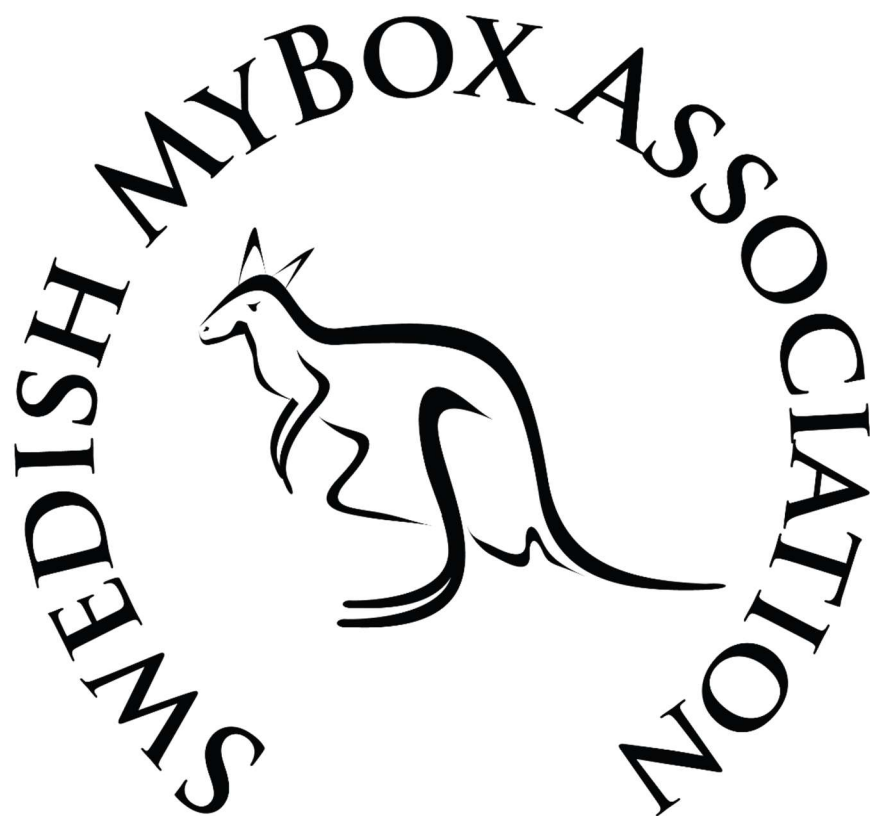


MyBox

Regler och tävlingsbestämmelser

Swedish MyBox Association

2022-01-01



Innehåll

1	INLEDNING	4
2	TÄVLINGSREGLER	5
	REGEL 1. KRAV PÅ ARRANGÖREN	5
	REGEL 2. TÄVLINGSORGANISATION	5
	REGEL 3. MÖJLIGHET ATT AVBRYTA MATCH	6
	REGEL 4. RÄTT ATT DELTA I TÄVLING.....	6
	REGEL 5. MATCHOMRÅDET	7
	REGEL 6. UTRUSTNING	8
3	MATCHREGLER	10
	REGEL 7. KÖN.....	10
	REGEL 8. ÅLDERSKLASSER 10	
	REGEL 9. VIKTKLASSER.....	10
	REGEL 10. MATCHLÄNGDER	10
	REGEL 11. POÄNGBEDÖMNING	11
	REGEL 12. DOMSLUT	12
	REGEL 13. REGELBROTT.....	12
	REGEL 14. ÅTGÄRDER MOT REGELBROTT.....	13
	REGEL 15. FUNKTIONÄRERS AGERANDE INFÖR TÄVLINGSSTART	14
	REGEL 16. FUNKTIONÄRERS AGERANDE UNDER MATCH	14
	REGEL 17. FUNKTIONÄRERS AGERANDE EFTER TÄVLINGSAVSLUT	18
4	BEDÖMNINGSKRITERIER.....	19
	4.1 1 POÄNG – UNDERKÄND TEKNIK.....	19
	4.2 2 POÄNG – BRISTANDE TEKNIK.....	19
	4.3 3 POÄNG – GODKÄND TEKNIK.....	20
	4.4 4 POÄNG – VÄL GODKÄND TEKNIK	21
	4.5 5 POÄNG – MYCKET VÄL GODKÄND TEKNIK.....	22

1 Inledning

Föreningen Swedish MyBox Association (SMA) är en ideell förening som har som syfte att bedriva tränings- och tävlingsverksamhet inom tävlingsformen MyBox.

MyBox är inte boxning, utan en ny sport med boxning som grund och som är anpassad för motionsboxning.

MyBox är en boxningsform för alla där slag mot huvudet är förbjudna, endast markerande slag (finter) för att framkalla ett försvar tillåts. Handsken får dock aldrig träffa huvudet.

Brott mot detta tillrättavisas, medför poängavdrag eller leder till diskvalificering. Det sistnämnda är ett krav för att sporten inte ska kräva kampsportstillstånd.

Match genomförs i ett matchområde och leds i matchområdet av en ringdomare, poängbedöms av tre poängdomare samt övervakas av en tävlingsledare.

Deltagare i match har boxningshandskar och huvudskydd. Tandskydd, handlindor och underlivsskydd får bäras. Kvinnor får även bära bröstskydd.

SMA godkänner arrangör av tävling i MyBox, dvs. tävling i MyBox får endast arrangeras med tillstånd av föreningen Swedish MyBox Association.

SMA godkänner tävlingsledare, ringdomare och poängdomare för tävlingar i MyBox.

2 Tävlingsregler

Regel 1. Krav på arrangören

SMA godkänner arrangör av tävling i MyBox, dvs. tävling i MyBox får endast arrangeras med tillstånd av föreningen Swedish MyBox Association.

Tävling i MyBox får ingå som en deltävling tillsammans med tävling inom annan sport.

Arrangör av tävling i MyBox ska tillse att:

- Tävlingen leds av SMA-godkänd tävlingsledare i MyBox.
- Eventuella biträdande tävlingsledare är SMA-godkända.
- Varje match bedöms av SMA-godkänd ring- och poängdomare i MyBox.
- Det finns en tidtagare för varje match i tävlingen.
- Finns en speaker för varje match i tävlingen.
- Finns sittmöjlighet (pall/stol) för boxarna under rondpaus.
- Matchområdet uppfyller tävlingsledarens krav.

Regel 2. Tävlingsorganisation

Varje tävling ska ha en tävlingsledare som ska tillse och ansvara för att reglerna följs. Om fler matchområden nyttjas, ska biträdande tävlingsledare vara utsedda och finnas så att varje matchområde övervakas av en person med tävlingsledares kompetens. Samtliga tävlingsledare ska vara SMA-godkända.

Varje match ska ledas från matchområdet av en ringdomare. Ringdomaren ska under match först och främst värna om deltagarnas hälsa, tillse att regler efterföljs, tillse att deltagare och deras ledare uppträder sportsligt samt ha kontroll över matchen i alla situationer.

Varje match ska bedömas av tre poängdomare. Poängdomarna ska vara SMA-godkända.

Varje deltagare ska under match sekonderas av minst en ledare (benämnes ansvarig ledare) som har ansvar för deltagaren. En deltagare får ha maximalt två ledare i sin hörna under match.

Varje match i en tävling ska bistås av ett sekretariat bestående av rollerna tävlingssekreterare, tidtagare och speaker. Sekretariatet ska: (1) Presentera

match före start, (2) Sköta tidtagningen, (3) Sammanställa poäng efter matchslut, (4) Meddela resultat samt (5) Dokumentera matchen i ett resultatprotokoll. Resultatprotokollet ska efter tävlingens genomförande överlämnas till tävlingsledaren.

Regel 3. Möjlighet att avbryta match

Ringdomaren ska avbryta match då en deltagare har diskvalificerats. Ringdomaren ska avbryta match som denne finner för ojämn. Ringdomaren ska avbryta match som denne känner sig oförmögen att leda med bibehållen säkerhet. Ringdomaren avbryter match genom kommandot "Stop".

Tävlingsledaren ska avbryta match om denne anser att ringdomaren missat bedömning som ska leda till att en match ska avbrytas. Tävlingsledaren gör detta genom kommandot "Stop" och meddelar sedan ringdomaren orsaken.

Tävlingsledaren får även tillfälligt avbryta match, då denne finner skäl till att komplettera ringdomaren om händelser som ringdomaren har missat, genom kommandot "Stop" och sedan meddela ringdomaren orsaken.

Deltagares ledare kan avbryta match genom att ge upp match för deltagarens räkning. Uppgivande sker genom inkastande av handduk i matchområdet, alternativt via samtal med ringdomaren i rondpaus. Skulle ansvarig ledare sakna handduk, är det tillåtet att muntligen meddela att denne ger upp matchen för sin deltagare.

Deltagare kan avbryta match via uppgivande genom att sätta ned sitt knä på underlaget och därefter muntligen meddela ringdomaren att deltagaren vill ge upp matchen.

Regel 4. Rätt att delta i tävling

Alla som har betalat eventuell deltagaravgift, är medlem i idrottsförening, har uppfyllt lägsta åldersgräns, ej är under avstängningsperiod från MyBox, ej är under avstängningsperiod till följd av läkares beslut i annan kampsport och som har minst en ansvarig ledare närvarande, har rätt att delta i tävling inom MyBox. Inga hinder finns för tidigare deltagande i andra idrotter eller kampsporter.

Deltagaren och dess ansvarige ledare bekräftar via deltagandet att deltagaren uppfyller ovanstående krav. Felaktigt deltagande med avseende på detta medför förbud mot deltagande i MyBox, tillsvidare eller under en given tidsperiod, oavsett om det har skett via oförstånd eller okunskap.

För deltagande i SM krävs att man av SMA bedöms aktivt ha deltagit i någon MyBox-serie under innevarande år.

Regel 5. Matchområdet

Matchområdet bör följa reglerna i detta kapitel. Dock får tävlingsledaren godkänna avvikande matchområde under förutsättning att det inte innebär uppenbar skaderisk för deltagarna.

Matchområdet ska vara kvadratisk med en yta på minst 3,5 x 3,5 meter och maximalt 6,10 x 6,10 meter.

Matchområdet ska vara beklätt av filt, gummi eller annat passande material med motsvarande elasticitet för att dämpa eventuella fall.

Matchområdet ska omgärdas av linor eller rep.

De fyra hörnstolparna ska vara skyddade av stoppade skydd som förhindrar skador under match.

Deltagarna ska ha en hörna för start, rondpaus och matchavslut diagonalt mot varandra. Den ena ska vara rödmarkerad och den andra blåmarkerad.

Övriga två hörnor är till som neutrala hörnor och ska vara vitmarkerade.

Vid respektive deltagares hörna ska det finnas en lättflyttad pall eller svängbar stol som deltagaren kan sitta på under rondpaus.

Under match ska det finnas två pallar eller stolar som deltagarens ledare kan sitta på.

Vid deltagarnas hörnor ska det finnas behållare för uppsamling av vatten vid sköljning av mun och tandskydd.

I närhet av matchområdet ska finnas utrustning för torkning och rengöring av golvet.

Regel 6. Utrustning

Deltagare ska ha följande utrustning under match:

- Huvudskydd
- Handskar
- Lämplig klädsel
- Skor

Deltagare får ha följande utrustning under match:

- Tandskydd
- Handlindor
- Underlivsskydd
- Kvinnliga deltagare får bära bröstskydd

Samtlig utrustning ska vara på plats vid inträdande i matchområdet inför matchstart.

Efter matchavslut och före meddelande av resultat, ska huvudskydd, handskar och eventuellt tandskydd tas av.

Huvudskydd ska vara ett ordinärt huvudskydd för boxning och före match, personligt anpassat i passform för deltagaren.

Tandskydd ska vara ett tandskydd för översta tandraden som formats för personlig passform.

Handlindorna ska vara av tyg (omkring 2,5–4,5 m långa och 5–6 cm breda). Handlindor får fästas med en kortare bit av tejp av mjuk typ eller kardborreband.

Handskarna ska vara ordinära boxningshandskar med lägsta vikten av 10 oz. Dock rekommenderas handskar av vikten 12 oz. Ena paret ska i en match vara röda och det andra vara blå. De ska båda vara av samma märke och vikt. Handskar ska tillhandahållas av arrangören.

Skor ska vara av typen tränings skor utan klack och spikar eller som färgar underlaget under match.

Underlivsskydd ska vara av typen suspensioar.

Kvinnliga bröstskydd får inte skydda någon annan del av kroppens träffyta än det utskjutande bröstet. Bröstskydd får inte ha någon annan metall del än fästet på baksidan.

Deltagare får inte ha smycken eller piercingföremål på kroppen under match.

Ringdomare ska vara klädda så att de tydligt utmärker sig som chef i matchområdet.

3 Matchregler

Regel 7. Kön

Män och kvinnor får tävla mot varandra under förutsättning att ansvarig ledare och tävlingsledaren godkänner det.

Regel 8. Åldersklasser

Manliga och kvinnliga deltagare i åldrarna 10–13 år tävlar i klassen Ungdom.

Manliga och kvinnliga deltagare i åldrarna 14–17 år tävlar i klassen Junior.

Manliga och kvinnliga deltagare i åldrarna 18–40 år tävlar i åldersklassen Medior.

Manliga och kvinnliga deltagare 41 år och äldre tävlar i åldersklassen Senior.

En deltagares ålder bestäms av dennes födelseår, dvs. alla uppnår ny ålder den förste januari varje år.

