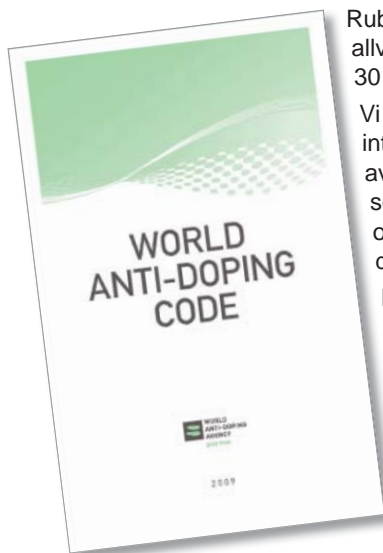




Doping - ett minne blott?



Rubrikerna var lika stora som WADAs pampar mäktiga och allvarliga då de inför OS i Vancouver avslöjade att 30 positiva dopingprov tagits inför det stundande OS.

Vi höll andan... och höll... och höll. Hela OS faktiskt och inte en enda gång yppades ens frågan. Var blev de av - de positiva svaren och; var blev de av - idrottarna som lämnat dem. Att WADA är det politiskt beslutfattande organet och refererat som dopingens eget FN-organ, det vet vi alla.

I denna sportpolitiska samling av forskare, ledare, politiker och veteraner från sportens värld finns ett brinnande intresse att driva fram regler och riktlinjer för världens antidopingarbete.

Men hur görs detta, egentligen? Vem ifrågasätter och vem implementerar? Om WADA sitter på makten och inför de stora världshändelserna i sportens värld basunerar ut att vi vet och vi kan... men inget händer. Var ligger ansvaret att följa upp och rapportera?

Ligger det i händerna på de Internationella förbunden, kanske?

Ren Idrott beslöt att kolla upp saken. Läs mer på sid 4.

Trevlig läsning/Redaktionen!

FRÅGA: SKULLE DU KUNNA TÄNKA DIG VARA TILLSAMMANS MED NÅGON SOM DOPAR SIG?

Ren Idrotts undersökning (maj 2009) kollar av ungdomars attityd. Sid. 5

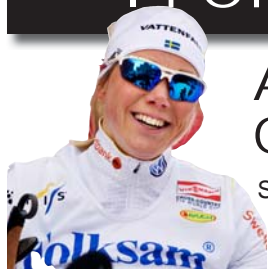
SENASTE NYTT



Ren Idrott skriver kontrakt med Life!

Mer information inom kort.

I FOKUS



Anna
Olsson

Skiddrottningen som erövrade Palatset!

REN IDROTT GRANSKAR



WORLD
ANTI-DOPING
AGENCY

Ren Idrott tar ett snack med RFs antidopingveteran Janne Engström om ansvar och rutiner. Janne är även ytterst ansvarig för de extra dopingtester Ren Idrott tar på sina ambassadörer.

NOTISER

"DOPING ÄR FUSK!"

Malin Baryard berättar för Emma och Elvira på Tallbackens Friskola om sina tankar kring doping och hur viktigt det är för henne, som är ett stort namn i ridsporten, att ta ställning för en dopingfri sport. Spännande redaktionell annons utlovas till Tallbackens Skoltidning. Du hittar den på www.renidrott.se samt på Ren Idrott Facebook.

VINN BILJETTER TILL IAAF DIAMOND LEAGUE DN-GALAN 2010

Tävla med Ren Idrott och var med i utlottningen av två stycken biljetter till DN Galan på Stockholms Stadion den 6 augusti 2010. DN Galans unika blandning av traditionell friidrottstävling och futuristisk sportshow med musik, ljudeffekter och den senaste tekniken på en liten historisk arena, skapar en magisk stämning som har gjort tävlingen omtalad och respekterad världen över. <http://www.renidrott.se/tavling.html>

REN IDROTT I SKOLAN!

Håll koll på Ren Idrotts föreläsningar. Du hittar var vi är på hemsidan och Facebook – du är väl mé?

REN IDROTT I ÖSTERSUND

Måndag 24/5 och tisdag 25/5. Tillsammans med Tommy Moberg fortsätter Ren Idrott sin norrlandsturné. Plats och tid på www.renidrott.se

facebook

REN IDROTT PÅ FACEBOOK
Gå med i vår Fan-club du också!

