



Svenska Muaythai-Förbundet

Regelverk för Diplom tävlingar

Inledning

För att diplom Muaythai ska kunna genomföras på ett framgångsrikt och säkert sätt är det avgörande att alla coacher har rätt inställning och förmedlar sporten på ett korrekt sätt. Om detta inte sker kommer konceptet inte att fungera. Svenska Muaythai-förbundets målsättning är att alla föräldrar ska känna sig trygga och kunna ge sitt samtycke till att deras barn deltar i diplom Muaythai.

Diplom Muaythai innebär att ingen kraft överhuvudtaget får användas mot någon del av kroppen.

Tävlingen handlar inte om att vinna över en motståndare, utan om personlig utveckling. Deltagarna tävlar mot sig själva för att samla poäng och utveckla sin förmåga att hantera Muaythai mot olika typer av motstånd. Detta bidrar till en mer genomtänkt och tekniskt skicklig stil i framtiden.

Domaren har en viktig roll i att styra matchen rättvist. En boxare som enbart går till anfall ska uppmanas att variera sitt agerande för att kunna visa prov på både offensiv och defensiv förmåga. Det är också en utmaning för den som blir attackerad, eftersom försvar måste ske utan att använda kraftfulla tekniker.

Följande regler gäller:

- Inga sparkar, knän eller frontsparkar får riktas ovanför brösthöjd eller träffa huvudet. Träffa mot huvudet med en spark leder till en omedelbar varning.
- Slag mot huvudet får endast markeras (lätt kontakt utan kraft).
- Det är inte tillåtet att fånga en spark som är riktad mot kroppen.
- Under clinchmomentet ska fokus ligga på tekniska lösningar och att leverera knän med teknik, inte kraft.

Domaren kommer att bryta clinchen tidigt om den inte fungerar, men kan låta den fortgå längre om båda utövarna visar god teknisk nivå.

Innehållsförteckning

1§	Boxningshandskar	4
2§	Klädsel	4
3§	Wai Kru	4
4§	Viktklasser och invägning	4
5§	Ronddefinitioner	5
6§	Tävlingsklasser	5
7§	Tävlande	6
8§	Sekonder	7
9§	Ringdomaren	8
10§	Poängdomare	10
11§	Poängbedömning	10
12§	Domslut	16
13§	Otillåtna tekniker och regelbrott	16
14§	Tolkning	16

1§ BOXHANDSKAR

- 1.1 Vid tävling i Diplom Muaythai ska båda boxarna använda samma typ av boxhandskar, avsedda för denna tävlingsform.
- 1.2 Boxhandskar ska vara försedda med snörning eller kardborrestängning. Vid användning av kardborrehandskar måste coachtejp appliceras över stängningen för att minimera risken för rivsår på motståndaren.
- 1.3 Samtliga boxhandskar ska ha en vikt på 12 oz (340,0 gram).

2§ KLÄDSEL

- 2.1 Muaythai-shorts är obligatoriskt och ska kombineras med en topp eller ett linne.
- 2.2 Suspensoar måste användas av både herrar och damer.
- 2.3 Mongkol ska bäras om **Wai Kru** genomförs innan matchstart. Amuletter i tyg får endast användas runt armen, mellan axel och biceps.
- 2.4 Enstaka elastiska bandage får användas för att skydda exempelvis skrapsår.
- 2.5 Inga metalliska föremål eller smycken får bäras under matchen.
- 2.6 Överdriven användning av vaselin som ger orättvis fördel är förbjuden. Domaren ska kontrollera detta före matchstart samt vara uppmärksam under och efter rondpauser för att säkerställa att reglerna följs.
- 2.7 Tävlade får använda elastiska ankelskydd.

3§ WAI KRU

- 3.1 Wai Kru ska genomföras före matchstart och bestå av tre bugningar i den egna ringhörnan.

4§ VIKTKLASSER OCH INVÄGNING

- 4.1 I Diplom Muaythai accepteras en maximal viktskillnad på 10 % av kroppsvikten mellan tävlande, samt en maximal längdskillnad på 15,0 cm. Detta regleras för att skapa rättvisa förutsättningar vid diplommatcher.
- 4.2 På matchdagen, senast 2 timmar innan match, skall alla tävlande genomgå SMTFs läkarundersökning och bedömas som lämplig för tävling av legitimerad läkare, för att få tillstånd att tävla.

