



# World Karate Federation

Neue WKF – Regeln Jänner 2009 (V6)  
und wichtige Punkte

# Warum Regeladaptierungen?



- ❖ Einfacheres, logischeres Regelwerk
- ❖ Eindeutige Flaggensignale / Gesten
- ❖ Reaktion auf ‚Unarten‘
- ❖ Schutz der neuen Altersklassen

# Offizielle Bekleidung

- ❖ Haarbänder, Perlen und andere Verzierungen sind verboten
- ❖ Ein diskretes Gummiband ('Haargummi') oder ein Zopfring sind erlaubt.
- ❖ Kadetten haben zusätzlich die Face Mask und den Body Protector
- ❖ Der Coach (Betreuer) muss während des ganzen Wettbewerbs einen Trainingsanzug tragen
- ❖ Der Coach (Betreuer) muss auf dem ihm zugewiesenen Sessel platznehmen und darf den Ablauf des Kampfes weder durch Worte noch durch Taten stören

# Offizielle Bekleidung



## Paris 2009:

Rückgang der Verletzungen  
um 96%

Kein Nasenbluten

1 gebrochene Maske

ev. auf Junioren ausweiten



# Kampfzeit

- ❖ Kadetten & Junioren 2 Minuten, ebenso U21-Cup
- ❖ weibliche Senioren 2 Minuten, bei Kämpfen um Medaillen 3 Minuten
- ❖ männliche Senioren 3 Minuten, bei Kämpfen um Medaillen 4 Minuten
- ❖ Angaben gelten für Einzel und Team
- ❖ Signal 10 Sekunden vor Zeitende (Atoshi Baraku)
- ❖ Sai Shiai 1 Minute ausgekämpft, Wertungen werden zuvor gelöscht („neuer Kampf“); bei Hantei-Entscheidung wird nur Sai Shiai bewertet
- ❖ nur mehr 2 Sekunden, um Punkt zu machen bzw. Wurf durchzuführen

# Wertungen



- ❖ **Sanbon**
  - ❖ Jodan Beintechniken
  - ❖ Jede wertbare Technik auf einen am Boden liegenden Gegner
- ❖ **Nihon**
  - ❖ Chudan Beintechniken
- ❖ **Ippon**
  - ❖ Chudan oder Jodan Fauststöße
  - ❖ Uchi

# Wertungskriterien



- ❖ **gute Form**
  - ❖ Eine gut ausgeführte Technik innerhalb traditioneller Karatebegriffe
- ❖ **sportliche Einstellung**
  - ❖ erkennbare Konzentration, ohne schlechte Absichten, keine böswillige Haltung
- ❖ **kraftvolle Anwendung**
  - ❖ Kraft und Geschwindigkeit der Technik, spürbarer Wille

# Wertungskriterien

## ❖ Zanshin

- ❖ permanente Wachsamkeit, totale Konzentration, Beobachtung des Gegners



20. März 2009



ÖKB Kampfrichterkommission -  
Thomas Braatz

8

# Wertungskriterien

- ❖ **gutes Timing**
  - ❖ Technik ausführen, wenn sie den größtmöglichen Effekt verspricht
  - ❖ Technik ausführen, während der Gegner zurückweicht, hat schlechtes Timing und keine Effektivität
  - ❖ Technik im zurückgehen ist nicht wertbar



# Wertungskriterien

- ❖ **Korrekte Distanz**
  - ❖ bei Jodan-Techniken bis 5 cm (Kadetten / Junioren  
10cm)



ÖKB Kampfrichterkommission -  
Thomas Braatz

# verbotenes Verhalten

## ❖ Kategorie 1

- ❖ Gegner hochheben und werfen oder beide Beine wegziehen
- ❖ gefährliche Würfe, auch wenn nur der Versuch unternommen wurde

## ❖ Kategorie 2

- ❖ Oberkörper an Oberkörper stehen
- ❖ Übertreiben einer Verletzung -> mind. Keikoku
- ❖ Zeit verschwenden während der letzten 10 Sek. – mind. Keikoku, egal wer führt
- ❖ Mubobi -> entweder Kontakt ODER Mubobi

# Kadetten und Junioren

- ❖ **Jodan-Distanz**
  - ❖ erlaubte Distanz auf 10cm erhöht
- ❖ **Jodan-Kontakt**
  - ❖ Jede Berührung (Skin Touch) mit Fausttechniken verboten -> Kategorie 1 Verwarnung oder Strafe
  - ❖ Berührung (Skin Touch) mit Beintechnik erlaubt



ÖKB Kampfrichterkommission -  
Thomas Braatz

# 10 Sekunden-Regel

- ❖ 10 Sekunden werden bei einem **Niederschlag** gestartet
- ❖ es ist immer vor Start der 10 Sekunden zuerst der Arzt zu rufen
- ❖ der Arzt muss den Kämpfer untersuchen, auch wenn er vor Ablauf der Zeit wieder aufsteht; ist keine Verletzung sichtbar -> Shikkaku
- ❖ Nach Ablauf der 10 Sekunden gibt es nur 3 Entscheidungsmöglichkeiten
  - ❖ Hansoku wegen zu starkem Kontakt
  - ❖ Shikkaku wegen Vortäuschen der Verletzung
  - ❖ Kiken

# Kampfrichter

- ❖ es gibt kein Zeichen für Mienei mehr, die Flaggen bleiben gesenkt
- ❖ Referee kann nicht mehr zum Überdenken auffordern
- ❖ Gegen 2 Judges braucht der Referee Unterstützung des 3. Judges
- ❖ Bei 1:1 kann der Referee entscheiden
- ❖ Sonderfall 1 Judge Aka, 1 Judge Torimasen, 1 Judge ‚nichts‘, Referee Ao -> 2 Judges haben nicht die gleiche Meinung, somit 1:1 -> Referee entscheidet

# Kata



- ❖ International 5 Kampfrichter
- ❖ Bunkai im Kata-Team-Bewerb auch um 3. Platz
- ❖ Wären in einer Begegnung beide Starter zu disqualifizieren (falsche Kata, Steher etc.), so ist eine Entscheidung zu treffen -> 1 Starter muss weiterkommen
- ❖ Bei Hantei sollen Flaggen 5 Sekunden gehalten werden
- ❖ Disqualifikation im Kata-Team-Bewerb, wenn nach der Kata bzw. vor der Bunkai keine Verbeugung erfolgt (Zeitmessung kann nicht gestartet werden)

# Wertungskriterien

- ❖ eine realistische Demonstration der Bedeutung der Kata
- ❖ Verständnis für die verwendeten Techniken (BUNKAI)
- ❖ gutes Timing, Rhythmus, Geschwindigkeit, Gleichgewicht und Krafteinsatz (KIME)
- ❖ korrekte, angemessene Atmung als Hilfe zum KIME (entsprechend des Stils)
- ❖ richtige Zentrierung der Aufmerksamkeit (CHAKUGAN) und der Konzentration
- ❖ korrekte Stellungen (DACHI), mit richtiger Spannung in den Beinen und den Fußsohlen flach auf dem Boden

# Wertungskriterien

- ❖ angemessene Spannung im Unterbauch (HARA) und keine Aufwärts- und Abwärtsbewegung der Hüfte in der Bewegung
- ❖ korrekte Form (KIHON) des demonstrierten Stils
- ❖ Die Durchführung sollte auch mit Blick auf weitere Kriterien wie z. B. die Schwierigkeit der präsentierten Kata bewertet werden.
- ❖ Im Mannschaftswettbewerb ist ein weiterer Wertungsfaktor die Synchronität ohne Hilfe (Kommandos, Zeichen)