

## Fachbegriffe aus dem Boxsport

Abbruch	Durch den Ringrichter kann der Kampf bei Disqualifikation oder Aufgabe des Kämpfers abgebrochen werden. Bei den Profikämpfen kann der Kampf durch den Ringrichter oder Ringarzt bei technischem K.O. abgebrochen werden.
Aufbaukämpfe	Mit "Aufbaukämpfen" baut ein Boxer gegen schlechtere, unterlegenere Gegner seinen Kampfrekord aus. Das bedeutet: für "Aufbaukämpfe" werden vor allem Gegner ausgesucht, die bereits Kämpfe verloren haben und eigentlich für größere Aufgaben nicht mehr in Frage kommen. Mit der Gegner-Auswahl wird somit das Risiko, eine Niederlage einzustecken, sehr gering gehalten.
Bandagen	Als Schutz vor Verletzungen werden die Hände straff im Kreuzverband (vom Daumen über Handgelenk zum Knöchel und zurück) bandagiert. Die Bandagen dürfen bei Amateuren höchstens 2,50 m lang und 5 cm breit sein (§ 21 Ziffer 9 der WB). Hartbandagen aus Isolierband, Leukoplast oder Pflaster sind hier verboten.
Blocken / Abdecken	Gegnerische Schläge werden mit dem Handschuh, Unterarm oder Ellenbogen abgeblockt oder abgeleitet.
"Box!"	Kommando "Box": Nach einer Unterbrechung gibt der Ringrichter mit diesem Kommando den Kampf der Kontrahenten wieder frei.
"Beak!"	Kommando "Break": Um den Kampf kurzzeitig zu unterbrechen, nutzt der Ringrichter dieses Kommando. Beide Kämpfer haben einen Schritt zurückzutreten und der Kampf wird ohne Aufforderung des Ringrichters weitergeführt.
Clinch	Der Begriff "Clinch" bedeutet das Umklammern des Gegners. Erschöpfte Boxer suchen häufig in der Umklammerung ihr Heil. Der Ringrichter unterbricht dann den Kampf und ermahnt den Boxer für dieses verbotene Verhalten.
Cross-Schlag	Ein "Cross-Schlag" ist ein Konterschlag: Der Boxer taucht unter der Geraden seines Gegners durch und versucht oberhalb des Schlagarmes des Kontrahenten einen Treffer zu landen.
Cut	Der "Cut" bezeichnet eine offene Wunde im Gesicht (Platzwunde). Meist ist diese dann stark blutend. Ein "Cut" kann durch einen Schlag oder durch einen Kopfstoß (Foul) herbeigeführt werden. Ist die Blutung zu stark ist der Ringrichter verpflichtet den Kampf abubrechen. Viele Profiboxer haben in ihre Ringecke extra einen Arzt zur Behandlung von "cuts" und Prellungen zur Seite stehen, den sogenannten "Cutman". Zur Stoppung der Blutung wird ein Wattestab mit Adrenalin getränkt und in den Cut gepresst.
Distanz	Die "Distanz" bezeichnet die Armreichweite der Boxer. Die richtige Distanz zum Gegner zu finden erfordert viel Erfahrung und kann kampfscheidend sein.
Doppeldeckung	Die "Doppeldeckung" beschreibt eine Schutzhaltung eines Boxers. Mit beiden Armen schützt der Boxer dabei seinen Kopf und seinen Oberkörper ab. Defensiv agierende Boxer setzen häufig die "Doppeldeckung" ein.
Doublette	Eine "Doublette" ist eine schnelle Schlagkombination mit einer Faust. Mit dem ersten Schlag versucht der Boxer einen Treffer an einer ungedeckten Stellen seines Gegners zu landen. Daraufhin muss der Gegner seine Deckung verlagern und der Attackierende kann mit dem zweiten Schlag einen noch härteren Treffer landen.

