



REGELWERK GIAO DAO 2025

Inhalt

Inhalt.....	1
Vorwort	2
Giao Dao	2
Schutzausrüstung.....	2
Wettkampffläche.....	3
Wettkampfzeit.....	3
Kampfverlauf	3
Erlaubte Techniken.....	4
Schlag-, Stoß- und Tritttechniken.....	4
Feger, Würfe und Takedowns.....	4
Fouls	4
Verbotene Techniken	5
Unsportliche Handlungen.....	5
Punktevergabe	5
Trefferzonen.....	5
Kriterien der Punktevergabe	5
Punktewertung	6
Austritte.....	6
Punktabzüge	6
Aufgabe eines Kämpfers.....	8
Grenzfälle.....	8
Gleichstand	8
Kampfgericht	8
Kampfkommandos und Handzeichen	9
Handzeichen des Hauptrichters	9
Handzeichen der Eckrichter	10
Coaching	10
Hygiene- und Sicherheitsvorschriften	11
Kleiderordnung	11
Mindestalter	11

Vorwort

Wir sehen einen Wettkampf als eine Möglichkeit, Erfahrungen zu sammeln und seinen eigenen Leistungsstand zu überprüfen.

Diese Kampfregeln sollen sicherstellen, dass Turniere ausgerichtet werden können, bei denen die Erfahrung, der Spaß am Kämpfen und der sportliche Vergleich der Kontrahenten im Vordergrund steht. Die Regeln haben das hauptsächliche Ziel zu vermeiden, dass sich Kämpfer gegenüberstehen, die sich gegenseitig mutwillig verletzen wollen.

Jeder Teilnehmer des DragonCup erklärt mit seiner Anmeldung, dass er die Regeln gelesen und verstanden hat und sich dem Regelwerk entsprechend verhalten wird.

Giao Dao

„Giao Dao“ ist vietnamesischer Punktkampf. Es handelt sich also um Semikontakt-Kampf.

Ziel ist es eine Möglichkeit zu bieten erste Kampferfahrungen zu sammeln und zugleich realitätsorientiert und trotzdem sicher zu kämpfen. Abgesehen davon soll das Giao Dao eine Basis für das Messen des eigenen Leistungsstandes und zum Austausch von Techniken und Taktiken dienen.

Wie bei allen traditionellen Kampfkünsten üblich, ist auch beim Giao Dao neben der reinen kämpferischen Leistung die Haltung und das Verhalten der Kämpfer wichtig.

Schutzausrüstung

Alle

- **Zwei** Faustschützer (offene MMA-Handschuhe mit mindestens 4cm dicker Polsterung)
- Zahnschutz
- Tiefschutz (Frauen optional)
- Schienbeinschützer mit Fußschutz (Spann muss bedeckt sein)

zusätzlich Frauen:

- Brustschutz oder Schutzweste
- Optional: Kopfschutz mit Gitter

zusätzlich Kinder (bis 18 Jahre):

- Schutzweste
- Kopfschutz mit Gitter

Wettkampffläche

Die Kampffläche besteht aus Tatamis und hat eine Größe von

- Min. 6 x 6 Metern bei Kindern
- Min. 8 x 8 Metern bei Erwachsenen

Ist eine durchgehende Matte aufgebaut, müssen sich zwischen zwei Kampfflächen mindestens 3 Meter Sicherheitsfläche befinden.

