



**Svenska
Boxningsförbundet**

Svenska Boxningsförbundet DIPLOMBOXNINGSREGLER



Gällande från och med mars 2022



Vad är Diplomboxning?

Diplomboxningen är en gren inom boxningen med anpassade regler för pojkar och flickor 10–15 år, vilket gör att vi vänner av sporten har ett medel till:

Att skola och fostra välutbildade boxare.

Att behålla pojkar och flickor mellan 10 – 15 år inom sporten.

Att locka och rekrytera ungdomar till boxningen i konkurrens med mer övrig ungdomsverksamhet.

Att bredda underlaget inom svensk boxning.

Att göra PR och visa upp på ett lockande och attraktivt sätt.

Att skapa en stor och bred ungdomsverksamhet inom föreningarna.

Att för boxaren skapa en trygghet i teknik, vilket utvecklar honom/ henne till en modig boxare.

Att locka föräldrar och anhöriga till föreningsarbete.

Att fysiskt bygga upp och socialt och psykiskt stödja ungdomar i åldern för deras mognadsutveckling.



Viktklasser i Diplomboxning

Under 28 kg Lätt microvikt

- ” 30 kg Microvikt
- ” 32 kg Lätt atomvikt
- ” 34 kg Atomvikt
- ” 36 kg Lätt molekylvikt
- ” 38 kg Molekylvikt
- ” 40 kg Lätt knottvikt
- ” 42 kg Knottvikt
- ” 44 kg Lätt myggvikt
- ” 46 kg Myggvikt
- ” 48 kg Lätt flugvikt
- ” 50 kg flugvikt
- ” 52 kg Lätt bantamvikt
- ” 54 kg Bantamvikt
- ” 57 kg Fjädervikt
- ” 60 kg Lättvikt
- ” 63 kg Lätt weltervikt
- ” 66 kg Weltervikt
- ” 70 kg Lätt mellanvikt
- ” 75 kg Mellanvikt
- ” 80 kg Lätt tungvikt
- ” 86 kg Tungvikt
- ” + 86 kg Supertungvikt

Man kan fortsätta med viktklasser under 28 kg med en intervall på 2 kg.



Tävlingsklasser i Diplomboxning

Klass C: 10–11 år. 10 år fyllda.

Klass B: 12–13 år.

Klass A: 14 - ej fyllda 15 år. Kalenderår gäller för boxare i denna kategori. Boxare fyllda 15 år får delta på diplom-SM om de EJ gått ungdomsmatcher.

Rondernas längd.

C-pojkar/flickor 3x1 min.

B-pojkar/flickor 3x1,5 min.

A-pojkar/flickor 3x2 min.

För att erhålla diplom erfordras

27 poäng.

Efter 5 diplommatcher med 27 poäng
utdelas bronsmärket.

Efter 5 diplommatcher med 31 poäng
utdelas silvermärket.

Efter 5 diplommatcher med 35 poäng
utdelas guldmärket.

Boxare får boxas **högst två ggr** under en dag!

Under turneringen segrar den boxare som
har flest domarröster.



Funktionärer

Ringdomare skall ha domarlicens.

Poängdomare skall ha genomgått tränarkurs, steg 1 eller domarutbildning.

Diplomboxningen bedöms av tre poängdomare, vilka ger poäng för varje rond i grader 1-5, även halvpoäng.

Tävlingsledare skall finnas, vilken har rätt att be ringdomaren bryta en match om hen anser det befogat.

Läkare eller sjukvårdsutbildad personal bör finnas på mindre tävlingar.

På större tävlingar och turneringar skall läkare finnas.

Diplomboxning får på inga villkor bli hård. Om någon av boxarna satsar för att slå hårt skall han först få tillsägelse för detta av ringdomaren. Fortsätter boxaren att satsa skall boxaren tilldelas en varning och ett poäng dras av hos samtliga domare i boxarens protokoll och markeras av poängdomarna med "1" i rutan. Fortsätter boxaren trots varning, skall boxaren diskvalificeras och ingen poäng ges till den diskvalificerade boxaren, men motståndaren får poäng till och med den rond matchen bryts.

