

Light-Contact Boxing – Spielformen: Bändeli-Boxkampf

Bei diesem Spiel müssen die Geschicklichkeit und Taktik beweisen, um gleichzeitig zum Boxen eine zweite Aufgabe zu erfüllen, nämlich das Schnappen des Bändeli. Überlegtes Eingehen von Risiko und der Einsatz von verschiedenen Finten unterstützen hier den Weg zu Erfolg.

Zwei Boxer mit je einem Boxhandschuh und einem Spielband, das zur Hälfte seitlich in die Hose gesteckt wird. Die Boxer versuchen nun boxend (auf Stirne und Bauch) das Spielband des Gegners mit der anderen Hand zu schnappen.

Variationen

- Die Boxschläge werden zum Behindern des Gegners eingesetzt. Punkte gibt es nur fürs Schnappen des Spielbandes.
- Boxtreffer ergeben 1 Punkt. Spielband schnappen = 3 Punkte. 10 Punkte = Sieg.
- Wer das Spielband schnappt ohne getroffen zu werden, hat direkt gewonnen.

einfacher

- Ohne Stirne, nur Bauch.

Bemerkung: Harte Treffer ergeben automatisch einen Punkt für den Gegner.

Material: 1 Paar Handschuhe pro Team, 2 Spielbänder

Quelle: [Cougoulic, P. et al. \(2003\): La boxe éducative: 200 jeux et situations pédagogiques.](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO