**Boxen** ist eine [Kampfsportart](https://de.wikipedia.org/wiki/Kampfsport), bei der sich zwei Kontrahenten unter festgelegten [Regeln](https://de.wikipedia.org/wiki/Regel_(Richtlinie)) nur mit den [Fäusten](https://de.wikipedia.org/wiki/Hand#Funktionsumfang_der_Hand) bekämpfen. Ziel ist es, möglichst viele Treffer beim Gegner zu erzielen oder diesen durch einen [Knockout](https://de.wikipedia.org/wiki/Knockout_(Sport)) außer Gefecht zu setzen. Die Kämpfer sind für gewöhnlich mit gepolsterten [Handschuhen](https://de.wikipedia.org/wiki/Boxhandschuh) ausgestattet und müssen derselben [Gewichtsklasse](https://de.wikipedia.org/wiki/Gewichtsklasse) angehören.

Ein Boxkampf wird unter der Aufsicht eines [Ringrichters](https://de.wikipedia.org/wiki/Ringrichter) über mehrere ein bis drei [Minuten](https://de.wikipedia.org/wiki/Minute) dauernde [Runden](https://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Runde_(Wettkampf)&action=edit&redlink=1) ausgetragen. Er ist entschieden, wenn ein Gegner vom Ringrichter als unfähig erachtet wird, den Kampf fortzuführen, eine schwerwiegende Regelverletzung vorliegt, eine [Aufgabe](https://de.wikipedia.org/wiki/Resignation) signalisiert wird oder der Ablauf der regulären Rundenzahl zu einer Punktentscheidung führt.

Es wird grundsätzlich zwischen [Amateur-](https://de.wikipedia.org/wiki/Boxen#Amateurboxen) und [Profiboxen](https://de.wikipedia.org/wiki/Boxen#Profiboxen) unterschieden. Amateurboxen ist bei den [Olympischen Spielen](https://de.wikipedia.org/wiki/Olympische_Spiele) und den [Commonwealth Games](https://de.wikipedia.org/wiki/Commonwealth_Games) vertreten und besitzt eine eigene [Weltmeisterschaft](https://de.wikipedia.org/wiki/Boxweltmeisterschaften). Profiboxkämpfe werden von kommerziellen [Boxverbänden](https://de.wikipedia.org/wiki/Liste_von_Boxverb%C3%A4nden) organisiert. Profiboxer dürfen seit 2016 ebenfalls bei den Olympischen Spielen antreten.

Während es Wettkämpfe Mann gegen Mann vermutlich bereits seit Anbeginn der [Menschheitsgeschichte](https://de.wikipedia.org/wiki/Menschheitsgeschichte) gibt, können die Anfänge des [Faustkampfes](https://de.wikipedia.org/wiki/Antiker_Faustkampf) als organisierte Sportart bis zu den [Olympischen Spielen](https://de.wikipedia.org/wiki/Olympische_Spiele_der_Antike) der [Griechen](https://de.wikipedia.org/wiki/Antikes_Griechenland) im Jahr 688 v. Chr. zurückverfolgt werden. Das moderne Boxen entwickelte sich aus regelmäßig veranstalteten Preiskämpfen im [England](https://de.wikipedia.org/wiki/England) des 17. und 18. Jahrhunderts. Mitte des 19. Jahrhunderts wurden die Basisregeln des modernen Boxsportes, die sogenannten [Queensberry-Regeln](https://de.wikipedia.org/wiki/Queensberry-Regeln), festgelegt.

