

## ADAMS 3.0 Whereabouts Guide

### 1 Einleitung

#### **Willkommen zum Handbuch zur Abgabe der Aufenthaltsorte**

Dieses Handbuch soll Sie darin unterstützen, die Informationen über Ihre Aufenthaltsorte in Übereinstimmung mit den entsprechenden Anti-Doping-Bestimmungen zu erstellen. Die in dem Handbuch zusammengefassten Schritte zeigen Ihnen, wie Sie das ADAMS-System zur Abgabe Ihrer Aufenthaltsorte nutzen können und bieten Ihnen weitere Informationen über Sinn und Zweck der verschiedenen Anforderungen. Das Handbuch steht Ihnen jederzeit als Checkliste für das Absenden Ihrer Aufenthaltsorte zur Verfügung.

Sie können jederzeit durch Anklicken des grünen Feldes **zum Kalender** in der oberen rechten Ecke Ihres Bildschirms) dieses Handbuch verlassen und mit der Eintragung Ihrer Aufenthaltsorte beginnen. Ebenfalls können Sie direkt zu einem konkreten Tag gelangen, indem Sie das entsprechende Datum in dem Mini-Kalender auf der linken Seite des Bildschirms auswählen.

#### **Wozu muss ich meine Informationen zu Aufenthaltsorten angeben?**

Durch die Bereitstellung Ihrer Aufenthaltsortsinformationen schützen Sie die Integrität des Sports und Ihr Recht auf einen fairen und sauberen Sport. Die von Ihnen in ADAMS bereitgestellten Aufenthaltsortsinformationen garantieren eine sichere, effektive, koordinierte und effiziente Kontrollplanung.

Trainingskontrollen müssen grundsätzlich unangekündigt durchgeführt werden, um Doping effektiv aufdecken zu können und gleichzeitig abzuschrecken. Dies ist insbesondere deshalb wichtig, da viele verbotene Substanzen und Methoden im Körper eines Athleten nur für einen begrenzten Zeitraum nachgewiesen werden können, obwohl der leistungssteigernde Effekt weiter erhalten bleibt.

#### **Muss ich für jede Stunde des Tages detaillierte Informationen eintragen?**

Die von Ihnen zur Verfügung gestellten Aufenthaltsortsinformationen geben der autorisierten Anti-Doping-Organisationen einen allgemeinen Überblick über Ihre Standorte für die nächsten drei Monate (des Quartals).

Zudem ist es erforderlich, dass Sie für jeden Tag ein 60-minütiges Testzeitfenster festlegen. Dadurch wird nicht nur sichergestellt, dass Sie, falls notwendig, für eine Dopingkontrolle angetroffen werden können, sondern unterstreicht auch die Richtigkeit der von Ihnen angegebenen Informationen. Durch die Angabe Ihrer regelmäßigen Tätigkeiten während des Tages und des Quartals, anstelle einer Aufstellung jeder Bewegung, kann Ihre Anti-Doping-Organisation am effektivsten mögliche Dopingkontrollen planen, die sowohl Ihre Persönlichkeitsrechte als auch Ihre Privatsphäre achten.

Es liegt in Ihrer Verantwortung, dass alle angegebenen Informationen stets korrekt und aktuell sind. Bitte beachten Sie, dass Sie dennoch zu jeder Zeit an jedem Ort kontrolliert werden können, obwohl Sie gemäß den Regeln Ihres Sports und wie in diesem Handbuch beschrieben, spezifische Angaben hinterlegen müssen.

### ADAMS 3.0 Whereabouts Guide (Continued)

#### **Wo kann ich weitere Informationen zu den Angaben der Aufenthaltsorte finden?**

Für weitere Informationen bezüglich möglicher Konsequenzen, die durch fehlende Aktualisierungen oder das Nicht-Antreffen innerhalb des 60-minütigen Testzeitfensters entstehen können, wenden Sie sich bitte an Ihre für Sie zuständige Organisation. Diese finden im Bereich „Mein Profil“ unter dem Reiter „Sicherheit“. Diese Anti-Doping-Organisation sollte Ihnen auch weitere Informationen über Ihre Rechte und Pflichten bezüglich der Abgabe Ihrer Aufenthaltsortsinformationen geben.