5§ RONDDEFINITIONER

- 5.1 Åldersindelningen baseras på kalenderår, vilket förtydligas under §9.1.
Eventuella avbrott under en pågående rond ska inte räknas in i rondtiden.

Tävlingsklass	Antal Ronder	Rondtid	Rondpaus
10-11 år	3 st	1.0 min	1.0 min
12-13 år	3 st	1.5 min	1.0 min

6§ TÄVLINGSKLASSER

6.1 Åldersklasser:

- 6.1.1 Klass diplom B: 10 – 11.

(Baserat på kalenderår, från det år man fyller 11 till och med det år man fyller 12.

För att få lov att tävla måste man ha fyllt minst 10år.)

- 6.1.2 Klass diplom A: 12 – 13.

(Baserat på kalenderår, från det år man fyller 12 till och med det år man fyller 13.)

- 6.2 Utöver åldersindelning ska boxarna, där det maximalt får skilja ett år i ålder mellan dem, även matchas efter **längd** för att säkerställa så jämna förutsättningar som möjligt.
Ex. Matchning inom 11–12 år är också tillåtet, men då gäller den yngsta boxarens begränsning i rondlängd.

7§ TÄVLANDE

- 7.1 För att delta i diplomklass måste den tävlande vara mogen och ha kunskap om hur en diplommatch genomförs. Den tävlande ska, från det att hen fyllt 10 år till och med det kalenderår hen fyller 15 år, samt vara fri från fysiska funktionshinder.
En boxare får som mest delta i två matcher per dag, med minst en timmes vila mellan matcherna.
- 7.2 Den tävlande ska väga minst 30,0 kg.
- 7.3 Den tävlande får inte anses olämplig att tävla av medicinska skäl enligt obligatorisk läkarkontroll före match.
- 7.4 En tävlande klubb kan uteslutas från tävling vid upprepat dåligt uppförande eller ovilja att följa Svenska Muaythai-förbundets regler och bestämmelser. Styrelsen beslutar om tidsbegränsad eller permanent uteslutning i sådana fall.
- 7.5 Knä- och armbågstekniker samt sparkar, knän och frontsparkar ovanför bröstkorgen är strikt förbjudna.
Boxningshandskar ska användas enligt § 3.
Dessutom ska benskydd, huvudskydd, tävlingsväst, suspensoar och tandskydd alltid bäras.
Tävlande, coacher och poängdomare ska vara införstådda med att full kraft inte får användas mot motståndaren.

Kontaktgraden ska vara teknisk, vilket innebär att matchen genomförs med bibehållen god teknik och minimerad skaderisk. Detta ansvar ligger på ringdomaren. Om en tävlande inte följer domarens anvisningar eller visar tendens att använda för hårda tekniker ska matchen stoppas omedelbart, och den tävlande ska informeras om att fortsatt beteende leder till diskvalificering.

Vid upprepade överträdelser ska tävlande diskvalificeras. Domaren ska vara särskilt vaksam på hårdhetsnivån, särskilt mot huvudet, och aktivt kommunicera med de tävlande under matchens gång för att hålla säkerheten hög.

8§ SEKONDER

- 8.1** Under matchen får sekonder endast vistas innanför ringrepen vid sin ringhörna under rondpausen. All utrustning och material ska avlägsnas från ringen vid rondpausens slut. Sekonderna ansvarar för att deras ringhörna hålls torr och ren för att förhindra halka. Endast en sekond får gå in i ringen under rondpausen. Två sekonder får befinna sig vid ringhörnan för att ta hand om den tävlande.
- 8.2** Sekonder får inte tilltala ringdomare, poängdomare eller motståndare, förutom vid hälsning.
- 8.3** Sekonder får inte tilltala sin boxare när denne är ställd i den vita hörnan av ringdomaren. Detta gäller tills domaren återupptar matchen.
- 8.4** Sekonder får ge råd till sin tävlande, men inte i en nedlåtande eller respektlös ton gentemot motståndaren.
- 8.5** Endast chefssekonden får ge instruktioner till den tävlande under match och i rondvilan.
- 8.6** Chfssekonden ska bedöma om det föreligger risk för skada för sin tävlande. Om så är fallet ska handduken kastas in, vilket innebär att matchen avslutas.
- Den som ger upp en match får inga poäng.**
- Vid grova eller upprepade regelbrott från sekonder, trots varning, kan boxaren diskvalificeras.

