

- 1 ▶ **Frage:** Ich bin selbst dafür verantwortlich, was ich zu mir nehme, injiziere oder an meinem Körper anwende.
Antwort: Richtig
Erklärung: *Alle Athleten müssen sich selbst um ihre sportliche Karriere kümmern. Wenn du Fragen hast, stell' sie! Wenn du die Inhaltsstoffe eines Mittels nicht zu 100% kennst, dann nimm' es nicht!*
-
- 2 ▶ **Frage:** Nur Athleten, die an den Olympischen oder Paralympischen Spielen oder an Weltmeisterschaften teilnehmen, können kontrolliert werden.
Antwort: Falsch
Erklärung: *Viele Länder und auch internationale Verbände haben Anti-Doping-Richtlinien. Auch andere Athleten können also während eines Wettkampfs oder sogar zu Hause oder am Trainingsort getestet werden.*
-
- 3 ▶ **Frage:** Was bedeutet WADA?
Antwort: Welt Anti-Doping Agentur
Erklärung: *Die Welt Anti-Doping Agentur (WADA) fördert, koordiniert und überwacht die weltweite Anti-Doping Arbeit.*
-
- 4 ▶ **Frage:** Ein Arzneimittel, das in meinem Land zugelassen ist, kann ich auch im Ausland bedenkenlos einnehmen.
Antwort: Falsch
Erklärung: *Einige Medikamente können andere Wirkstoffe beinhalten, wenn Sie im Ausland gekauft werden. Diese Wirkstoffe können verbotene Substanzen enthalten. Du musst Inhaltsstoffe immer sorgfältig prüfen. Wenn du dir nicht sicher bist, lass' dich von deinem Arzt oder Apotheker beraten.*
-
- 5 ▶ **Frage:** Wie oft kann ein Sportler pro Jahr einer Dopingkontrolle unterzogen werden?
a. 2
b. 5
c. 20
d. Unbegrenzt oft.
Antwort: d. Unbegrenzt oft.
Erklärung: *Es gibt keine Begrenzung, wie oft ein Sportler pro Jahr getestet werden darf, egal ob innerhalb oder außerhalb von Wettkämpfen.*
-
- 6 ▶ **Frage:** Die Analyse einer Urinprobe zwecks Dopingkontrolle kann von jedem Labor durchgeführt werden, das über die notwendigen Geräte verfügt.
Antwort: Falsch
Erklärung: *Die Analyse von Dopingproben wird nur in Laboren durchgeführt, die die hohen Anforderungen der WADA erfüllen und dafür zugelassen sind.*
-
- 7 ▶ **Frage:** Wenn ein Nahrungsergänzungsmittel in der Apotheke gekauft wird, ist es für Athleten definitiv verboten.
Antwort: Falsch
Erklärung: *Ein Nahrungsergänzungsmittel zu nehmen ist allein deine Entscheidung. Viele Nahrungsergänzungsmittel können jedoch verunreinigt sein und verbotene Substanzen beinhalten. Da die Herstellung von Nahrungsergänzungsmitteln in vielen Ländern nicht reguliert ist, musst du dich sehr genau über die Inhaltsstoffe informieren. Eine sinnvolle Alternative ist eine sportartspezifische Ernährung, die mit Experten abgesprachen ist.*
-
- 8 ▶ **Frage:** Wenn ich eine Erkältung oder Grippe habe, darf ich jedes Arzneimittel nehmen, das mich wieder gesund macht.
Antwort: Falsch
Erklärung: *Wenn du erkrankt bist, Grippe hast oder auch an Heuschnupfen leidest, solltest du niemals ein Arzneimittel einnehmen, ohne vorher sicher zu stellen, dass keine verbotene Substanz enthalten ist! Das gilt nicht nur für rezeptpflichtige, sondern auch für rezeptfreie Medikamente. Unwissenheit schützt nicht gegen die Konsequenzen.*
-

- 9 ▶ **Frage:** Ein Betreuer oder ein Arzt, der einen Sportler zur Einnahme verbotener Substanzen ermutigt oder auch dabei behilflich ist, kann dafür bestraft werden.
Antwort: Richtig
Erklärung: *Wer einen Sportler zur Einnahme verbotener Substanzen ermutigt oder ihm dabei behilflich ist, begeht einen schweren Verstoß gegen die Anti-Doping-Bestimmungen und wird dem WADA-Code entsprechend bestraft.*
-
- 10 ▶ **Frage:** Ein Dopingkontrolleur muss Athleten einige Stunden vor einer geplanten Dopingkontrolle darüber informieren.
