

Por favor preencha o formulário de forma legível e com letra maiúscula e envie para:
Please fill in the Form legibly in capital letters and return to:

Autoridade Antidopagem de Portugal (ADoP)	Email: slocalizacao@adop.pt
Av.ª Duque D'Ávila Nº137, 5º Andar 1069-016 Lisboa	Fax: [+351] 21 797 75 29

Nota: A ausência do envio dentro do prazo estabelecido, ou o envio de informação incorreta, nos termos do disposto na Lei 38/2012, de 28 de agosto, por três vezes por parte do praticante desportivo no espaço de 12 meses consecutivos, sem justificação válida, após ter sido devidamente notificado pela ADoP em relação a cada uma das faltas, constitui uma violação das normas antidopagem.

Note: The lack of delivery until the set deadline, or the delivery of incorrect information for three times during a 12 months period, with no valid justification and after being notified by ADoP of each of the faults, means an anti-doping rule violation, according to the Law 38/2012, of 28 August.

A. INFORMAÇÃO SOBRE O PRATICANTE DESPORTIVO / ATHLETE INFORMATION

Nome Próprio First Name	Sexo Gender	Nacionalidade Nationality
Apelido Last Name	Modalidade Desportiva Event	
Morada Current Address		
Cidade Town	Código Postal Postal Code	País Country
Telefone (código internacional) Phone (international code/number)	E-mail	
Pessoa para contacto alternativo Alternative contact person	Telefone (código internacional) Phone (international code/number)	

B. INFORMAÇÃO SOBRE O LOCAL DE TREINO HABITUAL / REGULAR TRAINING INFORMATION

Local de treino 1 / Regular training place 1

Nome do local de treino habitual 1 Name of regular training place 1 (facility)			
Morada / Address	Código Postal / Postal Code	Cidade / Town	País / Country

Horários do treino (da hora x à hora y) / Training times (From-To)

Dia Day	Segunda Monday	Terça Tuesday	Quarta Wednesday	Quinta Thursday	Sexta Friday	Sábado Saturday	Domingo Sunday
Manhã A.M.							
Tarde P.M.							

Local de treino 2 / Regular training place 2

Nome do local de treino habitual 1 Name of regular training place 1 (facility)			
Morada / Address	Código Postal / Postal Code	Cidade / Town	País / Country

Horários do treino (da hora x à hora y) / Training times (From-To)

Dia Day	Segunda Monday	Terça Tuesday	Quarta Wednesday	Quinta Thursday	Sexta Friday	Sábado Saturday	Domingo Sunday
Manhã A.M.							
Tarde P.M.							
Nome Próprio First Name		Apelido Last Name		Data Date			

C. INFORMAÇÃO TEMPORÁRIA DE TREINO / TEMPORARY TRAINING INFORMATION

<p>Por favor indique, no calendário trimestral as datas em que estará neste local de treino temporário, com um "A".</p> <p>Please indicate the dates you will be at temporary training place below with an "A" in the Quarterly Schedule</p>	<p>Por favor indique, no calendário trimestral as datas em que estará neste local de treino temporário, com um "B".</p> <p>Please indicate the dates you will be at temporary training place below with an "B" in the Quarterly Schedule</p>	<p>Por favor indique, no calendário trimestral as datas em que estará neste local de treino temporário, com um "C".</p> <p>Please indicate the dates you will be at temporary training place below with an "C" in the Quarterly Schedule</p>
<p>Datas Dates</p> <p>de/ from a/ to</p>	<p>Datas Dates</p> <p>de/ from a/ to</p>	<p>Datas Dates</p> <p>de/ from a/ to</p>
<p>Cidade País City Country</p>	<p>Cidade País City Country</p>	<p>Cidade País City Country</p>
<p>Local de treino (designação) Training place (name)</p>	<p>Local de treino (designação) Training place (name)</p>	<p>Local de treino (designação) Training place (name)</p>
<p>Endereço Address</p>	<p>Endereço Address</p>	<p>Endereço Address</p>
<p>Horários de treino de/ from a/ to Training time</p> <p>de/ from a/ to</p>	<p>Horários de treino de/ from a/ to Training time</p> <p>de/ from a/ to</p>	<p>Horários de treino de/ from a/ to Training time</p> <p>de/ from a/ to</p>
<p>Dia(s) de descanso Rest day(s)</p>	<p>Dia(s) de descanso Rest day(s)</p>	<p>Dia(s) de descanso Rest day(s)</p>
<p>Local de Residência Temporária Accommodation</p>	<p>Local de Residência Temporária Accommodation</p>	<p>Local de Residência Temporária Accommodation</p>
<p>Morada Address</p>	<p>Morada Address</p>	<p>Morada Address</p>

