



## **Informationen!**

Für die Kickboxkämpfe gelten die folgenden wichtigsten Regeln! Es sind Schläge und Tritte oberhalb der Gürtellinie auf der Vorderseite des Körpers und am Kopf erlaubt. Ab 16 Jahren auch Lowkicks! Verboten sind Hebel jeglicher Art, Würfe (Wurfansätze werden gestoppt und nicht gewertet - Kampf ohne Matte). Fußfeger sind erlaubt! Es wird durchgekämpft! Am Schluss des Kampfes erfolgt die Gesamtbewertung - dabei werden Treffer gewertet, aber auch die Kampfführung und -taktik einbezogen! Die Kampfzeit beträgt 2x2 Minuten - Verlängerung bei Gleichstand 1 Minute! Finale 2x3 Minuten! Bei Bedarf werden die Gewichts- und Altersklassen angepasst, ansonsten -30kg, -40kg, -50kg, -60kg, -70kg, -80kg, -90kg, -100 kg und + 100 kg männlich / -30kg, -40kg, -50kg, -60kg, -70kg und +70kg weiblich!

Bodenkampf Es gelten die Regeln der Submission Grappling Liga- SGL!

Schutzausrüstung: Boxhandschuhe mind. 10oz, Fußschützer, Schienbeinschoner, Mundschutz, Tiefschutz. Erlaubter Schutz: Kopfschutz, Boxbandagen 2,5 m Länge, Brustschutz (Frauen)!

Am Turniertag erfolgt vor Beginn der Kämpfe eine Einweisung in das Regelwerk!

Die Anmeldung und das **Wiegen beginnen am 23. November 2019 ab 09.00 Uhr** bis spätestens 10.00 Uhr. Voranmeldungen sind möglich unter:

Renshi Andreas Middendorf  
Raisdorfer Straße 5  
15566 Schöneiche  
Tel. : 030 6412496  
Mobil : 0172 2973446  
eMail : [Andreas.Middendorf@europeankarate.de](mailto:Andreas.Middendorf@europeankarate.de)

Ort : 15746 Groß Köris, Berliner Straße 75, Sporthalle

Anfahrtbeschreibung:

- A13 in Richtung Dresden - Abfahrt Groß Köris (aus Richtung Berlin über das Schönefelder Kreuz ca. 10 Min.)  
- Abfahrt Groß Köris Richtung Zentrum - geradeaus über den Bahnübergang, vom Bahnübergang ca. 250 Meter - vor dem Fußgängerüberweg rechts zur Sporthalle auf das Schulgelände.  
Parkplätze an der Sporthalle sind vorhanden. Bitte auch die Parkplätze am hinter dem Bahnhof am „Penny“ nutzen.

**Teilnahme und Eintritt auf eigene Gefahr!  
Vereinsmitglieder sind über den Landessportbund  
unfallversichert! Der Veranstalter, die Kampfrichter und  
Helfer übernehmen keinerlei Haftung!**