9§ RINGDOMAREN

- 9.1 Varje match ska ledas av en utbildad ringdomare som är närvarande i ringen.
Primärt ansvar: Ringdomarens viktigaste uppgift är att säkerställa tävlandes säkerhet till full.
- 9.2 Ringdomaren måste vara utbildad och godkänd av Svenska Muaythai-förbundet.
- 9.3 I Diplom Muaythai är hårda tekniker inte tillåtna. Domaren ska därför inte bedöma teknikers kraft, utan istället fokusera på utövarens tekniska färdigheter.
- 9.4 **Hård kontakt är absolut förbjuden i Diplom Muaythai.**
En boxare som medvetet slår eller sparkar hårt får en muntlig tillsägelse.
Om boxaren trots tillsägelse fortsätter att använda hård kontakt, ska matchen avbrytas och hen diskvalificeras utan att tilldelas poäng.
- 9.5 **Sparkar mot huvudet är inte tillåtna och resulterar i en omedelbar tillsägelse.**
Vid upprepade förseelser leder detta till diskvalificering.
- 9.6 Efter matchen för ringdomaren båda tävlande till mitten av ringen. Speakern meddelar resultatet, och domaren lyfter båda händer – matchen slutar alltid oavgjort. Syftet är att tävla mot sig själv för att utvecklas och nå högre poäng.
- 9.7 Ringdomaren ska bära mörkblå eller svarta långbyxor tillsammans med en skjorta eller pikétröja. Skorna ska vara svarta med mjuka sulor för att minimera risken för skador eller obehag för boxarna vid fysiska ingripanden, särskilt i samband med kommandot "STOP".
- 9.8 Domaren ska vara i god fysisk form, alert och ha förmåga att snabbt ingripa vid behov för att skydda de tävlande.
- 9.8.1 God erfarenhet av thaiboxning krävs – gärna genom egen tävling eller coaching.
- 9.8.2 Domaren ska kunna bedöma situationer rättvist och ha den mentala lämplighet som krävs för att säkerställa andras trygghet.
- 9.9 **Övriga riktlinjer för ringdomaren:**
- 9.9.1 Säkerställ att alla parter följer regelverket på ett rättvist och konsekvent sätt.
- 9.9.2 Uppträd artigt gentemot tävlande, publik och funktionärer.
- 9.9.3 Var ständigt uppmärksam under matchen. Håll dig nära händelserna utan att störa utövarna.
- 9.9.4 Skydda alltid den svagare boxaren från att skadas allvarligt.
- 9.9.5 Se till att bägge utövare hälsar respektfullt på varandra före första ronden och efter att domslutet meddelades.
- 9.9.6 Kontrollera att samtliga skydd är korrekt placerade och används enligt regelverk.

9.9.7 Ringdomarens tre grundläggande kommandon under match:

9.9.7.1 ”STOP” (eller ”YUDT”)

Används för att tillfälligt avbryta matchen. Kommandot signalerar till de tävlande att omedelbart sluta boxas och invänta vidare instruktioner. Det används främst vid stillastående eller låsta situationer, till exempel en clinch där inga tekniker utförs.

9.9.7.2 ”BREAK” (eller ”YEEK”)

Ges efter kommandot ”STOP” och upprepas vid behov för att separera boxarna. Domaren ingriper fysiskt vid behov för att sära på de tävlande och säkerställer att båda återgår till mitten av ringen.

9.9.7.3 ”BOX” (eller ”CHOOK”)

Detta kommando används för att återuppta matchen. Det ges vid matchstart, efter ett avbrott (STOP/BREAK), eller efter en rondpaus.

