

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:

<b>Autoridade Antidopagem de Portugal (ADoP)</b>	Email: <b>slocalizacao@ipdj.pt</b>
Av. <sup>a</sup> Prof. Egas Moniz (Estádio Universitário) 1600-190 Lisboa	Fax: <b>[+351] 21 797 75 29</b>

**Nota: A ausência do envio dentro do prazo estabelecido, ou o envio de informação incorreta, nos termos do disposto no artigo 7.º, da Lei 38/2012, de 28 de agosto, por três vezes por parte do praticante desportivo no espaço de 18 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 18 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 Article 7 of the Law 38/2012, of 28 August.

**A. INFORMAÇÃO SOBRE O PRATICANTE DESPORTIVO / ATHLETE INFORMATION**

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

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

**Local de treino 1 / Regular training place 1**

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

**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
<b>Manhã</b> A.M.							
<b>Tarde</b> P.M.							

**Local de treino 2 / Regular training place 2**

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

**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
<b>Manhã</b> A.M.							
<b>Tarde</b> P.M.							

<b>Nome Próprio</b> First Name		<b>Apelido</b> Last Name		<b>Data</b> Date	
-----------------------------------	--	-----------------------------	--	---------------------	--

**C. INFORMAÇÃO TEMPORÁRIA DE TREINO / TEMPORARY TRAINING INFORMATION**

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

**D. PLANO DE COMPETIÇÃO / COMPETITION PLANNING**

<b>Cidade/País</b> Town/ Country	<b>Datas / Dates</b> de / from a / to	<b>Cidade/País</b> Town/ Country	<b>Datas / Dates</b> de / from a / to
<b>Cidade/País</b> Town/ Country	<b>Datas / Dates</b> de / from a / to	<b>Cidade/País</b> Town/ Country	<b>Datas / Dates</b> de / from a / to
<b>Cidade/País</b> Town/ Country	<b>Datas / Dates</b> de / from a / to	<b>Cidade/País</b> Town/ Country	<b>Datas / Dates</b> de / from a / to
<b>Cidade/País</b> Town/ Country	<b>Datas / Dates</b> de / from a / to	<b>Cidade/País</b> Town/ Country	<b>Datas / Dates</b> de / from a / to
<b>Cidade/País</b> Town/ Country	<b>Datas / Dates</b> de / from a / to	<b>Cidade/País</b> Town/ Country	<b>Datas / Dates</b> de / from a / to

<b>Nome Próprio</b> First Name		<b>Apelido</b> Last Name		<b>Data</b> Date	
-----------------------------------	--	-----------------------------	--	---------------------	--

**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:
		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:
	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:
		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:
	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:
		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:
		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:
	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:
		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:
	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:
		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**