

# **Kickboxen Wettkampfregele**

## **§ 1 Schutzausrüstung**

Ein Kickboxkampf darf nur ausgetragen werden, wenn die Kämpfer eine komplette Schutzausrüstung tragen.

Kopf- und Handschutz müssen Richtlinien der WAKO Deutschland e.V. entsprechen und von der WAKO Deutschland e.V. zugelassen sein. Sie müssen den und in der Liste „zugelassene Sicherheit“ aufgelistet sein, und eine WAKO Zulassungsmarke aufweisen. Wenn die Handschuhe vom Veranstalter gestellt werden, müssen die Kämpfer die gleichen Handschuhe tragen. Alle Gegenstände der Schutzausrüstung müssen der EU Norm entsprechen und das CE Zeichen aufweisen. Alle Teile der Schutzausrüstung müssen im wettkampftauglichen Zustand sein. Zur Schutzausrüstung gehören:

### **1.1. Kopfschutz**

Der Kopfschutz ist für alle Kickboxkämpfe in allen Disziplinen außer Musikformen verpflichtend. Er muss aus Schaumgummi, Weichplastik oder Kompaktschaum bestehen und kann mit Leder bzw. Kunstleder bezogen sein. Kopfschützer, die das Gesicht bedecken oder das Sichtfeld im Kampf einschränken sind nicht erlaubt.

Der Kopfschutz muss Stirn, Oberkopf, Schläfe, das Kiefergelenk, Ohren und Hinterkopf bedecken. Er darf das Gehör nicht einschränken. Die Fixierung darf nicht aus Metall oder Plastik sein. Ein Klettverschluss unter dem Kinn und am Hinterkopf ist erlaubt. Kopfschutz mit Jochbeinschutz ist erlaubt.

### **1.2. Wettkampfhandschuhe**

Es gibt 2 Arten von Handschuhen:

- Handschuhe für Point Fighting
  - Handschuhe für Leichtkontakt/ Kick-Light und Ringsportarten
- In jeder Disziplin sind Handschuhe verpflichtend.

#### **1.2.1. Handschuhe für Point Fighting**

Im Point Fighting sind Handschuhe mit offener Handfläche und Vollbedeckung der ersten Hälfte der Finger und des Daumens verpflichtend. Die Handschuhe ermöglichen das Öffnen und Schließen der Hand.

Die Handschuhe müssen:

- die Schlagfläche auf Vorder- und Oberseite der Faust bedecken
- ein Minimum von 5 cm über das Handgelenk reichen
- aus weichem und kompaktem synthetischen Schaumgummi mit echtem oder Kunstleder bezogen sein

-durch Klettverschluss über dem Handgelenk fixiert werden  
Metall- oder Plastikverschlüsse oder Schnürsenkel sind nicht erlaubt.  
Tape ist nicht erlaubt, außer auf Baumwolle basierendes zum Fixieren  
am Handgelenk. Das Gewicht beträgt 8 oz (226 Gramm)

### **1.2.2.Handschuhe für Leichtkontakt/ Kick-Light und Ringsportarten**

Die Handschuhe im Leichtkontakt, Kick Light sowie für die Ringsportarten die auf offiziellen WAKO Turnieren verwendet werden, müssen von der WAKO zugelassen sein und werden vom Kampfrichter überprüft. Das Gewicht beträgt 10 oz (283 Gramm) und muss am Handschuh deutlich erkennbar sein. Sie müssen in gutem Zustand ohne Risse sein. Sie werden mit Klettverschluss am Handgelenk geschlossen. Handschuhe mit Schnürsenkeln sind nicht erlaubt.

Die Handschuhe bestehen aus einem speziellen Schaumgummi-synthetisches, kompaktes und weiches Material-, der mit echtem oder Kunstleder überzogen ist. Die Handschuhe müssen dem Kämpfer ermöglichen die Faust zu ballen und den Daumen in Kontakt zu den anderen Fingern zu bringen. Die Handschuhe bedecken die Faust komplett mit verschiedenen Teilen für Finger und Daumen. Der Daumen ist mit einem schmalen, starken Band am Rest des Handschuhs fixiert. Dieses Band hält den Daumen an der Faust und verhindert so eine Eigenverletzung oder Verletzung des Gegners während eines Schlags durch Abtrennung. Der innenliegende Schaumgummi bedeckt die Vorder- und Oberseite der Faust, die Seite der Handfläche und die Vorder- und Oberseite des Daumens.

Der innere Teil des Handschuhs bedeckt die Unterseite der Finger und die Handinnenfläche mit Leder und reicht mind. 5 cm über das Handgelenk. Die Handschuhe werden mit Klettverschluss fixiert. Die Benutzung von Baumwolltape ist erlaubt (Plastik oder anderes Tape ist verboten). Handschuhe mit Bändern oder Knöpfen sind nicht erlaubt.

