

# Muay Thai im Akuma Dōjō Northeim

Muay Thai (thailändisch: มวยไทย , deutsch: Thaiboxen), der Nationalsport Thailands, ist eine Kampfkunst, die im 20. Jahrhundert weltweite Verbreitung fand.

Der klassische Thaiboxkampf, Muay Thai Boran, beinhaltet neben dem Kämpfen mit unterschiedlichen Waffen auch Bewegungen, die über die waffenlosen Techniken des heutigen Muay Thai hinausgehen. Krabi Krabong (Kurz- und Langwaffe) bezeichnet das Kämpfen mit unterschiedlichen Waffen, wie etwa Krabi (Degen), Daab (Schwert), Plong oder Sri Sock (Stock), Ngauw (Stock mit einem kurzen Schwertaufsatz), Dung, Kaen, Mai Sun und Loh (Schild).

Stilistisch auffällige

Merkmale des Muay Thai sind Ellenbogen- und Knietechniken sowie das Clinchen. Eine charakteristische Technik ist der Kick mit dem blanken Schienbein, meist auf den Oberschenkel, Rippenbereich oder Kopf gezielt. Je nach Reglement und Profistufe des Kämpfers können Knietriche zum Kopf zulässig sein. Dabei darf der Kopf des Gegners mit den Fäusten Richtung Boden gezogen werden. Beim Clinchen halten sich die Gegner im Stehen, versuchen sich aus dem Gleichgewicht zu bringen und treten mit den Knien gegen Oberkörper oder Oberschenkel des Gegners.

Einige Reglements lassen das Fangen und anschließende Halten des gegnerischen Beines zu. Aufgrund des hohen Verletzungsrisikos durch Ellenbogen- und Knietechniken wird Muay Thai als eine der härtesten Kampfsportarten der Welt bezeichnet. Die Faustschlagtechniken sind ähnlich dem traditionellen europäischen Boxen, es sind aber auch Schläge aus der Drehung zulässig, wobei der Kopf des Gegners mit dem Fastrücken getroffen wird. Einige Stilarten erlauben Würfe. Da die Würfe sehr gefährlich sind, verbieten die meisten Regelwerke sie jedoch.

Der erste offizielle Ring für einen Thaibox-Wettkampf wurde 1921 genutzt und 1929 kamen zum ersten Mal Boxhandschuhe zur Anwendung. Zuvor wurde nur mit Handbandagen gekämpft. Der Tiefschutz wurde aus Kokosnussschalen gefertigt. Bis ins Jahr 1929 galten 13 Kokosnussschalen, die ein Loch in der Mitte hatten und ins Wasser gelegt wurden, als Zeitmaß für einen Durchgang. Mit der ersten Schale, die unterging, war der Durchgang beendet. Nach diesem Jahr wurden festgelegte Rundenzeiten eingeführt, je nach Wettkampfklasse zwischen 2 × 2 Minuten bis maximal 5 × 3 Minuten. Muay Thai gewann nach dem Zweiten Weltkrieg durch Einführung fester Regeln immer mehr an Bedeutung. Es entstand eine Vielzahl an einzelnen unabhängigen Verbänden, die immer wieder im Streit miteinander lagen. Die Streitereien fanden erst ein Ende, als die Regierung 1995 den *World Muaythai Council* gründete. Weltweit unterstehen nun alle Muay-Thai-Verbände dieser Organisation.

Der erste offizielle Titelkampf wurde am 26. Juni 1995 ausgetragen. Da gegenwärtig viele Muay-Thai-Schulen ihre Kämpfer nur noch dazu anhalten, im Ring gute Wetteinsätze zu erzielen und zu gewinnen, rückt der traditionelle Stil immer stärker in den Hintergrund. Der vormalige König von Thailand Bhumibol Adulyadej unterstützte deswegen reine Muay-Thai-Akademien, wie das *Muay Thai Institut*, in denen die Schüler sich keine Sorgen um Geld machen müssen und stattdessen den klassischen Stil lernen und auf traditionelle Art und Weise kämpfen.

Infos über Preise und Trainingszeiten entnehmen Sie bitte der Website.

Bei uns wird nur waffenlos trainiert. Zum Probetraining/Starterkurs brauchen die Teilnehmer lediglich Boxhandschuhe und Schlupfbandagen für die Hände. Wer keine Boxhandschuhe mit Schlupfbandagen hat, kann diese hier für 29,99 € käuflich erwerben oder eigene mitbringen. Eigenes Equipment muss unserem Standard entsprechen.

**Ohne Boxhandschuhe mit Schlupfbandagen kann man nicht am Probetraining oder an Starterkursen teilnehmen!**

Die Teilnahme an Turnieren ist ab 2023 geplant.

Die Turniere werden rechtzeitig ausgeschrieben und der Trainer entscheidet je nach Leistungsstand, wann es so weit ist.



Akuma Dōjō 悪魔道場

Schule für Kampfkunst &  
Selbstverteidigung Northeim

Göttinger Str. 19

37154 Northeim

[l.arp@akuma-dojō.de](mailto:l.arp@akuma-dojō.de)

[www.akuma-dojō.de](http://www.akuma-dojō.de)

[www.facebook.com/akuma.dojō.northeim](https://www.facebook.com/akuma.dojō.northeim)

Tel.: +49 (0) 55 51 – 589 66 12

Fax: +49 (0) 55 51 – 589 66 13

Mobil: +49 (0) 172 – 397 14 24