



**POLADA**

Polska Agencja Antydopingowa



## **POBIERANIE ANTYDOPINGOWYCH PRÓBEK MOCZU I KRWI**



**POLADA**  
Polska Agencja Antydopingowa

## ILOŚĆ PRZEPROWADZONYCH TESTÓW ANTYDOPINGOWYCH W POLSCE I NA ŚWIECIE W 2016 ROKU.

	LICZBA PRÓBEK (tyś)	MOCZ	KREW	ZAWODY	POZA ZAWODAMI	ABP PASZPORT	AAF WYNIKI POZYTYWNE
ŚWIAT 2016	328,381	276,660	23,253	138,457	161,456	28,173	4,814
POLSKA 2016	3,282	2,783	499	1613	1669	168	49



**POLADA**

Polska Agencja Antydopingowa



**PRÓBKI**

**EDUKACJA  
INFORMACJA**

**ANTY  
DOPING**



**POLADA**

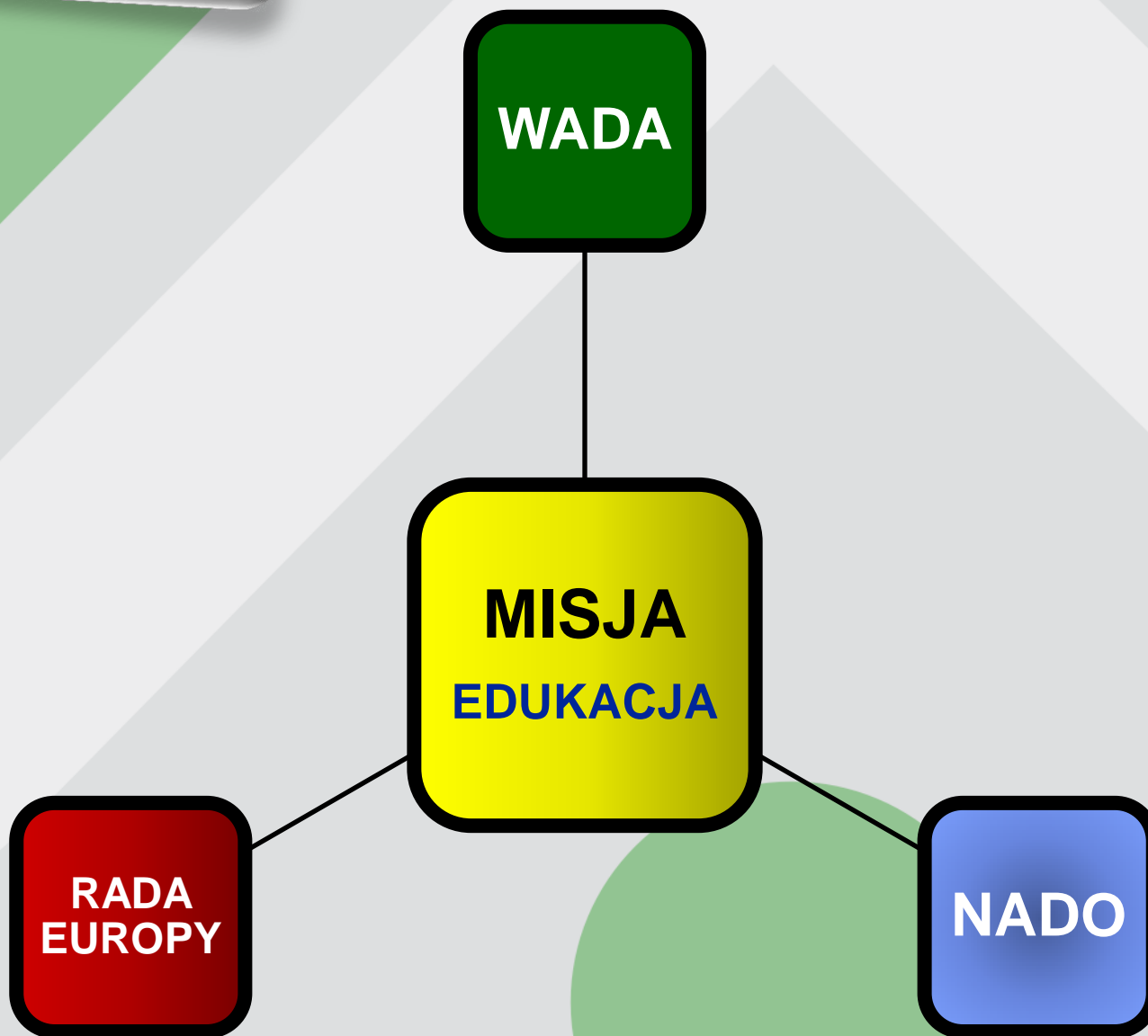
Polska Agencja Antydopingowa

**WADA**

**MISJA  
EDUKACJA**

**RADA  
EUROPY**

**NADO**





**POLADA**  
Polska Agencja Antydopingowa

## DZIAŁALNOŚĆ EDUKACYJNA



**PRZEDSTAWIENIE FAKTÓW  
TU I TERAZ  
(INFORMACJA)**



**PRZEDSTAWIENIE WARTOŚCI  
ZMIENIAJĄCYCH ZACHOWANIE  
DŁUGI CZAS TRWANIA  
(EDUKACJA)**



**POLADA**

Polska Agencja Antydopingowa

**GRUPY DOCELOWE  
MIEJSCA  
KONTAKTU  
FORMY PRZEKAZU**

**EDUKACJA  
INFORMACJA**

**WYKŁADY,  
PRELEKCJE,  
SPOTKANIA  
BEZPOŚREDNIE**

**ULOTKI, GADZETY,  
MPE,**

**?**

**ZAWODNICY,  
RODZICE,  
TRENERZY,  
LEKARZE**

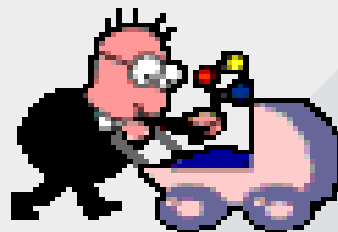
**OOM, MP, ZGR.  
SPORTOWE,  
KONFERENCJE**



**POLADA**  
Polska Agencja Antydopingowa



**ZAWODNICY**



**RODZICE**



**TRENERZY – TRESERZY?**



**SŁUŻBA MEDYCZNA**

**GRUPY DOCELOWE**



**POLADA**

Polska Agencja Antydopingowa

