

NORGES BOKSEFORBUNDS

REGLEMENT FOR

DIPLOMBOKSING

Revidert gjeldende fra 01.01.19



**NORGES
BOKSEFORBUND**

1	INNLEDNING.....	3
1.1	BEGREPER.....	4
2	KONKURRANSEBESTEMMELSER.....	5
2.1	STARTBOK.....	5
2.2	VEKTKLASSER.....	5
2.3	ALDERSKLASSER.....	5
2.4	DOMMERE.....	6
2.5	LEGE.....	6
3	UTRUSTING.....	6
3.1	RINGEN.....	6
3.2	UTØVERNES KAMPUTSTYR.....	6
4	DOMMERAVGJØRELSER.....	7
4.1	POENGGIVNING.....	7
4.2	SEIER ELLER UAVGJORT.....	11
4.3	OPPGIVELSE.....	11
4.4	ADVARSEL.....	11
4.5	DISKVALIFISERING.....	11

1 INNLEDNING

Diplomboksing er en form hvor bokserne konkurrerer i en oppvisning av teknisk forståelse.

Dette dokumentet viser gjeldende regler og konkurransebestemmelser for norsk diplomboksing. Dokumentet er utarbeidet av Norges Bokseforbunds Diplombokingskomite. Denne komiteen ble opprettet av det nye styret etter NBFs ting 2010, hvor klubbene ytret et sterkt ønske om å videreutvikle diplomboksingen i Norge. Dokumentet er deretter gjennomgått og godkjent av Dommerkomiteen og Norges Bokseforbund.

Målet med diplomboksing er på en trygg måte å forberede de yngste bokserne til ordinærboksing med tanke på å få godt skolerte bokserne, som med tiden skal kunne utvikles til internasjonalt gode bokserne. Formålet med boksingen er å vise sin tekniske dyktighet og å få karakter ut fra dette. Dette innebærer at barn som begynner å trene boksing i tidlig alder, ikke trenger å vente helt til året de fyller 15 år før de kan få prøve seg i ringen. Dette vil igjen skape bredde i boksesporten, og gi en god plattform for bokserne som debutterer i ordinærkamper. Når en bokser oppnår høy nok poengskår for 5. gang skal Diplomet utdeles.

Diplomboksing er en konkurranseform hvor man bedømmer utøverne etter teknisk utførelse, og hvor antall treffere ikke teller. Dette er en annen form for boksing som er godt tilpasset barn og ungdom som er for unge til å delta i ordinær boksing. Det er kamplederens plikt og ansvar å se til at dette etterfølges, og det er sekundantenes ansvar å hjelpe kampleder med å utføre sin plikt.

Ved mindre arrangementer eller der det er få påmeldte, kan jury sette sammen kamper med større vekt -, alders- og erfaringsforskjell enn anbefalt.

En bokser skal aldri vinne en diplomkamp med hjelp av overdrevet hard boksing eller andre brudd på reglene. Diplomboksing er en konkurranseform i teknikk, hvor bokserne først og fremst konkurrerer med seg selv om å få best mulig stilkarakter. I alle konkurranser skal vinner utropes ved dommerstemmene 3-0/2-1, og man skal notere egen bokseres poeng i startboken.

I Micro-Diplomboksing, fra det året man fyller 8 år t.o.m. det året man fyller 10 år, skal det ikke utropes vinner. Her skal man kun notere egen bokseres poeng i startboken.

Stevnearrangør skal ha poengkriteriene fra reglementet liggende på alle tre dommerbord under stevne, samt hos jury.

Barneidrett er idrettsaktivitet for barn til og med det året de fyller 12 år. Idrettens barnerettigheter gjelder for alle barn, uten forskjellsbehandling og uten hensyn til barnet og dets foreldres kjønn, etniske bakgrunn, livssyn, seksuelle orientering, vekt/fysiske utvikling og funksjonshemming.

1.1 BEGREPER

I dette avsnittet defineres og synliggjøres regler og begreper i diplomboksing.