Överåriga boxare kan tillåtas boxa på annan tävling än DSM. Men får ej ha boxats riktig match.

På DSM skall endast godkända diplomdomare döma.

Ringdomare

-Skall ha domarlicens.

-Skall vara väl insatt i Diplomreglerna.

-Match som tenderar att bli för tuff skall stävjas och om inte det hjälper, brytas och poängdomarna räknar poäng för det som har utförts. I detta fall skall ringdomaren ha förmåga att avgöra om det är nybörjare i ringen eller om det är nästan färdig matchboxare (fråga gärna)

-När den ena boxaren uppenbarligen satsar på slagstyrka skall tillsägelse utdelas. Om det upprepas skall varning utdelas. Hjälper inte detta diskvalificeras den felande boxaren och blir utan poäng, emedan den andre bedöms. Man skall ej kunna skrämman sig till passivitet.

-Hårdheten mot sekunders viskningar från hörnan mildras något i de fall råden på något sätt hjälper till att stävja hård boxning eller på annat sätt utförda regelfel i ringen.

-I Diplomboxning kan man gott tala med boxarna vid tillsägelsen. Detta för att göra fullt klart för boxaren vad man menar.

-Vara ytterst uppmärksam på matchens tendenser.

-Ringdomaren utdelar ej varningar för regelbrott i gängse mening, utan om den eller de felande boxarna inte kommer tillrätta med sin boxning är det lika bra att bryta matchen och räkna poäng.



- Om någon boxare ger upp matchen skall denne boxare ej ha någon poäng.
- Ringdomaren kan givetvis diskvalificeras boxare för osportsligt uppträdande.
- Ringdomaren skall kontrollräkna protokollen.
- Bör ej tjänstgöra i ringen mer än 5 matcher i följd.

Poängdomare

Skall ha genomgått instruktörskurs eller domarutbildning, helst båda, i annat fall skall denna informera sig om hur ett protokoll förs, samt diplomboxningsbedömning.

Vid Diplom-SM utses domare av Svenska Boxningsförbundet domarkommitté.

Skall vara neutral i sin bedömning, får ej under pågående match ge råd till någon boxare.

Har ej möjligheten att ge egna varningar till boxare. Varnar endast vi tecken från ringdomaren, och då är det för att det varit för hård boxning. (Poängdomaren har ingen möjlighet att X: a denna). Då dras ett poäng av från den sammanräknade poängsumman, samt markeras med en 1(etta).

Kladdar eller felanteckning i protokoll stryks över med **endast ett streck** och domaren sätter sin signatur vid sidan om.

Sekond

Skall informera och förbereda boxaren.

Se till att boxaren är vänd utåt ringen vid paus.

Skall lämna ringen utan dröjsmål vid paus, och befinna sig på golvet vid boxarens hörna.

Får använda sig av en hjälpsekond, vilken ej får gå in i ringen.

Får ej prata, ropa eller ge boxningsråd till boxaren under match. Endast lugna boxaren och ge defensiva råd, ("Rör på dig". "Rör på fötterna". "Gardera dig". "Ta det lugnt".) i övrigt finnes rondpaus.

Skall åtaga sig att dela det övergripande ansvaret med domarna i deras svåra uppgift



Förklaring av termer

HÅRD BOXNING är samma som att:

- Satsa i slagen. (Boxaren hämtar kraft genom att ta sats med armarna, eller tar i när slagen slås).
- Slå hårt. (En teknisk driven boxare kan slå avslappnat men ändå hårt med sin teknik, eller "nyper" till i blottor).
- Rusa mot motståndaren eller rusa efter.
- Pressa motståndaren till absolut passivitet.
- Genom ett hotfullt beteende skrämman sig till fördelar.

ETT GOTT INTRYCK är likvärdigt med att:

- Boxas mjukt och tekniskt.
- Visa upp sina färdigheter. (Boxaren använder ett brett register utan att träffa hårt eller förivra sig).
- Anpassar sin boxning efter motståndarens förmåga.
- Skuggboxas ej. (Kontakt med motståndaren. Slagen skall nå sitt mål utan att motståndaren skall ge upp).

