



Wettkampfbreglement 2025
Vollkontakt Kung-Fu
Sanda / Sanda-Light

Kurzbeschreibung	Offizielles Regelwerk für Turniere der swisswushu
Datum / Version	29.01.2025, V3.1
Autor	Alexandra Schiesser, Zeno Streich
Status	Final



Inhalt

1	ALLGEMEINE REGELN, WETTKAMPFMETHODEN, ZIELE, KO-KRITERIEN	4
1.1	DISZIPLINÜBERGREIFENDE REGELN	4
1.2	KATEGORIEN	4
1.3	WETTKAMPFBEKLEIDUNG UND SCHUTZAUSRÜSTUNG	4
1.4	ERLAUBTE METHODEN	5
1.5	GÜLTIGE ZIELE	5
1.6	KO-KRITERIEN UND -MASSNAHMEN	5
2	PUNKTWERTUNG	6
2.1	GEWINNEN VON ZWEI PUNKTEN	6
2.2	GEWINNEN VON EINEM PUNKT	6
2.3	KEINE PUNKTE	6
3	REGELVERSTÖSSE, STRAFEN	7
3.1	ERMAHNUNG (TECHNISCHER REGELVERSTOSS)	7
	VERWARNUNG (7
3.2	PERSÖNLICHER REGELVERSTOSS)	7
3.3	STRAFEN	7
4	UNTERBRUCH DER KAMPFES, SIEGER UND VERLIERER	8
4.1	UNTERBRUCH DES KAMPFES	8
4.2	GEWINNER UND VERLIERER DER RUNDE	8
4.3	GEWINNER UND VERLIERER DES KAMPFS	8



Allgemeines

Vorwort

Diese normalisierte Fassung der Wettkampf Reglemente basiert auf den jeweils gültigen internationalen Reglementen. Wo möglich und sinnvoll wurden einheitliche Regelungen für alle Disziplinen gewählt.

Herausgeber:

Swiss Wushu Federation, info@swisswushu.ch , <http://www.swisswushu.ch>

(c) 2004 - 2025 Swiss Wushu Federation

Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck verboten. Kein Teil dieses Werkes darf ohne schriftliche Einwilligung der Swiss Wushu Federation in irgendeiner Form reproduziert, vervielfacht, verbreitet oder gespeichert werden.

Revisions-Kontrolle

Version	Datum	Autor	Bemerkung
1.0	03.06.2004	ZS	Normalisierung
1.1	12.06.2004	ZS	Text-Korrekturen
1.2 / 1.3 / 1.4	10.02.2005	ZS / MS / PJ	Überarbeitung
1.5	06.03.2005	ZS	Reglement 2005
1.6 / 1.7	20.01.2006	ZS / PJ	Überarbeitung
1.8	24.01.2006	ZS	Reglement 2006
1.10	02.01.2007	ZS	Reglement 2007
1.12	22.02.2008	ZS / PJ	Reglement 2008
1.13	14.01.2012	ZS / PJ	Reglement 2012
1.15	08.01.2015	PJ	Reglement 2015
1.16	23.02.2017	PJ	Reglement 2017
1.17	04.02.2018	PJ	Reglement 2018
1.18	02.03.2020	ZS / AD / PJ	Reglement 2020
1.19	16.01.2021	ZS	Reglement 2021
1.20	05.02.2021	ZS	Reglement 2021
1.21	22.02.2021	ZS	Trennung Leicht- / Vollkontakt
2.0	08.03.2022	AD / ZS	Reglement 2022
2.1	10.02.2023	ZS / PJ / AD	Reglement 2023
3.1	29.01.2025	AS / ZS	Split allgemeiner Teil, Reglement 2025

1 Allgemeine Regeln, Wettkampfmethoden, Ziele, KO-Kriterien

1.1 Disziplinübergreifende Regeln

Es gelten die disziplinübergreifenden allgemeinen Regeln für swisswushu-Kampfdisziplinen gemäss separatem Dokument.

