

Den im Folgenden dokumentierten **Dopingplan** hat der frühere Rad-Profi Bernhard Kohl auf Basis persönlicher Aufzeichnungen rekonstruiert. Um Beweismittel zu vernichten, hatte er die Originale 2008 zerstört.

Der Plan zeigt mehrere Phasen:

Im **Wintertrainingslager 2007** ließ sich Kohl nach Epokuren Blut abnehmen.

Im **Frühjahr 2008** nahm Kohl diverse Dopingmittel zur Formsteigerung ein.

Auf dem Höhepunkt der Saison, während der **Tour de France** im Sommer, führte sich Kohl das im Winter abgenommene Blut wieder zu.

Legende:

Vitamin E: Epo, erst Dynepo (Dyn), später Cera (mg C)

Wasser: Wachstumshormone

Kröten: Schilddrüsenhormone

Zucker: Insulin

Black: Testosteron

Milch: Kortison

Str = Streifen, Mengenangabe (Anzahl der Streifen auf der Skala der Spritze)

Öl: Vollblut, "-" bedeutet Abnahme, "+" Rückführung

Human: Humanalbumin

Werte: Hämatokrit-Werte, die laut UCI-Reglement nie über 50 liegen dürfen

B&R: Bauch- und Rückentraining

G1 und **G2:** Kraftausdauertraining

Reg: Regeneration

Datum	Ort	Training Sonstiges	Form	Vitamin E - C	Wasser	Kröten	Zucker	Black	Milch	Öl	Human	Werte
23.11.2007	Klagenfurt	B&R Ski Tour 4Std		2 Dyn								43
24.11.2007	Klagenfurt	B&R Ski Tour 4Std		2 Dyn								
25.11.2007	Klagenfurt	B&R Ski Tour 5Std		2 Dyn								
26.11.2007	Klagenfurt	Ruhetag										
27.11.2007	Klagenfurt	B&R Ski Tour 5Std		2 Dyn								
28.11.2007	Klagenfurt	B&R Ski Tour 6Std		2 Dyn								44
29.11.2007	Klagenfurt	2Strd Rolle								-500		
30.11.2007	Klagenfurt	Ruhetag										38
01.12.2007	Klagenfurt	Ruhetag										
02.12.2007	Klagenfurt	B&R 2 Std Reg. Rolle										
03.12.2007	Klagenfurt	B&R 2 Std Reg. Rolle										40
04.12.2007	Klagenfurt	B&R Ski Tour 4Std		2 Dyn								
05.12.2007	Klagenfurt	B&R Ski Tour 4Std		2 Dyn								41
06.12.2007	Klagenfurt	B&R 2 Std Reg. Rolle		2 Dyn								
07.12.2007	Klagenfurt	Ruhetag										
08.12.2007	Klagenfurt	B&R Ski Tour 4Std		2 Dyn								41
09.12.2007	Klagenfurt	B&R Ski Tour 4Std		2 Dyn								
10.12.2007	Abreise Gran Canaria	Ruhetag										

Datum	Ort	Training Sonstiges	Form	Vitamin E - C	Wasser	Kröten	Zucker	Black	Milch	Öl	Human	Werte
15.05.2008	Klagenfurt	B&R 4Std G1.	.+/-	10 mg C	2	0.5	5Str	0.25				40,2
16.05.2008	Klagenfurt	B&R 5Std G2	.+/-		2		5Str					
17.05.2008	Klagenfurt	B&R 6Std G1	.+		2		5Str					
18.05.2008	Klagenfurt	B&R 2Std Reg.	.-			0.5						
19.05.2008	Klagenfurt	B&R 6Std G1	.+		2		5 Str.	0.25				42,4
20.05.2008	Klagenfurt	B&R 6Std G2	.+		2		5 Str.					
21.05.2008	Klagenfurt	B&R 7Std G2	.+		2	0.5	5 Str.					
22.05.2008	Klagenfurt	B&R 2Std Reg.	.+/-									
23.05.2008	Klagenfurt	B&R 4Std G1.	.+		2		5 Str.	0.25				
24.05.2008	Klagenfurt	B&R 5Std G1.	.+		2	0.5	5 Str.					
25.05.2008	Klagenfurt	B&R 5Std G1.	.+		2		5 Str.					
26.05.2008	Klagenfurt	B&R 2Std Reg.	.+	10 mg C				0.25				

Datum	Ort	Training Sonstiges	Form	Vitamin E - C	Wasser	Kröten	Zucker	Black	Milch	Öl	Human	Werte
29.6.2008	Klagenfurt	4Std G1	.++		2		5 Str.	0.25	10 Str			44,5 14,3 T
30.6.2008	Klagenfurt	Ergo Test 1Std ruhig	.++		2	0.5	5 Str.					42,1 14,0 T
1.7.2008	Klagenfurt	1,5Std Reg.	.++	20 mg C								
2.7.2008	Anreise Tour	1Std Reg	.++									
3.7.2008	Bretagne	3Std G1	.++									
4.7.2008	Bretagne	2Std Reg.	.++									43,2 14,0 T
5.7.2008	Tour d. France	Etappe					3Str.					
6.7.2008	Tour d. France	Etappe					3Str.					
7.7.2008	Tour d. France	Etappe					3Str.					
8.7.2008	Tour d. France	Etappe					3Str.					
9.7.2008	Tour d. France	Etappe					3Str.			+250		42,2
10.7.2008	Tour d. France	Etappe					3Str.					44,5
11.7.2008	Tour d. France	Etappe					3Str.					
12.7.2008	Tour d. France	Etappe					3Str.			+250	70ml	
13.7.2008	Tour d. France	Etappe					3Str.					46,5
14.7.2008	Tour d. France	Etappe					3Str.					45,1
15.7.2008	Tour d. France	Etappe					3Str.					

Datum	Ort	Training Sonstiges	Form	Vitamin E - C	Wasser	Kröten	Zucker	Black	Milch	Öl	Human	Werte
16.7.2008	Tour d. France	Ruhetag										46,9 15,4 T
17.7.2008	Tour d. France	Etappe					3Str.					
18.7.2008	Tour d. France	Etappe					3Str.					
19.7.2008	Tour d. France	Etappe					3Str.			+250	70ml	45,7
20.7.2008	Tour d. France	Etappe					3Str.					
21.7.2008	Tour d. France	Etappe					3Str.					46,2
22.7.2008	Tour d. France	Ruhetag										
23.7.2008	Tour d. France	Etappe					3Str.					
24.7.2008	Tour d. France	Etappe					3Str.					45,8
25.7.2008	Tour d. France	Etappe					3Str.					
26.7.2008	Tour d. France	Etappe					3Str.					
27.7.2008	Tour d. France	Etappe										
28.7.2008	Empfang Gerolsteiner	Ruhe										
29.7.2008	Krit.Diksmiude2	Std										
30.7.2008	Krit.Wels	2Std										
31.7.2008	Krit.Waidhofen2	Std								-500		
1.8.2008	Krit.Wien	2Std										43,4
2.8.2008	Krit.Gmünd	2Std										