Mindre stevner

Et mindre stevne kan være et lokalt diplomstevne, et delstevne i en diplomserie, eller hvor man velger å dele opp et nasjonalt stevne med diplomkamper i tillegg. Her er det mulighet for Micro-Diplomboksing. I denne klassen skal det ikke utropes vinner, men kun notere poengsum den enkelte bokser har oppnådd i dens egen bok. For utøvere fra det året man fyller 11 år og ut året man er 14 år skal man utrope vinner med dommerstemmene 3-0/2-1.

Større stevne

Et større stevne er en turnering eller Landsmesterskapet. Her kan det være et stort antall bokser, og inndelingene skal skje i forhold til vekt- og aldersklasser. Det utropes vinnere i hver kamp for å kunne kåre klassevinnere gjennom utslagsmetoden, hvor vinneren av hver kamp avanserer. Utøvere kan delta fra det året man fyller 11 år og ut året man fyller 14 år. Her skal vinner kåres med dommerstemmene 3-0/2-1. Under turneringer kan det bokses Micro-Diplom. I denne klassen skal det ikke utropes vinner. Micro-Diplomboksing kan ikke utføres på Landsmesterskapet.

Hard boksing

Hard boksing er der hvor en eller begge bokser tilsiktet satser med for harde slag for å få et overtak på sin motstander. Det er kampleder som har hovedansvaret for at boksingen ikke blir overdreven hard. Det er også sekundanters og øvrige ledes plikt og ansvar med å støtte kamplederen i dette. Kampleder og poengdommere skal likevel være oppmerksom på de tilfeller hvor en bokser slår lette slag og motstanderen løper inn i slaget uten guard, og hodet eller kropp får et rykk tilbake. I disse tilfeller skal det ikke regnes som hard boksing.

Usportslig opptreden

Usportslig opptreden er for eksempel der hvor en bokser prøver å skremme sin motstander, eller ikke har respekt for sin motstander, eller vegrer å følge kampleders tilsnakk og formaninger.

Diplomet

For å oppnå Diplomet må utøveren ha en god teknisk ferdighet og god bokseforståelse. For å oppnå Diplomet må bokseren bokse 5 godkjente diplomkamper med minimum 33 poeng. Det er klubbens ansvar og påse at Diplomet deles ut til egen bokser. Når 5. kamp med min. 33 poeng er oppnådd sender klubben inn til forbundet for å få Diplomet tilsendt, slik at dette kan bli delt ut ved en anledning i klubben.

2 KONKURRANSEBESTEMMELSER

Diplomboksing er en form for boksing med regler som i hovedsak er tilpasset barn og ungdom som er for unge til å gjennomføre tradisjonell boksing. Bestemmelsene er utarbeidet for å gi disse mulighet til å utøve sporten under særskilte regler. Norges Bokseforbunds øvrige regler gjelder i de tilfeller hvor ingenting annet i dette dokumentet er angitt, under forutsetning av at det er relevant for diplomboksing.

2.1 STARTBOK

Utøvere som har gyldig startbok for diplomboksing, og er medlem av en bokseklubb som er tilsluttet Norges Bokseforbund, kan bokse diplomkamper. Legeattest ved førstegangs utstedelse er gyldig i hele perioden utøver er microdiplom bokser. Legeattest ved førstegangsutstedelse er gyldig hele perioden utøver er diplombokser. Diplomstartbøker kan bestilles av den enkelte klubb og fylles ut før første stevne, og sendes til NBF for førstegangsregistrering. Startbok-lisensen dekker forsikring. Startbok-lisensens avgift bestemmes av NBFs til enhver tid gjeldende satser. Ansvarlig stevnearrangør fyller resultater inn i startboka. Ved dommeravgjørelser skal det noteres i parentes bokholders diplompoeng i gjeldende kamp. Dette for å holde regnskap til Diplomet.

2.2 VEKTKLASSER

Vektklasser for diplomboksing er som følger: 44-46, 48, 50, 52, 54, 57, 60, 63, 66, 70, 75, 80 og +80 kg. Under 44 kg deles klassene opp med intervaller på 2 kg.