Ecke	Der Boxring besteht aus jeweils einer roten und blauen Ecke sowie den neutralen Ecken (weiße Polster). Während der Kampfpause wird der Kämpfer in seiner Ecke vom Trainer und Sekundant betreut.
Finte	Mit einer "Finte" täuscht der Boxer seinem Gegner einen Schlag oder eine ganze Schlag-Kombination vor. Auch hier wird versucht die Deckung des Gegners auszurechen, um dann an anderer Stelle einen Treffer zu landen.
Führungshand	Siehe Rechts- und Linksauslage. Mit der Führungshand soll der Gegner auf Distanz gehalten werden.
Gerade	Die "Gerade" kennzeichnet einen Schlag des Boxers. "Gerade" deswegen, da der Arm beim Schlag voll durch gestreckt wird. Ober- und Unterarm sowie Handrücken bilden so eine Gerade.
Halbdistanz	Die "Halbdistanz" beschreibt die Entfernung zwischen zwei Boxern. Die Kontrahenten stehen halb so weit auseinander, wie es ihre Distanz eigentlich zulassen würde.
Handtuch werfen	Der Sekundant oder Trainer ist berechtigt, durch Werfen des Handtuches für seinen Kämpfer den Kampf aufzugeben. Dies gilt nicht, wenn der Ringrichter zum "Anzählen" den Kampf unterbricht.
Haken	Ein weiterer Schlag im Repertoire eines Boxers ist der "Haken": Ein Schlag, der aus der Halbdistanz angebracht wird. Der Schlagarm wird um 90° angewinkelt und blitzschnell von unten nach oben geführt. (Kopfhaken, Aufwärtshaken, Leberhaken)
Infight	Der "Infight" beschreibt eine Boxsituation, in der die beiden Kontrahenten sehr dicht aneinander geraten. Häufig werden im "Infight" "Haken" angesetzt.
Innenhand	Verbotene Handlung. Schlag mit offenem Handschuh, innerer Handfläche, Handgelenk und Handkante.
Jab	Der "Jab" beschreibt eine Angriffsmethode. Der Attackierende hält seinen Gegner mit gestrecktem Arm auf Distanz, in dem er immer wieder gegen seine Deckung schlägt, um dann plötzlich blitzschnell zuzuschlagen.
Klopfen	Vernimmt man während einer Runde im Profiboxsport ein "Klopfen", dann ist das ein "heimliches" Zeichen, welches den Boxern signalisiert, dass die letzten 10 Sekunden dieser Runde beginnen.
Knockout / K.O.	"Knockout" oder "K.o.": Der Gegner wird durch einen Treffer ohnmächtig oder kampfunfähig geschlagen und geht zu Boden. Knallharte Treffer auf das Kinn, Leber, Magen, Milz, Schläfe oder Solarplexus können zum "K.o." führen. (Siehe auch Wirkungstreffer).
Kopfschutz (Amateurboxen)	Bei Kämpfen im Amateurboxsport ist das Tragen eines Kopfschutzes Bedingung.
Konter	Man fängt einen gegnerischen Schlag ab und überrascht den Gegner nahezu gleichzeitig mit einem eigenen, kräftigen Schlag.
Linksauslage	Die "Linksauslage" ist die Grundkampfstellung der Rechtshänder. Das linke Bein und die linke Hand sind vorne. Über 80 Prozent aller Boxer sind Links-Ausleger. Nicht selten haben "Links-Ausleger" gegen "Rechts-Ausleger" große Schwierigkeiten zu boxen, da alle Aktionen im Ring seitenverkehrt vorgetragen werden.
Lucky Punch	Manchmal kann ein Boxer seinen Gegner nach Belieben dominieren bis zu dem Moment, wo ein einziger glücklicher Schlag, der "Lucky Punch", den Kampf zu Gunsten des bis dahin Schwächeren mit einem K.o.-Sieg beendet.

