



Die Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln boomt! Glaubt man der Industrie und aktuellen Trends, so lassen sich gute Fortschritte fast nur noch mit BCAA Kapseln, Proteinpulvern, Vitaminpräparaten und Co erreichen. Die NADA (Nationale Anti Doping Agentur) warnt jedoch ausdrücklich vor den damit verbundenen Risiken. Einen Beitrag zur Aufklärung soll ein neuer Kurzfilm leisten...

Mit dem neuen Film sollen vor allem junge Athleten schon zu Beginn ihrer leistungssportlichen Karriere darüber informiert werden, welche Risiken die Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln mit sich bringen kann.

Die NADA will damit einen weiteren Beitrag leisten, Sportler vor Dopingfallen und negativen gesundheitlichen Auswirkungen zu schützen, sowie das Bewusstsein schärfen, dass eine sportartgerechte Ernährung in den meisten Situationen, auch im Leistungssport, die beste Grundlage für gute Leistungen ist. Als weitere Hilfestellung zum Thema Nahrungsergänzungsmittel hatte die NADA bereits 2014 die „Kölner Liste“ in ihrer App integriert. Die Kölner Liste enthält Informationen zu Nahrungsergänzungsmitteln, die analytisch auf Dopingsubstanzen getestet wurden.



Die **NADA App** ist ein großes MUSS für alle leistungsorientierten Sportler.

Neben der Kölner Liste enthält sie auch NADA med. Hier können Sportler Medikamente eingeben und direkt Informationen erhalten, ob deren Einnahmen im sportlichen Wettkampf oder im Training erlaubt sind. Außerdem enthält die App viele interessante Infos zu Präventionsmaßnahmen und dem Doping Kontrollsystem.

Wie wichtig Präventionsmaßnahmen für den Kampf gegen Doping sind, zeigt auch das Engagement der NADA in ihrem Programm „GEMEINSAM GEGEN DOPING“. Die dazugehörige Online-Plattform für Athleten und Trainer ([LINK](#)) wurde kürzlich komplett neu überarbeitet und enthält nun auch überarbeitete Broschüren für Athleten und Eltern, sowie neue Erklärfilme.



Wir von rund-ums-rad.info unterstützen die NADA in ihrem Bestreben „FÜR SAUBERE LEISTUNG“ und hoffen das Bewusstsein gegenüber der Dopingproblematik stärken zu können.

Besonders der Radsport besitzt noch viel Nachholbedarf!

Bild (c) rund-ums-rad, Text z.T. aus NADA PM

