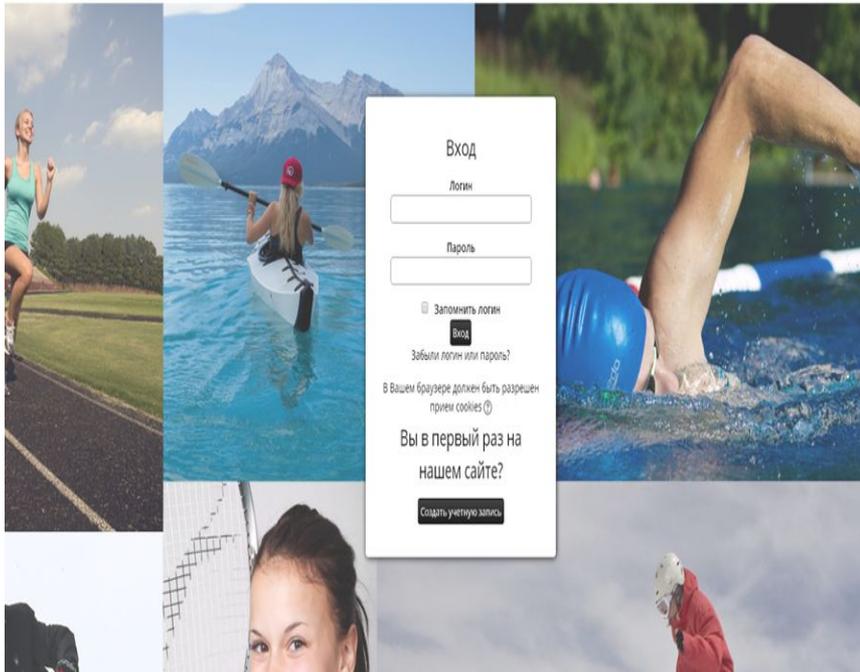
<b>Alphamine FIT Matrica,</b>	1577.5 mg
<b>Lieknėjimo našumo sistema:</b>	**
Cholino bitartratas, Alfa-Hidroksi-Isokaproinė rūgštis, Eucommia Ulmoides lapų ekstraktas (98% Chlorogeninė rūgštis), Alyvuogių lapų ekstraktas (Extracted for Oleuropein)	
<b>Ergo-Termogeninė Sistema:</b>	**
L-Tyrosinas, Bevandenis kofeinas, Higenamine HCl	



# Обучение он-лайн

rusada.triagonal.net RUSADA: Вход на сайт

**RUSADA** ЗА ЧЕСТНЫЙ И ЗДОРОВЫЙ СПОРТ!



**Вход**

Логин

Пароль

Запомнить логин

Забыли логин или пароль?

В Вашем браузере должен быть разрешен прием cookies

Вы в первый раз на нашем сайте?

triagonal.net Онлайн-курс RUSADA

**RUSADA** ЗА ЧЕСТНЫЙ И ЗДОРОВЫЙ СПОРТ!



0%

1.2. Что такое допинг?

0/3



Под допингом понимается любое нарушение антидопинговых правил (их 10):

- ✓ наличие запрещенной субстанции в пробе спортсмена,
- ✓ использование или попытка использования запрещенной субстанции или метода,
- ✓ уклонение, отказ или невка на процедуру сдачи пробы,
- ✓ нарушение порядка предоставления информации о местонахождении,
- ✓ фальсификация или попытка фальсификации любой составляющей допинг-контроля,
- ✓ обладание запрещенной субстанцией или запрещенным методом,
- ✓ распространение или попытка распространения,
- ✓ назначение или попытка назначения запрещенной субстанции или метода, соучастие и запрещенное сотрудничество.

triagonal.net Онлайн-курс RUSADA

**RUSADA** ЗА ЧЕСТНЫЙ И ЗДОРОВЫЙ СПОРТ!



0%

Добро пожаловать

1/8



# Путь спортсмена



# Как было раньше



# Долгосрочный план

– нацелен на создание стабильной образовательной программы на всех уровнях пути спортсмена.



# Сомневаетесь?

Задайте вопрос – мы ответим

**ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ РУСАДА**

**8 800 77 00 33 2**



**Благодарю за внимание!**

---