9.10 Domarens skyldigheter:

9.10.1 Vid fall, oavsett om det orsakats av motståndarens teknik eller obalans, ska domaren i möjligaste mån försöka fånga boxarens huvud innan denne slår i marken.

9.10.2 Matchen ska omedelbart stoppas om den ena boxaren är klart överlägsen och den andra riskerar att skadas.

9.10.3 Domaren ska avbryta matchen om en tävlande hamnar i en riskfylld situation eller om skada har uppstått.

9.10.4 Matchen ska stoppas om domaren bedömer att någon av de tävlande inte anstränger sig fullt ut eller agerar oseriöst.

9.10.5 Matchen ska avbrytas vid användning av otillåtna tekniker eller regelbrott.

9.10.6 Diskvalificering ska ske om en tävlande medvetet, grovt eller upprepade gånger bryter mot reglerna. Om en tävlande skadar ringdomaren eller uppvisar aggressivt beteende mot denne ska diskvalificering ske omedelbart.

9.10.7 En tävlande kan diskvalificeras om hans sekunder uppsåtligt bryter mot reglerna.

9.10.8 Domaren ska säkerställa att otillåtna tekniker inte leder till fördel för den tävlande som använt dem.

9.10.10 Vid regelöverträdelser kan domaren ge en varning. Innan varningen utdelas stoppas matchen tillfälligt, korrekt varningstecken används för tydlig kommunikation, och domaren anger tydligt vilken boxare varningen gäller – detta även för att informera poängdomarna. En boxare som tilldelas två varningar blir diskvalificerad. Syftet med en varning är att klargöra att regler brutits och att upprepning leder till diskvalificering.

10§ POÄNGDOMARE

- 10.1 Varje match ska övervakas av **tre utbildade poängdomare**, placerade runt ringen.
- 10.2 Ansvar som poängdomare:
- 10.8.1 Poängdomarna ska vara fria och oberoende i sin bedömning och döma enligt gällande regler och etablerad praxis.
 - 10.8.2 Varje poängdomare ska vara placerad på separat ringsida, åtskild från publiken. Under matchen får poängdomaren endast kommunicera med ringdomaren – och endast om det är nödvändigt.
 - 10.8.3 Poängdomaren ska förhålla sig neutral under hela matchen. Om ett regelbrott observeras, ska detta meddelas ringdomaren i rondpausen.
 - 10.8.4 Efter varje rond ska poängdomaren fylla i Diplom Muaythai poängkort, baserat på de tekniska kriterier som uppfylls under ronden.
 - 10.8.5 Poängdomaren får inte lämna sin plats förrän hela matchen är avslutad och resultatet har tillkännagetts.
 - 10.8.6 Ringdomaren har rätt att vid behov fråga poängdomarna om deras iakttagelser under matchen.
 - 10.8.7 Vid all poängsättning ska poängdomaren bedöma helheten i tekniskt utförande – inte enbart enstaka tekniker.

11§ POÄNGBEDÖMNING.

- 11.1 Poängbedömning skiljer sig från den ordinarie bedömningen då kraftmomentet är borttaget för att hålla detta på en skadefri nivå. Vi ser att man utför tekniker på ett kontrollerat och behärskat sätt och att domarna bedömer helheten där boxarna ska visa upp sin kunskap. I attacker med variation och att ha balans och fotarbete som förväntas samt garderingar med undan glidningar. Boxarna bedöms enligt diplom poängkort och ska där få godkänt i så många kriterier som möjligt. Det är viktigt att man bedömer utifrån ett korrekt sätt och är kritisk till utförandet så man inte ger bort godkännande för att vara snäll. Detta kommer inte att hjälpa boxaren senare i karriären.
- 11.2 **Bedömning per kriterium:**
- 11.2.1 Klart underkänt – 1 poäng
 - 11.2.2 Ej godkänd – 2 poäng
 - 11.2.3 Godkänd – 3 poäng
 - 11.2.4 Klart godkänd – 4 poäng
 - 11.2.5 Den perfekta thaiboxaren – 5 poäng
- 11.3 **Otillåten teknik:**
- 11.3.1 Ringdomaren befarar alla otillåtna tekniker och talar om för boxaren som bryter mot reglerna.
 - 11.3.2 Om poängdomaren upptäcker en otillåten teknik så påtalar man det till ringdomaren som tillrättavisar den skyldiga boxaren.
 - 11.3.3 **Om det blir för hårda tekniker så ska ringdomaren varna skyldig boxare en gång om boxaren inte lyder så kan ringdomaren bryta matchen direkt eller ge ytterligare en tillsägelse. Matchen ska brytas om domaren tvingas säga till en tredje gång.**