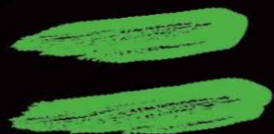






**POLADA**

Polska Agencja Antydopingowa



**SAY NO TO  
DOPING!**



**BĄDŹ  
ŚWIADOMY  
BĄDŹ CZYSTY**



**CZYSTY SPORT  
AKADEMIA  
PRAWDZIWYCH  
MISTRZÓW**

**GRAM  
CZYSTO**

\*FAIR  
PLAY



**POLADA**  
Polska Agencja Antydopingowa



**TAK POWINNO BYĆ NA CO DZIEŃ!!!**

**JEST O CZYM  
MÓWIĆ I CZEGO  
UCZYĆ**



**POLADA**

Polska Agencja Antydopingowa

# WADA





**POLADA**

Polska Agencja Antydopingowa

# OD LAT CAŁY CZAS MÓWIMY TO SAMO



CAŁY CZAS  
O TYM  
SAMYM  
**BRRR,  
BRRRRYYY  
!!!!!!!!!!**



**TAK SAMO POBIERA  
SIĘ PRÓBKI OD LAT**



**OD LAT MÓWIMY, ŻE  
EDUKACJA JEST  
NAJWAŻNIEJSZA**



**OD LAT JEST TA SAMA  
WADA, KOMISJE  
ANTYDOPINGOWE, TE  
SAME KARY I CO Z  
TEGO !!!!!!!**





**POLADA**

Polska Agencja Antydopingowa



**PLANOWANIE**



**BADANIA**



**LEKI,  
ODŻYWKI**



**ZAWODNIK**



**ANALIZY**



**POLADA**

Polska Agencja Antydopingowa

**Trofodermin**  
500 mg/100 g + 500 mg/100 g crema

**USO CUTANEO**

Leggere il foglio illustrativo  
prima dell'uso.

**TENERE FUORI DALLA VISTA  
E DALLA PORTATA DEI BAMBINI.**

Titolare AIC:  
Laboratorio Farmaceutico SIT S.r.l.  
Via Cavour, 70  
27035 Mede (PV)  
AIC 020942025



Stimolanti

β2agonisti



VIC 050495302  
33032 WIKO (bA)  
AIP C/atom 30  
Γραφείο Διαχείρισης  
Επίσης VIC  
Ε ΔΥΣΤΥ ΜΩΡ VLV DEI SVRIBU  
CENTRE MOTOI DUTTY 2018