2.3 ALDERSKLASSER

MINDRE STEVNER:

På mindre stevner tillates det å bokse Micro-Diplom fra det året man fyller 8 år til ut året man er 10 år. Her skal man etter beste evne dele inn kamper etter alder og vekt. Det understrekes at det her ikke er tillatt med seieravgjørelse. Her bokses det 3x1min med 1 min pause mellom rundene.

Fra det året man fyller 11 år t.o.m det året man fyller 14 år gjelder kampinndelingene som i tabell 2. Det er her valgfritt for arrangør om det skal være seier på poengsum eller dommerstemmer.

STØRRE STEVNER

Fra det året man fyller 11 år og t.o.m det året man fyller 14 år gjelder kampinndelingene som i tabell 2. Her skal det skal utropes vinner.

Tabell 2

Klasse	Nedre grense	Øvre grense	Kamptid	Pause
A	Fra og med det året man fyller 13 år	Til og med det året man fyller 14 år	3 x 1,5 min.	1 min.
B	Fra og med det året man fyller 11 år	Til og med det året man fyller 12 år	3 x 1.5 min.	1 min.

2.4 DOMMERE

Det skal kun benyttes autoriserte kampledere i diplomboksing. Det skal være 3 autoriserte poengdommere, eller dommere med godkjent diplomdommerkurs.

2.5 LEGE

Det er ikke krav til at lege skal være til stede.

3 UTRUSTING

3.1 RINGEN

Intensjonen er at det skal være mulig å arrangere mindre diplombokingsstevner på treningslokalet. Ringen skal minimum ha 1 tau, og minimum størrelse er 4,5 x 4,5. Ringen skal være utrustet med beholdere i hvert ringhjørne til å skylle munn og tannbeskyttere i. Det skal også være krakk i hvert hjørne til bokserne i pausen, og det skal ved ringhjørnene være stoler til sekundanter som de skal sitte på under runden. Det skal være poser eller beholdere i nøytralt hjørne til avfall. Ved større stevner skal det benyttes ring som er lik de som brukes til ordinærboksing, mål minimum 4,9m til maks 6,1m.

3.2 UTØVERNES KAMPUTSTYR

Det skal benyttes godkjente kamphansker (10 oz) som stevnearrangør er pliktig til å holde. Det skal også benyttes bandasje, tannbeskytter, suspensorium og hodebeskytter. Påklledning bør tilstrebes å følge reglementet for ordinærboksere. Shorts skal brukes. På mindre lokale stevner hvor det er vanskelig å skaffe til veie godkjent kamputstyr, kan boksere bruke eget utstyr. Hanskene skal da være 10 oz og av god kvalitet.

4 DOMMERAVGØRELSER

En diplomboksingskamp skal avgjøres på diplompoeng og har ingenting med hvem som dominerer kampen, eller hvem som slår mest eller presser mest. På alle stevner skal det være avgjørelser på dommerstemmene 3-0/2-1. Andre avgjørelser som kan forekomme i en diplomkamp er oppgivelse og diskvalifisering. I de tilfeller hvor kampleder stopper kampen før tiden, for eksempel pga sterkt neseblod eller andre skader skal poengdommerne gi poeng til og med i den runden kampen ble stoppet i.

Det dømmes i 3 kategorier: 1. Rene støt, 2. Fotarbeid/ Balanse, 3. Parader/ Gardering/ Unnvikelse. Poengskalaen er: 1 poeng, 2 poeng, 3 poeng, 4 poeng, 5 poeng. Ved oppnådd 33 poeng for femte gang i godkjent diplomkamp utstedes et Diplom. Dette kan bestilles av klubb hos Forbundskontoret.

