

# GEMEINSAM GEGEN DOPING

# WORKSHOPS & VORTRÄGE



## Du möchtest anderen das Thema Anti-Doping näherbringen?

Dann komm auf uns zu: Unsere Workshops und Vorträge ermöglichen Athlet\*innen, Trainer\*innen und Eltern eine inhaltliche Vertiefung von Themen der Dopingprävention, vermitteln Anti-Doping-Wissen und regen zur eigenen Werte- und Rollenreflektion an. Durch den interaktiven und methodisch abwechslungsreichen Charakter der Workshops können Teilnehmende an eigenen Erfahrungen anknüpfen.

### Gut zu Wissen:

- Mindestens 6 Wochen vor einem Wunschtermin benötigen wir Informationen zu Datum, Ort, Zielgruppe und mögliche Themenwünsche.
- Je nach Anzahl der Teilnehmenden muss ein Gruppenraum verfügbar sein.
- An-/Abreise und ggf. Übernachtung der Mitarbeitenden werden von der NADA organisiert und bezahlt. Für Sie entstehen keine Kosten.



**Hier kostenlos  
beantragen!**

**Wir freuen uns über Dein Interesse!**

Kontakt: [praevention@nada.de](mailto:praevention@nada.de)

**nada**  
FÜR SAUBERE LEISTUNG

# GEMEINSAM GEGEN DOPING WORKSHOPS & VORTRÄGE

## Das Modulangebot der Dopingprävention

Unsere Workshops und Vorträge sind als Baukasten-System angelegt und richten sich an verschiedene Zielgruppen: Athleten und Athletinnen, Trainer und Trainerinnen sowie Eltern. Zu jedem Thema, mit Ausnahme des Elternworkshops, gibt es ein Basis- und ein thematisch ergänzendes Erweiterungsmodul.

Je nach Themenwunsch und verfügbarer Zeit können alle Module beliebig miteinander kombiniert werden. Darüber hinaus gibt es einen einheitlichen Einstieg und Abschluss. Bei der Auswahl der Module können wir Sie gerne unterstützen.

**Wir freuen uns über Ihr Interesse!**

Kontakt: [praevention@nada.de](mailto:praevention@nada.de)



### 1 THEMENKOMPLEX 1: DER DOPINGBEGRIFF

Basismodul 1: Was ist Doping?

Erweiterungsmodul 1: Doping im Laufe der Zeit

### 2 THEMENKOMPLEX 2: VERBOTENE SUBSTANZEN UND METHODEN

Basismodul 2: Die Verbotliste und Dopingfallen in Medikamenten

Erweiterungsmodul 2: Das TUE-Verfahren

### 3 THEMENKOMPLEX 3: NAHRUNGSERGÄNZUNGSMITTEL (NEM)

Basismodul 3: Risiken und Nutzen von NEM

Erweiterungsmodul 3: Leistungsoptimierung durch ausgewogene Ernährung

### 4 THEMENKOMPLEX 4: DAS DOPING-KONTROLL-SYSTEM

Basismodul 4: Testpooleinteilung und Ablauf einer Dopingkontrolle

Erweiterungsmodul 4: Deine Rechte und Pflichten bei einer Dopingkontrolle

### 5 THEMENKOMPLEX 5: DIE FOLGEN VON DOPING

Basismodul 5: Die Folgen von Doping

Erweiterungsmodul 5: Sauberer Sport trotz Leistungsdruck

## TRAINERWORKSHOPS

Basismodul: Werte und Verantwortung in der Rolle als Trainer\*in

Erweiterungsmodul: Grauzone Schmerzmittelkonsum / Auslöser für Doping

## ELTERNWORKSHOP

Basismodul: Rolle als Eltern eines Kindes im Leistungssport