Antwort: Falsch
Erklärung: *Dopingkontrollen finden in der Regel ohne vorherige Ankündigung statt. Das bedeutet, dass Dopingkontrollen zu jeder Zeit und an jedem Ort stattfinden können. Bei der Planung wird natürlich versucht dem Sportler keine unnötigen Unannehmlichkeiten zu bereiten.*
-
- 11 ▶ **Frage:** Wenn alle notwendigen Formulare ausgefüllt sind und die Probe versiegelt ist, wird jeder Versuch die Probe zu öffnen, zu verändern oder zu manipulieren offensichtlich.
Antwort: Richtig
Erklärung: *Die Athleten können sicher sein, dass die eigene Probe nicht mehr verändert oder manipuliert werden kann. Des Weiteren wird das Labor jede Ungewöhnlichkeit und jeden Verdacht auf eine Verfälschung vor der Analyse mitteilen.*
-
- 12 ▶ **Frage:** Wenn ein Athlet zu beschäftigt ist, kann eine Dopingkontrolle auch verweigert werden.
Antwort: Falsch
Erklärung: *Das Verweigern einer Dopingkontrolle kann die gleichen Folgen haben wie ein positiver Befund. Wenn ein Sportler eine Dopingkontrolle verweigert, muss er die Begründung auf dem entsprechenden Formular angeben und umgehend die nationale Anti-Doping-Organisation benachrichtigen.*
-
- 13 ▶ **Frage:** Mein Trainer oder Betreuer darf mich auf meinen Wunsch hin zur Dopingkontrollstation begleiten.
Antwort: Richtig
Erklärung: *Ein Sportler hat immer das Recht, eine Begleitperson mit zur Dopingkontrollstation zu nehmen.*
-
- 14 ▶ **Frage:** Ich muss das mir gegebene (zugeleitete) Probennahmeequipment benutzen, auch wenn ich denke, dass es manipuliert wurde oder verschmutzt ist.
Antwort: Falsch
Erklärung: *Dir wird immer eine Auswahl an versiegelt#em Probennahmeequipment zur Verfügung gestellt. Auch wenn das bereits von dir gewählte Testkit nicht in Ordnung erscheint, kannst du um ein anderes bitten.*
-
- 15 ▶ **Frage:** Mein behandelnder Arzt sollte wissen, dass ich als Sportler Dopingkontrollen nach den aktuellen Anti-Doping-Regeln unterliege und keine verbotenen Substanzen zu mir nehmen darf sollte.
Antwort: Richtig
Erklärung: *Dein behandelnder Arzt sollte wissen, dass du keine auf der Verbotsliste aufgeführten Mittel zu dir nehmen darfst. Ist trotzdem ein auf der Verbotsliste aufgeführte Medikament nötig, benötigst du eine Medizinischen Ausnahmegenehmigung von deinem internationalen Sportverband, oder deiner nationalen Anti-Doping-Organisation. Auch was in dirgenden Notfällen zu beachten ist sollte dein Arzt wissen.*
-
- 16 ▶ **Frage:** Wenn du bei einer Dopingkontrolle nicht genügend Urin abgeben kannst, wird zusätzlich eine Blutprobe genommen.
Antwort: Falsch
Erklärung: *Wenn du die erforderliche Menge Urin nicht abgeben kannst, wird die Teilmenge zunächst zwischenversiegelt. Wenn du wieder bereit bist, wird eine weitere Urinprobe genommen. Dies geschieht so lange, bis die erforderliche Mindestmenge erreicht ist.*
-

- 17 ▶ **Frage:** Von Personen, denen man traut, kann man bedenkenlos Arzneimittel annehmen. Auch man wenn man nicht direkt weiß, was sie beinhalten.
Antwort: Falsch
Erklärung: *Athleten müssen stets wissen, was sie zu sich nehmen. Ein Arzneimittel einzunehmen, ohne zu wissen was es enthält, kann zu einem positiven Dopingbefund führen. Die Konsequenzen trägt der Athlet allein.*
-
- 18 ▶ **Frage:** Ein Dopingkontrolleur kommt zu dir nach Hause, um eine Trainingskontrolle durchzuführen. Du darfst das Zimmer ruhig kurz allein verlassen, wenn du dir einen Kaffee machen möchtest.