REN IDROTT
BLOGGEN

BLOGGA MED REN IDROTT
Är du en bloggare som letar en utmaning och brinner för en Ren Idrott? Då är du den vi söker. Bli Ren Idrott bloggare! Anmäl dig på info@renidrott.se

I FOKUS

Anna Olsson

Året var 2008 och Stockholm gjorde sig redo för VC-final i Royal Palace Sprint. På startlinjen stod världseliten i längdskidor. Vid min sida stod en skadad Anna Olsson.

Anna var i Stockholm för Ren Idrotts ambassadörsträff och vidare behandlingar men det gick inte att ta miste på lusten att komma tillbaka. I ögonen lyste en vilja, en stark motivation.

Två år senare står Anna överst på pallen. Hon tar Sveriges första seger i just Sprinten runt Slottet! En enastående comeback. Efter seger i Slottssprinten och ett otroligt väl genomfört OS i Vancouver lägger nu Anna Olsson skidorna på hyllan.

Ren Idrott har satt Anna I Fokus och enkelt och rakt berättar Anna om sin comeback till sitt sista år i världseliten!

Anna, du har dragits med ett par stora skador de senaste åren men alltid lyckats komma tillbaka. Berätta om din sista säsong.

– Ja, i Davos på världscupen

innan jul så var det en ryska som ramlade i en utförsbacke där det gick snabbt. Hon kapade mina ben så jag flög och landade på min axel. Som tur var, var nyckelbenet helt, det var ligamenten i axeln som gick sönder. Det tog ungefär två veckor innan jag kunde åka skidor igen. Dagen efter jag kunnat börja träna bra igen fick jag vinterkräksjukan och blev utan träning en vecka till. Så jag var inte inne i något flyt ca två månader innan OS skulle starta och precis lagom till jag hade kommit igång igen så blev jag förkyld. Då är det tur att jag har tränat mycket mental träning för då började jag känna mig stressad för att hitta formen till OS. Fick jobba hårt med den mentala träningen för att komma i positiva tankar igen. Det var en tuff tid och inget man drömmer om innan ett OS.

Anna, din comeback? Hur lyckades du i din rehab och hur fick du hjälp. Hur kan man komma tillbaka till eliten utan hjälp av t.ex otillåtna preparat.

När jag ramlade hade vi vår läkare på plats som är van skador som jag fick. Till vardags jobbar han i Sälen, i backen är det vanligt med liknande skador. Så det var en trygghet att veta att han fanns på plats. Det var en otrolig smärta i axeln och det var väldigt jobbigt. Bara det att få på kläder i början. Ibland kom det till och med tårar för det gjorde så ont att få på tröjorna. Det var också svårt att sova. Jag vaknade varje timme av smärta den första veckan.

Efter bara två dagar började jag och sjukgymnasten med olika rehab övningar. Var även på gymmet efter fyra dagar men då var det mest rehab men jag kunde träna lite cykel och med lätta, lätta vikter.

Det jag tycker är viktigt när man har råkat ut för en skada och vill tillbaka till tävlandet så fort som möjligt är att vara lugn i början. Rehab är bra men försök att vila och sova mycket. Det går inte att stressa! Då läker kroppen sakta och det är lätt att bli sjuk. Den första tiden är det lätt att vilja för mycket och det är då lätt att förvärra skadan. Då är det viktigt att lyssna på kroppen och vara lugn, jobba mer mentalt än fysiskt.

Ren Idrott Anna. Du har varit ambassadör sedan 2006. Vad händer där då du nu avslutar din karriär. Stannar du kvar som veteran?

– Absolut! Ren Idrott är oerhört viktigt för mig och jag är gärna kvar som veteran ambassadör. Jag vill hjälpa till den tid jag har möjlighet.

Framtid! Vad gör Anna Olson efter avslutad karriär?

Framtiden är oviss. Jag ska vara ledig i sommar, mysa och vara i vårt torp och pyssla.

Har lite kvar på min ekonomi utbildning, sedan ska bli roligt att få se vad det blir för arbete för mig. Min käre man Johan (Olsson, flerfaldig OS-medaljör i Vancouver red not.) fortsätter satsa flera år till så jag kommer vara ganska så nära idrotten ändå genom att heja fram honom.

Anna, ditt råd till våra unga som satsar på en elitidrott.

Mitt råd till unga som vill satsa mot eliten är träna mycket mental träning det är bra i med och motgång.

– Glöm aldrig glädjen och kärleken till sporten!


Mia Sparrow

The Diamond Race ... is on!

En diamantglitrande kväll med spänning, dramatik, idrott, nöje och god mat.