## ADAMS 3.0 Whereabouts Guide (Continued)

### 2 Postadresse

#### Warum muss ich eine Postadresse angeben?

Sie müssen eine Postadresse angeben, die von Ihrer Anti-Doping-Organisation für den formellen Schriftverkehr für den Fall eines möglichen Meldepflicht- und Kontrollversäumnisses verwendet wird. Hierbei kann es sich um Ihre Heimatadresse, aber auch um eine Adresse handeln, bei der Sie sicherstellen, dass die Post zugestellt werden kann und Sie unmittelbar Kenntnis von ihr erlangen.

Bitte beachten Sie, dass die von Ihnen hinterlegte Postadresse stets korrekt sein muss. Falsch hinterlegte Angaben werden der zuständigen Anti-Doping-Organisation nicht zur Last gelegt und somit etwaige Fristen nicht berührt.

#### Wie gebe ich diese Informationen in ADAMS an?

1. Klicken Sie auf den Link "Postadresse" oben links in der Kalenderansicht.



2. In dem Fenster "Postadresse" können Sie nun eine bereits vorhandene Adresse aus der Drop-Down-Liste auswählen oder wählen Sie "Neue Adresse", um eine Neue zu erstellen.



### **ADAMS 3.0 Whereabouts Guide (Continued)**

3. Nachdem Sie eine Postadresse hinterlegt haben, bestätigen Sie diese bitte durch Auswählen des Feldes "Ich bestätige...".

Ihre Postadresse wird dann in Ihrem Profilbereich eingetragen. Diese können Sie einsehen, indem Sie auf „Mein Profil“ klicken. Die hinterlegte Adresse müssen Sie jedes Quartal erneut durch die oben aufgeführten Schritte bestätigen.

Aktualisieren Sie Ihre Postadresse umgehend, sobald diese sich innerhalb des Quartals ändern sollte.

Um weitere Informationen zu erhalten, wenden Sie sich bitte an die [Online Hilfe](#).

### 3 Übernachtungsort

#### **Warum muss ich angeben, wo ich übernachtete?**

Durch die Angabe der vollständigen Adresse Ihres Übernachtungsortes, kann Ihre Anti-Doping-Organisation ein Gespür dafür entwickeln, wo Sie sich am Abend des entsprechenden Tages und den Morgen des Folgetages aufhalten. Dabei bedeutet die tägliche Angabe dieser Information nicht, dass Sie sich auch jede einzelne Stunde des Tages dort aufhalten müssen.

Wenn Sie noch nicht sicher sind, wo Sie sich zu einem späteren Zeitpunkt des Quartals aufhalten, tragen Sie bitte die bestmögliche Information ein, die Sie zu diesem Zeitpunkt machen können. Diese Angaben müssen Sie umgehend aktualisieren, sobald Ihnen weitere Informationen vorliegen.

#### **Wie muss ich diese Angaben in ADAMS hinterlegen?**

1. Erstellen Sie einen neuen Eintrag, indem Sie auf ein Datum im Kalender klicken oder indem Sie das Feld „Neu“ benutzen. (oben rechts)



2. Im Pop-up "Neuer Eintrag":  
Wählen Sie eine Adresse aus  
Wählen Sie die Kategorie "Übernachtungsort"  
Dann geben Sie die weiteren relevanten Daten an (wie Datum oder Wiederholung)
3. Wenn Sie Ihr 60-minütiges Testzeitfenster ebenfalls in diesem Aufenthaltsort eintragen wollen, wählen Sie hier klicken, um sich die entsprechende Anleitung anzeigen zu lassen.

Der Eintrag des Übernachtungsorts wird in Ihrem Kalender am Ende des ausgewählten Tages mit orangefarbenem Hintergrund dargestellt.

#### **Reisen?**

Wenn Sie über Nacht reisen und es Ihnen somit nicht möglich ist, einen Übernachtungsort anzugeben, bitte hier klicken, um sich die entsprechende Anleitung anzeigen zu lassen.

#### **Wie kann ich diese Art von Reise in ADAMS eintragen?**

1. Erstellen Sie einen neuen Eintrag, indem Sie auf ein Datum im Kalender klicken oder indem Sie das Feld „Neu“ benutzen. (oben rechts)

## ADAMS 3.0 Whereabouts Guide (Continued)

2. In dem neuen Fenster "Neuer Eintrag":  
Wählen Sie "Reise" am Ende der Adressliste (Drop-Down-Liste)
3. Eine Warnmeldung erscheint. Lesen Sie diese sorgfältig durch und klicken Sie, wenn zutreffend, auf „Bestätigen“ um fortzufahren.
4. Im Pop-up **Neuer Reiseeintrag**  
Wählen Sie die Kategorie **Overnight Travel**. Wählen Sie Ihre Transportart (Flugzeug, Auto, etc.)  
Geben Sie weitere Reiseinformationen wie Ab- und Ankunftsorte, Datum, Zeiten und Details (z.B.: Flugnummer, Reiseroute, etc.)
5. Klicken Sie **speichern**.