HELHETSINTRYCKET

Poängdomaren bedömer de olika momenten individuellt, men är observant på exempelvis om den aktive slår slagen med balans och rätt avstånd. (Vid bedömning av slag)



Bedömning

1	poäng	Klart underkänd
1,5	poäng	Underkänd
2	poäng	Ej godkänd
2,5	poäng	Nästan godkänd
3	poäng	Godkänd
3,5	poäng	Lite bättre än godkänd
4	poäng	Klart godkänd
4,5	poäng	Nästan perfekt
5	poäng	Den perfekte boxaren

Om matchresultatet visar samma poäng för båda boxarna skall man ge ett "+" till den boxare som visat finaste disciplinen i sitt uppträdande.

Är det fortfarande svårt att skilja boxarna åt skall "+" tilldelas den som har bästa tekniken i sitt försvar.

Efter summering höjs halvpoängen av tävlingsledningen och skrivs in i startboken som jämn poäng.

Om någon boxare ger upp matchen skall denna boxare ej erhålla någon poäng.

Boxarna som diskvalificerats på grund av hård boxning eller osportsligt uppträdande skall ej upprätthålla någon poäng.

Diplomboxningsutredningen 1990

Utredningsgruppen har bestått av Bo Bergman, Sätters BK, Peter Wallin, Carlshamns BK, Bengt Forsell, Guldstadens BK, Åke Johansson, BK Falken och Tommy Andersson, Angered BC

Utredningens slutsatser:

Under arbetets gång med diplomboxningens utredning har gruppen diskuterat med varandra och andra ledare i våra omgivningar de olika frågorna angående diplomboxningen och dess utformning. Gruppen har kommit fram till att i sak finns det inget att ändra på inom diplomboxningen och dess utformning. Men det finns några detaljer vi önskar ändra på. Reglerna säger klart och tydligt ifrån hur den skall bedrivas.



NÄMLIGEN:

Diplomboxningen får under inga omständigheter bli hård. Hård boxning skall beivras och stävjas.

Ändamålet med diplomboxning är att på ett mjukt och humant sätt lära ungdomar att boxas och där vi betygsätter deras tekniska kunnande och på detta sätt talar om för dem hur de utvecklats sin skicklighet inom boxningen inte på hur hårt de kan slå eller hur fysiskt de är.

Som nummer 1:

Vi vill ha en något mer finskalig poängskala där vi tror oss finna en något mer nyanserad bedömning. Vi har länge tyckt att den i dag gällande skalan är något "grovkornig". Därför föreslår vi nu att vi skall få lov att skjuta in halvpoäng i den idag gällande skalan, så att poängskalan blir som följande:

"1-1,5-2-2,5-3-3,5-4-4,5-5"

Att vi inte vill ändra den idag gällande poängskalan helt och hållet beror på av i idag har ett värde på godkänd och diplom, som så att säga sitter i "ryggmärgen", nämligen 3=godkänd och 27 poäng=diplom, och vi tycker att det vore synd att ändra på de värderingar vi har idag, men att skjuta in halvpoäng får vi det vi eftersträvar, en mer nyanserad poängskala där det kommer att bli mer rättvist att döma samt att vi kan behålla de idag gällande värderingarna.

Det skulle kunna fungera som följande exempel, poängdomarna skriver ned och lägger samman siffrorna som de är t.ex. 2,5-2-3=7,5, vi förutsätter att samtliga domare har samma siffror, och tävlingsledning lägger ihop poängdomarnas resultat, 7,5 poäng x 3 = 22,5 poäng och avrundar uppåt till närmast heltal, alltså 23 poäng, som blir resultatet.

Som nummer 2:

Poängdomarna skall i första hand se till helhetsintrycket på boxningen och bedöma denna. Som det är idag så sitter många domare och stirrar sig blinda på en enda sak och ser inte till hur boxningen fungerar i sin helhet. Vi menar att för att kunna bedöma vilken teknisk nivå boxaren befinner sig på måste vi bedöma helheten.

Förändring vid Diplom-SM:

Vid Diplom-SM skall det hållas en timmars genomgång av regler och bedömning för både domare och ledare. Detta skall vara lika obligatoriskt som invägning och lottning för de deltagande boxarna.