Ved Diplomboksing er ikke hensikten å dominere kampen, men å vise hele sitt tekniske spekter for å få høyest mulig poengsum. Det er da viktig å bokse ut i fra hva dommerne ser etter for å sette poeng. En diplombokser må gjennom hele kampen vise riktige utførte støt, parader/ unnvikelse og godt fotarbeid. I tilfeller hvor bokseren satser for hardt på støt vil denne høyest få 1 poeng for denne kategorien, selv om kampleder ikke har gitt advarsel for dette. I de tilfeller hvor kampleder gir advarsel for hard boksing, må poengdommer som dømmes støt i gjeldende runde kun gi 1 poeng i tillegg til advarsel. Antall W skal trekkes av på totalsummen til den enkelte bokser. Det kan aldri gis mindre enn 1 poeng i noen av kategoriene.

4.1 POENGGIVNING

I dette avsnittet beskrives hva dommeren skal se etter for å gi poeng etter poengskalaen 1 - 5. For å oppnå poengsummen må bokseren innfri alle kriteriene. Det kan gis halvpoeng i de tilfeller dommer mener bokseren kommer midt imellom to poengskalaer (for eksempel litt bedre enn 1, men ikke god nok til 2). Dersom dommerens sluttsum på skjemaet kommer likt ut, skal det markeres en T for den bokser som er best teknisk helhetlig. Man kan ikke gi T til den bokser som har flest W.

RENE STØT

Det er 6 grunnslag i boksing. Rette venstre og høyre, venstre og høyre uppercut og venstre og høyre hook. Ren skyggeboksing telles ikke.

1; Rett venstre og rett høyre. Et korrekt rett slag skal treffe motstanderen med knyttet hanske der knokepartiet skal treffe motstanderens treffpunkt på hode og kropp. Armen skal strekkes helt ut der skulder skal ligge bak slaget.

2; Venstre uppercut og høyre uppercut. En korrekt utført uppercut skal treffe med knyttet hanske der knokepartiet skal treffe motstanderens treffpunkt på hode og kropp. Slaget kommer nedenfra og opp og brukes ved kort distanse til motstanderen.

3; Venstre hook og høyre hook. En korrekt utført hook skal treffe med knyttet hanske der knokepartiet skal treffe motstanderens treffpunkt på hode og kropp. Slaget skal utføres i tilnærmet 90° mellom underarm og overarm. En hook brukes ved kort distanse til motstanderen.

1 poeng

- Bokseren bruker kun ett av de seks grunnslagene. F. eks. rett venstre eller høyre uppercut.
- Bokserer som slår hardt skal aldri ha mer enn 1 poeng under denne kategorien.

2 poeng

- Bokseren bruker kun rette slag, bare hooks, eller bare uppercuts.

3 poeng

- Bokseren bruker rette slag, rette venstre og rette høyre.
- I tillegg bruker bokseren minimum to av de andre grunnslagene hooks eller uppercuts.
- I tillegg kan bokseren slå flere serier med minimum tre varierte slag.

4 poeng

- Bokseren bruker 5 av grunnslagene.
- I tillegg kan bokseren slå flere serier med minimum tre varierte slag.
- Slagene skal utføres hurtig.

5 poeng

- Bokseren bruker alle seks grunnslagene.
- I tillegg kan bokseren slå flere serier med minimum fem varierte slag.
- Slagene skal utføres hurtig.

FOTARBEID OG BALANSE

Grunnstilling i boksing er at venstre fot er den forreste fot og høyre fot er den bakerste fot. Tærne skal være i en slik retning at dersom en trekker en strek fra hver fot vil strekene krysse hverandre foran bokseren. For southpaw bokserer vil det være motsatt. Forreste fot er på samme side som styringsarmen. Det skal være lett bøyde knær og bokseren skal ha god balanse der tyngdepunktet ligger midt under livet til bokseren (tåballene).

1 poeng

- Bokseren er ustø i bevegelsene.
- Bokseren går i stedet for å bevege seg i boksestilling.

2 poeng

- Bokseren beveger seg kun fremover, eller bare bakover.
- Bokseren kommer ut av balanse ved utførelse av slag.

3 poeng

- Både bakre fot og fremre fot peker i retning fremover, og bokseren viser god balanse.
- Begge føttene har kontakt med gulvet ved slagveksling. Bakre fot trenger bare å ha gulvkontakt med tåballen.
- Bokseren forflytter seg både fremover og bakover.