Deltagare får tävla i högre åldersklasser under förutsättning att ansvarig ledare och tävlingsledaren godkänner detta.

Yngre deltagare får delta under förutsättning att ansvarig ledare och tävlingsledaren godkänner det.

Regel 9. Viktklasser

Senior, Medior och Junior tävlar i viktklasserna: 39 kg, 42 kg, 45 kg, 48 kg, 51 kg, 54 kg, 57 kg, 60 kg, 63,5 kg, 67 kg, 71 kg, 75 kg, 80 kg, 86 kg, 92 kg samt 92+ kg

Ungdom tävlar i viktklasserna: 21 kg, 24 kg, 27 kg, 30 kg, 33 kg, 36 kg, 39 kg, 42 kg, 45 kg, 48 kg, 51 kg, 54 kg, 57 kg, 60 kg, 63 kg, 66 kg, 70 kg, 75 kg, 81 kg samt 81+ kg.

Vid behov får lägre viktklasser i intervall om 3 kg skapas.

Deltagare får tävla i högre viktklasser under förutsättning att ansvarig ledare och tävlingsledaren godkänner detta.

Regel 10. Matchlängder

Senior, Medior och Junior tävlar i 3 ronder om vardera 2 minuter och med 1 minuts paus mellan ronderna.

Ungdom tävlar i 3 ronder om vardera 1,5 minuter och med 1 minuts paus mellan ronderna.

Under förutsättning att ansvariga ledare och tävlingsledaren godkänner det, får andra matchlängder överenskommas.

Regel 11. Poängbedömning

I en match möts två tävlande deltagare. Dessa poängbedöms av tre poängdomare.

De tekniska färdigheter som bedöms är: (1) Slag, kontringar och finter, (2) Gardering och undanglidning samt (3) Balans och fotarbete.

De tekniska färdigheterna bedöms med hel- och halvpoäng från 1 till 5 med följande värdegradering: (1) Underkänd teknik, (2) Bristande teknik, (3) Godkänd teknik, (4) Väl godkänd teknik samt (5) Mycket väl godkänd teknik. Godkänd poäng i en rond från en poängdomare är: 1, 1.5, 2, 2.5, 3, 3.5, 4, 4.5 eller 5.

Poängdomarna ska endast bedöma deltagarnas tekniska färdigheter.

Vid varning ska varje poängdomare dra av en halv (0.5) poäng för den varnade deltagaren.

Avbruten match skall poängbedömas till och med den rond som matchen avbröts i.

Diskvalificerad deltagare ska ges totalpoängen noll (0) poäng.

Deltagare som ger upp en match ska ges totalpoängen noll (0) poäng.

Poängen ska löpande under match bokföras av respektive poängdomare på erhållet pappersprotokoll.

Ringdomaren ska samla in poängdomarnas protokoll efter genomförd match och lämna över dem till sekretariatet.

Totalpoängen ska summeras och meddelas av sekretariatet. Totalpoäng med halvpoäng skall avrundas uppåt till jämt heltal av sekretariatet. Ett resultat som efter sammanräkningen 26.5 - 27 blir således 27 - 27.

Regel 12. Domslut

En match i MyBox kan få ett av följande domslut: Poäng, Uppgivet (ABD), Diskvalificering (DSQ) eller Uppgivet före match (WO).

En match i MyBox, som inte är en match i en turnering, avgörs vid domslutet Poäng på totalt erhållna poäng. Resultatet kan därför sluta med seger på poäng eller lika poäng och oavgjort. I samband med att resultatet delges ska båda deltagarnas erhållna poäng meddelas. Vid domsluten Uppgivet eller Diskvalificering, meddelas enbart poängen för segraren.

Match under turnering i MyBox avgörs vid domslutet Poäng av antalet domarröster och kan aldrig sluta oavgjord. Poängdomare ska ge sin domarröst till den deltagare som denne har givit flest poäng. Har poängdomare givit lika poäng, ska denne utse den deltagaren till segrare som uppvisade bäst försvarsteknik. Segrarens namn ska ringas in på protokollet eller på annat sätt tydliggöras. I samband med att resultatet delges ska endast båda deltagarnas erhållna domarröster meddelas eller eventuellt annat domslut.