Vi rekommenderar att även domare och ledare har en mindre genomgång inför vanliga små tävlingar.

Vårt önskemål är att det kompendium som, arbetsgruppen har tagit fram kan bli vägledande vid dylika genomgångar.



Bedömningsgrunder för diplomboxning

1 Poängnivån - den klart underkända

Helhetsintrycket: Denna diplomboxare skulle inte varit med i den här tävlingen, han är tydligen allt för färsk.

Slagrepertoar: Mest bara rundpallar, vilda svingar, orena slag och mer. Satsar hela tiden på att slå hårt.

Gardering och undanglidning: Så gott som obefintligt, kan inte hålla reda på sina händer, dyker och vänder sig bort o.s.v.

Balans och fotarbete: Kan inte bestämma sig för vilken fot som ska ligga framför, snubblar och har svårt att hålla balansen.

1,5 Poängnivån - den underkända

Helhetsintrycket: Nu syns det att det förekommit någon form av skolning även om det allt som oftast totalt går över styr i trängda situationer.

Slagrepertoar: Mest bara vänster jabbar eller försök till detta, skulle det någon gång förekomma högerslag sker detta oftast orent-desperat- i dålig balans eller fel på avstånd. Det satsas allt för mycket på hårda slag.

Gardering och undanglidning: Försöker hålla, händerna uppe till skydd men tappar genast fattningen och garden i trängda situationer eller vid en fint. Har dessutom inte en aning om vad undanglidning är.

Balans och fotarbete: Försöker hålla ordning på fötterna men vid pressade situationer rasar genast allt som denne diplomboxare tidigare lärt sig.



2 Poängnivån - ej godkänd

Helhetsintrycket: Nu har det börjat se ut som om han kan boxas. Men helhetsintrycket är att lite stelt, tafatt, och valpigt och fortfarande kan det totalt "spåra ur" vid enstaka tillfällen.

Slagrepertoar: Kan jabba. Försöker någon enstaka gång slå höger-vänster kombination. Här syns det att denne boxare vet vad det handlar om, även om det inte alltid fungerar så bra. Det är lite ensidigt och kan rätt som det är falla in i "rallarslagsmål". Har dessutom svårt att hitta rätt distans.

Gardering och undanlidning: Håller händerna väl uppe sen blir ändå allt för lätt träffas och har fortfarande tendenser att allt för ofta vilja vända sig bort eller dyka när han/hon blir pressad.

Balans och fotarbete: Håller hyfsat reda på fötterna och fotställningen. Går mest bara åt ett håll och finner inte rätt distans. Förföljer gärna motståndaren istället för att skära av ringen för denne. När han slår är balansen inte med.

2,5 Poängnivån - nästan godkänd

Helhetsintrycket: Nu ser det ut som boxning med det görs lite för mycket misstag fortfarande, eller att det satsas alldeles för mycket och för hårt i slagväxlingarna och i vissa moment har inte boxaren riktigt kontroll över situationen.

Slagrepertoar: Kan använda sin vänster hyggligt, försöker slå vänster-höger kombination. Lite för mycket orena slag eller ensidig boxning, satsar lite för mycket på kraftboxning, har lite svårt att hitta rätt i sin boxning.

Gardering och undanlidning: Nu ser det ut som om boxaren kan gardera sig men blir lite för lätt träffad även om han hela tiden försöker gardera sig. Blir kanske lite för stillastående och låst (passiv) i pressade situationer.

Balans och fotarbete: Bra fotställning men förflyttar sig lite stelt och ensidigt, är lite för lätt att fånga in och kommer då av sig.

Balans och fotarbete: Bra fotställning men förflyttar sig lite stelt och ensidigt, är lite för lätt att fånga in och kommer då av sig.



3 Poängnivån - den godkände diplomboxaren

Helhetsintrycket: Det ser ut som boxning. Den här boxaren kan grunderna och klarar av att hålla en hyfsad stil även i trängda lägen och vad som helst händer kan du se att han/hon alltid försöker att boxas i alla lägen. Gett betyder inte för det komma ja det inte kan förekomma enstaka marginella eller rent av grövre fel vid enstaka tillfällen, men han/ hon har i grunden bra koordination och flyt i sin boxning.