Wettkampfzeit

- bis 18 - 1:30 Minute
- Ab 18 Jahre - 2:00 Minuten

Kampfverlauf

- Die Kämpfer müssen 30 Minuten vor Beginn kampfbereit an der Kampffläche stehen.
- Kämpfer werden aufgerufen.
- Der erstaufgerufene Kämpfer bekommt einen roten Gürtel.
- Die Kämpfer begrüßen, bei dem Kommando „Zur Mitte“, die Kampffläche und gehen auf die Startpositionen.
- Die Startpositionen haben einen Abstand von 2 Metern.
- Die Kämpfer und ihre Ausrüstung werden durch den Schiedsrichter auf Kampftauglichkeit geprüft.
- Fehlende Ausrüstung muss innerhalb von 2 Minuten nachgebessert werden, ansonsten gilt der Kampf als verloren.
- Auf Kommando „Begrüßen“ des Kampfrichters erfolgt der Kampfgruß (Verbeugen, Handshake o.ä.).
- Auf Kommando „Kampfstellung“ bringen sich die Kämpfer in Kampfstellung.
- Auf Kommando „Kämpft!“ beginnt der Kampf.
- Unterbrechungen werden durch die Schiedsrichter mit dem Kommando „Stopp“, signalisiert.
- Die Wertung und das Fortsetzen des Kampfes erfolgen am Ort des Stoppens, wenn dadurch kein Kämpfer gefährdet wird. Dadurch soll der Vorteil erhalten bleiben, den ein Kämpfer sich durch das in die Ecke Drängen des Gegners erarbeitet hat.
- Am Ende des Kampfes oder bei dem Kommando „Zur Mitte“ gehen die Kämpfer wieder in die Mitte und in Grundhaltung.
- Mit dem Kommando „Wertung“ fordert der Hauptrichter die Wertung vom Punkttisch und zeigt diese an.
- Im Anschluss daran verbeugen sich die Kämpfer und geben sich die Hand.

Erlaubte Techniken

Schlag-, Stoß- und Tritttechniken

- Alle Techniken mit der Hand/Faust;
 - Achtung: zum Kopf darf nur die gepolsterte Seite des Schützers schlagen!
- Alle Tritte mit dem Spann, dem Ballen, der Fußsohle zu allen Trefferzonen;
 - Achtung: Tritte zum Kopf dürfen keine Wirkung zeigen!
- Alle Kopf-, Knie und Ellenbogenstöße sind generell verboten.
- Tritte mit Schienbein und Hacken kontrolliert und nur zu den erlaubten Körpertrefferflächen. Nicht zum Kopf!

Feger, Würfe und Takedowns

Generell sind alle Feger (unterhalb der Wade) und Takedowns erlaubt, sofern sie so ausgeführt werden, dass der Gegner nicht gezielt verletzt wird.

Würfe und Scheren auf den Kopf sind verboten.

Fouls

- Schlag mit offener Handfläche zum Kopf
- Schläge zum Hals, zur Wirbelsäule oder zu den Nieren
- Angriffe auf die Genitalien
- Angriffe auf die Augen
- Greifen der Kleidung und der Schutzkleidung
- Würgen
- Verstöße gegen die Kleiderordnung
- Zahnschutz ausspucken
- Vermeidung des Kampfes (Weglaufen, absichtliches verlassen der Kampffläche, ...)
- Längerer absichtlicher Aufenthalt am Boden (Richtzeit 5 Sekunden)
- Tritte zum Kopf, wenn der Gegner am Boden liegt.
- Werfen des Gegners auf den Kopf oder Nacken
- Schläge und Tritte zu den Gelenken entgegen ihrer Funktionsrichtung (Bsp. Knie von Vorne)
- Angriffe außerhalb der Kampfzeit bzw. in Kampfunterbrechungen oder wenn der Gegner unter der Obhut des Kampfrichters steht.

Verbotene Techniken

- Angriffe mit Ellenbogen
- Angriffe mit Knien
- Angriffe mit dem Kopf
- Angriffe auf Gelenke mit dem Ziel sie zu beschädigen
- Angriffe mit den Fingern (Fingerstiche)
- Würgetechniken
- Angriffe mit den Fersen oder Schienbeinen zum Kopf oder Schlüsselbein
- Angriffe mit der Hammerfaust zum Kopf oder Schlüsselbein

Unsportliche Handlungen

- Sonstige Aktionen, die dazu bestimmt sind den Gegner zu verletzen.
- Anspucken, Beißen, Kratzen, Haare ziehen
- Beleidigung des Gegners
- Beleidigen/Angreifen des Kampfrichters oder der Punktrichter
- Anzweifeln der Entscheidung des Kampfgerichts
- Fremdes Eingreifen

Punktevergabe

Trefferzonen

Erlaubt sind:

- Körpervorderseite
- Körperseiten (bis zur Mitte; so dass der Rücken und die Nieren nicht getroffen werden)
- Untere Hälfte des Unterschenkels für Fußfeger
 - **Ab 16 Jahren**
 - von außen und hinten (nicht von innen, da hohe Verletzungsgefahr)
- Kopfseiten und Stirn
 - **Ab 14 Jahren – kontrolliert und ohne Wirkung**

Alle anderen Trefferzonen sind verboten.