Regel 13. Regelbrott

Regelbrott som medför att ringdomaren ska ge tillsägelse till, varna eller diskvalificera deltagare:

- Att utdela slag som träffar huvudet. Under match tillåts endast slag av markerande karaktär (finter) mot huvudet för att framkalla ett försvar i form av gardering med handskar eller undanglidning. Handsken får dock aldrig träffa huvudet.
- Att ducka in i ett slag som var riktat mot tillåten träffyta så att detta träffar huvudet. Ska ge samma påföljd som den som träffade huvudet erhöll.
- Att utdela slag som träffar nacke, överkroppens baksida och under bälteslinjen.
- Att utdela slag och samtidigt satsa på styrka i slagen.
- Att attackera eller uppträda aggressivt mot ringdomaren.
- Att pressa sin motståndare till passivitet.
- Att utdela slag som träffar med öppen handske, insidan av handsken eller sidan av handsken.
- Att med handskarna knuffa motståndaren.
- Att utdela pivotslag.

- Att sparka med fot eller att utdela stötar med knä, underarm, armbåge, axel eller huvud mot sin motståndare.
- Att trycka arm eller armbåge i motståndarens ansikte eller pressa sin motståndares huvud bakåt över repen.
- Att bita motståndaren.
- Att hålla i repen och attackera eller annat osportsligt utnyttjande av repen.
- Att hänga på motståndaren, brottas och kasta motståndaren i clinch.
- Att hålla fast eller dra i motståndare samtidigt som man utdelar slag.
- Att hålla fast eller låsa motståndarens arm eller huvud eller sträcka/trycka sin arm under motståndarens arm.
- Att ducka under motståndarens bälteslinje.
- Att hålla främre handen utsträckt för att störa motståndarens synfält.
- Att prata.
- Att inte ta ett steg tillbaka då ringdomaren kommenderar "Break".
- Att inte lyda ringdomarens direktiv.
- Att fingera, fejka eller simulera att motståndaren har begått något av regelbrotten i denna punktlista.
- Att uppträda osportsligt.

Regelbrott som medför att ringdomaren ska ge tillsägelse till, varna eller diskvalificera deltagares ledare (förseelserna tillfaller dock ledarens deltagare):

- Att uppmuntra deltagare till regelbrott.
- Att inte lyda ringdomarens direktiv.
- Att uppträda osportsligt.

Regelbrott som medför att tävlingsledare ska avstänga deltagare eller ledare för deltagande inför eller under tävling:

- Att undanhålla någon fakta som innebär att man inte får delta i tävlingen.

Regel 14. Åtgärder mot regelbrott

Regelbrott åtgärdas under match med att ringdomaren ger deltagaren eller deltagarens ledare tillsägelse eller varning, alternativt att ringdomaren diskvalificerar deltagaren.

Tillsägelse innebär att ringdomaren tydliggör för deltagaren eller dennes ledare att en förseelse har begåtts. Förseelsen ska bedömas vara oavsiktlig och vara av marginell grad. Upprepade tillsägelser kan medföra att ringdomaren utdelar en varning.

Varning innebär att ringdomaren tilldelar deltagare eller dennes ledare en varning med påföljande 0,5 poängs avdrag per poängdomare för den deltagande, total 1,5 poäng. Varning kan utdömas utan föregående tillsägelse.

Diskvalificering innebär att ringdomaren diskvalificerar deltagare eller dennes ledare under matchen, matchen avbryts och deltagaren tilldelas noll (0) poäng. Tre (3) tilldelade varningar innebär automatisk diskvalificering. Diskvalificering kan även utdömas utan föregående varning.

Tävlingsledare kan stänga av deltagare eller ledare för deltagande inför eller under tävling.

SMA kan stänga av deltagare och ledare, som utgör en fara för eller förtalar tävlingsformen, från deltagande i MyBox tillsvidare eller under en bestämd tid. Underlag och beslut för avstängning ska dokumenteras och arkiveras.

Regel 15. Funktionärers agerande inför tävlingsstart

Tävlingsledaren ska besiktiga att matchområdet uppfyller sina egna krav.

Tävlingsledaren tillser att varje deltagare registreras och invägs före tävlingen. Vid registreringen ska deltagarens startbok mottagas och kontrolleras.

Tävlingsledaren ska verifiera att sammansättningen av matcher under tävling uppfyller reglerna i detta dokument.

Regel 16. Funktionärers agerande under match

Ringdomaren ska inför matchstart vara den som först beträder tävlingsområdet och besiktigar att matchområdet fortsatt är säkert.

Efter besiktning, ska ringdomaren ge deltagarna uppmaning om att gå in i tävlingsområdet och placera sig vända mot mitten vid respektive deltagares hörna. Ledarna ska befinna sig i omedelbar anslutning till deltagaren, men utanför matchområdet.

Ringdomaren ska kontrollera att deltagarna har rätt utrustning påtagen, att de ej har smycken eller piercingföremål på kroppen och att de inte har synliga öppna sår.

