

## CHARTER: DOPING EN DRUGS

Als sporter moet je er steeds bewust van blijven dat wanneer je medicijnen, supplementen, vitamines of wat dan ook gebruikt, deze producten absoluut niet op de dopinglijst mogen staan. Ook het bij zich hebben van verboden producten (denk maar aan de rennerskamer die wordt uitgevlooid) is strafbaar en staat gelijk aan een positief testresultaat. Let dus op met het laten slingeren van medicijnen.



Gebruik daarom nooit iets wat je niet kent of waarvan je niet voor 200 % zeker bent dat je geen risico loopt.

Wanneer je meent ook maar iets nodig te hebben (medicatie, vitamines, voedingssupplement,...) vraag dan steeds de toestemming van de clubarts. Bij twijfel kan steeds vooraf informatie worden ingewonnen bij: de dopinglijn: Tel. 078/15 35 45. Ook op de site van de Vlaamse gemeenschap (<http://www.wvc.vlaanderen.be/dopinglijn>) kan men steeds terecht.

Het is ook goed te bedenken dat heel wat ogenschijnlijk onschuldige producten soms toch verboden substanties bevatten. Let dus op met "een pijnstiller", "iets tegen de jeuk", "iets tegen ontsteking" enz...

Ook heel wat voedingssupplementen, vermageringstabletten, hoestdrankjes, pepdrinks en dergelijke zijn helemaal niet onschuldig.

Wanneer het dan uit vergetelheid ter goeder trouw toch eens fout loopt ("ik kon niet slapen en zonder na te denken heb ik een pilletje ingenomen") verwittig de clubarts dadelijk en breng zo mogelijk de verpakking mee. Hetzelfde geldt voor medicijnen, vaccins e.d. die je eventueel bij urgentie hebt gekregen (bijvoorbeeld tijdens een ongeval op reis in buitenland of tijdens een wedstrijd voor selectieelftal ...).

Onze club en de medische staf (clubdokter en kinesist) zijn er steeds om je te helpen:

Clubdokter: Dr. Jan Fraiponts - Dennenweg 2, 3520 Zonhoven - 011 82 19 76

Kinesist: Danny Remans - Genkerbaan 55, 3520 Zonhoven - 011/81 41 42

Kinesist: Matthias Remans - 0495/85 31 40

**VOORKOMEN IS BETER  
DAN GENEZEN !**