



All Fight System Organization

Theorie

Notwehrparagraf:

Notwehr ist die Verteidigung, die erforderlich ist, um einen gegenwärtigen, rechtswidrigen Angriff von sich oder einem anderen abzuwenden.

(§32 Abs. 2 StGB und §2727 BGB)

Herkunft des Kickboxen:

- ist in den 70er Jahren aus dem amerikanischen Vollkontaktkarate entstanden
- besitzt Einflüsse aus Boxen, Karate und Taekwondo

Semikontakt - Pointfighting:

- nach jedem erfolgreichen Treffer am Körper des Gegners wird der Kampf kurzzeitig unterbrochen und die Kämpfer begeben sich wieder in die Ausgangsstellung
- jeder Treffer wird von drei Kampfrichtern bewertet
- für die Punktevergabe müssen die Bewertungen zweier Kampfrichter übereinstimmen
- der mit den meisten Punkten, am Ende der 2 min. , gewinnt (im Finale 2 x 2 min.)
- wird häufig auf Matten und nicht im Boxring ausgetragen
- Schutzkleidung: Kopfschutz, Mundschutz, Brustschutz, Tiefschutz, Schienbeinschutz, Fußschutz, Faustschutz

	AFSO Punktevergabe	International
Schlagtechnik aller Art zum Körper	1 Punkt	1 Punkt
Fußtechnik aller Art zum Körper	2 Punkte	1 Punkt
Fußfeger, klares Brechen des Gleichgewichts	/	1 Punkt
Schlagtechnik aller Art zum Kopf	1 Punkt	1 Punkt
Fußtechnik aller Art zum Kopf	3 Punkte	2 Punkte
Fußfeger mit sofortiger Folgetechnik	/	2 Punkte
Sprung-Fußtechnik zum Körper	3 Punkte	2 Punkte
Sprung-Fußtechnik zum Kopf	5 Punkte	3 Punkte

Leichtkontakt:

- im Gegensatz zum Pointfighting wird nicht nach jedem erzielten Treffer unterbrochen, sondern weitergekämpft
- der mit den meisten Punkten, am Ende der 2 min. , gewinnt (im Finale 2 x 2 min.)
- jede Runde ist durch jeden Punktrichter einzeln zu bewerten (1 Hauptkampfrichter, 2 Seitenkampfrichter)
- meist auf Matten gekämpft
- Punkteverteilung: Fausttreffer 1 Punkt, Fußtreffer 1 Punkt
- das Tragen von Schutzausrüstung ist Pflicht: Kopfschutz, Mundschutz, Brustschutz, Tiefschutz, Schienbeinschutz, Fußschutz, geschlossener Faustschutz
- Leichtkontakt zum Kopf
- voller Kontakt zum Körper

Vollkontakt:

- im Gegensatz zum Pointfighting wird nicht nach jedem erzielten Treffer unterbrochen, sondern weitergekämpft
- der mit den meisten Punkten, am Ende der 2 min. , gewinnt (im Finale 2 x 2 min.)
- jede Runde ist durch jeden Punktrichter einzeln zu bewerten (1 Hauptkampfrichter, 2 Seitenkampfrichter)
- meist auf Matten gekämpft
- Punkteverteilung: Fausttreffer 1 Punkt, Fußtreffer 1 Punkt
- das Tragen von Schutzausrüstung ist Pflicht: Kopfschutz, Mundschutz, Brustschutz, Tiefschutz, Schienbeinschutz, Fußschutz, geschlossener Faustschutz
- Vollkontakt zum Kopf und Körper
- Low-Kicks erlaubt

Wertungssysteme der Verschiedenen Stiele:

- siehe Punkteverteilung der einzelnen Kampfsarten

Kampftaktiken:

- Defensive Taktik:
 - auf Angriff des Gegners warten, seitlich ausweichen und kontern
- Offensive Taktik:
 - in den Gegner hinein gehen, Kombinationen schlagen, seitlich wieder heraus und erneut aus einem anderem Winkel hinein gehen, Kombinationen schlagen