**Коротко об антидопинге**

Напоминаем о главных принципах и правилах антидопингового контроля, которые должен знать и соблюдать каждый спортсмен.

Честность и справедливость: спортсмены должны соблюдать [антидопинговые правила](https://www.rusada.ru/upload/iblock/f14/%D0%90%D0%BD%D1%82%D0%B8%D0%B4%D0%BE%D0%BF%D0%B8%D0%BD%D0%B3%D0%BE%D0%B2%D1%8B%D0%B5%20%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%B2%D0%B8%D0%BB%D0%B0.pdf) для обеспечения честной и равной конкуренции в спорте.

Принцип строгой ответственности: каждый спортсмен несет личную ответственность за то, что попадает в его организм.

**Напоминаем‼️**

Запрещенные субстанции: спортсменам рекомендуется перед использованием лекарств и витаминов проверять их с помощью[сервиса РУСАДА](https://list.rusada.ru/).

Терапевтическое использование: если спортсмену необходимо использовать запрещенную субстанцию или метод в медицинских целях, он должен получить соответствующее разрешение в антидопинговой организации (ТИ).

[Процедура допинг-контроля](https://www.rusada.ru/upload/iblock/643/%D0%9F%D1%80%D0%BE%D1%86%D0%B5%D0%B4%D1%83%D1%80%D0%B0%20%D0%B4%D0%BE%D0%BF%D0%B8%D0%BD%D0%B3-%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D1%82%D1%80%D0%BE%D0%BB%D1%8F.pdf): спортсмены могут быть протестированы в любое время и в любом месте.

Права спортсменов: спортсмены имеют право на присутствие представителя при тестировании и фиксацию любых комментариев   
к процедуре. С другими правами спортсменов можно познакомиться [тут](https://www.rusada.ru/upload/iblock/705/%D0%9F%D0%B0%D0%BC%D1%8F%D1%82%D0%BA%D0%B0%20%D0%BF%D0%BE%20%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%B2%D0%B0%D0%BC%20%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82%D1%81%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D0%BE%D0%B2.pdf).

Последствия нарушений: нарушение антидопинговых правил может привести к дисквалификации, лишению медалей и другим санкциям.

**ЭТО ВАЖНО ЗНАТЬ!!!**

Спортсмен: «У меня есть право 2 раза отказаться от сдачи пробы, это же флажок!»

Об этом реальном случае, который произошел во время допинг-контроля, рассказала начальник отдела тестирования РУСАДА Камила Шафеева во время своего выступления на тему «Актуальные вопросы организации допинг-контроля» в Омске.

Это заблуждение чуть было не стало причиной дисквалификации спортсмена, ведь отказ от сдачи пробы – это один из видов нарушения антидопинговых правил:

«Уклонение, отказ или неявка спортсмена на процедуру сдачи проб.» п. 4.3 Общероссийских антидопинговых правил.