

Die Entstehung des Kickboxen



Verband a.s.

künste e.V.

von: Christian Marcus Thom

Entstehung und Geschichte

Kickboxen entstand nach dem 2. Weltkrieg, in Amerika (USA), aus verschiedenen asiatischen Kampfsport- und Kampfkunstarten. Amerikanische Soldaten, die in Asien in besetzten Ländern wie z.B. Südkorea, Japan, Okinawa usw. stationiert waren, erlernten Kampfsportarten und brachten sie mit in ihre Heimat. Auch Auswanderer aus Asien, die nach Amerika kamen, trugen zur Verbreitung von Kampfsportarten bei.

Ein paar, und gleichzeitig die am massivst vertretenen Kampfsportarten, aus denen das Kickboxen entstanden ist, ist das Karate, Tae Kwon Do, Boxen und Kung-Fu. Diese sind auch heute nach einer langen Entwicklung dieses Kampfsportes vertreten und bemerkbar.

Karate: Der „Geburtsort“ von Karate ist eine Insel namens Okinawa. Okinawa liegt zwischen China und Japan und war deswegen ein strategisch wichtiger Punkt. So kam es, dass Okinawa einmal unter chinesischen, einmal unter japanischen Einflüssen stand. Das Ergebnis sind Kampfsportarten bestehend aus Selbstverteidigung und Erfahrung der japanischen Samurai und des chinesischen Boxens. Die Insel stand sehr lange unter japanischem Regiment. Waffen waren nicht erlaubt. Die Bewohner wollten sich aber trotzdem gegen Übergriffe der jeweiligen Besatzer schützen. So entstanden diese Kampfsportarten und eine davon war das Karate.

Im Gegensatz zu den meisten Meistern aus Asien wollte man den Sport aber nicht nur zur Stärkung von Körper und vor allem dem Geiste ausüben, sondern wollte sich darin auch messen, um zu sehen wer der Bessere ist.

Kickboxen wurde früher noch All - Style - Karate genannt. Diesen Namen bekam es damals (1969) von Georg F. Brückner, welcher so fasziniert von den vielen Kampfsportarten war, die sich untereinander auf Turnieren von bis zu 1000 Teilnehmern maßen, dass er es auf der ganzen Welt verbreiten wollte.

Bruce Lee organisierte mit Hilfe seines Freundes (Jhon Rhee) offene Turniere. Da es früher noch keine Ausrüstung (Schützer) gab, kam es oft zu schweren Verletzungen. Daher entwickelte Jhon Rhee eine Schutzausrüstung. Auf diesen Turnieren wurde der so genannte Pointfight ausgeübt (Bedeutung Pointfight siehe S.3).

Irgendwann wollte man aber wissen, was für eine Wirkung es hat, wenn man seine Techniken mit Kraft und ganz ausführt. So fand am 17. Januar 1970 der erste Vollkontakt-Kampf (Bedeutung Vollkontakt siehe S.4) in Long Beach (Kalifornien) statt, den Joe Lewis durch K.O. über seinen Gegner (Greg Baines) für sich entscheiden konnte.

Die Gegenwart

Kickboxen besteht heute aber nicht nur aus Kämpfen, sondern z.B. auch aus Selbstverteidigung. Der Sport besteht aus sauber ausgeführten Kicks und Schlägen. Im Gegensatz zu einem sehr ähnlichen Sport, dem Muay Thai (Thaiboxen), muss auf Techniken, die mit den Ellbogen und den Knien ausgeführt werden, verzichtet werden. In manchen Kickboxschulen hat sich aber auch das Werfen des Gegners eingebürgert. Trefferflächen sind der Kopf und der vordere Oberkörper (Bauch eingeschlossen). In manchen Schulen ist der so genannte Low-Kick (Trefferfläche: Oberschenkel) mit eingeschlossen. Überall gleich verboten sind Treffer in den Unterleib und auf den Rücken.

Heute wird Kickboxen in Semikontakt (Pointfighting), Leichtkontakt und Vollkontakt ausgeübt.

Semikontakt (Pointfight): Im Pointfight wird nach jedem Treffer der Kampf unterbrochen und über die Vergabe des Punktes gerichtet. Hierbei gibt es vier Punktrichter und einen Hauptkampfrichter. Erst wenn die Mehrheit den/die Punkt(e) anzeigt wird er vergeben. Beim Semikontakt wird auf Schnelligkeit und Sauberkeit der Technik geachtet. Die Technik darf nicht mit Kraft durchgezogen werden und die Faust/der Fuß darf nicht stehen gelassen werden, sondern zur Ausübung gehört das Zurückziehen der Faust/der Fußes.

Leichtkontakt: Der Unterschied zwischen Leichtkontakt und Pointfight ist, dass im Leichtkontakt, ohne Unterbrechung des Kampfes zur Punktevergabe, durchgekämpft wird. Auch hier gibt es im Normalfall einen Hauptkampfrichter und vier Punktrichter. Während des Kampfes zählen die Punktrichter die gesehenen Treffer und werten sie am Ende aus. Dann wird das Ergebnis verglichen und wer am meisten Stimmen hat, hat den Kampf für sich entschieden. Hier wird, wie beim Pointfight, sehr auf die Ausführung der Technik geachtet. Wie z.B. Kraft/Härte der Technik, Sauberkeit der Technik, Faust/Fuß nicht stehen lassen usw.