Efter genomförd kontroll av deltagarna ska ringdomaren ge tecken till sekretariatet att presentera matchen och deltagarna, först deltagaren i röd hörna därefter deltagaren i blå hörna.

Efter presentationen ska ringdomaren kalla deltagarna till mitten, uppmana dem att hälsa på varandra och repetera följande regler: Handsken får aldrig träffa huvudet, Endast markerande slag mot huvudets framsida med syfte att påvisa möjlig träff och för att framkalla ett försvar hos motståndaren är tillåtna, Att endast framsida av överkroppen, armar och axlar är tillåten träffyta för slag, Att Inga satsningar på hårdhet i slagen tillåts, Att man inte får pressa motståndaren till passivitet, samt Betydelsen av kommandona "Stop", "Break" och "Box". Efter detta ska deltagarna hänvisas tillbaka till sina hörnor.

Efter regelgenomgången ska ringdomaren kontrollera att samtliga poängdomare och tävlingsledaren är på plats och redo för match. Därefter ska klartecken för matchstart ges till sekretariatet.

Sekretariatet ska efter erhållet klartecken, ge startsignal och på ringdomarens kommando "Box" starta tidtagningen. Under rond ska sekretariatet stoppa tidtagning då ringdomaren ger kommandot "Time" och återstarta den då ringdomaren åter ger kommandot "Box". Då rondtiden är slut ska sekretariatet slå i gong-gong eller blåsa i visselpipa.

Vid signal om matchstart från sekretariatet ska ringdomaren ge kommandot "Box" och tillse att deltagarna börjar matchen.

Under ronden ska ringdomaren tillse att reglerna följs och ingripa snabbt för att förebygga hårdhet. Ringdomaren får göra detta kontinuerligt genom att tala till deltagarna och vidröra dem lätt.

Ringdomaren ska ge kommandot "Break" för att bryta en närkamp eller låsning.

Ringdomaren ska ge kommandot "Stop" för att tillfälligt avbryta matchen och ge tillsägelse, utdela varning, diskvalificera en deltagare eller permanent avbryta matchen.

Ringdomaren ska ge kommandot "Time" till sekretariatet då tidtagningen ska stoppas. Sekretariatet återstartar tidtagningen vid kommandot "Box".

Ringdomaren ska ge kommandot "Box" för att deltagarna ska återuppta matchen.

Ringdomaren får ge tillsägelser under pågående match utan att tillfälligt avbryta matchen.

Vid kommandot "Break" ska båda deltagarna ta ett steg tillbaka och därefter återuppta matchen.

Vid kommandot "Stop" ska deltagarna ta ett steg tillbaka, vända blicken mot ringdomaren och lyssna. (Förseelser utförda av deltagares ledare tillfaller deltagaren. Dock ska ringdomaren då tydliggöra att det var ledaren som avsågs.) Ringdomare har då följande alternativ:

(1) Vid tillsägelse, ge de tillsägelser som denne avsåg. Därefter kommendera "Box" för återupptagande av matchen.

(2) Vid varning, delge den deltagare som ska varnas orsaken samt tydliggöra detsamma för sekretariatet och poängdomarna. Slutligen kommendera "Box" för återupptagande av matchen.

(3) Vid diskvalifikation, genomförs samma procedur som vid utdelande av varning förutom att ringdomaren meddelar att det är en diskvalifikation och att deltagarna ska visas till sina hörnor.

(4) Vid uppgivet av deltagare eller dennes ledare, visa de båda deltagarna till sina hörnor och meddela poängdomarna och sekretariatet om detta.

(5) Som femte alternativ kan ringdomaren förklara matchen avbruten på grund av denne finner den för ojämn eller då denne känner sig oförmögen att leda den med bibehållen säkerhet. Detta förklaras för deltagarna som visas till sina hörnor, därefter ges förklaring till poängdomarna och sekretariatet.

Vid kommandot "Stop" från tävlingsledaren, ska ringdomaren tillse att deltagarna följer kommandot "Stop" och hänvisa dem till var sin neutral hörna. Därefter ska ringdomaren ta emot tävlingsledarens instruktioner och genomföra dessa.

Vid signal om rondslut från sekretariatet, ska ringdomaren ge kommandot "Stop" och visa deltagarna till sina hörnor för rondpaus.

Sekretariatet ska efter att ha signalerat för rondslut, omedelbart påbörja tidtagning av rondpaus.

Under rondpaus ska deltagare vara vänd mot matchområdets mitt. En av deltagarens ledare får befinna sig i matchområdet vid deltagarens närhet.