1.2 Kategorien

- Jugendliche (U18): Jugendliche müssen zwischen 15 und 17 Jahre alt sein
- Erwachsene: Erwachsene müssen mindestens 18 Jahre alt sein, Teilnehmer ab vollendetem 40. Altersjahr müssen die Wettkampftauglichkeit jährlich mit einem ärztlichen Attest belegen.
- Für die Bestimmung des Alters gilt der Jahrgang
- Weibliche und männliche Teilnehmer werden getrennt geführt

1.3 Wettkampfbekleidung und Schutzausrüstung



1.3.1 Wettkampfbekleidung

- Offizielle Sanda Uniform in rot oder blau (ohne Ärmel), entsprechend der Startliste
- Barfuss



1.3.2 Schutzausrüstung:

Sanda-Light

- Boxhandschuhe 10oz (280 Gramm)
- Schutzhelm (Jochbeinschutz, Visier, Gitter, Bügel etc. sind zulässig, wenn vollkontaktauglich, jedoch optional)
- Schutzweste in rot oder blau, entsprechend der Startliste
- Zahnschutz
- Tiefschutz
- Schienbeinschützer und Fussristschutz
- Brustschutz bei Frauen optional

Sanda Turnier-Modus

- Boxhandschuhe 10oz (280 Gramm)
- Offener Schutzhelm (ohne Jochbeinschutz)
- Schutzweste in rot oder blau, entsprechend der Startliste
- Zahnschutz
- Tiefschutz
- keine Schienbeinschützer
- Fussristschutz für Junioren obligatorisch, für Erwachsene optional
- Brustschutz bei Frauen optional

Sanda Gala-Modus

- Boxhandschuhe 10oz (280 Gramm)
- Offener Schutzhelm (ohne Jochbeinschutz)
- Schutzweste in rot oder blau, entsprechend der Startliste optional (beide Kämpfer gleich)
- Zahnschutz
- Tiefschutz
- keine Schienbeinschützer, kein Fussristschutz
- Brustschutz bei Frauen optional

1.4 Erlaubte Methoden

- Alle Wushu Schlag- / Tritt- / Wurftechniken können eingesetzt werden.
- Im Sanda-Light müssen alle Techniken kontrolliert ausgeführt werden (gestoppt und zurückgezogen)
- Die Kampfentscheidung im Sanda-Light soll auf Grund der Punktwertung fallen. Es wird auf ein ausgeglichenes Mass an Härte geachtet.

1.5 Gültige Ziele

- der Kopf
- der Rumpf
- die Oberschenkel (oberhalb des Knies)

1.6 KO-Kriterien und -Massnahmen

- 1.6.1 Folgende Fälle gelten nach einem schweren Kopftreffer als offensichtlicher KO:
Bewusstseinsverlust, Verwirrung, Orientierungslosigkeit oder gänzlicher Selbstkontrollverlust von Sekundendauer oder länger.
- 1.6.2 Ein Wettkämpfer dem ein KO widerfährt, lässt sich die Trainings- und Wettkampftauglichkeit vor einer erneuten Teilnahme ärztlich bestätigen. Für Schäden, die aus der Missachtung dieser Regel entstehen ist der Athlet ausschliesslich selbst verantwortlich.



2 Punktwertung

2.1 Gewinnen von zwei Punkten

Ein Kämpfer gewinnt zwei Punkte, wenn:

- sein Gegner von der Plattform fällt
- sein Gegner auf die Plattform fällt, während er selbst stehend bleibt
- er den Gegner mit einer Beintechnik auf den Rumpf oder am Kopf trifft
- er seinen Gegner wirft, dabei selbst als Bestandteil der Technik den Boden berührt und nicht in einer ununterbrochenen Bewegung innerhalb von 3 Sekunden wieder steht
- sein Gegner eine Verwarnung bekommt
- sein Gegner angezählt wird (im Sanda Light nur auf Grund von konditioneller Schwäche)

2.2 Gewinnen von einem Punkt

Ein Wettkämpfer gewinnt einen Punkt, wenn:

- er den Gegner mit einer Handtechnik auf ein gültiges Ziel trifft.
- er den Gegner mit einer Beintechnik auf den Oberschenkel trifft
- er seinen Gegner mit einer offensichtliche Wurftechnik wirft aber selbst auch fällt
- beide Seiten fallen, ohne klare Technik und sein Gegner als Erster den Boden berührt
- er seinen Gegner wirft, dabei selbst als Bestandteil der Technik den Boden berührt und nicht innerhalb von 3 Sekunden wieder steht
- sein Gegner nach der Aufforderung zum Angriff für weitere 5 Sekunden passiv bleibt
- sein Gegner als Teil einer Technik absichtlich fällt und nicht innerhalb 3 Sekunden wieder steht
- sein Gegner eine Ermahnung bekommt.

2.3 Keine Punkte

Keine Punkte werden zugesprochen, wenn:

- keine klare Technik ersichtlich ist
- kein gültiges Ziel getroffen wird (z.B. Treffer auf Boxhandschuhe, Arm, Unterschenkel)
- beide Seiten fallen
- beide Seiten die Plattform gleichzeitig verlassen
- ein Kämpfer erfolglos versucht seinen Gegner zu werfen, dabei selbst als Bestandteil der Technik den Boden berührt und innert 3 Sekunden wieder steht
- Konterwürfe aus gefallener Position
- einer der Wettkämpfer die Kampffläche verlässt aber noch Kontakt mit dem anderen Kämpfer besteht
- Treffer in einer Clinch-Situation (Umklammerung oder Halten des Gegners)



3 Regelverstösse, Strafen

3.1 Ermahnung (Technischer Regelverstoss)

- Passives Klammern oder Festhalten des Gegners
- Sich dem Kampf entziehen z.B. durch ständiges Weglaufen oder wiederholtes Abdrehen
- Bewusstes ungeschütztes Hineinlaufen in den Angriff des Gegners im Sanda-Light
- Vorsätzliches Verzögern des Kampfes
- Unbegründetes Heben der Hand in einer nachteiligen Situation oder Position um eine Unterbrechung zu erwirken
- Respektloses Verhalten gegenüber den Schiedsrichtern oder Missachtung ihrer Anweisungen
- Zahnschutz oder Ausrüstung verlieren:
 - Verlieren oder ausspucken des Zahnschutzes
 - Verlieren eines Boxhandschuhes
 - Nichttragen des Zahnschutzes oder obligatorischer Ausrüstung bei der Überprüfung
 - Absichtliches Entfernen oder Lösen der Ausrüstung
- Nichteinhalten des Protokolls z.B.:
 - Nicht sofortiges Erscheinen auf der Plattform nach Aufforderung durch den Kampfrichter

3.2 Verwarnung (Persönlicher Regelverstoss)

- Angreifen des Gegners vor dem Ruf "Kaishi (Start)!" oder nach dem Ruf "Ting (Stopp)!"»
- Angreifen von verbotenen Zielen:
 - Rückseite des Kopfes
 - der Hals / Nacken
 - die Genitalien
 - die Knie (Ergänzung für die Schweiz zur Sicherheit der Kämpfer)
- Angreifen mit verbotener Methode:
 - Angreifen des Gegners mit dem Kopf, Ellenbogen oder Knie
 - Drücken von Gelenken gegen ihre natürliche Bewegungsrichtung
 - Angriff jeglicher Art auf den gefallenen Gegner
 - Angriff auf den Kopf des Gegners, während dieser als Teil einer Technik den Boden berührt
 - Würfe bei denen der Gegner auf seinem Kopf landen wird
 - Fusstritte zum Kopf bei Junioren (Sanda-Light und Sanda)
 - Serienschläge / unablässiges Schlagen zum Kopf (>3 Schläge) bei Junioren (Sanda-Light und Sanda)
 - Niederschlag des Gegners (Sanda-Light)
- Unkontrollierte Angriffe und Angriffe ohne vorherigen Blickkontakt (Sanda-Light)
- Übermässiger Kräfteinsatz (Sanda-Light)