### 4 Wettkämpfe

#### **Warum muss ich meine Wettkämpfe angeben?**

Das Angeben Ihres Wettkampfplans hilft Ihrer Anti-Doping-Organisation effektive Trainingskontrollen zu planen und erlaubt eine bessere Koordination der Dopingkontrollprogramme zwischen den einzelnen Anti-Doping-Organisationen (z.B. Nationale Anti-Doping-Organisation und Ihrem Internationalem Verband). Dadurch sollen unnötige Mehrfachkontrollen reduziert werden.

#### **Welche Informationen muss ich zur Verfügung stellen?**

Sie müssen für das gesamte Quartal die Bezeichnung und das Datum des Wettkampfes sowie die Adresse der Wettkampfstätte angeben. Wenn Sie keine Wettkämpfe in diesem Quartal haben, können Sie dies durch Anklicken des folgenden Links angeben **Kein Wettkampf in diesem Quartal?**. Bestätigen Sie die Auswahl und geben Sie einen zutreffenden Grund an, warum Sie keine Wettkämpfe bestreiten.

#### **Wie muss ich diese Informationen in ADAMS angeben?**

Um einen Wettkampfeintrag zu erstellen:

1. Erstellen Sie einen neuen Eintrag, indem Sie auf ein Datum im Kalender klicken oder indem Sie das Feld „Neu“ benutzen. (oben rechts)



2. Im Pop-up "Neuer Eintrag":  
Wählen Sie eine Adresse aus.  
Wählen Sie die Kategorie Wettkampf

### ADAMS 3.0 Whereabouts Guide (Continued)

3. Dann geben Sie die weiteren relevanten Details an (wie Datum oder Wiederholung, Wettkämpfe werden standardmäßig als ganztägig angezeigt).  
Wenn Sie Ihr 60-minütiges Testzeitfenster ebenfalls in diesem Aufenthaltsort eintragen wollen, wählen Sie [hier klicken](#), um sich die entsprechende Anleitung anzeigen zu lassen. Klicken Sie **speichern**.

Der Eintrag des Wettkampfortes wird in Ihrem Kalender an den ausgewählten Tagen mit grünem Hintergrund dargestellt.

Keinen Wettkampf in diesem Quartal? [Hier klicken, um die Kategorie auf nicht zutreffend zu setzen.](#)

## 5 Regelmäßige Tätigkeiten

### **Was sind regelmäßige Tätigkeiten?**

Eine Tätigkeit ist nur dann regelmäßig, wenn Sie ein Teil des geregelten Tagesablaufes oder Trainings ist. Wenn Sie zum Beispiel jeden Freitag von 08:00 Uhr bis 10:00 Uhr an einem bestimmten Ort trainieren, stellt dies eine regelmäßige Tätigkeit dar und ist in Ihrem Kalender zu hinterlegen. Wenn sich jedoch der Tag an dem Sie trainieren von Woche zu Woche ändert, abhängig vom Wetter oder anderen Variablen, muss dies nicht als regelmäßige Tätigkeit angezeigt werden.

Sollten diese Angaben einmalig nicht zutreffend sein (z.B. wetterbedingter Ausfall oder Krankheit), müssen Sie dies nicht in Ihrem Profil aktualisieren, um dies anzuzeigen. Wenn sich allerdings Änderungen bei Ihren angegebenen regelmäßigen Tätigkeiten ergeben, dann sind Sie verpflichtet, diese Angaben zu aktualisieren.

### **Welche Informationen muss ich zur Verfügung stellen?**

Bitte geben Sie die Bezeichnung und die Adresse jedes Ortes an, an dem Sie während des Quartals trainieren, arbeiten oder sonstigen regelmäßigen Tätigkeiten nachgehen. Geben Sie bitte ebenfalls die Zeitspanne der entsprechenden regelmäßigen Tätigkeit an. Wenn Sie keine regelmäßigen Tätigkeiten in diesem Quartal haben, können Sie dies durch Anklicken des folgenden Links angeben **Keine regelmäßigen Tätigkeiten in diesem Quartal?**. Bestätigen Sie die Auswahl und geben Sie einen zutreffenden Grund an, warum Sie keine regelmäßigen Tätigkeiten eintragen können.

