

Tunti Turusta,  
puoli tuntia Helsingistä.

Kisakallion Urheiluopisto sijaitsee Lohjanjärven rannalla Karnaisten niemessä. Kisakallioon on helppo ajaa uutta E18 moottoritietä. Helsingistä on matkaa 50 km ja Turusta 110 km liittymään numero 22 (Routio), josta nouset meille. Tervetuloa!

**Kisakallion Urheiluopisto**  
Kisakalliontie 284, 08360 Lohja  
Puh. 019 31 511 • Fax 019 3151 290  
asiakaspalvelu@kisakallio.fi  
[www.kisakallio.fi](http://www.kisakallio.fi)



Kisakallion Urheiluopiston

# ANTIDOPING- OHJELMA

# Kisakallion Urheiluopiston antidopingohjelman tavoitteet ja toteutus



Kisakallion Urheiluopisto sitoutuu toteuttamaan urheiluopistoille ja valmennuskeskuksille laadittua antidopingohjelmaa. Opisto edistää ja tiedottaa toiminnassaan antidopingasiaa. Kisakallion Urheiluopistolla ohjelman sisällöstä sekä toteutuksesta vastaa **Jukka Hokka**.

Opiston ja urheiluakatemian internetsivuilla on linkki urheiluopistojen antidopingohjelmaan sekä Suomen Antidopingtoimikunta ADT ry:n internetsivuille.

Opistolla tapahtuvissa urheilu- ja koulutustapahtumissa on jaossa ADT:n tuottamia materiaaleja, ja opistolta varataan tilaa antidopingesittelylle.

Kisakallion Urheiluopiston koko henkilökuntaa, valmentajia ja asiantuntijoita tiedotetaan ohjelman sisällöstä ja heille kerrotaan miten pitää toimia, mikäli joku havaitsee dopingin käyttöön viittaavaa toimintaa tai materiaalia.

# Koulutustoiminnassa toimitaan seuraavasti

## AMMATILLINEN KOULUTUS

### Liikunnanohjauksen perustutkinto (LPT)

Kolmen oppitunnin mittainen tietoisuus ja keskustelu. Erivapaus, koulutusmateriaali ja internetsivut. Dopingtestausdemonstraatio sekä huomioiden erikseen kunto- ja terveysliikunnan tarpeet.

### Liikunnanohjauksen perustutkinto (LPT oppisopimuskoulutus)

Kahden oppitunnin mittainen tietoisuus ja keskustelu. Erivapaus, koulutusmateriaali ja internetsivut. Dopingtestausdemonstraatio ja oppimistehtävä. Urheilun eettisten tavoitteiden tulee näkyä opiskelijan tutkintotilaisuuksissa. Huomioiden erikseen kunto- ja terveysliikunnan tarpeet.

## AMMATILLINEN LISÄKOULUTUS

### Valmentajan ammattitutkinto (VAT)

Kolmen oppitunnin mittainen koulutuskokonaisuus ja keskustelu. Erivapaus, koulutusmateriaali ja internetsivut. Dopingtestausdemonstraatio ja etätehtävän purku. Tutustuminen lajiliiton ja/tai seuran antidopingohjelmaan.

### Liikunnan ammattitutkinto

Tietojen päivitys aiemman peruskoulutuksen tueksi.

## VALMENTAJAKOULUTUS

### 1-taso

Yhden oppitunnin mittainen tietoisuus. Koulutusmateriaali ja internetsivut.

### 2-taso

Kahden oppitunnin mittainen tietoisuus ja keskustelu. Koulutusmateriaali ja internetsivut. Lisäksi tehtävä ja tehtävän purku.

### 3-taso

Kahden oppitunnin mittainen tietoisuus ja keskustelu. Erivapaus, koulutusmateriaali ja internetsivut. Dopingtestausdemonstraatio ja etätehtävä.

## MUU KOULUTUS

Liikunta-alalle valmistava muu koulutus (LOP, 3–4 kk koulutukset)

Suunnitellaan kyseisen koulutuksen tarpeisiin liittyvä 1–2 oppitunnin mittainen koulutuskokonaisuus. PT-koulutuksen osalta tehdään yhteistyötä Dopinglinkki ry:n kanssa.

## VALMENNUSTOIMINTA

Leirien, valmennustapahtumien ja urheiluakatemiaverkoston kouluissa urheiluopisto tarjoaa urheilijoille ja valmentajille mahdollisuuden tilata ADT:n kouluttajan urheilija- tai/ja valmentajaluennon.