**POLADA**

Polska Agencja Antydopingowa

**DZIAŁANIA  
NIEZAMIERZONE**

**DOPING  
NIEZAMIERZONY**



**POLADA**

Polska Agencja Antydopingowa

DOPING

**PRZYCZYNA**

**NIEWIEDZA!!!**

**NIEWIEDZWA!!!**

**DEFINICJI DOPINGU,**

**POSTĘPOWANIA KONTROLNEGO ORAZ PRAW I OBOWIĄZKÓW  
ZAWODNIKA,**

**POSTĘPOWANIA W PRZYPADKU KONIECZNOŚCI LECZENIA  
DOLEGLIWOŚCI CHOROBYCH Z UŻYCIEM SUBSTANCJI  
ZABRONIONYCH,**

**POSTĘPOWANIA W PRZYPADKU STOSOWANIA LEKÓW ORAZ ODŻYWEK,  
ZASAD DOZWOLONEGO WSPOMAGANIA,**





**POLADA**

Polska Agencja Antydopingowa

**UŻYCIE LUB PRÓBA  
UŻYCIA SUBST.  
ZABRONIONEJ LUB  
METODY ZABRONIONEJ**

**MANIPULACJA LUB  
PRÓBA MANIPULACJI**

**PODANIE LUB PRÓBA  
PODANIA  
NAMAWIANIE DO  
STOSOWANIA SUBST.  
LUB METODY  
ZABRONIONEJ**

**ODMOWA ODDANIA  
PRÓBKII LUB UNIKANIE  
KONTROLI  
ANTYDOPINGOWEJ**

**POSIADANIE  
SUBSTANCJI LUB  
METODY ZABRONIONEJ**

**WSPÓŁDZIAŁANIE PRZY  
NARUSZENIU  
PRZEPISÓW**

**NIEPODANIE LUB  
NIEWŁAŚCIWE  
PODANIE INFORMACJI  
POBYTOWYCH**

**HANDEL LUB PRÓBA  
HANDLU SUBST. LUB  
METODAMI  
ZABRONIONYMI**

**ZABRONIONA  
WSPÓŁPRACA  
ZAWODNIKA Z  
ZAWIESZONYM  
TRENEREM**



**POLADA**

Polska Agencja Antydopingowa

Zdrowie sportowca  
mogłoby ulec  
znacznemu  
pogorszeniu, jeśli  
substancje  
zabronione lub  
metoda zabroniona  
zostałyby wycofane  
w trakcie leczenia

(TUE)  
**WYŁĄCZENIE  
TERAPEUTYCZNE**



Lecnicze użycie  
substancji  
zabronionej lub  
metody zabronionej  
nie przyczynia się  
do poprawy  
wyników  
sportowych

Nie istnieje  
rozsądna  
terapeutyczna  
alternatywa wobec  
substancji która jest  
zabroniona i  
metody która jest  
zabroniona



**API SERWIS TELEFONICZNY  
695 367 464**



**POLADA**  
Polska Agencja Antydopingowa

# Pseudoefedryna





**POLADA**

Polska Agencja Antydopingowa



**Pseudoefedryna jest zabroniona, jeśli jej stężenie w moczu przekroczy wartość 150 µg/ml.**

**Maksymalna dobowa dawka nie może przekraczać 240 mg**

**Koniecznienależy wyłączyć leki z pseudoefedryną na co najmniej 24 h przed zawodami**

przekroczył wartość 150  
stężenie w moczu  
zabroniona, jeśli jej  
Pseudoefedryna jest

przekraczając 240 mg  
dawka nie może  
Maksymalna dobowa

zawodami  
najmniej 24 h przed  
Pseudoefedryna na co  
włączyć leki z  
koniecznienależy



**POLADA**

Polska Agencja Antydopingowa

**UWAGA !!!**

**ZANIECZYSZCZENIE  
ODŻYWEK SZACUJE SIĘ  
NAWET NA OKOŁO 20-25%**



**POLADA**  
Polska Agencja Antydopingowa

## Analiza musujących tabletek różnych odżywek zanieczyszczenia stanozolem i metandienonem Badania niemieckie

### Witamina C

data ważności: lipiec 2005

**Nie deklarowane:**

Metandienone 0.2 µg/tabletka



### Multiwitamina

data ważności: lipiec 2006

**Nie deklarowane:**

Stanozolol 0.06 µg/tabletka

### Magnez

data ważności: styczeń 2006

**Nie deklarowane:**

Stanozolol 0.16 µg/tabletka





**POLADA**

Polska Agencja Antydopingowa

„Jungle Warfare” firmy ALRI

Zawiera prohormony





**POLADA**

Polska Agencja Antydopingowa

„NO Shotgun” firmy VPX

Zawiera izomery amfetaminy



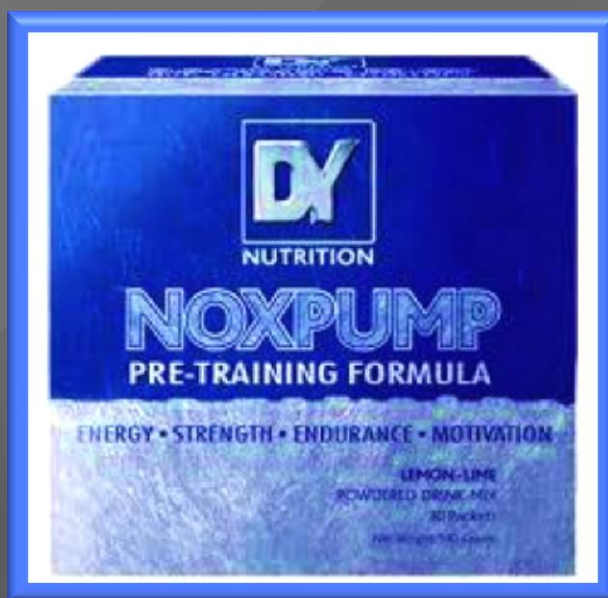




**POLADA**

Polska Agencja Antydopingowa

## NOX Pump



**Zawiera: oksylofrynę oraz N,N-dimetylo-2-fenylopropan-1-aminę**



**POLADA**

Polska Agencja Antydopingowa

Suplementy, które zostały zatwierdzone do stosowania dzięki naukowym badaniom

**PODZIAŁ SUPLEMNTÓW  
AUSTRALIJSKI INSTYTUT  
SPORTU**

SPORTU

AUSTRALIJSKI INSTYTUT  
SPORTU

Suplementy zasługujące na rozważenie do ewentualnego zastosowania pomimo braku odpowiednich badań naukowych



