



# Suomen Urheiluopiston antidopingohjelma



Suomen Antidopingtoimikunta  
ADT ry



**SUOMEN  
URHEILUOPISTO  
VIERUMÄKI**



**VIERUMÄKI**  
HAPPY HEALTHY PEOPLE

# Suomen Urheiluopiston antidopingohjelman tavoitteet ja toteutus

Suomen Urheiluopisto ja Haaga-Helien Vierumäen yksikkö sitoutuvat toteuttamaan urheiluopistoille ja valmennuskeskuksille laadittua antidopingohjelmaa.

Suomen Urheiluopisto sekä yhteistyökumppanit edistävät ja tiedottavat toiminnassaan antidopingasiaa. Suomen Urheiluopisto nimeää kaksi henkilöä, jotka ottavat kokonaisvastuun tämän ohjelman sisällöstä sekä toteutuksesta.

Suomen Urheiluopiston keskeisille liikuntapaikoille sekä valmennuskeskuksen edustalle varataan paikka roll up -tyyppiselle antidopingsittelylle. Suomen Urheiluopiston internetsivuilla on linkki urheiluopistojen an-

tidopingohjelmaan sekä Suomen Antidopingtoimikunta ADT ry:n internetsivuille.

Suomen Urheiluopistolla tapahtuvissa urheilu- ja koulutustapahtumissa on jaossa ADT:n tuottamia materiaaleja, ja suurimmissa tapahtumissa on erityinen antidopingtoiminnan esittelypiste. Liikuntatilojen yhteyteen kiinnitetään kyltti tai tarra muistuttamaan käyttäjiä opiston puhtaan urheilun linjauksesta.

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



# Antidopingohjelma koulutustoiminnassa

## AMMATILLINEN KOULUTUS

- Liikunnanohjauksen perustutkinto (LPT)  
Kahden oppitunnin mittainen tietoisuus ja keskustelu. Erivapaus, koulutusmateriaali ja internetsivut. Huomioiden erikseen kunto- ja terveysliikunnan tarpeet.
- Liikunnanohjaaja (AMK)  
Kahden oppitunnin mittainen tietoisuus ja keskustelu. Erivapaus, koulutusmateriaali ja internetsivut. Dopingtestausdemonstraatio ja oppimistehtävä. Huomioiden erikseen kunto- ja terveysliikunnan tarpeet.

## AMMATILLINEN LISÄKOULUTUS

- Valmentajan ammattitutkinto (VAT)  
Koulutuskokonaisuus ja keskustelu valmistavan koulutuksen lähijaksolla. Erivapaus, koulutusmateriaali ja internetsivut. Dopingtestausdemonstraatio ja etätehtävän purku. Tutustuminen lajiliiton ja/ tai seuran antidopingohjelmaan.
- Valmentajan erikoisammattitutkinto (VEAT)  
Valmistavankoulutuksen yhteydessä tietojen päivitys aiemman peruskoulutuksen tueksi. Huomioidaan päivitystarve henkilökohtaistamisen yhteydessä.
- Liikunnan ammattitutkinnot  
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, 3–4kk koulutukset)  
Suunnitellaan kyseisen koulutuksen tarpeisiin liittyvä koulutuskokonaisuus. PT-koulutuksen osalta tehdään yhteistyötä Dopinglinkki ry:n kanssa.

## VALMENNUSTOIMINTA

Leirien, turnausten, kilpailuiden sekä valmennustapahtumien yhteydessä urheiluopisto tarjoaa urheilijoille ja valmentajille mahdollisuuden tilata ADT:n kouluttajan urheilija- tai/ ja valmentajaluennon.