Slagrepertoar: Denne diplomboxare kan slå vänster- höger kombinationer rent och fint utan att satsa för hårt påslagen, han/ hon ska kunna jabba och försöka komma till rätt distans. Behöver inte eller kan kanske inte visa så mycket mer.

Gardering och undanlidning: Godkänd blir diplomboxaren när han hela tiden och i alla situationer försöker gardera sig, även om han/hon ibland tillsynes har svårt att hänga med, om det nu inte är så att det är direkt felaktigt agerande som är orsaken till detta.

Balans och fotarbete: Håller bra avstånd i mellan fötterna och viktfordelning har hyfsad balans i slagväxlingarna och i förflyttningarna, kan med hjälp av fötterna flytta sig ur pressade situationer. Den godkände diplomboxaren har som sagt ett hyggligt fotarbete och balans men har kanske svårt med tempoväxlingar och är kanske lite för ensidig och fantasilös i sina förflyttningar fortfarande.

3,5 Poängnivån - lite bättre än godkänd

Helhetsintrycket: Den här boxaren har nu kommit till den nivån av sitt kunnande att han har börjat försöka sig på lite svårare tekniker. Här kan du få se en boxare gardera sig genom att stoppa sin motståndare under dennes attack med stopp vänster mot huvud eller kropp, eller du kanske kan få se honom/ henne försöka sig på att slå tvåslags kombination med bara en hand.

Slagrepertoar: Behärskar nu det som gäller för 3 poängsnivån mycket bra. Men har nu också börjat försöka sig på lite svårare saker som t.ex. flerslagskombinationer. Med flerslagkombinationer menas bland annat vänster- höger- vänster mot huvud och kropp utfört med raka slag eller t.ex. vänster – höger- vänsterkrok. Om en boxare får någon enstaka tillsägelse av ringdomaren för orena eller för hårda slag kan detta tolereras men vid upprepade tillsägelser tillhörde han/ hon inte denna poängnivå, men skall för den skull inte bestraffas och sjunka under nivån för godkänd bara för att han/hon försöker sig på lite svårare tekniker. Detta under förutsättning att han/hon visat sig behärska det som fordras för godkänt.



Gardering och undanlidning: Garderar sig bra med båda händer och fötter även om han ibland kan tillsynas lite för enkelt bli träffad. Denna boxaren har nu börjat plocka motståndarens slag och försöker använda det till sin egen fördel, försöker knäppa till ordentligt och flyttar sig undan om han kommer i blåsväder.

Balans och fotarbete: rätt avstånd mellan fötterna och bra balans. Går kanske för mycket i "vänstervarv", kan ibland komma lite för långt ifrån motståndaren men försöker hela tiden rätt distans och försöker skära av ringen för sin motståndare när denne flyr undan.

4 Poängnivån - klart godkänd

Helhetsintrycket: Denne diplomboxare har nästan allt vi begär av den färdiga boxaren, kanske gör han enstaka misstag och missbedömningar men i stort sett kan han det mesta ganska hyggligt. Här på den här nivån boxas de halvdistans och närkamp utan att hänga på motståndaren allt för mycket.

Slagrepertoar: Nu begär vi att boxaren ska kunna det enklare tekniken av mycket bra, som t.ex. jabb och raka kombinationer och här vill vi se kontringar, uppercuts, krokar mot kroppen o.s.v. Det vill säga åtminstone allvarliga försök till att använda detta i sin boxning. Boxaren behärskar hyfsat fler slags kombinationer, försöker variera sin boxning mot huvud och kropp, och när han/ hon plockar slag från motståndaren, försöker han/ hon genast använda detta till sin egen fördel. Kan ibland bli lite ensidig i sin boxning (kör med samma "grejer" hela tiden). Det kan ibland bli lite väl hårt i en jämn och intensiv match OBS! våren här poäng nivån kan en boxare alltid kontrollera hårdheten på sin boxning när han/hon möter en svagare motståndare.

Gardering och undanlidning: Mjuk i kroppen, ses lagen i tid, söker sig in emot när det hettar till och försöker gå i clinch. På den här nivån försöker sig boxaren på att ducka och rulla sig ur svårigheter och här ser du aldrig någon fly i panik, även om boxare blir träffad.