Suplementy, których korzystnego działania nie udowodniono. Nie wywołują pozytywnych zmian w obrębie zdolności wysiłkowych i odbudowy zasobów energetycznych

Suplementy, które nie mogą być stosowane przez zawodników z powodu dużego ryzyka pozytywnego wyniku testu antydopingowego



**POLADA**

Polska Agencja Antydopingowa

**DOZWOLONE WSPOMAGANIE**

• **ŻELE SPORTOWE**

• **PŁYNY  
ELEKTROLITOWE**

**DWUWĘGLAN  
SODU**

**KOFEINA**

**KREATYNA**

**PROBIOTYKI**

• **BATONY  
SPORTOWE**

**ŻELAZO, WAPŃ**



**POLADA**

Polska Agencja Antydopingowa

THE WORLD ANTI-DOPING CODE

**INTERNATIONAL  
STANDARD**



**PROHIBITED LIST**

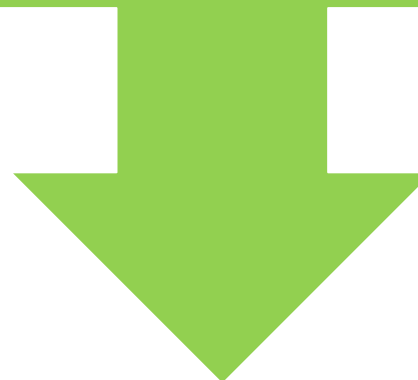
JANUARY 2017



The official text of the *Prohibited List* shall be maintained by WADA and shall be published in English and French.  
In the event of any conflict between the English and French versions, the English version shall prevail.

This List shall come into effect on 1 January 2017

**PAMIĘTAJ!!!  
JEST AKTUALNA  
LISTA**





**POLADA**

Polska Agencja Antydopingowa

## **Substancje zabronione na i poza zawodami we wszystkich dyscyplinach sportu**

S-0 Substancje niezatwierdzone

S-1 Środki Anaboliczne

S-2 Hormony i substancje pokrewne

S-3 Beta 2 agoniści

S-4 Antagoniści i modulatory hormonów

S-5 Diuretyki i środki maskujące

## **Substancje zabronione tylko na zawodach**

S-6 Stymulanty

S-7 Narkotyki

S-8 Kanabinoidy THC, (Marihuana i Haszysz)

S-9 Glikokortykoidy

## **Metody zabronione w sporcie na i poza zawodami**

M-1 Metody zwiększające transfer tlenu

M-2 Manipulacje fizyczne lub chemiczne

M-3 Doping genetyczny

## **Substancje zabronione w określonych dyscyplinach sportowych**

P-1 Alkohol

P-2 Beta-Blokery



**POLADA**

Polska Agencja Antydopingowa

# REANALIZY POBRANYCH PRÓBEK NA IO PEKIN, LONDYN





**POLADA**  
Polska Agencja Antydopingowa

# SPRZĘT ANALITYCZNY





**POLADA**  
Polska Agencja Antydopingowa

# CO SIĘ STANIE JEŚLI MY TEJ WIEDZY NIE ZDOBEDZIEMY?

- ❑ ZAGROZONE BĘDZIE NASZE ANTYDOPINGOWE BEZPIECZEŃSTWO





**POLADA**  
Polska Agencja Antydopingowa

# CO SIĘ STANIE JEŚLI TYCH DZIAŁAŃ NIE PODEJMIEMY?

- UTRATA KONTROLI NAD ŚWIATOWYM SYSTEMEM WALKI Z DOPINGIEM



**POLADA**

Polska Agencja Antydopingowa

## CO MOGĘ ZROBIĆ JA – JAKO ZAWODNIK I JA JAKO TRENER?



# Antydopingowy pomocnik sportowca

Pamiętaj, że to Ty jesteś odpowiedzialny za to, co znajduje się w Twoim organizmie, dlatego:

- \* nie lecz się na własną rękę dostępnymi w wolnej sprzedaży środkami medycznymi;
- \* w przypadku stanu chorobowego zasięgaj porad lekarza, a w sytuacji potrzeby leczenia lekami sprawdzaj razem z lekarzem czy zawarte tam składniki nie znajdują się na liście substancji i metod zabronionych;
- \* jeśli masz dolegliwości o charakterze przewlekłym wymagającym skomplikowanego leczenia często z udziałem leków zabronionych w sporcie, to wystąp z wnioskiem o zgodę na wyłączenie terapeutyczne TUE. Tylko takie postępowanie chroni Cię skutecznie przed pozytywnym wynikiem kontroli antydopingowej;
- \* jeśli korzystasz z dostępnych na rynku odżywek i suplementów diety to:
  - bezwzględnie decyzję o ich stosowaniu podejmij po konsultacji z lekarzem lub kompetentnym specjalistą;
  - bezwzględnie korzystaj z tych, które są rekomendowane przez polskie związki sportowe;
  - bezwzględnie decyzję o ich stosowaniu poprzedź starannym sprawdzeniem ich jakości (fora internetowe itd.);

