

Antidopingplan för Svenska Mångkampsförbundet

Beslutad av styrelsen 29 april 2025

Svenska Mångkampsförbundet (SMKF) ska enligt Riksidrottsförbundets (RF) stadgar, 11 kap, 4 §, punkt 5 ”**aktivt arbeta för en dopingfri verksamhet inom förbundet och sina medlemsföreningar, samt upprätta en plan för antidopingarbetet**”. Vi omfattas av Världsan antidopingkodens regelverk via våra internationella specialidrottsförbunds antidopingregler – t.ex. International Biathlon Orienteering Federation (orienteringsskytte), Union Internationale de Pentathlon Moderne (modern femkamp), International Military Sports Council (militär femkamp) och Fédération Internationale de Tourisme Equestre (TREC) – samt RF:s stadgar och föreskrifter.

Mål för antidopingarbetet

Genom utbildning och information ska Svenska Mångkampsförbundet stimulera och utveckla det förebyggande antidopingarbetet samt påverka attityder till och kunskap om dopingproblematiken och antidopingarbete.

Detta vill vi uppnå:

1. En utbredd antidopingattityd och värdegrund som stödjer vårt antidopingarbete.
2. Ökad baskunskap om dopingreglerna bland våra idrottsutövare och ledare.
3. Att idrottsutövares första kontakt med antidoping sker i form av utbildning (inte genom en dopingkontroll).
4. Inga dopingfall på grund av okunskap (t.ex. kring mediciner, kosttillskott eller droger).
5. Ett aktivt antidopingarbete ute i våra medlemsföreningar.

Följande ska ingå i våra utbildningsinsatser:

1. **Värderingar för en dopingfri idrott:** Principer och värderingar som hör ihop med dopingfri idrott och ärlig tävlan.
2. **Rättigheter och skyldigheter:** Idrottsutövares, tränares, ledares och andra stödpersoners rättigheter och skyldigheter enligt dopingreglerna.
3. **Strikt ansvar:** Vad det strikta ansvaret enligt dopingreglerna innebär i praktiken för en idrottare.
4. **Konsekvenser av doping:** De följder doping kan ha – fysisk och psykisk ohälsa, sociala och ekonomiska konsekvenser samt idrottsliga sanktioner (t.ex. avstängning från all idrott).
5. **Dopingförseelser:** Genomgång av vilka dopingförseelser som definieras i regelverket.
6. **Förbjudna listan:** Kännedom om WADA:s lista över förbjudna substanser och metoder.
7. **Kosttillskott:** Kunskap om riskerna vid bruk av kosttillskott.
8. **Läkemedel och dispens:** Hur bruk av läkemedel hanteras och hur medicinsk dispens fungerar.
9. **Dopingkontrollens genomförande:** Hur dopingkontroller går till, inklusive urin- och blodprov samt det biologiska passet.

10. **Vistelserapportering:** Kriterierna för vilka idrottsutövare som ska ingå i dopingkontrollpooler och vad vistelserapportering innebär.
11. **Rapportering av misstankar:** Hur man rapporterar misstänkta dopingförseelser (t.ex. via dopingtips.se).

Utbildningsplan

Utbildningsmaterial som vi använder är framtaget av eller godkänt av Antidoping Sverige (ADSE) eller våra internationella förbund, alternativt WADA, IOC eller Major Event Organizations.

Aktivitet 1: Vaccinera klubben mot Doping

Målgrupp: Samtliga medlemsföreningar skall vaccinera klubben mot Doping.

Ansvar: Föreningen. SMKFs utsedda antidopingansvarig följer upp att föreningar genomför Vaccinera Klubben-programmet.

Uppföljning: Antidopingansvarig rapporterar årligen status till förbundets generalsekreterare (GS) och styrelse.

Aktivitet 2: "Ren Vinnare" (webbaserad antidopingutbildning)

Målgrupp:

- **Obligatoriskt för:** Idrottsutövare som är aktuella för vistelserapportering; landslagsutövare och landslagstränare; alla idrottsutövare med tävlingslicens; alla tränare med tränarlicens inom förbundet.
- **Rekommenderas för:** Alla övriga utövare och tränare från 15 år och uppåt.