### **Wie gebe ich diese Information in ADAMS an?**

Um einen Eintrag regelmäßige Tätigkeiten zu erstellen:

1. Erstellen Sie einen neuen Eintrag, indem Sie auf ein Datum im Kalender klicken oder indem Sie das Feld „Neu“ benutzen. (oben rechts)



2. Im Pop-up **Neuer Eintrag**:  
Wählen Sie eine Adresse  
Wählen Sie die Kategorie **regelmäßige Tätigkeiten**  
Dann geben Sie die weiteren relevanten Details an (wie Datum oder Wiederholung, Anfangs- und Endzeit)  
Falls Sie Ihr 60-minütiges Testzeitfenster in diesen Aufenthaltseintrag legen wollen, dann wählen Sie hier klicken, um sich die Anleitung anzeigen zu lassen.

## ADAMS 3.0 Whereabouts Guide (Continued)

### 3. Klicken Sie **speichern**

Der Eintrag der regelmäßigen Tätigkeiten wird an den ausgewählten Tagen im Kalender mit einem gelben Hintergrund angezeigt.

Keine regelmäßigen Tätigkeiten in diesem Quartal? [Hier klicken, um die Kategorie auf nicht zutreffend zu setzen.](#)

## 6 60-minütiges Testzeitfenster

### **Warum muss ich ein 60-minütiges Testzeitfenster angeben?**

Ihre Anti-Doping-Organisation ist sich bewusst, dass es nicht realistisch ist, dass Sie Ihre Aufenthaltsorte für die gesamten 24 Stunden im Voraus angeben können, ohne dass sich Änderungen ergeben. Folglich ist das 60-minütige Testzeitfenster die einzige Zeit des Tages, an der Sie zu 100% sicherstellen müssen, dass die Angaben in Ihrem Profil korrekt sind und strenge Konsequenzen folgen, wenn Sie während dieser Zeit eine Kontrolle versäumen. Dieses 60-minütige Testzeitfenster stellt ebenfalls sicher, dass Sie jeden Tag zu einer bestimmten Zeit an einem bestimmten Ort für eine Dopingkontrolle angetroffen werden können.

Sie müssen daher für jeden Tag des Quartals ein spezifisches 60-minütiges Testzeitfenster zwischen 06:00 Uhr und 23:00 Uhr angeben, in welchem Sie auffindbar sein müssen und für eine Dopingkontrolle zur Verfügung stehen. Um die Wahrscheinlichkeit zu verringern, dass es unbeabsichtigt zu einer versäumten Kontrolle kommt, wird empfohlen, dass 60 minütige Testzeitfenster an einen Ort zu legen, der Teil Ihres geregelten Tagesablaufes ist und wenigen Veränderungen unterliegt (z.B. wann und wo Sie aufwachen oder Vergleichbares).

Für den Fall, dass sich Änderungen ergeben und Sie sich zur angegebenen Zeit nicht mehr an dem hinterlegten Ort befinden, müssen Sie Ihre Daten aktualisieren und einen neuen Zeitpunkt/oder einen neuen Ort für das Testfenster angeben. Diese Änderung muss jedoch vor Beginn des ursprünglichen Testzeitfensters erfolgen. Auch wenn Sie nicht für jede Stunde des Tages Rechenschaft ablegen müssen, kann dennoch ein Meldepflicht- und Kontrollversäumnis wegen einer versäumten Kontrolle gegen Sie ausgesprochen werden, wenn ein Dopingkontrollteam Sie innerhalb des 60-minütigen Testzeitfensters am angegebenen Ort nicht antrifft.

### **Wie gebe ich diese Information in ADAMS an?**

1. Klicken Sie auf einen existierenden Eintrag in Ihrem Kalender (oder erstellen Sie einen neuen, indem Sie auf einen Tag in Ihrem Kalender klicken oder indem Sie das Feld **Neu** wählen).

## ADAMS 3.0 Whereabouts Guide (Continued)



2. Im Pop-up **Eintrag bearbeiten** (oder **neuer Eintrag**) wählen Sie das Kontrollkästchen **60-minütiges Testzeitfenster** und geben eine Anfangszeit an.
3. Klicken Sie **speichern**

Der Aufenthaltsorteintrag wird nun mit der Anfangszeit Ihres 60-minütigen Testzeitfensters und mit einem kleinen Uhrensymbol angezeigt(🕒).