11.4 Förtydligande av kriterium:

- 11.4.1 Helhetsintryck:** Poängdomaren ska i första hand fokusera på helhetsintrycket av boxaren och göra sin bedömning utifrån detta. Boxaren ska vara tydlig i sina attacker och visa bra teknik och stor variation gärna med att sätta ihop två till fyra tekniker så att det inte blir enstaka slag eller spark. Den tekniska nivån ska värderas som en helhet, där attacker, försvar, clincharbete och balans ingår. Övriga kriterier i poängkortet kan användas som stöd vid bedömningen av helhetsintrycket.
- 11.4.3 Slagrepertoar:** Poängdomaren ska bedöma hur tekniskt korrekt alla slag utförs, samt hur väl boxaren genomför slagkombinationer och bibehåller balans och teknik. Även antalet rena träffar i slagkombinationer mot huvud och kropp vägs in i poängbedömningen. Träffar boxaren inte sin motståndare eller om boxaren utför tekniskt dåliga tekniker ska man underkänna boxaren.
- 11.4.4 Sparkrepertoar:** Poängdomaren ska bedöma hur tekniskt korrekt sparkarna utförs, samt hur effektivt boxaren genomför spark-kombinationer och upprätthåller balans och teknik. Antalet rena träffar från spark-kombinationer och knä-tekniker i clinch, med rätt del av knät som träffyta mot motståndarens kropp, tas också med i poängbedömning. Utförs tekniskt dåliga tekniker eller sparkar som inte träffar så ska man underkänna boxaren.
- 11.4.5 Gardering och förflyttning:** När boxaren endast blir träffad av två till tre tekniker av tio, och alltså tar de övriga slagen med armar eller får motståndaren att missa genom att ta ett sidosteg eller bakåttag. Så har boxaren gjort sig förtjänt av godkänt. Är boxaren rutinerad och möter en "ny" diplomboxare så får man ta hänsyn till detta, vid bedömningen. Blir boxaren alltför lätt träffad ska man underkänna boxarens försvar. Allt beror på hur många slag och sparkar motståndaren utför och hur många som träffar.
- 11.4.6 Balans:** När boxaren flyttar fötterna, för att få en "bättre" position och slår/sparkar vid detta tillfälle och fortfarande har god balans, där boxarens vikt rätt fördelad på fötterna och/eller när boxaren slår/sparkar och har vikten fördelad på båda fötterna och har alltså balans när boxaren träffar. Står boxaren fel och utan balans vid utdelning av slag och spark så kan boxaren inte få godkänt i detta moment.
- 11.4.7 Offensivt clincharbete:** Bedömning av poäng ska baseras på hur effektivt boxaren offensivt öppnar upp för effektiva kombinationer och plötsliga attacker med knän och/eller slag. Positioner som ger bättre kontroll samtidigt som den möjliggör olika typer av attacker anses som offensivt clincharbete. och räknas till boxarens fördel i poängbedömningen.
- 11.4.8 Defensivt clincharbete:** Bedömning av poäng ska baseras på hur effektivt boxaren lyckas störa motståndaren i clinchen och skapa utrymme. Det innefattar att trycka tillbaka motståndarens huvud för att rubba deras balans, samt hur väl boxaren utnyttjar detta för att skapa möjligheter till efterföljande kontrar. Positioner som ger både kontroll och möjlighet till defensiva tekniker ska räknas till boxarens fördel i poängbedömningen.

11.5 Bedömningsgrunder för diplom thaiboxning.

11.5.1 – Poängnivå 1

Helhetsintryck: Denna diplomboxare saknar den erfarenhet som krävs för att delta i denna tävling. Hen framstår som alltför oerfaren.