Deltagares ledare får lyfta in pall eller stol för deltagaren att sitta på.

Tio sekunder före slut av rondpaus, ska sekretariatet meddela ett av kommandona "Ringen fri" eller "Seconds out". Deltagarnas ledare ska då klargöra hörnan för match, lämna matchområdet och inta sina platser vid matchområdets utsida.

Sekretariatet ska vid slut av rondpaus, starta tidtagning av ny rond samt ge signal för rondstart.

Ringdomaren ska vid signal från sekretariatet om ny rondstart med tecken tillse att deltagarna återupptar matchen.

Efter sista rondslut ska poängdomarna summera sina poäng för båda deltagarna samt dra bort poäng för eventuella varningar.

Efter sista rondslut ska deltagares ledare tillse att deltagarens huvudskydd, eventuellt tandskydd samt handskar tas av.

Efter sista rondslut ska ringdomaren samla in poängdomarnas protokoll, kontrollera att de är rätt ifyllda, skaffa sig en uppfattning om resultatet samt lämna in protokollen till sekretariatet.

Sekretariatet ska efter att de mottagit protokollen beräkna och sammanställa resultatet.

Ringdomaren ska efter att ha överlämnat protokollen kalla deltagarna till sig.

Sekretariatet ska då ringdomaren och deltagarna är beredda, först delge resultat för deltagaren med högst poäng. Ringdomaren ska då höja motsvarande deltagares hand i luften samt därefter sänka den. Sekretariatet ska därefter meddela resultatet för deltagaren med lägst poäng. Ringdomaren höjer då denne deltagares hand i luften samt sänker den därefter.

Vid lika poäng, oavgjort, delges båda deltagares poäng samtidigt. Ringdomaren ska därefter samtidigt höja deltagarnas händer i luften och därefter sänka dem.

Vid turnering meddelas endast segrare och resultat i form av domarröster, diskvalificering eller uppgivet och ringdomaren höjer endast segrarens hand i luften.

Efter att resultatet har meddelats, tillser ringdomaren att deltagarna tackar varandra för matchen och att de går till motståndarens ledare och tackar dem för matchen.

Deltagarna bör innan de lämnar matchområdet, även tacka ringdomaren.

Ringdomaren ska slutligen tillse att deltagare och deras ledare lämnar matchområdet. Därefter får Ringdomaren lämna matchområdet om denne inte ska fortsätta döma påföljande match.

Regel 17. Funktionärers agerande efter tävlingsavslut

Tävlingsledaren ska vidarebefordra samtliga poängprotokoll samt annonserade resultat till SMA.

Tävlingsledaren ska rapportera eventuella förseelser till SMA som medför att deltagare eller deras ledare kan bli avstängda från deltagande i MyBox tills vidare eller under en viss tid.

Tävlingsledaren ska även rapportera händelser som denne anser kan vara av vikt för SMA.

4 Bedömningskriterier

Varje match poängbedöms av tre poängdomare som vilka rond-vis och omlott bedömer: (1) Slag, kontringar och finter, (2) Gardering och undanglidning samt (3) Balans och fotarbete.

Under varje rond ska varje domare även värdera helheten tillsammans med övrig bedömd färdighet enligt ovan.

I detta kapitel beskrivs endast heltalsnivåerna. Halvpoängsnivåerna ligger någonstans i mitten av dessa.

4.1 1 poäng – Underkänd teknik

Helhetsintrycket

- Skulle inte ha varit med i den här tävlingen.
- Allt för färsk inom MyBox.

Slag, kontringar och finter

- Mest bara rundpallar, vilda svingar, orena slag och inget mer.
- Satsar på att slå hårt.

Gardering och undanglidning

- Så gott som obefintlig gardering.
- Kan inte hålla reda på sina händer, dyker och vänder sig bort.

Balans och fotarbete

- Kan inte bestämma sig för vilken fot som ska ligga främst.
- Snubblar och har svårt att hålla balansen.

4.2 2 poäng – Bristande teknik

Helhetsintrycket

- Börjar se ut som att deltagaren kan MyBox.
- Helhetsintrycket är lite stelt och tafatt.
- Går ständigt framåt och försöker pressa sin motståndare till passivitet.

Slag, kontringar och finter

- Kan jabba.
- Försöker enstaka gång slå kombination med främre och bakre hand.

- Deltagaren vet vad det handlar om, även om det inte alltid blir bra.
- Lite ensidig boxning.
- För hård boxning.
- Träffar ofta med handskens insida.
- Svårt att hitta rätt distans.