### Ab dem 16. Jahrhundert wird das Verb „to box“ im Englischen nach und nach mit der Bedeutung „mit Fäusten schlagen“ und „jemanden schlagen“ verwendet[[1]](https://de.wikipedia.org/wiki/Boxen#cite_note-1), die weitere Herkunft ist ungeklärt[[2]](https://de.wikipedia.org/wiki/Boxen#cite_note-Pfeifer-2). Ab dem 18. Jahrhundert taucht „boxen“ dann auch im Deutschen auf[[2]](https://de.wikipedia.org/wiki/Boxen#cite_note-Pfeifer-2). Im heutigen Sprachgebrauch gilt „Faustkampf“ als Synonym[[3]](https://de.wikipedia.org/wiki/Boxen#cite_note-3) bzw. als gehoben[[4]](https://de.wikipedia.org/wiki/Boxen#cite_note-4) für „das Boxen, der Boxkampf“. Grundregeln[[Bearbeiten](https://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Boxen&veaction=edit&section=9) | [Quelltext bearbeiten](https://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Boxen&action=edit&section=9)]

In einem Boxkampf sind nur Schläge erlaubt, die mit der geschlossenen Faust ausgeführt werden. Jegliche Benutzung eines anderen Körperteils (beispielsweise des Fußes, der Innenhand etc.) wird nicht als Zähler anerkannt und muss vom Ringrichter als Foul gewertet werden und zur Ermahnung, zu Punktabzügen oder im schlimmsten Fall zur Disqualifikation führen. Ein regulärer Schlag ist dann ausgeführt, wenn der Treffer auf der Vorderseite des Kopfes, des Halses, des gesamten Korpus bis zur imaginären [Gürtellinie](https://de.wikipedia.org/wiki/Taille) am Bauchnabel oder auf den Armen landet. Schläge unter die Gürtellinie sind verboten, sie gelten als Foul und führen zum Punktabzug. Außerdem werden Treffer auf die Arme oder auf den Handschuh von den Punktrichtern nicht als Zähler gewertet, da ein derartiger Schlag als blockiert gilt. Häufig sieht man, dass sich Boxer ineinander verklammern. Dies kann verschiedene Gründe haben. Zum Beispiel muss ein Boxer, der sich in einer für ihn ungünstigen Entfernung zum Gegner befindet, klammern, damit der Ringrichter die Kontrahenten trennt und sie auffordert, einen Schritt zurückzutreten, so dass wieder Distanz geschaffen wird. Meistens jedoch verschaffen sich erschöpfte oder angeschlagene Boxer auf diese Weise eine Pause. Klammern stellt einen Regelverstoß dar, der aber aufgrund der Häufigkeit von den Ringrichtern manchmal geduldet wird. Allerdings muss ein Ringrichter, um einen flüssigen Kampfablauf zu gewährleisten, ab einem gewissen Grad Verwarnungen und damit Punktabzüge aussprechen.

### Boxring[[Bearbeiten](https://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Boxen&veaction=edit&section=10) | [Quelltext bearbeiten](https://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Boxen&action=edit&section=10)]

Der Boxring ist quadratisch und hat eine Kantenlänge von 16 bis 24 [Fuß](https://de.wikipedia.org/wiki/Fu%C3%9F_(Einheit)) (488 bis 732 cm). Die Kantenlänge eines Standard-Boxrings beträgt 20 Fuß (610 cm). Der Kampfbereich wird von drei oder vier Seilen umspannt, die jeweils drei bis fünf Zentimeter stark sind und in den Höhen 40 – 80 – 130 Zentimeter (bei drei Seilen) oder 40 – 75 – 105 – 135 Zentimeter (bei vier Seilen) hängen. Der Bodenbereich außerhalb der Seile muss mindestens 50 Zentimeter breit sein. Der Ringboden ist elastisch und mit einer Zeltplane bespannt. In den Ringecken befinden sich Eckpolster, von denen eines rot, eines blau und zwei weiß sind. Das Wort „Ring“ in Boxring kommt von dem Ring/Kreis, den die Schaulustigen um die Kämpfer bilden, und existiert in dieser Bedeutung im Englischen seit dem 14. Jahrhundert.