Slagrepertoar: Utför främst vilda och otekniska svingar. Fokuserar enbart på att slå hårt snarare än tekniskt korrekt.

Sparkrepertoar: Sparkarna är stela och tekniskt bristfälliga. Deltagaren har svårt att behålla balansen och prioriterar kraft framför teknik.

Gardering och förflyttning: Försvar och rörelsemönster är nästintill obefintliga. Har svårt att kontrollera både händer och fötter, vänder sig bort och undviker kontakt på ett osäkert sätt.

Balans: Har inte kontroll över sin grundställning, byter fotposition osäkert och snubblar ofta vid utförande av tekniker.

Offensivt clincharbete: Felaktig positionering och träffyta vid offensiva tekniker som knän. Satsar enbart på att knäa hårt utan teknisk precision.

Defensivt clincharbete: Saknar helt försvar mot motståndarens clinchtekniker. Vet inte hur hen ska agera i närkampen.

11.5.2 Poängnivå 2:

Helhetsintryck: Det börjar nu tydligt märkas att utövaren har grundläggande förståelse för thaiboxning. Rörelsemönstret är dock fortfarande något stelt och osäkert, med ett visst valpigt intryck. Det finns en tendens att tappa kontrollen helt vid enstaka tillfällen.

Slagrepertoar: Utövaren behärskar jabben och försöker ibland med enklare kombinationer, såsom höger-vänster. Det märks att det finns viss förståelse för boxningens grunder, även om utförandet inte alltid är lyckat. Arbetet blir lätt ensidigt och kan snabbt övergå i osystematiska svingar. Svårigheter att hålla rätt avstånd är fortfarande tydligt.

Sparkrepertoar: Visar att hen kan utföra midkicks och lowkicks, samt försöker ibland med enklare spark-kombinationer. Tekniken är där, men stabiliteten brister ibland, vilket leder till att balansen tappar i vissa moment.

Gardering och förflyttning: Håller upp händerna, men har fortfarande svårt att skydda sig effektivt – många slag tränger igenom försvaret. Har en kvarstående ovana att vilja vända bort huvudet eller ducka undan på ett osäkert sätt vid pressade situationer.

Balans: Grundpositionen och fotarbetet fungerar någorlunda, men utövaren tenderar att röra sig ensidigt och har inte utvecklat känslan för rätt avstånd. Istället för att kontrollera ringen följer hen mest efter motståndaren. Slag och sparkar genomförs ofta utan god balans.

Offensivt clincharbete: Använder knän offensivt och träffar i viss mån, men oftast inte med rätt del av knät. Det finns en vilja att arbeta taktiskt i clinchen genom att försöka vrida och kontrollera motståndaren för att öppna upp för tekniker. Dock brister stabiliteten – intensiva moment leder ofta till att utövaren förlorar balansen.

Defensivt clincharbete: Försöker kontrollera motståndaren genom att vrida och positionera sig, men tappar lätt balansen själv. Lyckas i viss mån undvika attacker och arbetar med armarna i clinchen, men har bristande kunskap i grundläggande defensiva tekniker, såsom att trycka bort motståndaren eller försvara sig effektivt mot knäna.

11.5.3 Poängnivå 3:

Helhetsintryck: Det råder ingen tvekan om att denna boxare har goda grundkunskaper i thaiboxning. Utövaren upprätthåller en stabil och korrekt stil även under press. Det är tydligt att hen konsekvent försöker använda tekniker – både slag och sparkar – i samtliga situationer. Även om enstaka tekniska misstag förekommer, ibland av mer påtaglig karaktär, visar utövaren en tydlig förståelse för och tillämpning av grundläggande thaiboxningsprinciper.

Slagrepertoar: Boxaren behärskar vänster-höger-kombinationer med god teknik och kontroll utan att överdriva kraften. Det finns en tydlig ambition att agera offensivt och att hitta rätt distans för att teknikerna ska bli effektiva.

Sparkrepertoar: Sparkar med både vänster och höger ben genomförs med god teknik och kontroll, utan att använda onödig kraft. Utövaren visar också förmåga att variera sina tekniker med exempelvis frontsparkar och knän, och söker aktivt rätt avstånd för att kunna agera offensivt.