Nur wenn Sie für jeden Tag des Quartals ein 60-minütiges Testzeitfenster festgelegt haben, können Sie die Informationen zu Ihren Aufenthaltsorten erfolgreich absenden.

### **Reisen?**

Wenn es Ihnen nicht möglich ist ein 60-minütiges Testzeitfenster für einen bestimmten Tag anzugeben, da Sie sich tagsüber auf Grund einer Reise keine Stunde an einem Ort aufhalten, dann wählen Sie hier klicken.

### **Wie gebe ich Informationen zu ganztägigen Reisen in ADAMS an?**

1. Erstellen Sie einen neuen Eintrag, indem Sie auf ein Datum im Kalender klicken oder indem Sie das Feld „Neu“ benutzen. (oben rechts)



2. Im Pop-up **Neuer Eintrag**:  
Wählen Sie "Reise" am Ende Ihrer Adressen in der Drop-Down-Liste
3. Eine Warnmeldung erscheint. Lesen Sie diese sorgfältig durch und klicken Sie, wenn zutreffend, auf „Bestätigen“ um fortzufahren.
4. In dem Neuen Fenster **Neuer Reiseeintrag**  
Wählen Sie die Kategorie Daytime Travel

### ADAMS 3.0 Whereabouts Guide (Continued)

Wählen Sie eine Transportart (Flugzeug, Auto, etc.)

5. Geben Sie weitere Reiseinformationen wie Ab- und Ankunftsorte, Datum, Zeiten und Details (z.B.: Flugnummer, Reiseroute, etc.). Klicken Sie **speichern**

## ADAMS 3.0 Whereabouts Guide (Continued)

### 7 Absenden

#### **Was ist, wenn ich mir bei meinen genauen Aufenthaltsortsinformationen noch nicht sicher bin?**

Es ist bekannt, dass Sie zu Beginn eines Quartals vielleicht noch nicht genau wissen, wo Sie sich an jedem Tag des Quartals aufhalten. Sie sollten Ihre Angaben nach bestem Wissen und Gewissen machen und alle bereits bekannten Informationen eintragen. Die Eintragungen müssen Sie dann aktualisieren, sobald diese nicht mehr zutreffend sind oder Ihnen weitere Informationen bekannt sind.

Prüfen Sie bitte sorgfältig, dass die Angaben zu Ihren Aufenthaltsorten für das Quartal korrekt und vollständig sind, bevor Sie es absenden, da diese den Dopingkontrolleuren die notwendigen Informationen geben, um Sie für Dopingkontrollen anzutreffen. Versäumnisse bei der Angabe Ihrer Aufenthalte gemäß den Bestimmungen dieses Handbuchs und den Regeln Ihrer Sportart können zu einem Verstoß gegen Anti-Doping-Bestimmungen führen, der weitreichende Konsequenzen nach sich zieht. Bitte stellen Sie daher sicher, dass Sie Ihre Aufenthaltsorte immer auf dem aktuellsten Stand halten und Sie Ihre Rechte und Pflichten bei der Abgabe der Informationen zu Ihren Aufenthaltsorten verstanden haben.

#### **Wie sende ich meine Informationen in ADAMS ab?**

1. Klicken Sie **absenden** im oberen linken Bereich des Bildschirm (Kalenderansicht)



2. Der Status für das Quartal wird als **gesendet** angezeigt

#### **Ich habe Probleme bei dem Absenden meiner Aufenthaltsortsinformationen.**

Möglicherweise müssen Sie die Eintragungen an manchen Tagen in Ihrem Kalender korrigieren, da Sie nicht den Erfordernissen entsprechen. Die Tage mit fehlerhaften oder fehlenden Einträgen werden rot im Minikalender auf der linken Seite angezeigt. Wenn Sie den Mauszeiger auf einen dieser roten Daten platzieren, wird eine Nachricht erscheinen, die angibt, was den Fehler verursacht. Die Symbole auf der rechten Seite dieses Handbuchs zeigen Ihnen an, ob Sie die einzelnen Angaben entsprechend der geltenden Bestimmungen in Ihrem Kalender hinterlegt haben.

Vielen Dank für Ihre Kooperation und Ihre Unterstützung für einen dopingfreien Sport.