Kriterien der Punktevergabe

Treffer werden als Punkte gewertet:

- Wenn sie bewusst, gezielt und kontrolliert ausgeführt werden (Bewusstes ausführen wird normalerweise durch einen Kampfschrei gezeigt)
- Wenn eine erlaubte Technik erkennbar ist
- Wenn sie die Gesundheit des Gegners nicht vorsätzlich gefährden
- Wenn sie auf einer erlaubten Trefferzone treffen
- Wenn der ausführende Kämpfer im Gleichgewicht ist. (Treffer die jemand im Fallen ausführt, werden nicht gewertet)
- Wenn sie nicht aktiv geblockt sind. (**Eine auf dem Körper liegende Hand oder ein liegender Arm ist kein aktiver Block**)

- **Bei Kopftreffern darf der Schlag nicht durchgezogen werden und darf keine Wirkung haben.**
- Kombinationen, sofern diese innerhalb der Kampffläche begonnen wurden.

Punktewertung

Es gibt verschiedene Punktewertung, je nach Schwierigkeit oder Wirkung:

- 0,25 Punkte
 - Fausttreffer auf den Körper ohne Wirkung
- 0,5 Punkte
 - Fausttreffer an den Kopf (Trefferzonen beachten)
 - Fußtreffer auf den Körper ohne Wirkung
- 1 Punkt
 - Fußtreffer an den Kopf (Trefferzone beachten) (Achtung: Hackentreffer sind verboten!)
 - Faust und Fußtreffer mit Wirkung (der Gegner zeigt Wirkung des Treffers)
 - Erfolgreicher Takedown (Schere, Feger, Wurf) ohne Folgetechnik
 - Kontrolliertes Ausführen & Halten eines Hebels für 4 Sekunden
- 1,5 Punkte
 - Kombinationen von Treffern ohne Unterbrechung
 - Fuß – Faust
 - Faust – Fuß
 - Fuß – Fuß
 - Erfolgreicher Takedown (Schere, Feger, Wurf) mit Folgetechnik

Austritte

Ist ein Kämpfer mit beiden Füßen außerhalb der Kampffläche, wird dieses als Austritt gewertet und gezählt.

- die ersten beiden Austritte werden notiert und der Kampf in der Mitte der Kampffläche weitergeführt
- 3. Austritt – 0,5 Punkte Abzug
- 4. Austritt – 1 Punkt Abzug
- 5. Austritt – Disqualifikation mit 1 Punkt Abzug

Punktabzüge

- -0,5 Punkte
 - Greifen des Gegners ohne unmittelbare Folgehandlung
 - Ausführen von unnötigen Bewegungen um das Ende der Kampfzeit zu erreichen
 - Schreien ohne Grund
 - Sprechen mit dem Gegner