Boka VIP-paket på www.dngalan.com

DN.Galan 
Stockholms Stadion 6 augusti



IAAF Diamond League



IAAF Diamond League



Ska du resa till Stockholm i sommar? Sommarpriser från 1.046 kr kr per rum och natt i dubbelrum

Till alla er som planerar sommarlovet i god tid erbjuder vi extra låga priser på Nordic Sea Hotel. Boka ditt hotellrum online senast 21 dagar innan ankomst och ta del av förmånliga boka-tidigt-priser.

Erbjudandet passar dig som är säker på dina planer, eftersom bokningen inte kan om- eller avbokas. Frånpriset gäller vid bokning av tre nätter och inkluderar den härliga frukostbuffén.

Nordic Sea Hotel ligger mitt i city, granne med snabbtåget Arlanda Express, Centralstationen och med Stockholms nöjen på gångavstånd. Välkommen till Nordic Sea Hotel och Stockholm i sommar!

Boka och läs mer på www.nordicseahotel.se/sommar



nordic Sea hotel

REN IDROTT GRANSKAR

Ren Idrott satte sig ner med RFs Janne Engström, projektledare och kontrollplanering, för att diskutera ansvar och rapportering när det gäller dopingtester inför och under stora mästerskap. Janne har under många år arbetat i RFs antidopinggrupp och med EAA*.

Janne - vem har ansvaret att utföra tester inför OS?

Under den olympiska perioden (4/2 - 28/2) är det IOC*. Under perioden före den Olympiska är det såväl de Nationella Antidopingorganisationerna som de Internationella specialidrottsförbunden som utifrån sina respektive kontrollplaner ansvarar för kontroller på "sina" respektive utövare.

Inför OS i Vancouver rapporterade WADA* att 30 positiva dopingtester tagits. Vi väntar fortfarande på en uppföljning och rapport gällande dessa tester. Idag vet vi inte vad som hände. Vem har ansvaret när det gäller att informera och vem följer upp? Är det WADA, IOC eller de Internationella/Nationella förbunden?

Här har alla ett ansvar. I första hand utövare i respektive testing pool. WADA har tagit fram stödjande informationsmaterial, som alla antidoping organisationer kunnat ta del av, som stöd i sin utbildning av respektive utövare. Uppföljningen av att/hur t.ex. whereabouts och TUE* sköts har IOC. Informationsansvaret ligger i normalfallet

hos den nationella olympiska kommittén. I Sverige har vi den ordningen att SF* ansvarar för sina utövare.

Vid positiva svar - hur meddelas detta?

Labbet meddelar IOC. IOC kollar om TUE finns eller andra omständigheter. IOC:s disciplinnämnd informerar berörd atlet, internationella förbundet samt WADAS independent observer. Allt i enlighet med IOC antidopingregler.

Berätta om hur RF arbetar.

Året innan och inför ett olympiskt spel fokuserar vi lite extra på de utövare som blivit uttagna med såväl kontroller som utbildning.

Hur kartlägger man idrottarna/ whereabouts?

IOC regler kräver whereabouts från alla deltagande atleter under OS-perioden, alltså även ex NHL-spelare även om de inte anlänt till OS-byn. Formella kravet har ställts till de nationella olympiska förbunden men där vi självfallet varit behjälpliga. Vi har bra samarbete med SOK och testar

fortlöpande utövare ingående i deras program, vilket i princip är OS-deltagare.

När det gäller rapportering till förbund och deras skyldighet att offentliggöra resultat?

Enligt WADA har samtliga signatärer, NADOS* och Internationella förbund, i första hand, ansvar för att kungöra de bestraffningsbeslut som avfattas under respektive signatärs jurisdiction.

Janne, hur ser RF på doping – ökar eller minskar det?

Osäker totalt internationellt men i Sverige ökar antalet fall igen till nivåer som nåddes i mitten på 90-talet. Å andra sidan är det nästan bara motionärer.

Hur många dopingtester tar RF per år och hur många positiva svar får ni?

RF gjorde drygt 3500 prov 2009. 28 fälldes för brott mot dopingreglerna, alltså inte bara positiva prov. Endast 4 på elit-/och 4 på tävlingsnivå. Flertalet alltså på motionsnivå, 20 st, varav 12 fälldes för vägran.

Förklaring av förkortningar:

IOC – International Olympic Committee, WADA – World Antidoping Agency. TUE – Therapeutic Use Exemption, SF – Specialförbunden, NADOS – National Antidoping Organisations, EAA – European Athletic Association



– Vi gillar utmaningar,
därför stödjer vi de som antar dem

Det är roligare att vara etta än att vara tvåa. Så tänker vi och så tänker många unga idrottstalanger runt om i Sverige. För dem är drömmen om att stå högst upp på prispallen, att göra det som ingen annan tidigare lyckats med och att utmana sig själv det som driver dem att flera gånger i veckan gå till träningen.