3.3 Strafen

- Eine Ermahnung erfolgt bei einem technischen Regelverstoss.
- Eine Verwarnung erfolgt bei einem persönlichen Regelverstoss.
- Ein Kämpfer, der seinen Gegner absichtlich verletzt wird für das ganze Turnier disqualifiziert.
Ein Kämpfer, der im Sanda-Light seinen Gegner absichtlich so hart trifft, dass dieser angezählt werden muss, wird für diesen Kampf disqualifiziert



4 Unterbruch der Kampfes, Sieger und Verlierer

4.1 Unterbruch des Kampfes

Der Kampf wird in den folgenden Fällen unterbrochen, wenn:

- ein Kämpfer auf, oder von der Plattform gefallen ist (ausgenommen absichtliches Fallen als Teil einer Technik)
- ein Kämpfer sich als Teil einer Technik absichtlich fallen lässt und nicht innert 3 Sekunden wieder steht.
- einem Kämpfer eine Strafe ausgesprochen wird.
- ein Kämpfer verletzt oder angezählt wird.
- sich die Kämpfer länger als 2 Sekunden halten / klammern / stossen / schieben.
- ein Kämpfer nicht innerhalb von fünf (5) Sekunden nach der Aufforderung durch den Schiedsrichter angreift.
- ein Kämpfer die Hand hebt um eine Unterbrechung des Kampfes zu verlangen.
- die Jury ein Fehlurteil oder Versäumnis korrigiert.
- ein Problem oder eine gefährliche Situation im Wettkampfbereich besteht.
- ein technisches Problem eine Unterbrechung des Wettkampfs erfordert (z.B. Beleuchtung, Informatik).

4.2 Gewinner und Verlierer der Runde

- Das Resultat jeder Runde wird durch die Wertung der Punktrichter entschieden
- Ein Kämpfer, dessen Gegner 2x angezählt wird, gewinnt die Runde
- Ein Kämpfer, dessen Gegner in einer Runde zweimal von der Plattform geht, gewinnt die Runde (diese Regelung kann im Gala Modus aufgehoben werden)
- Wenn aufgrund der Entscheidung der Punktrichter in einer Runde Gleichstand besteht, wird wie folgt entschieden:
 - derjenige mit weniger Verwarnungen wird der Sieger.
 - derjenige mit weniger Ermahnungen wird der Sieger.
 - derjenige mit dem tieferen Gewicht wird der Sieger
 - wenn immer noch kein Sieger ermittelt werden konnte, wird ein Unentschieden gegeben

4.3 Gewinner und Verlierer des Kampfs

- Ein Kämpfer, der 2 Runden gewonnen hat, gewinnt den Kampf.
- Ein Kämpfer, dessen Gegner sich verletzt oder krank wird (vom medizinischen Team bestätigt) und nicht weiterkämpfen kann, gewinnt den Kampf (Erbrechen gilt als krank).
- Ein Kämpfer, dessen Gegner vortäuscht, durch eine Regelwidrigkeit verletzt worden zu sein (vom medizinischen Team bestätigt), gewinnt den Kampf
- Ein Kämpfer, der durch eine Regelwidrigkeit des Gegners verletzt wird und nicht mehr weiterkämpfen kann (vom medizinischen Team bestätigt) gewinnt den Kampf, kann jedoch in diesem Turnier nicht mehr weiterkämpfen.
- Ein Kämpfer gewinnt, wenn sein Gegner 3 Verwarnungen erhält
- Ein Kämpfer gewinnt, wenn sein Gegner 3x angezählt wird (im Sanda Light nur auf Grund konditioneller Schwäche)
- Ein Kämpfer gewinnt, wenn sein Gegner ausgezählt wird (im Sanda Light nur auf Grund konditioneller Schwäche)
- Haben beide Kämpfer je 1 Runde gewonnen, wird eine 3. Runde ausgetragen.