Ansvar: Individ (idrottsutövare/tränare).

Uppföljning: SMKFs antidopingansvarig kontrollerar i samband med att en utövare tas ut i landslag att denne genomfört utbildningen. Uppföljning sker löpande och rapporteras till GS.

Aktivitet 3: Föreläsning via Antidoping Sverige inför internationella mästerskap

Målgrupp: Landslagsutövare och landslagsledare (tränare/lagledare) som ska delta i internationella mästerskap.

Ansvar: Förbundet (SMKF) beställer föreläsning från ADSE; ADSE genomför utbildningen för målgruppen.

Uppföljning: Sker inför varje större internationellt mästerskap. Antidopingansvarig gör en årlig avstämning att samtliga aktuella landslagsaktiva fått en föreläsning inom de senaste tre åren.

Aktivitet 4: Antidoping i tränar- och funktionärsutbildningar

Målgrupp: Tränare, ledare, domare och övriga funktionärer inom våra idrotter.

Ansvar: SMKF ansvarar för att antidopingmoment ingår i förbundets utbildningar för tränare, ledare, domare och funktionärer. (Utbildningsmaterialet tas fram i samarbete med ADSE och godkänns av ADSE.)

Uppföljning: Förbundet säkerställer årligen att antidoping är integrerat i kursplaner och licenskrav för utbildningar.

Aktivitet 5: "Antidopingsnack"

Målgrupp: Idrottsutövare (aktiva i våra föreningar, särskilt unga utövare).

Ansvar: Föreningen – tränare och ledare i klubbarna ansvarar för att använda

Antidopingsnack (diskussionshandledning) för att prata om antidoping med sina aktiva. RF-SISU distrikt kan bistå med stöd för genomförandet.

Uppföljning: Föreningarnas arbete med Antidopingsnack följs upp genom en årlig avstämning/summering inom SMKf.

Aktivitet 6: ADSE:s grundkurs i antidoping för nyckelpersoner

Målgrupp: Personer i förbundet med särskilt ansvar för antidoping, t.ex. förbundets antidopingansvarige, landslagsläkare/förbundsläkare samt övriga nyckelpersoner inom SMKf som berörs av antidopingfrågor.

Ansvar: SMKf (förbundskansli och landslagsorganisation) säkerställer att berörda personer genomgår ADSE:s grundkurs i antidoping (om de inte redan gjort det tidigare).

Uppföljning: Genomgång av vilka personer som avlagt kursen sker årligen. Antidopingansvarig följer upp och rapporterar vid årets slut.

(Observera: Då ingen av våra idrotter har någon "högsta serie" eller elitliga, har vi anpassat ovanstående aktiviteter så att relevanta utbildningar och program når alla föreningar och utövare på nationell nivå.)

Ansvarsområden och roller i antidopingsarbetet

Idrottsutövaren (aktiva)

Det är idrottsutövarens ansvar att:

- Ha kännedom om och uppfylla kraven i Idrottens Antidopingreglemente.
- Alltid vara tillgänglig för dopingkontroll.
- Följa dopingkontrollfunktionärens anvisningar vid en dopingkontroll.
- Ta ansvar för allt som intas och används (egenansvar i antidopinghänseende).
- Informera medicinsk personal om att man utövar idrott som omfattas av dopingreglerna (så att t.ex. förbjudna läkemedel undviks eller att dispens söks vid behov).

Tränaren, ledaren och annan stödpersonal

Det är idrottsledarens, tränarens och stödpersonens ansvar att:

- Ha kännedom om och uppfylla kraven i Idrottens Antidopingreglemente.
- Bistå vid dopingkontroller och följa funktionärens anvisningar under en dopingkontroll (t.ex. som medföljande ledare).
- Känna till riskerna med kosttillskott och gällande regler för användning av läkemedel (t.ex. krav på dispens).

Föreningen (medlemsföreningen)

Det är föreningens ansvar att:

- Informera sina idrottsutövare, tränare och övriga stödpersoner om deras eget ansvar i antidopinghänseende (t.ex. genom att sprida denna plan och RF/ADSE-information).