### Amateurboxen[[Bearbeiten](https://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Boxen&veaction=edit&section=11) | [Quelltext bearbeiten](https://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Boxen&action=edit&section=11)]

Es gibt grundlegende Unterschiede zwischen Amateur- und Profiboxsport. Die Regeln für den Amateurboxsport werden von der [AIBA](https://de.wikipedia.org/wiki/Association_Internationale_de_Boxe_Amateure), dem Weltverband des Amateurboxsports festgelegt. Diese Regeln sind zugleich die Grundlage für das Boxen als olympische Disziplin. Amateur- und Profiboxsport haben unterschiedliche Regeln und sind von Technik, Ausführung und Taktik her nur begrenzt vergleichbar. Darüber hinaus gibt es im Profibereich kleinere Unterschiede zwischen den einzelnen Verbänden.

Ein Kampf wird normalerweise in drei Runden von je drei Minuten Länge ausgetragen, zwischen den Runden jeweils eine Minute Pause. Es entscheidet die Anzahl der Treffer. Ein Treffer wird anerkannt, wenn mindestens drei der fünf Punktrichter einen Schlag innerhalb einer Sekunde als Treffer anerkennen. Dies geschieht durch Eingabe in einen Computer. Dieser wertet die Eingaben aus und zeigt die Treffer an. Dieses System soll die Urteile nachvollziehbarer machen und Manipulationen einschränken. Das Tragen eines Kopfschutzes, Zahnschutzes, Tiefschutzes (Männer), Brustschutzes (Frauen) und eines ärmellosen Oberteils ist bei Amateurboxkämpfen Pflicht. Das Oberteil muss sich von der Hose farblich deutlich unterscheiden, damit die Gürtellinie klar erkennbar ist. Bei Boxhandschuhen im Amateursport ist die erlaubte Trefferfläche weiß markiert, um dem Kampfgericht das Erkennen regelwidriger Treffer zu erleichtern.

#### Altersklassen**[**[**Bearbeiten**](https://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Boxen&veaction=edit&section=12)**|**[**Quelltext bearbeiten**](https://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Boxen&action=edit&section=12)**]**

Neben der Einteilung in [Gewichtsklassen](https://de.wikipedia.org/wiki/Gewichtsklasse) werden die Athleten im Amateurboxen nach dem Alter unterschieden (dies ist eine Grobeinteilung, es wird nach Stichtagen und Jahren in die Klassen eingeteilt):

* Schüler männlich/weiblich 10 bis 12 Jahre
* Kadetten männlich/weiblich 13 und 14 Jahre
* Junioren männlich/weiblich 15 und 16 Jahre
* Jugend männlich/weiblich 17 und 18 Jahre
* Elite männlich/weiblich 19 bis 34 Jahre

Der Altersunterschied bei Vergleichskämpfen darf höchstens zwei Jahre betragen.

Das Höchstalter, um an Olympischen Spielen sowie Welt- und Kontinentalmeisterschaften teilnehmen zu können, ist 34 Jahre. National beträgt die Altersgrenze 36 Jahre. Wenn es keine eigenen Regeln für Frauen gibt, unterliegen Frauen denselben Bestimmungen wie Kadetten.

#### Kampfentscheidung**[**[**Bearbeiten**](https://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Boxen&veaction=edit&section=13)**|**[**Quelltext bearbeiten**](https://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Boxen&action=edit&section=13)**]**

Entscheidungen beim Amateurboxen können auf neun verschiedenen Arten herbeigeführt werden.[[5]](https://de.wikipedia.org/wiki/Boxen#cite_note-5)

### Profiboxen[[Bearbeiten](https://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Boxen&veaction=edit&section=14) | [Quelltext bearbeiten](https://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Boxen&action=edit&section=14)]

Im Profiboxen kann die Zahl der Runden (à drei Minuten) frei festgelegt werden, bewegt sich aber üblicherweise zwischen vier und zwölf. Drei Kampfrichter bewerten unabhängig voneinander nach jeder einzelnen Runde, welcher Boxer in der Runde stärker gekämpft hat. Es ist auch möglich, dass nur der Ringrichter den Kampf bewertet, z. B. wenn einer von den zwei Boxern K. o. geschlagen wurde. Geht der Kampf über die volle Rundenzahl, wird durch Addition der Rundenwertungen und der Hilfspunkte der Sieger bestimmt. Punktabzüge sind infolge von Tiefschlägen und Verwarnungen möglich.

