



VESTKANTSVØMMERNE SVØMMING

Som Rent Idrettslag har vi et særskilt ansvar for å spre gode holdninger og kunnskap om antidoping gjennom klare mål og handlinger. Vi skal sammen ta ansvar for idrettslagets holdningsskapende arbeid, lage og gjennomføre en målrettet handlingsplan og jobbe for et sunt og dopingfritt miljø.

Idrettslagets handlingsplan inkluderer bl.a. følgende tiltak:

- 1. GJENNOMFØRE REN UTØVER**
- 2. GJENNOMFØRE FOREDRAG MED ANTIDOPING NORGE**
- 3. PUBLISER INFORMASJON PÅ NETTSIDE/SOSIALE MEDIER**
- 4. TRYKKE RENT IL-LOGO PÅ KLUBBKLÆR**
- 5. HENGE OPP RENT IL-PLAKAT I LOKALENE**
- 6. TA STANDPUNKT TIL BRUK AV KOSTTILSKUDD**
- 7. TA STANDPUNKT TIL BRUK AV TRENINGSSENTER**
- 8. SPRE INFO OM KOSTHOLD OG DOPING**