Gardering och förflyttning: Försvarsarbetet är genomgående godkänt. Boxaren försöker konsekvent gardera sig i alla lägen, även om det ibland uppstår situationer där hen har svårt att hänga med. Så länge detta inte beror på direkt felaktiga beslut eller ageranden, bedöms det ändå som godkänt.

Balans: Boxaren har en stabil grundställning med bra fotplacering och viktfördelning. Balansen bibehålls generellt väl under både slag- och sparkväxlingar. Under press visar utövaren förmåga att agera offensivt utan att alltför ofta tappa balansen, även om viss osäkerhet kan uppstå vid tempoväxlingar.

Offensivt clincharbete: Utövaren visar god förståelse för det offensiva clincharbetet. hen kan skapa öppningar för knätekniker och träffar med korrekt träffyta. Arbetet i clinch sker med tydlig intention och teknisk kontroll.

Defensivt clincharbete: Boxaren försvarar sig effektivt i clinchen genom att använda armarna för att trycka bort motståndaren, styra positionen genom att vrida och kontrollera, samt hantera knätekniker på ett tillfredsställande sätt – utan att förlita sig på otillåtna kast.

11.5.4 Poängnivå 4:

Helhetsintryck: Denne diplom thaiboxare har nästan allt vi begär av den färdiga boxaren, kanske gör hen enstaka misstag och missbedömningar men i stort sett kan hen det mesta ganska hyggligt.

Slagrepertoar: Nu begär vi att boxaren ska kunna det enklare tekniken mycket bra, som till exempel jabb och raka kombinationer. Men här vill vi se kontringar, uppercuts, krokar mot kroppen osv. 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 hon/ han plockar slag från motståndaren, försöker hon/ han genast använda detta till sin egen fördel.

Sparkrepertoar: Nu förväntar vi oss att boxaren behärskar de enklare sparkteknikerna mycket väl, till exempel grundläggande midkicks och lowkicks med båda benen. Men här vill vi också se kontringssparkar, variation med frontsparkar och rundsparkar mot olika nivåer – liksom försök att använda knän på ett tekniskt och taktiskt sätt. Det vill säga, åtminstone tydliga försök att använda dessa tekniker i sitt arbete. Boxaren visar god kontroll över flera typer av sparkar och försöker variera sina attacker mot både ben och kropp.

Gardering och förflyttning: Mjuk i kroppen, ses motståndarens attacker i tid, söker sig in emot när det hettar till och försöker gå i clinch. På den här nivån försöker sig boxaren på att försvara sig med en tight guard vid svårigheter och här ser du aldrig någon fly i panik, även om boxare blir träffad.

Balans: Bra balans och rätt avstånd mellan fötterna. Kan oberört erhålla sin balans under press eller under sitt försvar. hen kan nu växla tempo och riktning ganska bra samt erhålla en bra viktfordelning för att snabbt kunna agera från vilken position som helst. Slarvet är nu minimalt och det börjar se riktigt stabilt och välutfört ut.

Offensivt clincharbete: Avslappnad och lätt i sin rörelse, samtidigt teknisk och explosiv. Har god kontroll över sina knäattacker, som genomförs med precision och träffsäkerhet. Visar tydlig dominans i clinchen genom effektiv armkontroll och förmåga att smidigt vrida motståndaren till sin fördel för att skapa öppningar. Nästan felfritt clincharbete med endast marginella brister.

Defensivt clincharbete: Teknisk och taktiskt skicklig i sitt försvar. Har en lösningsorienterad approach och hanterar effektivt de flesta situationer som motståndaren skapar. Använder rotation för att undvika knän och arbetar aktivt med armarna för att skapa utrymme och ta sig ur pressade lägen. Visar god förmåga att bedöma när man är i underläge i clinchen och kan då låsa situationen till sin fördel för att neutralisera motståndarens knäattacker.

11.5.5 Poängnivå 5

Helhetsintryck: En ren uppvisning i teknisk thaiboxning. Utövaren uppfyller samtliga krav för diplomnivån med högsta kvalitet. Hen håller en tydlig teknisk linje i alla lägen och deltar aktivt i utbyten utan att överdriva kraften i slagen, vilket är i enlighet med diplomreglerna.