Antwort: Falsch
Erklärung: *Es ist wichtig den Kontrollablauf ordentlich einzuhalten. Dazu zählt auch, immer im direkten Sichtfeld des Kontrolleurs zu bleiben, bis die Kontrolle beendet ist. Wenn du den Raum verlassen willst, gib' dem Kontrolleur bescheid, so dass er dich begleiten kann.*
-
- 19 ▶ **Frage:** Nach einer gerade beendeten Trainingskontrolle dauert es sicher einige Wochen, bis mit der nächste Kontrolle zu rechnen ist.
Antwort: Falsch
Erklärung: *Die nächste Kontrolle kann in ein paar Wochen, ein paar Tagen oder sogar in ein paar Stunden erfolgen. Es kann durchaus sinnvoll sein, mehrere Kontrollen in kurzen Abschnitten durchzuführen, nicht zu letzt weil Betrüger sich so nie sicher fühlen kann.*
-
- 20 ▶ **Frage:** Wenn ein Dopingkontrolleur sich nicht entsprechend ausweisen kann, darf ich die Kontrolle verweigern.
Antwort: Richtig
Erklärung: *Ein Dopingkontrolleur muss immer nachweisen können, dass er zu einer autorisierten Organisation gehört und zur Durchführung einer Dopingkontrolle berechtigt ist. Sollte der Kontrolleur sich nicht ausweisen, solltest du das auf dem entsprechenden Formular vermerken und dich dann sofort mit deiner Anti-Doping-Organisation in Verbindung setzen.*
-
- 21 ▶ **Frage:** Die Person, die meine Probe im Labor entgegennimmt, weiß dass diese Probe zu mir gehört und wer ich bin.
Antwort: Falsch
Erklärung: *Die zur Probe zugehörigen Formulare geben keine Auskunft über deine Identität. Das Labor erhält lediglich Informationen über die Sportart, ggfs. den Wettkampf, dein Geschlecht, den zugehörigen Verband und das Testdatum.*
-
- 22 ▶ **Frage:** Die TUEs geben Athleten die Möglichkeit eine ernsthafte oder chronische Krankheit zu behandeln, auch wenn das dazugehörige Medikament oder die Behandlung auf der Verbotsliste steht. Eine TUE wird jedoch nicht einfach auf Anfrage erteilt, es ist ein aufwändiges Prüfverfahren nötig. TUE steht für:
Antwort: a. Therapeutic Use Exemption [Medizinische Ausnahmegenehmigung]
Erklärung: *Wenn du an internationalen Wettkämpfen teilnimmst, muss deine medizinische Ausnahmegenehmigung (Therapeutic Use Exemption) bei deinem internationalen Sportfachverband eingereicht werden. Wenn du auf nationaler Ebene startest, muss deine gültige TUE deiner nationaln Anti-Doping-Organisation vorliegen. Medizinische Ausnahmegenehmigungen werden für eine spezielle Medikation mit einer festgelegten Dosierung und nur für einen bestimmten Zeitraum erteilt.*
-
- 23 ▶ **Frage:** Die Verbotsliste (Prohibited List) legt fest, welche Substanzen und Methoden zu jeder Zeit oder nur während eines Wettkampfs verboten sind.
Antwort: Richtig
Erklärung: *Die Verbotsliste (Prohibited List) wird jährlich von internationalen Experten überarbeitet. Die aktuelle Fassung tritt jeweils am 1. Januar des folgenden Jahres in Kraft. Alle Athleten sollten über den neuesten Stand der Verbotsliste informiert sein. Du findest sie auf der Website der WADA (www.wada-ama.org).*
-

- 24 ▶ **Frage:** Auch während einer Verletzung, wenn ich nicht an Wettkämpfen teilnehme, müssen meine Angaben zu Aufenthaltsort und Erreichbarkeit aktuell und richtig sein, für den Fall dass eine Trainingskontrolle ansteht.
Antwort: Richtig
Erklärung: Als Athlet musst du deinen Meldepflichten auch dann nachkommen, wenn du aufgrund einer Verletzung oder Krankheit nicht an Wettkämpfen teilnimmst. Die Anti-Doping-Organisation muss dich auch dann jederzeit und überall antreffen können.
-
- 25 ▶ **Frage:** Ich kann während eines Wettkampfs auch dann kontrolliert werden, wenn ich z.B. als Reserve oder Ersatz nicht unmittelbar am Wettkampf beteiligt bin.