### **1.3. Fußschutz (nicht für Low Kick und K1)**

Der Fußschutz besteht aus einem speziellen synthetischen Schaumgummi, ein kompaktes, weiches Material, das mit echtem oder Kunstleder überzogen ist. Er bedeckt die Fußoberseite, den Innen- und Außenknöchel und die Ferse. Er besteht aus einem Stück, die Fußsohle aussparend. Er muss lang genug sein um den kompletten Fuß samt Zehen zu bedecken. Der vordere Teil wird durch Gummis an den Zehen befestigt, der Schutz an sich mit elastischen Klettbindern am Fußende- über der Ferse.

#### **1.4. Schienbeinschutz**

Ein Schienbeinschutz muss getragen werden. Er darf keine harten Einlagen aufweisen. Er muss das Schienbein großflächig bedecken und von handelsüblicher Qualität sein.

Für Low Kick und K1 Kämpfer ist ein Schienbeinschutz mit Spannschutz verpflichtend. Der Schienbeinspannschutz besteht aus einem Strumpffartigen Schützer, der sowohl den Spann als auch das Schienbein bis unter das Knie bedeckt. Der Strumpf kann aus beliebigem Material sein, ist aber mit einem Schaumstoffpolster an Spann und Schienbein ausgestattet. Der Schienbeinschutz darf nicht verrutschen

#### **1.5. Zahnschutz**

Ein Zahnschutz ist ebenfalls Pflicht. Er muss von handelsüblicher Qualität sein. Sportler, die für die Unterkieferzähne eine Zahnspange tragen, müssen einen doppelten Zahnschutz, der ebenfalls die Unterkieferzähne schützt, tragen.

#### **1.6. Tiefschutz**

Der Tiefschutz ist für alle männlichen und weiblichen Teilnehmer verpflichtend. Er besteht aus Hartplastik und bedeckt vollständig die Genitalien. Er kann zusätzlich den Unterbauch bedecken und muss unter der Hose getragen werden.

#### **1.7. Brustschutz**

Der Brustschutz ist für alle weiblichen Teilnehmer verpflichtend. Voraussetzung für das Tragen des Brustschutzes ist, dass eine Brust sichtbar vorhanden ist. Er besteht aus Hartplastik und kann mit Baumwolle überzogen sein. Der Brustschutz kann aus einem Teil, der die ganze Brust bedeckt, oder aus 2 Teilen, die in den BH eingesteckt werden, bestehen.

#### **1.8 Handbandagen**

Bandagen werden zum Bandagieren der Faust genutzt um Verletzungen zu vermeiden. Sie sind außer im Point Fighting in allen Disziplinen Pflicht. Sie sind 250cm lange und 5cm breite Baumwollstreifen ohne scharfe Kanten. Die Bandagen werden mit einem selbstklebenden Tape auf Baumwollbasis am Handgelenk fixiert (max. Länge: 15cm, max. Breite: 2cm)

#### **1.9. Ellbogenschutz**

Der Ellbogenschutz besteht aus weichem Schaumgummimaterial. Er bedeckt jeweils den halben Unter- und Oberarm mit einem abriebfesten Schutzmaterial. Er ist optional im Point Fighting und Leichtkontakt.

Die Sicherheitsausrüstung ist vor jedem Kampf von den Kampfrichtern zu überprüfen.

Fehlt ein Bestandteil der Schutzausrüstung, ist ein Kämpfer auf Bundesturnieren zu disqualifizieren. Bei Landesturnieren hat der Kämpfer eine Minute Zeit die Ausrüstung zu komplettieren. Bleibt die Ausrüstung danach unvollständig, ist der Kämpfer vom Turnier auszuschließen. Die gleiche Vorgehensweise ist bei nicht geschnittenen Fußnägeln anzuwenden.

## **§ 2 Kampfkleidung**

### **-Point Fighting:**

Bei Herren und Damen: T-Shirt bzw. Trikot und lange Kickboxhose. Ein Gürtel kann getragen werden.

### **-Leichtkontakt:**

Bei den Herren und Damen T-Shirt bzw. Trikot und lange Kickboxhose. Es darf kein Gürtel getragen werden.

### **-Kick-Light:**

Bei Herren und Damen: Kickbox-Shorts und T-Shirts müssen getragen werden. Es darf kein Gürtel getragen werden.

### **Vollkontakt**

Bei den Herren: -freier Oberkörper und lange Hose

Bei den Damen: -Sport top und lange Hose

### **Low Kick**

Bei den Herren: -freier Oberkörper und Shorts

Bei den Damen: -Sport top und Shorts

### **K1 Style**

Bei den Herren: -freier Oberkörper und Shorts

Bei den Damen: -Sport top und Shorts

Budogürtel sind bei den Ringsportarten nicht erlaubt.

Kämpfer dürfen nichts tragen, was Verletzungen verursachen könnte; wie z.B. Ringe, Ketten, Uhren, Ohrringe, Piercings etc.

### **Sonderregelung**

Um religiöse Überzeugungen zu respektieren ist es weiblichen muslimischen Kämpferinnen erlaubt bei der Teilnahme an WAKO Veranstaltungen spezielle Kleidung zu tragen.

Alle Teilnehmer auf WAKO Wettkämpfen müssen die Regeln befolgen wie in Tatamisport und Ringsport beschrieben.