- Ha en plan för antidopingarbetet på föreningsnivå, både förebyggande och för akuta situationer – t.ex. implementera **Vaccinera klubben mot doping**.
- Uppfylla de krav och riktlinjer som Svenska Mångkampsförbundet ställer gällande antidoping (se till att följa förbundets policy, utbildningskrav och eventuella licensregler kopplade till antidoping).

Förbundet (Svenska Mångkampsförbundet)

Det är Svenska Mångkampsförbundets (SMKF) ansvar att:

- Ha en uppdaterad antidopingplan och bedriva ett aktivt antidopingarbete inom förbundet.
- Kontrollera att landslagens ledare och aktiva idrottsutövare genomför föreskriven antidopingutbildning.
- Säkerställa att utövare, tränare och stödpersoner är utbildade i antidoping innan deltagande i internationella tävlingar eller mästerskap.
- Inkludera antidoping i förbundets egna tränar- och ledarutbildningar.
- Uppmana eller ålägga medlemsföreningarna att genomföra aktiva antidopingåtgärder (t.ex. **Vaccinera klubben**-programmet i sina klubbar).
- Sköta de uppgifter och åtgärder som åligger förbundet enligt *Idrottens Antidopingarbete* (RF/ADSE:s riktlinjer), samt följa förändringar i WADA-kodens standarder.

Antidopingåtgärder ålagda av internationella specialidrottsförbund

Förbundets idrotter följer respektive internationellt specialidrottsförbunds antidopingregler. Våra internationella förbund kräver i dagsläget inga särskilda extra åtgärder utöver WADA-kodens regelverk, men SMKF samarbetar med dem för att säkerställa att alla internationella krav uppfylls. Till exempel:

- **Dopingkontroller på internationell nivå:** Vid internationella tävlingar och mästerskap genomförs dopingtester under överinseende av det aktuella internationella förbundet eller International Testing Agency (ITA) i enlighet med WADA-koden. SMKF och våra landslagsaktiva följer de rutiner som UIPM, IBOF, CISM, FITE eller motsvarande organisationer ställer upp (t.ex. registrering i internationella testingpooler om så krävs).
- **Obligatoriska utbildningar:** Om de internationella förbunden inför obligatoriska antidopingutbildningar eller certifieringar för deltagare (aktiva eller ledare), kommer SMKF att integrera dessa i vårt utbildningsprogram. (Exempel: Skulle UIPM kräva en särskild e-utbildning för tränare eller om FITE kräver hästväl-färds- och antidopingkurs för TREC-ryttare, säkerställer vi efterlevnad av detta.)

(I nuläget har inga av våra internationella förbund infört utökade antidopingkrav specifika för våra idrotter, utöver de generella regler som följer av WADA-koden. SMKF bevakar kontinuerligt eventuella förändringar internationellt.)

Antidopingåtgärder beslutade av Svenska Mångkampsförbundet

SMKF har beslutat om följande egna åtgärder för att stärka antidopingarbetet inom våra idrotter:

- **Vaccinera Klubben-krav:** Alla medlemsföreningar ska genomföra **Vaccinera klubben mot doping** minst vart tredje år. Nya föreningar som ansluts till förbundet uppmanas genomföra programmet inom tre månader efter inträde.
- **Obligatorisk antidopingutbildning för landslagsledning:** Förbundsstyrelsen har beslutat att alla landslagstränare och ledare inom modern femkamp, militär femkamp, orienteringsskytte och TREC ska genomgå en fördjupad antidopingutbildning (utöver Ren Vinnare, t.ex. ADSE:s eller internationella förbunds e-kurser för ledare) innan de får verka i landslagsverksamhet.
- **Antidopingpolicy vid tävlingar:** SMKF har infört att arrangörer av SM-tävlingar inom våra idrotter ska säkerställa en tydlig antidopingnärvaro (t.ex. informationsmaterial på plats) och samverka med Antidoping Sverige för eventuella oanmälda dopingkontroller.
(Dessa beslut kompletterar de generella kraven och utbildningsinsatser som anges i denna plan, i syfte att ytterligare betona antidopingarbetets vikt inom förbundets verksamhet.)