Antwort: Richtig
Erklärung: Wenn du als Mitglied einer Mannschaft Teil des Kaders bist, kannst du auch als Reserve oder Ersatz für eine Dopingkontrolle in Frage kommen.
-
- 26 ▶ **Frage:** Falls du positiv auf einen verbotenen Wirkstoff getestet wirst, hast du das Recht:
a. zu verlangen, dass die B-Probe analysiert wird.
b. bei der Öffnung und Analyse der B-Probe selbst anwesend zu sein oder dich dabei vertreten zu lassen.
c. Kopien der Labor-Unterlagen zu verlangen.
d. Alle Antworten sind richtig
Antwort: d. Alle Antworten sind richtig
Erklärung: Der Welt Anti-Doping Code bestimmt nicht nur was verboten ist und was nicht. Er steht auch für die Einhaltung der Rechte eines jeden Athleten.
-
- 27 ▶ **Frage:** Wie oft wird die Verbotsliste (Prohibited List) aktualisiert?
a. Einmal pro Monat
b. Einmal im Jahr
c. Vor allen Olympischen und Paralympischen Spielen
d. Sie wird nie aktualisiert
Antwort: b. Einmal im Jahr
Erklärung: Die Verbotsliste (Prohibited List) wird jährlich von internationalen Experten überarbeitet. Die aktuelle Fassung tritt jeweils am 1. Januar des folgenden Jahres in Kraft. Alle Athleten sollten über den neuesten Stand der Verbotsliste informiert sein. Du findest sie auf der Website der WADA (www.wada-ama.org).
-
- 28 ▶ **Frage:** Wenn ich für eine Wettkampfkontrolle ausgewählt werde, muss ich mich unmittelbar zur Dopingkontrollstation begeben.
a. Richtig
b. Nein, mir bleibt eine Stunde.
c. Ich entscheide selbst, wann ich soweit bin.
d. Nein, mir bleiben 24 Stunden Zeit.
Antwort: a. Richtig
Erklärung: Wenn der Kontrolleur oder der sogenannte Chaperone dir mitteilt, dass du für eine Dopingkontrolle vorgesehen bist, musst du dich umgehend zur Dopingkontrollstation begeben. Eine Verzögerung muss dem Kontrolleur oder dem Chaperone ausreichend begründet werden. Auch mit einer solchen Begründung musst du bis zum Ende der Kontrolle im Sichtfeld des Kontrolleurs oder des Chaperones bleiben.
-
- 29 ▶ **Frage:** Wenn ich nach einem Verstoß gegen die Anti-Doping-Bestimmungen gesperrt bin, kann ich solange eine andere Sportart ausüben.
Antwort: Falsch
Erklärung: Wenn du aufgrund eines Verstoßes gegen die Anti-Doping-Bestimmungen gesperrt bist, gilt diese Sperre sportartübergreifend, sowohl für Wettkämpfe, als auch für organisierte Trainingsmaßnahmen.
-

- 30 ▶ Frage:** Wenn ich nach einem Verstoß gegen die Anti-Doping-Bestimmungen gesperrt bin, kann ich solange für ein anderes Land starten.
Antwort: Falsch
Erklärung: Wenn du aufgrund eines Verstoßes gegen die Anti-Doping-Bestimmungen gesperrt bist, gilt diese Sperre weltweit und für jede Veranstaltung, die den WADA-Code umsetzt. Du kannst also während einer Sperre nicht für ein anderes Land starten.
-
- 31 ▶ Frage:** Verstoße ich gegen die Anti-Doping-Bestimmungen, wenn ich durch ein verunreinigtes Nahrungsergänzungsmittel positiv getestet werde, ohne von der Verunreinigung gewusst zu haben?
Antwort: Ja
Erklärung: Das Strict Liability Prinzip besagt, dass jeder Sportler selbst dafür verantwortlich ist, was in den eigenen Körper gelangt. Es besteht also auch dann ein Verstoß gegen die Anti-Doping-Bestimmungen, wenn du nichts von einer Verunreinigung wusstest. Insbesondere bei Nahrungsergänzungsmitteln ist immer äußerste Vorsicht geboten!
-
- 32 ▶ Frage:** Wer entscheidet darüber, ob eine Medizinische Ausnahmegenehmigung (TUE) erteilt wird, oder nicht?
a. Ein Athletenkomitee
b. Eine Expertengruppe aus nationalen und internationalen Verbänden
c. Ein medizinisches Komitee, bestehen aus Fachärzten
d. Der Präsident des zuständigen nationalen oder internationalen Verbands
Antwort: c. Ein medizinisches Komitee, bestehen aus Fachärzten
Erklärung: Wenn du einen Antrag auf eine Medizinische Ausnahmegenehmigung (TUE) bei deinem internationalen Verband oder deiner Anti-Doping-Organisation gestellt hast, wird die zuständige medizinische Kommission, das sogenannte Therapeutic Use Exemption Committee (TUEC) darüber entscheiden.