- Ergreifen des Gegners am Hals
 - Werfen von Schützern & Material an der Wettkampffläche (Respektvoller Umgang mit dem Material!)
 - Handlungen an der eigenen Kleidung oder Schutzausrüstung, die Zeit kosten und nicht vom Schiedsrichter erlaubt sind
 - Unsportliches Verhalten des Kämpfers oder des Coaches
 - Wegdrehen im Kampf
- -1 Punkt
 - Angriffe ohne Absicht zu verbotene Körperteile: Geschlechtsteil, Schienbein, Knie, Oberschenkel, Arm, Lenden, Hals, Wirbelsäule,
 - Beißen, Kratzen, Kneifen, Haare ziehen
 - Ergreifen von einzelnen Fingern (weniger als vier)
 - Angriffe mit der Absicht den Gegner zu verletzen
 - Von dem Kampfrichter Begründungen für seine Entscheidungen verlangen
 - Eine Verletzung vortäuschen mit der Absicht, dass der Gegner disqualifiziert wird
 - Mit anderen Personen als dem Coach kommunizieren
 - Angriffe zum Kopf unter 14 Jahren
 - Fußfeger, Würfe, Scheren unter 16 Jahren
 - Emotional unkontrolliertes Verhalten, welches den Grundwerten traditioneller Kampfkünste widerspricht
- |
- -1 Punkt & Disqualifikation
 - Wird einer der Verstöße unter „-1 Punkt“ wiederholt ausgeführt
- -2 Punkte & Disqualifikation
 - Wenn ein Kämpfer den KO des Gegners, durch einen Kopftreffer, bewirkt (Verlust des Bewusstseins nach medizinischer Beurteilung)
 - Angriffe die den Gegner vorsätzlich verletzen sollen
 - Ein gewaltsamer Faustangriff, mit Faust auf Nase, Augen oder den Mund des Gegners
 - Echte oder vorgetäuschte Angriffe auf die Augen des Gegners mit gestreckten oder gekrümmten Fingern der ausgestreckten Hand
 - Unkontrollierte Rundumschläge mit (fliegender) Faust
 - Mit der Ferse oder dem Schienbein zum Kopf des Gegners schlagen
 - Einen am Boden liegenden Kämpfer mit dem Fuß oder Schienbein zum Kopf angreifen (Verbot jeglicher Tritte zum Kopf bei Gegner am Boden)
 - Unkontrollierter Schlag zum Kopf mit der geschützten Hand und ohne den Arm zurückzuziehen, wodurch eine (komplette) Rotation vom Körper des Gegners erfolgt
 - Von oben nach unten mit der Ferse auf das Schlüsselbein schlagen
 - Absichtliche Schläge mit dem Kopf, Ellenbogen oder Knie
 - Schlag mit der Handkante oder der Hammertechnik zum Kopf
 - Proteste gegen die Entscheidungen oder Anweisungen des Zentralrichters äußern
 - Wenn der Schiedsrichter körperlich Einschreiten muss, um die Kämpfer zu trennen.

- Jedes unsportliche Verhalten, Provokation, Protest oder das Bestreiten der Entscheidungen oder Aufforderungen des Hauptrichters führt zu einer Disqualifizierung
- Häufige Überschreitung der maximalen Bodenzeit von 5 Sekunden (situationsbezogen, Entscheidung durch Kampfgericht)

Aufgabe eines Kämpfers

Sollte ein Kämpfer aufgeben, so verliert er den Kampf mit 0 zu 2 Punkten.

Grenzfälle

Alle Fälle die nicht durch dieses Regelwerk abgedeckt sind werden vor Ort vom den Mattenschiedsrichter und dem Oberschiedsrichter entschieden.

Gleichstand

Wenn der Kampf unentschieden endet, gibt es 30 Sekunden Verlängerung. Sollte dies keine Entscheidung herbeiführen, zählt anschließend der erste Treffer.

Kampfgericht

Das Kampfgericht besteht aus einem Hauptrichter, 2 Eckrichter, einem Zeitnehmer und einem Punktezähler.

Der Hauptrichter befindet sich innerhalb der Kampffläche und leitet den Kampf. Er achtet auf die Einhaltung der Regeln und die Gesundheit der Kämpfer. Bei Regelverstößen weist er die Kämpfer darauf hin und gibt ggf. Strafpunkte, die von den Punktrichtern dann vom Punktekonto des Kämpfers abgezogen werden.

Die beiden Eckrichter stehen mit Fahnen (rot und weiß) an den gegenüberliegenden Ecken der Kampffläche und zeigen die, aus **ihrer** Sicht, wahrgenommenen Punkttreffer der beiden Kämpfer mittels dieser Fahnen an. Sollten Regelverstöße wahrgenommen werden, werden diese auch von den Eckrichtern angezeigt, sollten diese die Aktion gesehen haben.

Sollten die beiden Eckrichter denselben Punkt oder Regelverletzung gesehen haben und anzeigen, muss dies vom Hauptrichter so auch gewertet werden. Selbes Verfahren bei Punkten.