D. PLANO DE COMPETIÇÃO / COMPETITION PLANNING

<p>Cidade/País Town/ Country</p> <p>Datas / Dates</p> <p>de / from a / to</p>	<p>Cidade/País Town/ Country</p> <p>Datas / Dates</p> <p>de / from a / to</p>	
<p>Cidade/País Town/ Country</p> <p>Datas / Dates</p> <p>de / from a / to</p>	<p>Cidade/País Town/ Country</p> <p>Datas / Dates</p> <p>de / from a / to</p>	
<p>Cidade/País Town/ Country</p> <p>Datas / Dates</p> <p>de / from a / to</p>	<p>Cidade/País Town/ Country</p> <p>Datas / Dates</p> <p>de / from a / to</p>	
<p>Cidade/País Town/ Country</p> <p>Datas / Dates</p> <p>de / from a / to</p>	<p>Cidade/País Town/ Country</p> <p>Datas / Dates</p> <p>de / from a / to</p>	
<p>Cidade/País Town/ Country</p> <p>Datas / Dates</p> <p>de / from a / to</p>	<p>Cidade/País Town/ Country</p> <p>Datas / Dates</p> <p>de / from a / to</p>	
<p>Nome Próprio First Name</p>	<p>Apelido Last Name</p>	<p>Data Date</p>

E. CALENDÁRIO TRIMESTRAL / QUARTERLY SCHEDULE

Deverão ser preenchidos todos os dias do calendário de acordo com os códigos abaixo indicados:

You must now fill every day of the Quarterly Schedule below using the letters indicated as follows:

X1=Local de Treino 1 / Training Place 1

X2=Local de Treino 2 / Training Place 2

A, B, C = Treino Temporário / Temporary Training

R=Residência / Home address

E= Competição / Competition

V= Viagem / Travel

F= Férias e Dias de folga / Vacations and days off

Mês Month	Dia / Day	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Localização Location															
	período de 60 minutos 60 minutes period	das: from:	das: from:	das: from:	das: from:	das: from:	das: from:	das: from:	das: from:	das: from:	das: from:	das: from:	das: from:	das: from:	das: from:	das: from:
	período de 60 minutos 60 minutes period	às: to:	às: to:	às: to:	às: to:	às: to:	às: to:	às: to:	às: to:	às: to:	às: to:	às: to:	às: to:	às: to:	às: to:	às: to:

Mês Month	Dia / Day	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	Localização Location																
	período de 60 minutos 60 minutes period	das: from:	das: from:	das: from:	das: from:	das: from:	das: from:	das: from:	das: from:	das: from:	das: from:	das: from:	das: from:	das: from:	das: from:	das: from:	das: from:
	período de 60 minutos 60 minutes period	às: to:	às: to:	às: to:	às: to:	às: to:	às: to:	às: to:	às: to:	às: to:	às: to:	às: to:	às: to:	às: to:	às: to:	às: to:	às: to:

Eu, abaixo-assinado, declaro que a informação relativa à localização que presto neste formulário é verdadeira e precisa. Declaro também que tenho conhecimento de que prestar informação incorrecta, incompleta ou falsa, ou não manter actualizada a referida informação em todos os momentos, pode consistir numa falta relativa à localização ou numa violação de norma antidopagem, de acordo com a legislação nacional em vigor.

I, the undersigned, declare that the whereabouts information I have given on this form is true and accurate to the best of my knowledge and belief. I understand that providing inaccurate, insufficient, incomplete, misleading or fraudulent whereabouts information at all times could constitute a whereabouts failure or an anti-doping rule violation under the national legislation in force.

Concordo que a informação contida neste formulário pode ser partilhado com outras organizações antidopagem, para além da ADoP (incluindo a AMA) na condição de ser utilizada apenas para a realização de controlos de dopagem.

I agree that the information contained in this Whereabouts Information Form may be shared with any of the other authorized anti-doping organizations besides ADoP (including WADA) on the condition that it is used for doping control purposes only.

Assinatura do(a) praticante desportivo (obrigatória)
Athlete's Signature (signature is necessary for form to be considered complete)

Data / Date