-
- 33 ▶ Frage:** Wenn ich alles für meinen Sport gebe und der beste Athlet sein möchte, der ich sein kann, dann muss ich:
a. einsehen, dass nur ein Sieg zählt.
b. Alles dafür tun, um einen Vorteil zu bekommen.
c. verstehen, dass scheitern bedeutet, etwas falsch gemacht zu haben.
d. Keine der Antworten ist richtig
Antwort: d. Keine der Antworten ist richtig
Erklärung: Harte Arbeit, Hingabe und vor allem aus Niederlagen zu lernen gehört für jeden echten Athleten dazu. Nur den Sieg zu sehen und alles dafür in Kauf zu nehmen widerspricht allen Werten des Sports.
-
- 34 ▶ Frage:** Athleten, die zu Dopingmitteln oder Methoden greifen, betrügen alle anderen um ihr Recht auf Fairplay und sauberen Sport.
Antwort: Richtig
Erklärung: Zu betrügen bedeutet sich selbst aus dem Spiel zu nehmen und den Sinn des Sports aus den Augen zu verlieren. Es gibt auf diese Weise keine fairen Wettkämpfe mehr. Gegen Anti-Doping-Bestimmungen zu verstoßen ist nichts anderes, als keinerlei Regeln des Sports mehr zu befolgen.
-
- 35 ▶ Frage:** Wer darf ein Blutkontrolle durchführen?
a. Ein sogenannter Blood Collection Officer (BCO)
b. Jeder Dopingkontrolleur
c. Jeder Chaperone
d. Alle Antworten sind richtig
Antwort: a. Ein sogenannter Blood Collection Officer (BCO)
Erklärung: Ein sogenannter Blood Collection Officer (BCO) ist ein besonders qualifizierter Dopingkontrolleur, der auch Blutproben von Athleten nehmen darf.
-

- 36 ▶ Frage:** Wie lange kann meine Urin- oder Blutprobe aufbewahrt werden, um später noch einmal analysiert werden zu können?
- Es gibt keine zeitliche Grenze
 - 10 Jahre
 - 2 Jahre
 - Eine Probe darf nicht aufbewahrt werden.
- Antwort:** b. 10 Jahre
Erklärung: Alle Proben können bis zu 10 Jahre lang aufbewahrt und re-analysiert werden. Das bedeutet, dass zukünftige Methoden zur Analyse eventuell genauer arbeiten und verbotene Substanzen auffinden, die heute noch nicht gefunden werden können. Eine Sperre und die Aberkennung der Erfolge aus dieser Zeit können ebenfalls noch im Nachhinein ausgesprochen werden.
-
- 37 ▶ Frage:** Nur durch einen positiven Dopingbefund kann ein Athlet überführt und gesperrt werden.
- Antwort:** Falsch
Erklärung: Das Vorhandensein einer verbotenen Substanz ist nur einer von elf möglichen Verstößen. Der Verstoß gegen Meldepflichten, der Besitz oder Handel oder auch das Verweigern einer Dopingkontrolle sind nur einige weitere Beispiele für die eine Sperre ausgesprochen werden kann.
-
- 38 ▶ Frage:** Ich kann selber gesperrt werden, wenn ich mit einem gesperrten Trainer oder Athletenbetreuer zusammen arbeite.
- Antwort:** Richtig
Erklärung: Der verbotene Umgang ist ein Verstoß gegen die Anti-Doping-Bestimmungen, für den auch Athleten gesperrt werden können.
-
- 39 ▶ Frage:** Wenn ein Nahrungsergänzungsmittel strengen Qualitätskontrollen unterliegt kann ich sicher sein, dass es keine verbotenen Substanzen beinhaltet.
- Antwort:** Falsch
Erklärung: Es gibt bei keinem Nahrungsergänzungsmittel eine 100%ige Sicherheit oder eine Garantie, dass das Produkt definitiv sauber ist. Das liegt daran, dass die Regularien zur Herstellung nicht einheitlich geregelt sind. Daher kann keine Organisation eine solche Sicherheit garantieren.
-