#### Punkturteil**[**[**Bearbeiten**](https://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Boxen&veaction=edit&section=15)**|**[**Quelltext bearbeiten**](https://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Boxen&action=edit&section=15)**]**

* *Ten-Point-Must-System*

Das „Ten-Point-Must-System“ ist die heute übliche Art der Notation einer Punktentscheidung im Profiboxen. Dabei bekommt der Sieger der Runde zehn Punkte, der Verlierer in der Regel neun, bei einem erlittenen Niederschlag in aller Regel acht, bei zwei erlittenen Niederschlägen sieben. Falls eine Runde unentschieden gewertet wird, erhalten beide Boxer zehn Punkte. Verwarnungen werden erst nach Ende des Kampfes vom Punktekonto abgezogen.

Gewinnt beispielsweise ein Boxer bei einem Zehnrunder alle Runden und gibt es keinen Niederschlag und keine Verwarnung, lautet das Urteil 100-90.

* *Wofür bekommt ein Boxer eine Runde?*

Der Wertungsrichter Tom Kaczmarek erläutert im „International Boxing Digest“ vom Januar 1999 das Bewerten und verweist auf die Faktoren:

1. Klare Treffer – bei weitem der wichtigste Maßstab. Das Problem hierbei ist, dass es nicht nur um die Anzahl der Treffer geht, sondern auch um die Qualität: hinterlässt ein Treffer eindeutig Schlagwirkung, bringt dies dem schlagenden Boxer fast immer die Runde.
2. Effektive Aggressivität – dazu gehört auch Aktivität. Wenn beide Boxer keine klaren Treffer landen, gewinnt der aktivere Boxer die Runde.
3. *Ring Generalship* – schwer übersetzbarer amerikanischer Ausdruck, „Überlegenheit im Ring/Ringbeherrschung“ (boxerische Fähigkeiten, Cleverness, Ringstrategie)
4. Verteidigung

* *Extrapunkte*

Extrapunkte (bzw. strenggenommen Punktabzüge des Gegners nach Ten-Point-Must-System, s. o.) gibt es

1. bei fast allen Niederschlägen: Erkennt der Ringrichter auf regulären Niederschlag und zählt den betreffenden Boxer an, erhält der schlagende Boxer nicht nur die Runde (10 zu 9), sondern einen Extrapunkt (10 zu 8), – außer der niedergeschlagene Boxer hätte die Runde klar gewonnen, so dass man nur auf 10 zu 9 für den niederschlagenden Boxer wertet. Dieser gewinnt die Runde also in jedem Fall, es fragt sich nur, ob mit einem oder zwei Punkten. Weitere Niederschläge sorgen für weitere Punkte.
2. Verwarnungen: Begeht ein Boxer wiederholt ein kleineres Foul (Tiefschlag, Klammern, unerlaubter Kopfeinsatz) oder ein schwereres Foul, das aber noch nicht zur sofortigen Disqualifikation führt (Ermessen des Ringrichters), können ihm ein oder zwei Punkte abgezogen werden. Dies entscheidet der Ringrichter, der das eindeutig den Punktrichtern anzeigen muss.

* *Varianten der Punktwertung*

Konsequenz dieser Regelungen zur Punktvergabe ist, dass die dritte Wertung irrelevant wird, falls zwei Punktrichter mit dem gleichen Ergebnis werten.

#### Kampfabbruch**[**[**Bearbeiten**](https://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Boxen&veaction=edit&section=16)**|**[**Quelltext bearbeiten**](https://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Boxen&action=edit&section=16)**]**

Wenn einer der beiden Boxer nach einem Niederschlag in einem vorbestimmten Zeitraum (10 Sekunden) nicht aufzustehen vermag, ist der Kampf durch [Knockout](https://de.wikipedia.org/wiki/Knockout_(Sport)) (*K.o.*) entschieden. Ein K. o. ist nicht nur nach einem starken Kopftreffer, sondern auch bei einem starken Lebertreffer möglich. Wenn der Kampf abgebrochen wird oder einer der Kampfteilnehmer aufgibt, ist der Kampf durch technischen Knockout (TKO) entschieden. Eine Disqualifikation (s. u.) gilt nicht als TKO. Wird der Kampf nicht vorzeitig entschieden, wird nach Ende des Kampfes die Punktwertung der drei Punktrichter ausgewertet.

