



Svenska Muaythai-Förbundet

Regelverk för Jr. E-klass och Senior E-klass tävlingar

Inledning

Detta regelverk syftar till att säkerställa att Svensk Muaythai genomförs på ett enhetligt sätt, oavsett plats eller deltagare. Reglerna skiljer sig från de som gäller för A-, B-, C- och D-klasserna. Beslutet att separera dessa klasser har fattats för att tydliggöra skillnaderna mellan fullkontakt och semikontakt.

E-klass

I E-klass ska tävlande, coacher och domare vara införstådda med att fullkontakt inte är tillåten. All kontakt ska vara kontrollerad, vilket innebär att båda deltagarna ska kunna genomföra matchen med god teknik och med minimal risk för hård kontakt eller knockout.

Ringdomaren ansvarar för att detta efterlevs. Om en tävlande inte följer domarens instruktioner eller visar tendenser till för hård kontakt ska matchen omedelbart stoppas. Domaren ska då tydligt informera om att fortsatt beteende leder till diskvalificering. Upprepas överträdelsen ska den tävlande diskvalificeras.

Domaren ska vara särskilt uppmärksam på kontaktens hårdhet, framför allt mot huvudet, och kontinuerligt kommunicera med de tävlande för att hålla nivån säker och skadefri.

Junior E-klass

För att Junior E-klass ska fungera är det avgörande att coacher har rätt inställning och lär ut korrekt teknik och kontroll. Svenska Muaythai Förbundets (SMTF) målsättning är att alla föräldrar ska känna sig trygga med att låta sina barn delta.

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.

I övrigt gäller samma regler som för vuxen E-klass. Juniorer får endast möta andra juniorer – matcher mellan junior och senior är inte tillåtna.

Innehållsförteckning

1§	Boxningshandskar_____	4
2§	Klädsel_____	4
3§	Wai Kru_____	4
4§	Viktklasser och invägning_____	5
5§	Ronddefinitioner_____	5
6§	Tävlingsklasser_____	6
7§	Tävlande_____	7
8§	Sekonder_____	7
9§	Ringdomaren_____	9
10§	Poängdomare_____	10
11§	Poängbedömning_____	10
12§	Domslut_____	12
13§	Otillåtna tekniker och regelbrott_____	12
14§	Tolkning_____	12

1§ BOXHANDSKAR

- 1.1 Vid tävling i E-klass 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 för **juniorer** ska ha en vikt på 12 oz (340,0 gram).
- 1.4 Samtliga boxhandskar för **seniorer** ska ha en vikt på 10 oz (283,5 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. Amuleter 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 junior E-klass 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 juniormatcher.
- 4.2 Tävlände i seniorklass skall vägas utan kläder senast 2 timmar och tidigast 4 timmar innan matchstart.
- 4.3 Inom ramen för ovan tidsgränser bestämmer arrangör tidpunkt för invägning och meddelar detta i samband med tävlingsanmälan. Ändringar måste meddelas alla deltagande i god tid innan tävling.
- 4.4 Om en tävlande väger över i E klass får hen väga sig igen. Dock maximeras viktminskning till 3 % av kroppsvikten från första invägningen till matchvikt. OBS detta gäller endast D klass, för junior-E gäller enligt punkten §4.1 ovan.
- 4.5 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 För juniorer gäller 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
Jr. E 10-11 år	3 st	1.0 min	1.0 min
Jr. E 12-13 år	3 st	1.5 min	1.0 min
Jr. E 14-15 år	3 st	2.0 min	1.0 min
Jr. E 15-17 år	3 st	2.0 min	1.0 min
E-Klass	3 st	2.0 min	1.0 min

6§ TÄVLINGSKLASSER

6.1 Åldersklasser Junior E:

6.1.1 Klass Jr. E-klass D: 10 – 11.

(Baserat på kalenderår, från det år man fyller 10 till och med det år man fyller 11.

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

6.1.2 Klass Jr. E-klass C: 12 – 13.

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

6.1.3 Klass Jr. E-klass B: 14 – 15.

(Baserat på kalenderår, från det år man fyller 14 till och med det år man fyller 15.)

6.1.4 Klass Jr. E-klass A: 15 – 17.

(Baserat på kalenderår, från det år man fyller 16 till och med det år man fyller 17.

När en tävlande fyllt 18 år får denne inte längre delta i juniorklassen.)

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 junior E-klass måste den tävlande vara mogen och ha kunskap om hur en junior E-klass genomförs. Den tävlande ska, från det att hen fyllt 10 år till och med det kalenderår hen fyller 17 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 sekund 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 Chefssekonden ska bedöma om det föreligger risk för skada för sin tävlande. Om så är fallet ska handduken kastas in, vilket innebär att matchen avslutas.
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 Jr. och Senior E-klass 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 Jr. och Senior E-klass Muaythai.**
En boxare som medvetet slår eller sparkar hårt får en muntlig tillsägelse. Vid fortsatt överträdelse utdelas en varning, och alla domare drar då av en poäng (markeras med ”W” i protokollet).
Om boxaren trots varningen fortsätter att använda hård kontakt, ska matchen avbrytas och hen diskvalificeras utan att tilldelas poäng.
- 9.5 **Sparkar, knän och frontsparkar mot huvudet är inte tillåtna och resulterar i en omedelbar varning vilket innebär ett poängavdrag.**
Vid upprepade förseelser leder detta till diskvalificering.
- 9.6 Efter matchen för ringdomaren båda tävlande till mitten av ringen. Speakern meddelar poängen, och domaren lyfter vinnarens hand.
- 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 poängkort, baserat på de 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 Otillåten teknik:**
- 11.2.1** Ringdomaren befarar alla otillåtna tekniker och talar om för boxaren som bryter mot reglerna.
 - 11.2.2** 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.**

12§ DOMSLUT

- 12.1 Domslutet i en match fastställs enligt följande villkor:
- 12.1.1 **Vinst genom poängseger.**
 - 12.1.2 Vinst genom att motståndaren drar sig ur p.g.a. skada.
 - 12.1.3 När en tävlande inte kan fortsätta efter rondpaus (uppgivet).
 - 12.1.4 På läkarens rekommendation, när ringdomaren är osäker på huruvida den tävlande är kapabel att fortsätta matchen p.g.a. skada eller annan orsak.
 - 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"**.
 - 12.1.7 Oavgjort **"Draw"**. - När tävlande har samma poäng.

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.