Mundschutz	Die Verwendung eines Mundschutzes beim Wettkampf ist Pflicht. Er schützt vor Lippen- und Zahnverletzungen und besteht aus weichem Kunststoff.
Niederschlag	Ein Niederschlag ist ein Wirkungstreffer, der den Gegner zu Boden zwingt. Siehe auch "zu Boden".
Promoter	Die "Promoter" agieren meist im Hintergrund. Sie sind diejenigen, die die Geschicke des Boxers leiten und über Kampfbörsen, TV-Verträge und andere finanzielle Geschäfte verhandeln. Hier ein paar derzeit bekannte Promoter Klaus-Peter Kohl aus dem Universum Boxstall, Wilfried Sauerland aus dem gleichnamigen Boxverein und der Amerikaner Don King.
Punktrichter	Bei den Profi-Kämpfen gehören drei, bei den Amateuren drei bis fünf Punktrichter zum Kampfgericht.
Rechtsauslage	Die "Rechtsauslage" ist die Grundkampfstellung der Linkshänder. Das rechte Bein und die rechte Hand sind vorne. Er ist für Rechtshänder sehr schwierig zu boxen, da er alles seitenverkehrt macht.
Ringarzt	Vor jedem Kampf muß der Boxer ärztlich untersucht werden. Stellt der Ringarzt fest, dass der Boxer nicht kampffähig ist, so ist der Boxer für die Veranstaltung gesperrt. Ohne Ringarzt dürfen keine öffentlichen Kämpfe ausgetragen werden.
Schattenboxen	Das Schattenboxen wird zur Bewegungs- und Technikschiulung angewandt. Ein Standspiegel kann zur optischen Kontrolle der Bewegungen dienen.
"Stop!"	Das Kommando "Stop" nutzt der Ringrichter, um den Kampf zu unterbrechen. Meist wird so ein Klammern und die damit verbundene Inaktivität beendet. Erst mit dem Kommando "Box!" dürfen die Kontrahenten den Kampf wieder aufnehmen.
Sparring / Sparringspartner	Ein "Sparringspartner" ist ein Trainingspartner für Übungskämpfe. Es ist ratsam vor einem Kampf einen Sparringspartner zu wählen, der ähnliche physische Voraussetzung (Größe, Reichweite, Auslage etc.) mitbringt als der spätere Boxgegner. Bei diesen Sparrings (Übungskämpfen) lassen sich Box-Kombinationen üben, Fehlstellungen können so erkannt und korrigiert werden.
Super-Champion	Wenn ein Weltmeister Titelträger des Weltverbandes WBA und zusätzlich Champion bei einem anderen bedeutenden Welverband ist (also WBC, IBF und auch WBO), wird er automatisch von der World Boxing Association zum "Super-Champion" ernannt. Der WBA-Titel wird daraufhin vakant und kann neu ausgeboxt werden. Trotzdem verteidigt der Super-Champion bei seinen Titelverteidigungen auch die WBA-Weltmeisterschaft.
Technisches K.o.	Ein Boxer wird für "technisch K.o." erklärt, wenn er vom Ringrichter kampfunfähig erklärt wird. Dies ist zum Beispiel der Fall, wenn der Boxer bereits viele Schläge einstecken mußte und so Probleme mit seiner Körperbeherrschung hat. Ein "technischer K.o." kann auch ausgesprochen werden, wenn der Boxer noch nicht zu Boden gegangen ist.
Tiefschlag	Schläge unterhalb der Gürtellinie sind verboten und führen bei Kampfunfähigkeit des Kämpfers zur Disqualifikation des Gegners. Kann der getroffene Kämpfer seinen Kampf fortsetzen, muß der Ringrichter den Gegner warnen.

Uppercut	Der "Uppercut" ist ein sehr kraftvoller Aufwärtshaken. Wird angewandt um die Doppeldeckung eines Boxers zu durchbrechen.
Weltmeistertitel (Profiboxen)	Weltmeistertitel werden von folgenden Verbänden vergeben: IBF (International Boxing Federation), WBA (World Boxing Association), WBC (World Boxing Council) und WBO (World Boxing Organization).
Wirkungstreffer / K.o-Punkte	Absolvierte Schläge, die beim Gegner zur kurzfristigen Kampfunfähigkeit oder zum K.o. führen. Schläge an die folgenden Körperstellen können zu einem vorzeitigen Sieg durch Knockout (K.o.) führen: Schläfe, Kinn, Kehlkopf, Halsschlagader, Aorta, Herzspitze, Solarplexus, Milz, Magen, Leber.
Zeit (Profiboxen)	Die "Zeit" eines Boxkampfes: Eine Runde dauert drei Minuten. Ausruhen können sich die Boxer zwischen den Runden eine Minute lang. WM-Kämpfe gehen über zwölf Runden, internationale Kämpfe können auch nur über zehn Runden gehen. Aufbaukämpfe können sogar nur bis auf vier Runden angesetzt werden.
Zeit / Kampfunden (Amateurboxen)	Die Zeit im Amateurboxen beläuft sich auf 4 Runden à 2 Minuten (Männer) und 3 Runden à 2 Minuten bei den Frauen. Zwischen den Runden wird je 1 Minute unterbrochen.
zu Boden / Niederschlag	Als "Zu Boden" gilt ein Kämpfer, wenn er durch Schlagwirkung a) den Ringboden mit einem anderen Körperteil als den Füßen berührt, b) kampf- oder verteidigungsunfähig in den Seilen hängt, c) sich außerhalb oder teilweise außerhalb der Ringseilbegrenzung befindet, d) stehend kampf- oder verteidigungsunfähig ist. Wird er vom Ringrichter angezählt, dann muss der gegnerische Boxer in eine neutrale Ecke gehen.

Bitte beachten Sie den auf dem Internetauftritt <http://www.nordcafe.de> hinterlegten Haftungsausschluss.