



**German Natural Bodybuilding & Fitness Federation e.V.**

## LISTE DER VERBOTENEN SUBSTANZEN UND METHODEN

Der Einsatz der folgenden Substanzen und Methoden ist laut GNBF e.V. Reglement innerhalb der letzten 7 Jahre verboten.

**Hinweis:** Jeder Athlet muss sich vor der Einnahme eines Medikaments oder Nahrungsergänzungsmittels über dessen Zusammensetzung informieren!  
Bei Fragen zur Liste der verbotenen Substanzen bitte Herrn Prof. Dr. Dr. Martin Hörning unter e-mail: martin@gnbf.de kontaktieren

### 1. VERBOTENE SUBSTANZKLASSEN

#### ANABOLIKA

Alle Präparate aus der Human- und Veterinärmedizin, die anabole und/oder androgene Hormone enthalten, zum Beispiel Testosteron (Injektionen, Gels, Pflaster), Nandrolon, Stanozolol, Oxandrolon, Norandrostendiol.

#### PROHORMONE

Alle Prohormone, zum Beispiel DHEA, Androstenedion, Norandrostenedion.  
Athleten, die zum ersten Mal Mitglied in der GNBF e.V. werden, dürfen seit mindestens zwei (2) Jahren keine Prohormone eingenommen haben.

#### WACHSTUMSHORMON (HGH)

#### SONSTIGE HORMONE

Gonadotropine (ACTH), Insulinähnlicher Wachstumsfaktor (IGF-1), Erythropoietin (EPO), Melatonin, Schilddrüsenhormone.  
Die Anwendung von Insulin ist nur für Diabetiker erlaubt und durch ein ärztliches Attest zu belegen.

#### CLENBUTEROL

#### EPHEDRIN, EPHEDRA UND ALLE ÄHNLICHEN VERBINDUNGEN

sind seit dem 01.07.2004 verboten. Athleten, die zum ersten Mal Mitglied in der GNBF e.V. werden, dürfen seit mindestens sechs (6) Monaten kein Ephedra eingenommen haben.

#### STIMULANZIEN

Amphetamine, Speed, Kokain oder andere Stimulanzen, wenn für Bodybuilding - Zwecke eingesetzt.  
Für ehemals Substanzabhängige Personen gilt das Einnahmeverbot für mindestens 4 Monate vor dem Wettkampf.

#### DIURETIKA

Alle verschreibungspflichtigen Diuretika, zum Beispiel Amilorid, Furoseamid, Triameteren

#### MUSKEL-IMPLANTATE

Ausnahme: Brustimplantate bei Frauen

#### PHARMAKOLOGISCHE; CHEMISCHE und PHYSIKALISCHE MANIPULATIONEN

Alle Manipulationen mit dem Ziel, die Dopingtests zu manipulieren

#### NARKOTIKA

Narkotika, zum Beispiel Heroin, Methadon, Morphin wenn für Bodybuilding-Zwecke eingesetzt.  
Für ehemals Substanzabhängige Personen gilt das Einnahmeverbot für mindestens 4 Monate vor dem Wettkampf.

### 2. VERBOTENE METHODEN

#### BLUTDOPING

Verabreichung von Blut, roten Blutkörperchen, Plasma und anderen Blutbestandteilen zur Leistungssteigerung

#### INJEKTIONEN

Injektionen von ölhaltigen Substanzen in die Muskulatur zur Volumenvergrößerung

#### GENDOPING

Die nicht medizinisch indizierte Verwendung von Zellen, Genen, Bestandteilen von Genen oder der Modulation der Genexpression.

### 3. JEDE WEITERE DURCH DIE WADA (World Anti Doping Agency) VERBOTENE SUBSTANZ ODER METHODE

**Hinweis:** Werden im Einzelfall verbotene Substanzen aufgrund medizinischer Indikationen eingenommen, so muss dies beim Dopingtest angegeben und durch ein ärztliches Attest belegt werden!