Spridning av antidopinginformation inom förbundet

Förbundet säkerställer att viktig antidopinginformation når ut till alla nivåer – från styrelse och landslag till klubbar, ledare och aktiva:

- **Medlemskap:** Antidopinginformation ska finnas med när nya medlemmar tecknar medlemskap i föreningarna. SMKF tillhandahåller en text om antidoping att inkludera i föreningarnas medlemsregistrering eller välkomstmateriel, så att alla medlemmar blir medvetna om dopingreglerna från start.
- **Tävlingar & läger:** Antidopinginformation ska inkluderas på anmälningssidor för tävlingar och träningsläger samt i bekräftelser till deltagare. Förbundet samarbetar med arrangörer för att införa standardtexter om antidoping i inbjudningar och PM.
- **Mästerskap:** På nationella mästerskap (SM) ska det finnas antidopingbudskap och information tillgängligt för deltagare och publik. Exempelvis tillhandahålls affischer, foldrar eller annonsering om **Ren Idrott** och **Dopingjouren**. SMKF eller arrangerande förening (som genomfört Vaccinera Klubben) beställer material från ADSE inför sådana evenemang.
- **Dopinglista:** När WADA:s lista över förbjudna substanser uppdateras (årligen inför 1 januari) sprids informationen skyndsamt. SMKF:s kansli/kommunikationsansvarig informerar alla medlemsföreningar, som i sin tur vidarebefordrar till sina aktiva, tränare, lagledare och medicinskt ansvariga. För landslagsaktiva, landslagstränare och förbundsläkare säkerställer SMKF direkt att de tagit del av och förstått förändringarna i listan innan den börjar gälla.
- **Utbildningsinbjudningar:** Inbjudningar till Antidoping Sveriges webinarier, workshops och andra relevanta utbildningar sprids vidare av SMKF till berörda målgrupper (t.ex. klubbarnas antidopingansvariga, landslagsledning, medicinskt team).

Vi uppmuntrar och vid behov kräver deltagande i sådana utbildningar för att höja kompetensen kontinuerligt.

- **Kommunikationskanaler:** SMKF publicerar regelbundet antidopingrelaterade nyheter, påminnelser och material på förbundets webbplats och i nyhetsbrev. Vi använder även sociala medier och förbundets möten (årsmöten, tränarträffar, sektionmöten för de fyra idrotterna) för att sprida antidopinginformation och hålla frågan aktuell.

Uppföljning och revidering av planen

Antidopingplanen är ett levande dokument som följs upp och uppdateras regelbundet:

- **Årlig utvärdering:** SMKF:s antidopingansvariga (tillsammans med förbundets antidopingenheter) utvärderar antidopingplanen minst en gång per år, normalt under hösten. Då går årets genomförda utbildningar och aktiviteter igenom i förhållande till planen.
- **Revidering:** Baserat på utvärderingen och eventuella ändringar i regelverk (RF:s stadgar, WADA-koden, ISE-standarder etc.) revideras planen vid behov. Förbundsstyrelsen fastställer den reviderade planen (minst en gång årligen eller oftare vid behov av större justeringar).
- **Dokumentation och kommunikation:** Den aktuella antidopingplanen publiceras på Svenska Mångkampsförbundets webbplats. Vid uppdatering skickas den nya versionen för kännedom till Antidoping Sverige (info@antidoping.se) i enlighet med RF:s riktlinjer. Medlemsföreningar informeras om ändringar i planen via direktutskick och information på förbundets kanaler.
- **Kontinuerlig uppföljning:** Förbundets antidopingansvarige för loggbok över genomförda antidopingaktiviteter (utbildningar, informationstillfällen, antal vaccinerade klubbar etc.) och rapporterar årligen till styrelsen om måluppfyllelsen. Eventuella brister eller behov av ytterligare insatser identifieras och åtgärdsplan tas fram. På så sätt säkerställer vi att antidopingarbetet ständigt förbättras och att planen hålls aktuell och effektiv.