Vi på Garantum brinner för dessa ungdomar, därför stödjer vi dem i deras drömmar. För oss är idrott något som fostrar, som skapar gemenskap och engagemang men som framförallt hjälper oss

att utmana oss själva. På samma sätt som vi hela tiden strävar efter att ta fram den rätta placeringslösningen, strävar dessa unga idrottstalanger efter att uppnå sin drömtid, göra det där avgörande målet eller att sätta den där serven som avgör matchen. De är specialister precis som vi.

Att stödja Ren Idrott är ett sätt för oss att visa dessa unga talanger att man kan anta utmaningen, nå framgång och drömmar utan genvägar och otillåtna preparat.

Garantum Fondkommission



**"Trots detta så skulle jag med glädje lämna prover varje vecka eller varje dag om det var möjligt... för att underlätta att hålla idrotten fri från dopning."
(Hanna Marklund, Ren Idrott Ambassadör)**

Under mina år som aktiv så blev det många dopingprover som skulle lämnas och jag skulle rapportera minst två träningsstillfällen i veckan var jag befann mig. Ibland kunde det kännas motigt att sitta kvar i flera timmar efter träning eller match för att klämma fram rätt mängd kiss. Vid något tillfällen var jag nära att missa ett flyg och jag fick ta en senare buss en beräknat vid ett annat tillfälle. När jag väl satt på bussen så skämdes jag för mina ständiga toalettbesök. Det måste vara den bussresa som toaletten användes flitigast. Men det är ju inte konstigt när man har hållt i sig flera liter vatten precis innan man stiger på.

Jag minns också en kväll på Sandåkern i Umeå när jag blev kvar långt efter att lagkamraterna gått hem. Jag sprang runt planen med min halvfyllda kissburk. Det är inte roligt när man kissar för tidigt och det blir för lite. För att skynda på processen så joggade jag runt med skvalpande mage och burken i fickan som inte fick lämnas ur sikte. Hemma var jag först fyra timmar efter träningens slut. Trots detta så skulle jag med glädje lämna prover varje vecka eller varje dag om det var möjligt, för att underlätta att hålla idrotten fri från dopning. Och jag är jag väldigt tacksam för allt jobb som görs i Sverige för en ren idrott.

Hanna Marklund

Undersökning 2009-05-20

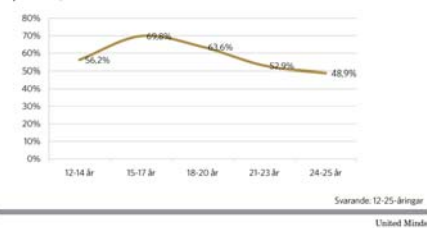
Få tjejer kan tänka sig att vara tillsammans med någon som dopar sig

Fråga: Skulle du själv kunna tänka dig att vara tillsammans med någon som dopar sig?



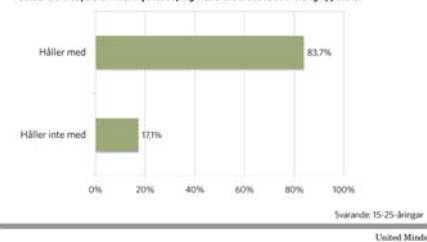
15-17-åringarna de som främst menar att killar med mycket muskler har lättare att få tjejer

Påstående: Killar med mycket muskler har lättare att få tjejer. (Andel som håller med om påståendet)



De flesta menar att det förekommer mycket doping i elitidrotten som aldrig upptäcks

Påstående: Det förekommer mycket doping bland elitidrottare som aldrig upptäcks.



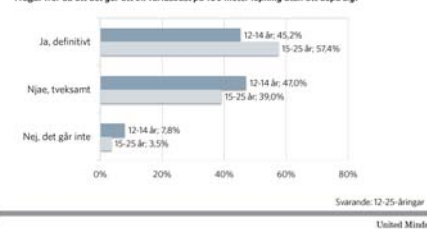
Fräidrott är den mest dopingassocierade idrotten bland unga

Fråga: Inom vilka av följande idrotter tror du det är vanligast att elitidrottare dopar sig?



Inte ens hälften tror att man kan bli världs bäst på 100 m utan doping

Fråga: Tror du att det går att bli världs bäst på 100 meter löpning utan att dopa sig?



REN UNGDOM

+ REN ELIT

REN IDROTT