4 poeng

- Både bakre fot og fremre fot peker i retning fremover, og bokseren viser god balanse.
- Begge føttene har kontakt med gulvet ved slagveksling. Bakre fot trenger bare å ha gulvkontakt med tåballen.
- Bokseren viser god balanse både ved forflytting uten å slå, og ved slagveksling.
- Bokseren forflytter seg både fremover, bakover og til sidene.

5 poeng

- Både bakre fot og fremre fot peker i retning fremover, og bokseren viser god balanse. Begge føttene har kontakt med gulvet ved slagveksling. Bakre fot trenger bare å ha gulvkontakt med tåballen.
- Bokseren viser god balanse både ved forflytting uten å slå, og ved slagveksling.
- Bokseren forflytter seg både fremover, bakover og til sidene.
- Bokseren kan bevege seg både i passgang og i diagonalgang.

PARADER/ GARDERING/UNNVIKELSER

En riktig guard i boksing er at føringsarm ligger i linje fra øynene og den bakre arm skal dekke kinnbein og hake. Albuene skal kunne parere kroppsslag. Hode og overkropp skal være lett bøyd ned fremover, og kroppen skal være vridd noe på skrå i forhold til motstanderen.

1 poeng

- Bokseren er lite bevegelig slik at hun/han tar imot alle slag.
- Bokseren har en veldig åpen guard.

2 poeng

- Bokseren bruker ikke garden aktivt for å parere bort slagene.
- Bokseren er lite bevegelig i overkroppen.

3 poeng

- Bokseren bruker garden til å parere bort slagene som kommer.
- Bokseren er bevegelig i overkroppen og bruker overkroppen aktivt til å unnvike slag.

4 poeng

- Bokseren bruker garden til å parere bort slagene som kommer.
- Bokseren er bevegelig i overkroppen og bruker overkroppen aktivt til å unnvike slag.
- Bokseren ruller/dukker under slagene som kommer.
- Bokseren bruker føttene til å ta steg bakover og til sidene i tillegg til aktiv bruk av overkroppen for å unnvike slag.

5 poeng

- Bokseren bruker garden til å parere bort slagene som kommer.
- Bokseren er bevegelig i overkroppen og bruker overkroppen aktivt til å unnvike slag.
- Bokseren ruller/dukker under slagene som kommer.
- Bokseren bruker føttene til å ta steg bakover og til sidene i tillegg til aktiv bruk av overkroppen for å unnvike slag.
- Bokseren tar steg tilbake eller til sidene for å unnvike et eller en serie av slag og kontrer direkte etter unnvikelse.

4.2 SEIER

Den bokser med flest dommerstemmer 3-0/2-1 skal utropes som vinner.

4.3 OPPGIVELSE

I de tilfeller hvor en bokser gir opp kampen skal den andre bokseren utropes som vinner.

4.4 ADVARSEL

Diplomboksing skal ikke være hard. Satser en bokser for hardt skal den tildeles Advarsel (W) etter tredje gangs tilsnakk (C) og trekkes 1 poeng i runden av alle dommerne. Ved andre gangs advarsel (W) stoppes kampen – DISKVALIFIKASJON. Hvis begge boksere går for hardt kan begge diskvalifiseres. Ved harde slag som tilsier telling skal det gis direkte advarsel. Ved andre regelbrudd skal det også trekkes 1 poeng ved hver (W), og kampen stoppes etter 3. advarsel. Poengdommer kan ikke selv gi advarsel (J) eller underkjenne kampladers advarsel (X). Advarsel skal gis når kampleder har gitt tilsnakk for 3. gang. Kampleder kan ved grove regelbrudd når som helst stoppe kampen.

4.5 DISKVALIFISERING

I diplomboksing der den ene bokseren diskvalifiseres vinner den andre bokseren og beholder sine poeng frem til og med den runden dette inntreffer. Boksere som diskvalifiseres får ikke poeng.