Sollte ein Eckrichter mit der Bewertung des Hauptrichters nicht übereinstimmen kann dies mittels Klopfen der beiden Fahnen aufeinander signalisiert werden. Eckrichter und Hauptrichter müssen sich dann außerhalb der Kampffläche auf eine Wertung der Aktion einigen. Der Kampf wird in dieser Zeit unterbrochen und die Zeitnahme gestoppt.

Sollte der Hauptrichter den Kampf zur Wertung unterbrechen, haben die Eckrichter die zuletzt gesehene Aktion zu werten. Sollte keine Wertung möglich sein, ist dies mittels kreuzen der Fahnen zu Signalisieren. War die Aktion nicht wertungswürdig wird dies mittels waagegerecht gehaltenen Fahnen gezeigt.

Der Zeitnehmer nimmt die Kampfzeit und gibt durch den Ruf „Zeit“ und das Werfen eines Weichen Gegenstandes in die Kampffläche den Ablauf der Zeit bekannt.

Der Punktrichter notiert alle vom Hauptrichter gezeigten Punkte unter Beobachtung der Eckrichter und nennt den Hauptrichter zum Ende des Kampfes den Gewinner.

Kampfkommmandos und Handzeichen

Kommandos

„Kämpft“/“Fight“	Beginnen/Fortsetzen des Kampfes
„Stopp“/“Break“	Unterbrechen des Kampfes
„Stopp“	Beenden des Kampfes
„X-Punkt(e)“	X-Punkte für rot / weiß gut hörbar für Tischrichter ansagen / anzeigen
„Zeit“	Zeitnehmer stoppt die Uhr.
„Kein Punkt“	Aktion kann nicht gewertet werden
„Warteposition“	Kämpfer drehen sich kniend vom Kampfmittelfeld weg zu ihrer Seite und warten auf Kommando
„Hoch“	Kämpfer stehen auf und drehen sich zur Mitte

Handzeichen des Hauptrichters

Offene Hand von oben nach unten Bewegen	„Kämpft“/“Fight“ Beginnen/Fortsetzen des Kampfes
Fingerzeig auf einem Kämpfer (Vorher mit hochgehaltenen Fingern Anzahl der Strafpunkte anzeigen)	Strafpunkt zuweisen
Frontal zum Kämpfer stehend, beide Arme horizontal zum Kämpfer mit flacher Hand nach oben zeigend.	0,5 Punkte Abzug
„T-Zeichen“ (Beide Offenen Hände werden ‚T‘-förmig aneinandergehalten.)	Zeit anhalten (bei längeren Kampfunterbrechungen)
Offene Hand mit ausgestrecktem Arm nach vorne halten	„Stopp“ -Beenden des Kampfes
Offene Hand in Richtung des punktenden Kämpfers 45° nach unten, Körper zum Kämpfer gerichtet.	0,25 Punkte für Kämpfer auf den gezeigt wird.
Offene Hand in Richtung des punktenden Kämpfers 45° nach unten, Körper nach vorn gerichtet.	0,5 Punkte für Kämpfer
Offene Hand in Richtung des punktenden Kämpfers 90° Schulterhöhe, Körper nach vorn gerichtet.	1 Punkt für Kämpfer

Offene Hand in Richtung des punktenden Kämpfers 135° nach oben, Körper nach vorn gerichtet.	1,5 Punkte für Kämpfer
Fäuste vor der Brust des Richters, Ellenbogen auf einer Linie horizontal, Körper aufrecht	Kein Punkt
Direkt vor Kämpfer stehend Arm waagrecht auf Kämpfer zeigend.	Disqualifikation

Handzeichen der Eckrichter

Die Gesten der Eckrichter bei der Punktvergabe ähneln denen des Hauptrichters mit dem Unterschied, dass mit der Fahne, welche die Farbe des Punktenden repräsentiert, die Geste ausgeführt wird.