Pamiętaj, że jeśli jesteś zawodnikiem na którym spoczywa obowiązek podawania danych pobytowych do krajowego lub międzynarodowego systemu (ADAMS) ich gromadzenia dla potrzeb niezapowiedzianych kontroli to:

- \* Systematycznie i samodzielnie wprowadzaj wszystkie wymagane dane;
- \* Nie przekazuj tego obowiązku innym osobom w Twoim imieniu, gdyż może na skutek zapomnienia lub innego niedopatrzenia nastąpić nieterminowe przekazanie danych, co będzie skutkowało pierwszym lub kolejnym ostrzeżeniem.

Pamiętaj, że jako zawodnik rutynowo poddawany testom antydopingowym powinieneś znać przebieg postępowania kontrolnego.

Pamiętaj aby w trakcie kontroli antydopingowej jeśli to tylko możliwe towarzyszył Ci trener, lekarz lub inna zaufana osoba, a w przypadku kiedy nie ukończyłeś 18 roku życia wymagaj takiej obecności bezwzględnie.

Pamiętaj aby podczas kontroli antydopingowej dokładnie podawać a po jej zakończeniu starannie sprawdzać wszystkie dane, które zostały zapisane w protokole kontroli antydopingowej.

Pamiętaj, że podczas kontroli antydopingowej dla własnego bezpieczeństwa powinieneś podać informacje dotyczące przyjmowanych przez Ciebie leków, odżywek oraz innych medycznych zaleceń (wyłączenia terapeutyczne (TUE), pokoje hipoksyjne, maski tlenowe, namioty hiperbaryczne, oddawanie krwi itd.).

Pamiętaj, że po zakończeniu kontroli antydopingowej musisz zawsze otrzymać przeznaczoną dla zawodnika jedną z kopii protokołu kontroli.

Pamiętaj, że dla własnego bezpieczeństwa w sytuacjach budzących wątpliwości co do przebiegu kontroli antydopingowej, leczenia czy suplementacji możesz zadzwonić pod numer Antydopingowego Pogotowia Informacyjnego API (695 367 464) gdzie uzyskasz kompetentną i w pełni bezpieczną informację.

## POLADA

**ul. Łazienkowska 6a  
00-449 Warszawa  
tel./fax: +48 22 529 89 12  
biuro@anty doping.pl**

**API 695 367 464  
www.anty doping.pl  
facebook.com/komisja.anty dopingowa  
facebook.com/gramczysto**

# Antydopingowy pomocnik trenera

Pamiętać trzeba, że trener odpowiedzialny jest zarówno za sportowy rozwój zawodnika jak i za jego właściwe wychowanie i postępowanie wobec wielu zagrożeń w tym bezpieczeństwo antydopingowe. Dlatego:

- Należy okresowo rozmawiać z zawodnikiem o zagadnieniach antydopingowych i pytać go czy w tym zakresie czuje pełne bezpieczeństwo;
- Należy zwracać uwagę na zachowanie zawodnika i jego stan emocji oraz bacznie obserwować postępy wynikowe i oceniać ich realną wartość z przyjętym planem szkolenia;
- Należy pytać zawodnika o stan zdrowia i pozyskiwać jeśli to możliwe informacje na temat leczenia i rodzajów przyjmowanych środków leczniczych;
- Należy pytać zawodnika o odżywki, które przyjmuje i bezwzględnie wymagać, aby ich rodzaj, ilość oraz częstotliwość przyjmowania były ustalane z lekarzem lub innym specjalistą. Tylko takie postępowanie zapewnia bezpieczeństwo i chroni zawodnika przed bezkrytycznym przyjmowaniem produktów, które mogą zawierać zanieczyszczenia skutkujące pozytywnym wynikiem testu antydopingowego.

Jeśli trenowany zawodnik z uwagi na wysoki poziom sportowy jest osobą na której spoczywa obowiązek przekazywania danych pobytowych (ADAMS), to należy mu o tym okresowo przypominać przy realizowaniu planu szkoleń i startów w zawodach.

Ponadto:

- Rekomenduje się aby trener i towarzyszące mu osoby ze sztabu szkoleniowego planowały i realizowały podczas akcji szkoleniowych na zgrupowaniach i w klubie spotkania z zawodnikami, na których omawiano by podstawowe zagadnienia na temat walki z dopingiem.
- Rekomenduje się aby dla wspólnego bezpieczeństwa antydopingowego jeśli to tylko możliwe trener lub inna zaufana osoba z otoczenia zawodnika towarzyszyła mu w trakcie kontroli antydopingowej.