Slagrepertoar: Använder hela arsenalen av slagtekniker och visar god variation i kombinationerna. Det är tydligt att utövaren medvetet arbetar med att anpassa teknikerna efter situationen.

Sparkrepertoar: Demonstrerar ett brett register av sparktekniker med kontinuerlig variation. Sparkarna är tekniskt rena, kontrollerade och anpassade till diplomnivåns krav.

Gardering och förflyttning: Försvarsarbetet är mycket välutvecklat. Händerna är ständigt i rätt position, även när det inte alltid krävs, tack vare en god förmåga att läsa motståndarens intentioner. Utövaren växlar mellan effektiv gardering och smart förflyttning för att undvika tekniker, särskilt mot sparkar, vilket resulterar i ett mycket stabilt och funktionellt försvar.

Balans: Har utmärkt balans i både offensiva och defensiva moment. Tempoväxlingar och rörelsemönster hanteras med lätthet. Även mot fysiskt starkare motståndare påverkas inte boxarens balans eller grundställning, vilket vittnar om hög teknisk mognad.

Offensivt clincharbete: Visar stark närvarokontroll och god förståelse i clinchen. Bedömer snabbt situationen och utnyttjar varje möjlighet offensivt utan att gå över gränsen för vad som är tillåtet i diplomklassen. Knäattacker är precisa, kontrollerade och genomförs med rätt avsikt och teknik.

Defensivt clincharbete: Försvarsspelet i clinchen håller mycket hög nivå. Utövaren är tekniskt överlägsen och har full kontroll över motståndarens försök till offensiv. Samtliga situationer hanteras med säkerhet och kontroll, vilket gör att hen sällan hamnar i underläge

12§ DOMSLUT

- 12.1 Domslutet i en match fastställs enligt följande villkor:
- 12.1.1 **Alla matcher i Diplom Muaythai avslutas med oavgjort resultat.**
 - 12.1.2 Båda betraktas som vinnare i syfte att uppmuntra lärande och teknisk utveckling.
 - 12.1.3 Om en tävlandes sekund kastar in handduken avbryts matchen. Detta räknas som ett uppgivet resultat.
 - 12.1.4 Vid diskvalificering tilldelas endast motståndaren poäng, oavsett tidigare prestation i matchen.
 - 12.1.5 Om båda tävlande bryter mot regler, fuskar eller inte gör sitt bästa, fastställs resultatet som **"No Decision"** och inga poäng delas ut.
 - 12.1.6 Om matchen inte kan fullföljas på grund av yttre omständigheter – till exempel skada på ringen eller annan störning – förklaras matchen som **"No Contest"**.

13§ OTILLÅTNA TEKNIKER OCH REGELBROTT

- 13.1 Det är förbjudet att bita, spotta eller använda skallar mot motståndaren.
- 13.2 Brottningsgrepp, rygg-, nack- eller armlås, stryppningar eller andra judo- och brottningsgrepp är inte tillåtna.
- 13.3 **Alla sparkar riktade mot huvudet är förbjudna.**
- 13.4 Det är förbjudet att hålla i ringrep, oavsett anledning.
- 13.5 Svordomar och verbala angrepp är otillåtna och ska undvikas.
- 13.6 Anfall mot motståndaren efter att ringdomaren har beordrat **"STOP"** är förbjudet.
- 13.7 Det är förbjudet att med avsikt träffa grenområdet. En tävlande som träffats i detta område har rätt till **fem minuters vila** innan matchen återupptas.
- 13.8 **Att greppa motståndarens ben under en spark är förbjudet.**
- 13.9 Det är otillåtet att medvetet falla över sin motståndare.

14§ TOLKNING

- 14.1 Tävlingsordföranden eller ringdomaren har beslutsrätt i tolkning av reglerna eller i frågor som inte täcks av dessa regler och förordningar.
- 14.2 Övriga regler som rör sporten i sin helhet samt kompletterande riktlinjer hänvisas till det fullständiga regelverk för D-klass upp till A-klass.