Disqualifiziert wird bei

1. als „absichtlich“ angesehenem Kopfstoß,
2. grober Unsportlichkeit, zum Beispiel Beißen, Treten, Schubsen, exzessivem Klammern, Umwerfen des Gegners, Herunterdrücken des Gegners, Aufstützen auf den Gegner, Schlagen mit dem Ellenbogen, Drücken mit dem Ellenbogen, Schlagen auf den Hinterkopf, Schlagen auf das Genick, Einklemmen des gegnerischen Armes, Festhalten des gegnerischen Kopfes, Schlagen und den Gegner dabei in den Schlag hineinreißen, vollständig passiver Kampfhaltung z. B. mit Doppeldeckung, Schleudern des Gegners in der Umklammerung,
3. Nachschlagen, das als eindeutig absichtlich eingeschätzt wird und Schlagwirkung hinterlässt,
4. wiederholten Tiefschlägen. Bei erstmaligem Tiefschlag wurde nur vor Anwendung des [Tiefschutzes](https://de.wikipedia.org/wiki/Tiefschutz) disqualifiziert,
5. wiederholtem Ausspucken des Mundschutzes,
6. Betreten des Rings durch einen Sekundanten vor Rundenende, auch versehentlich.

#### Regelunterschiede im Profiboxen**[**[**Bearbeiten**](https://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Boxen&veaction=edit&section=17)**|**[**Quelltext bearbeiten**](https://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Boxen&action=edit&section=17)**]**

Die Regeln sind international nahezu identisch, nur in Kleinigkeiten wird unterschieden.

1. So gibt es in den USA nicht überall das Anzählen im Stehen (*Standing Eight Count*), das in Europa üblich ist.
2. Es gibt in der Regel in Titelkämpfen keine „Three Knockdown Rule“, nach der ein Boxer, der während einer Runde dreimal am Boden ist, *automatisch* durch KO verloren hat.

Andere strittige Punkte:

1. Kann nur der Ringrichter den Kampf stoppen oder auch der Ringarzt?
2. Kann ein Rundengong das Anzählen eines Boxers verhindern?
3. Wird bei einer nicht durch einen Schlag entstandenen Verletzung in den ersten vier Runden der Kampf als „Technisches Unentschieden“, gar nicht gewertet oder werden die Punktzettel ausgezählt?

*Siehe auch:*[*Queensberry-Regeln*](https://de.wikipedia.org/wiki/Queensberry-Regeln)

#### Notation von Profibilanzen**[**[**Bearbeiten**](https://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Boxen&veaction=edit&section=18)**|**[**Quelltext bearbeiten**](https://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Boxen&action=edit&section=18)**]**

Bei den Profis werden Bilanzen (*Kampfrekord* ist eine Fehlübersetzung des englischen Ausdrucks *fight record*) mit Siege-Niederlagen-Unentschieden verbucht: 13–4–2(11KO) bedeutet 13 Siege, davon 11 vorzeitige, 4 Niederlagen, 2 Unentschieden.

Endet ein Kampf ohne Wertung („No Contest“), zum Beispiel nach positiven Dopingproben, wird dies extra erwähnt, also 13-4-2-1(11KO). In Klammern stehen dahinter die Siege durch [Knockout](https://de.wikipedia.org/wiki/Knockout_(Sport)) im weitesten Sinn. In englischsprachigen Übertragungen werden die K.o.-Siege oft mit dem Verweis “Inside” kenntlich gemacht; K.o.-Niederlagen werden nicht extra in der Bilanz aufgelistet.