## POLADA

ul. Łazienkowska 6a  
00-449 Warszawa  
tel./fax: +48 22 529 89 12  
biuro@antydoping.pl

API 695 367 464  
www.antydoping.pl  
facebook.com/komisja.antydopingowa  
facebook.com/gramczysto

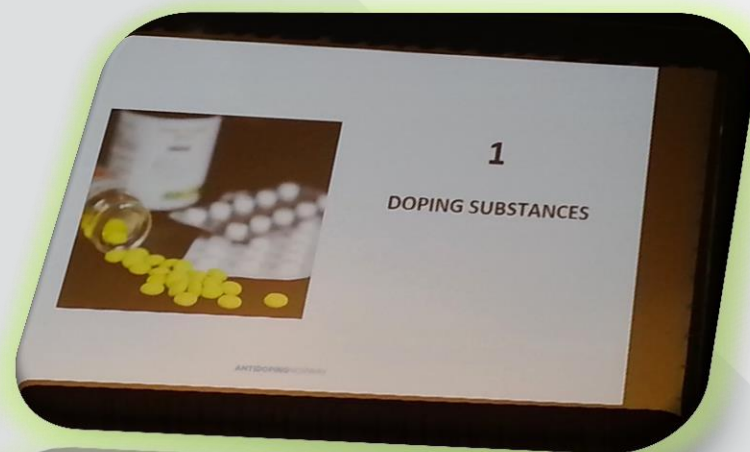
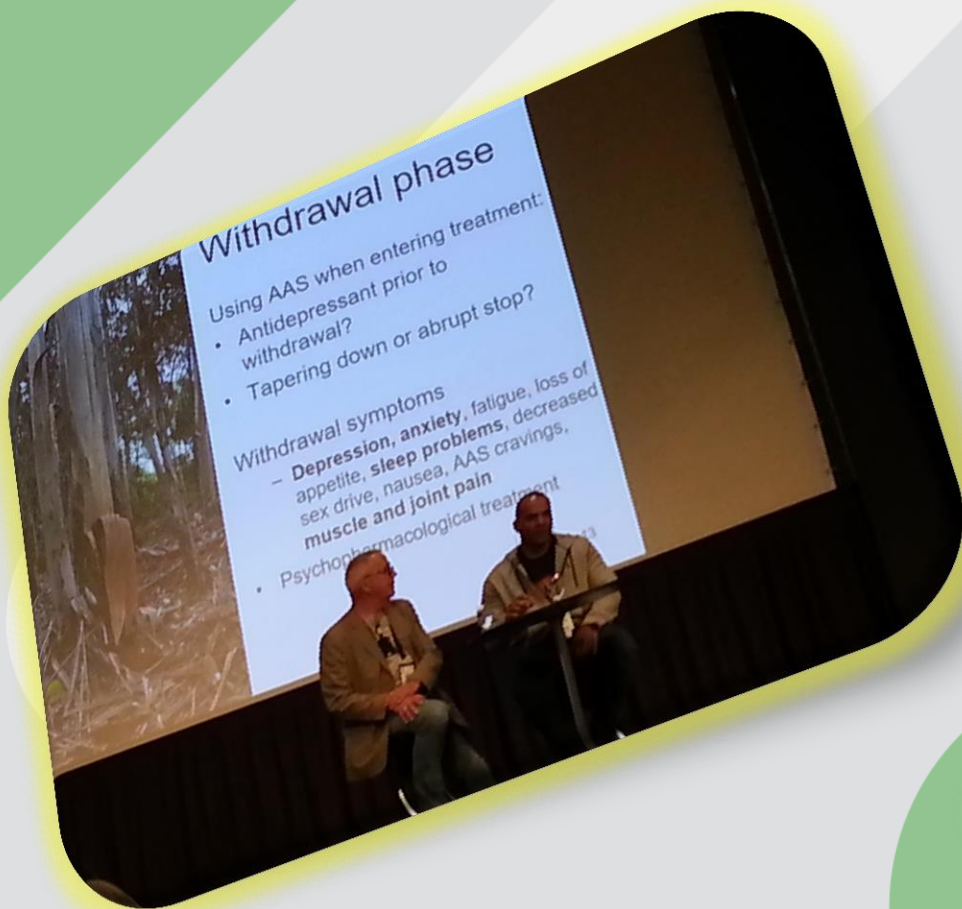




**POLADA**

Polska Agencja Antydopingowa

# UWAGA – NOWY POŻĄDANY I DOBRZE PŁATNY ZAWÓD



# KONSEKWENCJE ZDROWOTNE STOSOWANIA STEROIDÓW U CHŁOPCÓW I MĘŻCZYŹN

- Kurczenie jąder,
- Zmniejszona ilość wytwarzanej spe
- Impotencja,
- Problemy z popędem płciowym,
- Powiększanie gruczołów piersiowych/ginekomastia/



# KONSEKWENCJE STOSOWANIA STEROIDÓW U DZIEWCZĄT I

## KOBIET

- **Obniżenie głosu,**
- **Nadmierne owłosienie na twarzy i ciele,**
- **Nieprawidłowe cykle menstruacyjne,**