Weißer Fahne waagrecht rote Fahne 45° Richtung Boden nach vorn	Strafpunkt zuweisen für Rot
Weißer Fahne senkrecht an der Seite, rote Fahne 45° zum Boden nach vorn.	0,25 Punkte für Rot
Weißer Fahne senkrecht an der Seite, rote Fahne 45° zum Boden zur Seite.	0,5 Punkte für Rot
Weißer Fahne senkrecht an der Seite, rote Fahne 90° zum Boden zur Seite.	1 Punkt für Rot
Weißer Fahne senkrecht an der Seite, rote Fahne 135° zur Decke zur Seite.	1,5 Punkte für Rot
Fahnen kreuzen	Eckrichter hat Aktion nicht gesehen
Fahnen horizontal vor dem Körper	unsaubere Technik
Fahnenstöcke aufeinander schlagen	Zeichen an den Hauptrichter zur Beratung

Coaching

Für jeden Wettkämpfer ist nur ein Coach an der Kampffläche erlaubt. Coachingbereich ist die Mattenseite des Einlaufbereiches. Hierbei ist darauf zu achten, dass die Coaches die jeweiligen Eckrichter nicht behindern. Der Coach darf seinen Kämpfer mit Anfeuerungen und Tipps unterstützen. Alle Zurufe müssen sportlich fair bleiben. Negative und unsportliche Äußerungen sowie Kommentare zu den Kampfrichter-Entscheidungen und -Leistungen sind verboten. Sollte hier ein Fehlverhalten auftreten, geht dies zu Lasten des Kämpfers (Strafpunkte oder Disqualifiziert) Außerdem kann der Coach für den weiteren Verlauf des Turnieres von der Wettkampffläche verwiesen werden und darf somit niemanden mehr coachen.

Der Coach darf, um seinen Kämpfer zu schützen, stellvertretend für seinen Schützling den Kampf durch Aufgabe beenden. Um den Abbruch zu signalisieren wirft der Coach ein Handtuch in die Kampffläche. Daraufhin beendet der Kampfrichter den Kampf.

Hygiene- und Sicherheitsvorschriften

- Kurzgeschnittene und saubere Finger- und Fußnägel.
- Kurze Haare oder mit einem Haargummi zusammengebundene Haare.
- Es ist untersagt, Brillen oder andere metallene Objekte (Ketten, Ringe, Ohrringe, Haarspangen, etc.) zu tragen.
- Das Tragen einer losen Zahnsperre ist verboten. Liegt jedoch ein medizinisches Attest vor, welches das Tragen von Zahnersatz benennt und keine Kontraindikationen für die Nutzung vorliegen, kann es erlaubt werden.

Kleiderordnung

Die Kampfkleidung kann frei gewählt werden, sofern sie folgende Kriterien erfüllt:

- Es werden mindestens Shorts getragen, auch lange Hosen sind erlaubt, sowie traditionelle Kung-Fu-Kleidung.
- Oberteile nach Wahl sind erlaubt.
- Es dürfen keine metallenen und andere harten Gegenstände wie z.B. Reißverschlüsse, Knöpfe, Haken und Ösen an der Kleidung angebracht sein.
- Es dürfen keine Schuhe getragen werden.
- Es darf kein Schmuck getragen werden, insbesondere kein metallener oder anderer harter Schmuck, aber auch Arm- und Halsbänder an denen die Kämpfer hängen bleiben können, sind verboten.
- Es dürfen keine Brillen getragen werden, Kontaktlinsen sind erlaubt, von harten Kontaktlinsen ist abzuraten.
- **Zahnschutz ist Pflicht.**
- Rote(r) bzw. weiße(r) Gürtel/Schärpe zur Unterscheidung der Kontrahenten

Sollten Verstöße gegen die Kleidungsregeln zum Kampfantritt vorliegen, hat der Kämpfer 2 Minuten Zeit, diese zu beheben. Sollte dies nicht möglich sein, wird der Kämpfer disqualifiziert.

Mindestalter

Für Gao Dao gibt es kein Mindestalter. Gao Dao ist auch für Kinder geeignet.

Abbildung Punktevergabe



Abbildung 1: 0,25 Punkte



Abbildung 2: 0,5 Punkte



Abbildung 3: 1 Punkt



Abbildung 4: 1,5 Punkte



Abbildung 6: 0,5 Punkte Abzug



Abbildung 7: 1 Punkt Abzug



Abbildung 7: 2 Punkte Abzug und disqualifiziert