Balans och fotarbete: Bra balans och rätt avstånd i mellan fötterna. Kan skära av för sin motståndare och har för det mesta rätt distans. Han/hon kan nu växla tempo och riktning ganska bra, men kanske går han/ hon fortfarande lite för mycket åt ett håll, men nu har det börjat se riktigt hyggligt ut.



4,5 Poängnivån - nästan perfekt

Helhetsintrycket: Hade den här boxaren bara varit 15 år hade vi inte tvekat en sekund att sända upp honom/henne i en riktig match. Så duktig och rutinerad är han/hon på den här nivån. Att vi inte satt en fullpoängare är det berodde kanske på något enstaka misstag i ett annars perfekt ringarbete eller kanske var motståndaren lite för svag.

Slagrepertoar: boxar med båda händerna, flerslagskombinationer, hookar, uppercut, krokar och raka slag både mot huvud och kropp. Någon enstaka gång för hårt. Någon enstaka gång orent.

Gardering och undanglidning: läser motståndaren intensioner, kan gardera sig med hjälp av bara fötterna om han/ hon vill. Glider alltid undan eller går in om han /hon blir pressad, duckar och rullar sig ur situationer eller går in och låser effektivt. Kan någon enstaka gång bli träffad allt för lätt p. g. a. nästan rent slarv eller nonchalans.

Balans och fotarbete: mycket bra balans, kan växla tempo och riktning hittar alltid rätt distans, skär effektivt av ringen för motståndaren. Kommer vid någon enstaka tillfälle in i "vänstervarvs beteende"

5 Poängnivån - den perfekta diplomboxaren

Helhetsintrycket: en skönhetsupplevelse! Han/ hon har allt vi kan begära av en diplomboxare. Den här killen/ tjejen boxas i alla lägen och satsar aldrig på att slå hårt i slag dueller.

Slagrepertoar: kan använda alla typer av slag och varierar allt i sin boxning så mycket som möjligt.

Gardering och undanglidning: mycket bra gard, händerna alltid på plats även om det skulle räcka med att läsa motståndaren och förflytta sig ur situationen. Duckar och rullar precis så mycket som det behövs.

Balans och fotarbete: mycket bra balans, växlar tempo och varierar hela tiden sina förflyttningar. Om han/ hon möter en fysiskt starkare motståndare till hands minst reaktion genom att höja tempot är för flyktningarna stora sin motståndare så mycket att denne inte kan komma på rätt distans



Diplomboxningens historik

1969 beslutade Sveriges riksdag att man inte fick börja boxas riktiga matcher före bild 17 år. Man kunde innan man fyllt 17 år visa teknik med redskap och erhålla "stilmärket"

Början på **1970-talet** arbetar Sten F. Berglund fram ett utkast till diplomboxning.

Slutet av **1970** startar första diplomboxningsserien genom ett förnämligt arbete. Framst av Walter Rämö.

1979 Boxas första nationella mästerskapen i diplomboxning, "riksmästerskapen" (RM) som det kallades då och avhölls i Eskilstuna.

1981 Första diplomboxningskursen.

1981 Första diplomboxningskampen, Sverige -Finland. Denna första landskamp avhölls i Mässhallen i Helsingborg och där deltog 52 boxare i 26 klasser.

1988 Gav svenska boxningsförbundet uppdraget till en utredningsgrupp som bestod av: Bo Bergman, Sätters BK, Peter Wallin, Carlshamns BK, Bengt Forsell, Guldstadens BK, Åke Johansson, BK Falken och Tommy Andersson, Angered BC, att se över regler för diplomboxningen.

1990 Diplomboxningsutredningen presenterar sitt betänkande och besluten klubbas på Svenska boxningsförbundets årsmöte.

1992 Nyköpingskonferensen som leddes av Roy Krantz.

1992 Ändrar man på Svenska Boxningsförbundets årsmöte namnet på "Riksmästerskapen" till "Diplom-SM"

1993 Förs diskussioner mellan representanter från Finland, Norge och Sverige.

2003 Diplomkommittén tar fram en regelbok för diplomboxningen.