Gardering och undanglidning

- Håller upp händerna bra som gard men blir ändå lätt träffad.
- Ingen gardering av finter mot huvudet.
- Har tendenser att allt vilja vända sig bort eller dyka vid press.

Balans och fotarbete

- Håller hyffsat reda på fötterna och fotställningen.
- Går mest åt samma håll.
- Finner inte rätt distans.
- Förföljer ofta istället för att skära av.
- Bristande balans vid slag.

4.3 3 poäng – Godkänd teknik

Helhetsintrycket

- Det ser ut som MyBox, deltagaren kan grunderna.
- Klarar av att hålla en hyffsad stil i trängda lägen.
- Försöker boxa i alla lägen.
- Försöker inte pressa sin motståndare till passivitet.
- Kan förekomma enstaka marginella eller grövre fel ibland, men deltagaren har bra koordination och flyt i sin boxning.

Slag, kontringar och finter

- Kan jabba och försöka komma till rätt distans.
- Kan slå tvåslagskombinationer med främre och bakre hand rent och i balans, utan att satsa för hårt i slagen.
- Slår få insidor.
- Behöver inte eller kan inte visa mycket mer.

Gardering och undanglidning

- Försöker hela tiden och i alla situationer gardera sig även om boxaren ibland ser ut att ha svårt att hänga med.
- Garderar oftast finter mot huvudet.

- Dock ska det inte bero på ett direkt felaktigt beteende att boxaren inte hänger med.

Balans och fotarbete

- Håller bra avstånd mellan fötterna och har en bra viktfördelning.
- Har hyfsad balans i slagväxlingar och vid förflyttning.
- Kan med hjälp av fötterna flytta sig ur pressade situationer.
- Saknar flyt i förflyttningarna.
- Är kanske lite för ensidig och fantasilös i sina förflyttningar.

4.4 4 poäng – Väl godkänd teknik

Helhetsintrycket

- Har nästan allt som begärs av den färdiga deltagaren i MyBox men kanske gör enstaka misstag och missbedömningar.
- Kan i stort sett det mesta ganska hyggligt.
- Boxas halvdistans och närkamp utan att hänga på motståndaren för mycket.

Slag, kontringar och finter

- Boxaren kan de enklare teknikerna mycket bra, exempelvis jabb med raka slagkombinationer, uppercuts mot kroppen och krokare mot överarmarna. Gör i varje fall seriösa försök att använda detta i sin boxning.
- Behärskar hyfsat flerslagskombinationer och försöker variera boxningen mot både kropp och överarmar.
- Slagen träffar rent utan insidor.
- När slag plockas görs försök till att använda detta till egen fördel, exempelvis genom kontringar.
- Försöker att använda finter mot huvudet med uppföljande slag
- Kan ibland bli lite ensidig, kanske används samma tekniker hela tiden.
- Kan ibland bli lite väl hårt i en jämn och intensiv match men boxaren kan alltid kontrollera hårdheten i sin boxning när en svagare boxare är motståndare.

Gardering och undanlidning

- Är mjuk i kroppen och ser slagen i tid.
- Söker sig in när det hettar till och försöker gå in i clinch.
- Försöker använda kroppsvidringar och förflyttning som gardering.
- Flyr aldrig i panik även om boxaren blir träffad.

Balans och fotarbete

- Bra balans och rätt avstånd mellan fötterna.

- Kan skära av för sin motståndare.
- Har för det mesta rätt distans.
- Kan växla tempo och riktning ganska bra men kanske går lite för mycket åt samma håll. Ser dock riktigt hyggligt ut.

4.5 5 poäng – Mycket väl godkänd teknik

Helhetsintrycket

- Ser kontrollerat och stabilt ut.
- Boxaren har allt man kan begära av en deltagare i MyBox.
- Kan boxas i alla lägen och satsar aldrig på att slå hårt i slag eller dueller.

Slag, kontringar och finter

- Kan använda alla typer av slag.
- Använder kontringar.
- Använder finter med uppföljande slag.
- Varierar alltid sin boxning så mycket som möjligt.

Gardering och undanglidning

- Mycket bra gard.
- Släpper aldrig gardering av finter mot huvudet.
- Händerna alltid på plats även om det skulle räcka med att låsa motståndaren och flytta sig ur situationen.
- Använder kroppsvidningar och förflyttningar som gardering precis så mycket som behövs.

Balans och fotarbete

- Mycket bra balans.
- Växlar tempo och varierar hela tiden sina förflyttningar.
- Vid möte med fysiskt starkare motståndare, kan deltagaren genom att höja tempot i förflyttningarna, störa sin motståndare så att denne inte kan komma på rätt distans.