## KONSEKWENCJE ZDROWOTNE

- Uzależnienie psychiczne,
- Zwiększona agresja,
- Koncentracja na wynikach i wyglądzie,
- Zmiany nastroju,
- Choroby wątroby,
- Choroby układu sercowo naczyniowego,
- Wysokie ciśnienie tętnicze,
- Zmiany skórne /trądzik/,
- Negatywny wpływ na jakość życia płciowego,





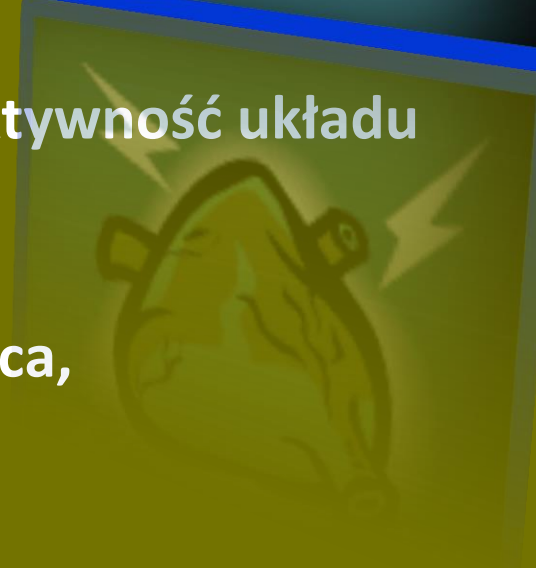
## KONSEKWENCJE ZDROWOTNE

- Uzależnienie psychiczne i fizyczne,
- Utrata pamięci, uwagi i motywacji,
- Osłabienie układu odpornościowego,
- Choroby układu oddechowego /infekcje, rak płuc/,
- Osłabienie koordynacji i koncentracji,
- Wydłużenie czasu reakcji,
- Utrata poczucia czasu,
- Mdłości i zawroty głowy,
- Napady złości i paniki,
- Zmniejszenie pamięci krótkoterminowej,



## KONSEKWENCJE ZDROWOTNE

- Uzależnienie fizyczne i psychiczne,
- Niepokój i agresja,
  
- Wyższe ciśnienie krwi i zwiększona aktywność układu oddechowego,
- Wyższe i nieregularne bicie serca,
- Zwiększone ryzyko udaru i zawału serca,
- Zwiększona nadpobudliwość



## DOPING KRWIĄ

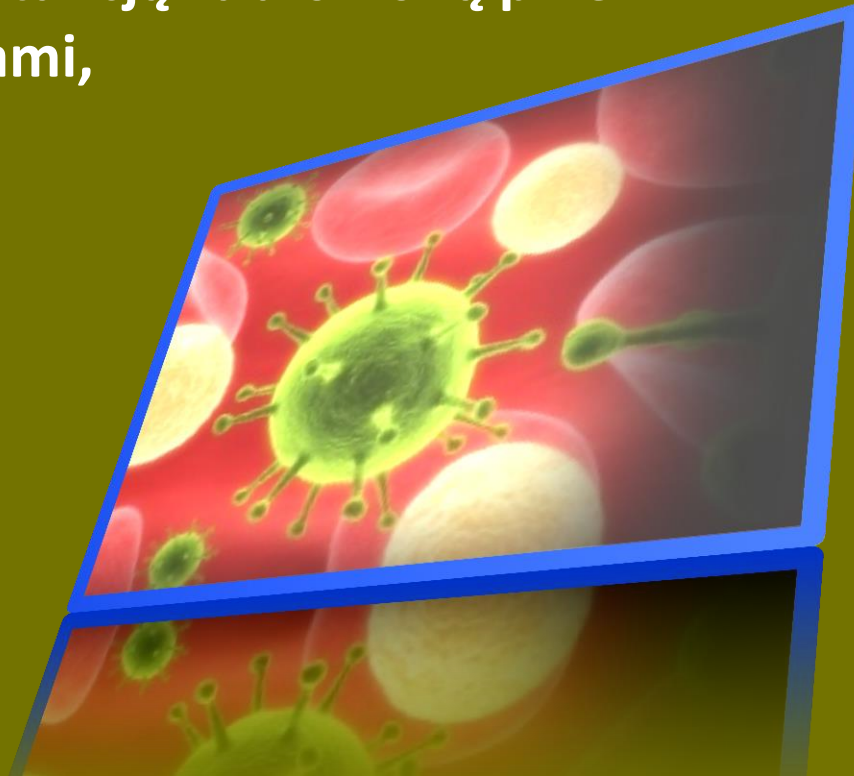
- To metody zabronione z Grupy M1 i są stosowane w celu zwiększenia zdolności przenoszenia tlenu do mięśni,



- Najczęściej zalicza się do nich korzystanie z erytropoetyny, syntetycznych nośników tlenu oraz transfuzję krwi,

## ERYTROPOETYNA /EPO/

- Jest to Hormon z Grupy S2, który zwiększa produkcję krwinek czerwonych,
- Powoduje sztuczny wzrost zdolności wysiłkowych poprawiając skuteczność stosowanego treningu oraz zdolność do szybkiej regeneracji po wysiłku,
- Jest substancją zabronioną przez WADA na zawodach i poza zawodami,



## KONSEKWENCJE ZDROWOTNE

- Niekontrolowany i nienaturalny wzrost,
- Silne bóle głowy,
- Utrata wzroku,
- Wysokie ciśnienie tętnicze i niewydolność serca,
- Cukrzyca i guzy,
- Zapalenie stawów,
- Powiększenie serca,
- Uszkodzenie wątroby i tarczycy



## KONSEKWENCJE ZDROWOTNE

- stosowanie dopingu genetycznego wiąże się z ogromnym ryzykiem dla zdrowia i życia,
- Gwałtowne przyspieszenie utajonego procesu nowotworowego.,
- Niebezpieczne dla zdrowia silne reakcje immunologiczne.





