

**Svenska
Boxningsförbundet**

**DIPLOMBOXNINGS-
REGLER**

september
2003

Vad är Diplomboxning!?

Diplomboxningen är en gren inom boxningen med anpassade regler för pojkar och flickor 10 – 15 år, vilket gör att vi vännar 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 med övrig ungdomsverksamhet.
- att bredda underlaget inom svensk boxning.
- att göra PR och visa upp sporten 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.

Funktionärer.

Ringdomaren skall ha domarlicens.

Poängdomare skall ha genomgått tränarkurs, steg I eller domarutbildning.

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

Tävlingsledare skall finnas, vilken har rätt att be ringdomaren bryta en match om han 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 boxare, 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.

Tävlingsklasser i Diplomboxning.

Klass C: 10-11 år. 10 år fyllda.

Klass B: 12-13 år.

Klass A: 14- ej fyllda 15 år.

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 turnering segrar den boxare som
har flest domarröster.

RINGDOMAREN.

- 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 sekonders 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 boxaren ej ha någon poäng.
- Ringdomaren kan givetvis diskvalificera boxare för osportsligt uppträdande.
- Ringdomaren skall kontrollräkna protokollen.
- Bör ej tjänstgöra i ringen mer än 5 matcher i följd.

POÄNGDOMARE.

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

Vid DSM utses domare av diplomboxningskommittén.

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

Har ej möjlighet att ge egna varningar till boxare. Varnar endast vid tecken från ringdomaren, och då är det för att det varit för hård boxning.

(Poängdomaren har igen 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.

SECOND.

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 hjälpsecond, 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	”	Underkänd
2	”	Ej godkänd
2,5	”	Nästan godkänd
3	”	Godkänd
3,5	”	Lite bättre än godkänd
4	”	Klart godkänd
4,5	”	Nästan perfekt
5	”	Den perfekta boxaren

Om matchresultat 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 halvpöängen 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.

DIPLOMBOXNINGENSUTREDNINGEN 1990.

Utredningsgruppen har bestått av Bo Bergman, Säters 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 var andra 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. 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 starka de är.

Gruppen har dock önskemål om en del förändringar (2 st.):

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 i dag gällande poängskalan helt och hållet beror på att vi i dag har ett värde på godkänd och diplom, som så att säga sitter i "ryggmärken", nämligen 3 = godkänd och 27 poäng = diplom, och vi tycker att det vore synd att ändra på de värderingar vi har i dag, 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 i dag gällande värderingarna.

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

Som nummer 2:

Poängdomarna skall i första hand se till helhets intrycket 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 2 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 POÄNGSNIVÅN 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 inget 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 POÄNGSNIVÅN 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 på fel 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 POÄNGSNIVÅN ej godkänd!

Helhetsintrycket: Nu har det börjat se ut som om han kan boxas. Men helhetsintrycket är 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 ”rallar slagsmål”. Har dessutom svårt att hitta rätt distans.

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

Balans och fotarbete: Håller hyfsatt 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 inte balansen med.

2,5 POÄNGSNIVÅN nästan godkänd!

Helhetsintrycket: Nu ser det ut som boxning men det görs lite för mycket misstag fortfarande, eller 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 distans i sin boxning.

Gardering och undanglidning: Nu ser det ut som om boxaren kan gardera sig men blir ändå lite för lätt träffad även om han hela tiden försöker att 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.

3 POÄNGSNIVÅN 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. Det betyder inte för det, att 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 på slagen , han/hon ska kunna jabba och försöka komma till rätt distans.

Behöver inte eller kan kanske inte visa så mycket mer.

Gardering och undanglidning: 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 viktfördelning 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 POÄNGSNIVÅN 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 stoppvänster mot huvud eller kropp, eller du kanske kan få se honom/henne försöka sig på att slå en 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 flerslagskombinationer 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 tillhöra 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 undanglidning: Garderar sig bra med båda händer och fötter även om han ibland kan tillsynes lite för enkelt blir träffad. Denna boxaren har nu börjat plocka motståndarens slag och försöker använda det till sin egen fördel, försöker knäppa till ordentlig och flytta 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 POÄNGSNIVÅN klart godkänd!

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

Slagrepertoar: Nu begär vi att boxaren ska kunna de enklare teknikerna mycket bra, som t.ex. jabb och raka kombinationer och här vill vi se kont-ringar, upperkuttar, krokar mot kroppen o.s.v. Det vill säga åtminstone allvarliga försök till att använda detta i sin boxning.

Boxaren behärskar hyffsat flerslags 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! På den här poängnivån kan en boxare alltid kontrollera hårdheten på sin boxning när han/hon möter en svagare motståndare.

Gardering och undanglidning: Mjuk i kroppen, ser slagen 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 POÄNGSNIVÅN 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 satte en fullpoängare berodde kanske på något enstaka misstag i ett annars perfekt ringarbete eller kanske var motståndaren lite för svag.

Slag repertoar: 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 motståndarens 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 POÄNGSNIVÅN 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 alltid 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 kan han/hon genom att höja tempot i förflyttningarna störa sin motståndare så mycket att denne inte kan komma på rätt distans.

DIPLOMBOXNINGENS HISTORIK!

1969 beslutade Sverige Riksdag att man inte fick börja boxas riktiga matcher före man fyllt 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-talet** startar första diplomboxningsserien genom ett förnämligt arbete, främst 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 diplomboxningslandskampen, Sverige – Finland.

Denna första landskamp avhölls i Mässhallen i Helsingfors och där deltog 52 boxare i 26 viktklasser.

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.

Sponsrad av
BK Jaguaren