

Reglementsänderungen Kampfdisziplinen 2026

Kategorie	Alter (Jahrgang)	Disziplin	Nach welchen Regeln
Kinder	8 –14 Jahre	Qingda U15	swisswushu Qingda-Regeln
Jugend	15 –17 Jahre	Qingda U18	swisswushu Qingda-Regeln
Jugend	15 –17 Jahre	Sanda Youth U18	IWuF Sanda Regeln mit swisswushu Anpassungen keine Tritte zum Kopf, kein Niederschlag
Erwachsene	ab 18 Jahre	Light Sanda Adults	WKFE Light Sanda Regeln. Härte gemäss WKFE Artikel 20.1 «weniger als 30% der potenziellen Leistung.» Mit swisswushu Anpassungen
Erwachsene	ab 18 Jahre	Sanda Adults	IWuF Sanda Regeln mit swisswushu Anpassungen

Schutzausrüstung

Übergang: Schutzhelm, Handschuhe, Schienbein- und Ristschoner müssen nicht zwingend die gleiche Farbe an swisswushu Turniere haben.

Gültig ab 1.1.2026




Hilfsblatt - Judges Sanshou

	Qingda	Light - Sanda	Sanda (Turnier Modus swisswushu)
Schutzhelm	Offener Helm. Jochbeinschutz, Visier, Nasenschutzbügel usw. sind optional.	Offener Helm. Jochbeinschutz, Visier, Nasenschutzbügel usw. (vollkontakttauglich) sind optional.	Offener Helm. Jochbeinschutz, Visier, Nasenschutzbügel usw. (vollkontakttauglich) sind optional. Helm mit harten Teilen (Plastikvisier, Metallbügel / Gitter usw.) ist verboten.
Zahnschutz	Ja	Ja	Ja
T-Shirt	Mit Ärmeln Neutral/Schulshirt	Offizielle Sanda Uniform Rot oder Blau	Offizielle Sanda Uniform Rot und Blau
Schutzweste	Rot/Blau entsprechend der Startliste Brustschutz für Frauen optional	Rot/Blau entsprechend der Startliste Brustschutz für Frauen optional	Rot/Blau entsprechend der Startliste Brustschutz für Frauen optional
Handschuhe	8 Oz bis 10 Oz (Bandagen nicht erlaubt)	10 oz (Bandagen nicht erlaubt)	10 oz (Bandagen Pflicht)
Hose	Lang neutrale oder schulspezifische schwarze Hose	Sanda Uniform (Blau/Rot)	Sanda Uniform (Blau /Rot)
Tiefschutz	Ja	Ja	Ja
Schienbein- und Ristschoner	Ja	Ja	Fussristschutz und Schienbeinschonern bei Turnier Modus swisswushu obligatorisch.

Bekleidung

Die Übergangszeit ist nun vorbei. Im 2026 zugelassene Kleidung für Männer besteht aus Sanda-Shorts und Weste, für Frauen aus Sanda-Shorts (Rock) und T-Shirt. Die Shorts (Rock) und die Weste müssen die gleiche Farbe haben.

Schutzausrüstung

An nationalen swisswushu-Turnieren gilt: Der Schutzhelm, die Handschuhe, Schienbein und Ristschoner **müssen nicht zwingend** die gleiche Farbe (Rot/Blau) haben.

Wurf mit Arm im Nacken beim Qingda Wettkampf

Ein Kämpfer versucht, seinen Gegner zu werfen, indem er mit dem Arm um den Nacken zieht und gleichzeitig Druck auf Kopf und Nacken ausübt ohne einen Ansatz einer wirksamen Wurftechnik.



Bei Kindern von 8-14 Jahre (U15) soll diese Situation bereits beim Wurfansatz möglichst früh erkannt und sofort mit dem Kommando «TING» gestoppt werden. Wenn nötig, folgt eine kurze Erklärung.

Wurde der Wurf bereits ausgeführt, gibt es keine Punkte, aber auch keine Verwarnung. Wird die mündliche Anweisungen jedoch ignoriert, kann eine Verwarnung ausgesprochen werden.

Definition Wurffallhöhe

Qingda : Würfe müssen oberhalb der Hüfthöhe des Werfenden kontrolliert sein.
Der Gegner darf nicht „geschmettert“ werden.
Kein hartes, unkontrolliertes Werfen auf den Boden.

Light Sanda : Würfe müssen oberhalb der Brusthöhe des Werfenden kontrolliert sein.
Der Gegner darf nicht „geschmettert“ werden.
Kein hartes, unkontrolliertes Werfen auf den Boden.

Serienschläge zum Kopf

Light Sanda und Sanda Youth : Im Sanda Light und im Sanda Youth sind ab dem 1. Januar 2026 nur ununterbrochene **länger andauernden** Schlagserien zum Kopf verboten.

Sanda Youth (U18) : Tritte zum Kopf und Niederschlag (KO) bleiben weiterhin verboten.

Clinch Situationen

Qingda, Sanda/Sanda Youth : Wenn ein Wettkämpfer seinen Gegner während eines Griffs oder Clinchs schlägt, werden keine Punkte und auch keine Strafe vergeben.

Light Sanda : **Die WKFE-Regel im Light Sanda gemäß Regel 19.5 (Ausgabe 2024) tritt bei uns ab dem 1. Januar 2026 ebenfalls in Kraft.**
«Es ist nicht erlaubt, den Gegner mit irgendwelchen Mitteln anzugreifen, während er festgehalten/umklammert wird.» Ein Verstoß wird mit einer Verwarnung geahndet. Diese Regel wird seit der WKFE-Europameisterschaft 2025 konsequent durchgesetzt.

Angreifen von verbotenen Zielen

Die Knie (Ergänzung für die Schweiz zu Sicherheit der Kämpfer) bleiben in allen Disziplinen als verbotene Trefferzonen bestehen.

Sonderregeln für Turniere in einem Boxing

1. Seil-Sturz (Fall in die Ringseile)

Verliert ein Kämpfer seine sichere Balance und fällt hängend in die Ringseile, wird der Kampf sofort unterbrochen. Es wird als Down gewertet. → Der Gegner erhält 2 Punkte.

2. Keine vorzeitigen Rundengewinne durch Outs

Es gibt kein „Out“. Werfen aus dem Ring ist verboten.

3. Verbot der Nutzung der Ringseile für Angriffe

Das gezielte Nutzen der elastischen Ringseile zur Unterstützung eines Angriffs (z. B. Abstoßen, Schwung holen) ist **untersagt**. → Verstöße werden mit einer **Verwarnung** geahndet.

Die aufgeführten Anpassungen werden in Kürze in das Swiss Wushu-Reglement integriert.