**POLADA**

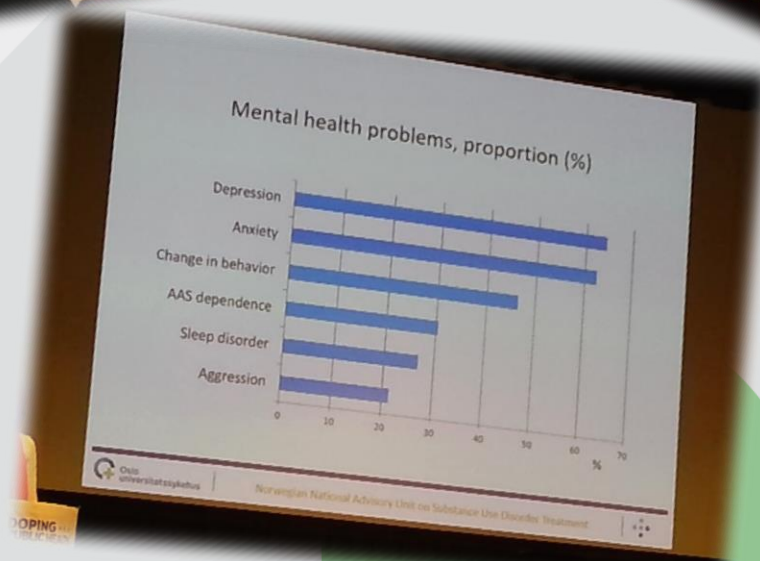

Polska Agencja Antydopingowa

## BADANIA NAUKOWE - GRANTY



### Aesthetic/Cosmetic Users'

1 <sup>st</sup> Author	Year	Taxonomy
Christiansen	2017	Wellbeing type
Enaker	2013	Body image users
Evans-Brown	2012	Cosmetic users
Evans-Brown	2008	Aesthetic users
Peters	1997	Body image users
Brower	1989	Aesthetes





**POLADA**  
Polska Agencja Antydopingowa

## ATHLETE OUTREACH PROGRAM







**POLADA**

Polska Agencja Antydopingowa

**ALE I  
NAGRODY**





**POLADA**  
Polska Agencja Antydopingowa

**ZAWSZE  
GRAJ CZYSTO  
- HISTORIA  
PRAWdziWA**





**POLADA**

Polska Agencja Antydopingowa

**GRAM CZYSTO – FAIR PLAY W.....**

**TERENIE!!!**





**POLADA**

Polska Agencja Antydopingowa

## **WSPÓŁPRACA**

**KONTYNUACJA SPOTKAŃ EDUKACYJNYCH (SZKOŁY MISTRZOSTWA SPORTOWEGO, KONFERENCJE, WARSZTATY ITD.),  
KONTYNUACJA PROWADZENIA FANPAGE'A „GRAM CZYSTO – FAIR PLAY,  
PRZYGOTOWANIE SERII FILMÓW EDUKACYJNYCH,**

**WIZYTY EDUKACYJNE TYPU „OUTREACH” NA IMPREZACH SPORTOWYCH POSZCZEGÓLNYCH ZWIĄZKÓW (GŁÓWNIIE GRUPY MŁODYCH ZAWODNIKÓW NA MP, OOM)**

**OPRACOWANIE I PRODUKCJA WSPÓLNYCH DEDYKOWANYCH MATERIAŁÓW EDUKACYJNYCH (GADZETÓW),**



## **MOŻLIWA WSPÓŁPRACA**

- 1. kontynuacja spotkań edukacyjnych (szkoły mistrzostwa sportowego, konferencje, warsztaty itd.),**
- 2. kontynuacja prowadzenia fanpage'a „gram czysto – fair play,  
przygotowanie serii filmów edukacyjnych,**
- 3. wizyty edukacyjne typu „outreach” na imprezach sportowych poszczególnych związków (głównie grupy młodych zawodników na mp, oom),**
- 4. opracowanie i produkcja wspólnych dedykowanych materiałów edukacyjnych (gadżetów),**



**POLADA**  
Polska Agencja Antydopingowa

**[www.anty doping.pl](http://www.anty doping.pl)**

**API (Antydopingowe Pogotowie Informacyjne)**

**695 367 464**

**695 DOPING**



**STOP  
DOPING**



**POLADA**  
Polska Agencja Antydopingowa