Verband asiatischer Kampfkünste e.V.
Ausarbeitung zur DAN Prüfung von Marcus Thom

Vollkontakt: Beim Vollkontakt wird wie beim Leichtkontakt durchgekämpft. Hierbei ist es aber erlaubt, die Techniken mit voller Kraft auszuführen, wobei sie aber trotzdem noch sauber ausgeführt sein müssen. Auch hier gibt es einen Hauptkampfrichter und vier Punktrichter. Das Ziel ist es, den Gegner durch Knockout (K.O.) zu besiegen. Ist dies nach Ablauf der Zeit keinem der beiden Kämpfer gelungen, wird wie beim Leichtkontakt durch die mitgezählten Punkte entschieden, wer den Kampf gewonnen hat.

Bei der Punktevergabe können in jedem Verband Abweichungen vorkommen, aber in der Regel gilt:

Treffer mit der Faust zum Kopf: 1Punkt

Treffer mit der Faust zum Körper: 1Punkt

Treffer mit dem Fuß zum Körper: 1Punkt

Treffer mit dem Fuß zum Kopf: 2Punkte (wird diese Technik gesprungen ausgeführt gibt es hierfür 3Punkte)

Es gibt aber auch Punktabzüge. Dies geschieht bei mehrmaligen Regelverstößen wie z.B. unsportliches Verhalten, Tiefschläge, Techniken zum Rücken usw. Wenn die Regelverstöße sehr schwer sind, kann der Kampfrichter - auch ohne den Kämpfer zweimal zu ermahnen - Punkteabzüge vergeben.



Schutzausrüstung

Die Schutzausrüstung ist sehr wichtig für einen Kämpfer. Sie schützt nicht nur ihn vor Verletzungen, sondern auch seinen Gegner. Zu den zu tragenden Schützern zählen in der Regel der Kopfschutz, der Mundschutz, die Faustschützer (Handschuhe), Tiefschutz, Schienbeinschützer, Fußschützer. Bei den weiblichen Kämpferinnen ist meistens auch ein Brustschutz vorgeschrieben.

Kopfschutz: Beim Kopfschutz ist die richtige Größe und der richtige Sitz sehr wichtig, weil er ein sehr wichtiges Teil des Körpers schützt. Manche Verbände erlauben auch keinen Kopfschutz mit integriertem Jochbeinschutz, weil dieser das Brechen des Jochbeines fördert.

Mundschutz: Der Mundschutz ist für den Schutz der Zähne bei einem Schlag auf den Mund. Hierbei ist auch eine genaue Anpassung sehr wichtig, damit der Schutz volle Wirkung zeigt.

Verband asiatischer Kampfkünste e.V.
Ausarbeitung zur DAN Prüfung von Marcus Thom

Schienbeinschützer: Die Schienbeinschützer sollen das Gewebe der Schienbeine vor Verletzungen schützen/schonen. Deswegen werden sie auch gerne Schienbeinschoner genannt.

Fußschützer: Die Fußschützer sollen nicht nur die eigenen Knochen und Gelenke, sondern auch den Gegner vor schweren Verletzungen durch das harte Gewebe der Füße schützen.

Faustschützer: Die Faustschützer haben eine vorgeschriebene Härte (100Z). Diese ist wichtig, weil sie das perfekte Mittelmaß von hart und weich ist. Wenn ein Kämpfer K.O. geht, bewusstlos wird, ist dies ein Schutzmechanismus des Körpers vor schweren und manchmal auch bleibenden Schäden. Ist der Faustschützer zu weich, steckt der Körper mehr Treffer ein bevor er, wenn überhaupt, K.O. geht. Dies kann sehr gefährlich sein. Ist der Faustschützer zu hart, können sehr schnell sehr schwere Verletzungen entstehen. Manche Kämpfer haben schon versucht, sich durch das Einarbeiten von Metall oder Ähnlichem in den Handschuh einen Vorteil zu verschaffen. Manche haben auch einen Gegenstand im Handschuh versteckt und schließen die Faust darum. Sie nehmen dabei auch in Kauf, dass ihre eigene Hand bricht. Dieses Verhalten ist strengstens untersagt, und wer dies trotzdem tut, muss mit schweren Folgen (auch strafrechtlich) rechnen.

Allgemeines

Manche vergessen manchmal, dass Kickboxen ein Sport ist und im Alltag nur zur Selbstverteidigung angewendet werden darf. Dies ist sogar durch den Notwehrparagrafen rechtlich festgelegt. Die Notwehr ist in vier wichtige Wörter eingeteilt. Diese sind: Angriff, gegenwärtig, rechtswidrig und Verteidigung. Wer dies beherzigt und Spaß am Sport mit seinen vielen Bereichen und Möglichkeiten hat, hat verstanden worum es beim Kickboxen geht.

Schlusswort/Quellenangabe

Dieses Referat wurde ohne fremde Hilfe von mir (Christian Thom) verfasst. Es war interessant, mehr über die Entstehung des Kickboxens und seine Geschichte zu erfahren.

Meine Informationen recherchierte ich im Internet und in den Informationen meines Meisters (Karsten Krüger).

Internet:

http://www.sport-finden.de/sonstiger_sport/kickboxen_geschichte.shtml

http://www.kickboxen-bodenwerder.de/kickbox.php3?current_id=4452&sitegen_id=72&sitegen_extern_id=&portal_id=82&jump_back_id=&portal_filter=&news_mode=&view_from=

<http://www.bc-samurai.de/index.php?page=5>

<http://www.kickboxcenterdmg.de/Kickboxen%20-%20die%20Geschichte/%20Kickboxen%2C%20die%20Entstehung.html?SwSess=4808fcdfa408e1bc6111254dfd9785a2>