

Infotext für die Schülerinnen und Schüler

Die wichtigsten Regeln beim Kämpfen

Regeln sind beim Kämpfen wichtig. So macht Kämpfen Spaß und du und dein Gegenüber verletzen sich nicht. Regeln helfen auch, fair miteinander zu kämpfen: „Was du nicht willst, das man dir tu, das füg auch keinem andern zu!“

Die wichtigste Regel ist die **Stopp-Regel**. Ist eine Situation für dich unerträglich, kannst du das Stopp-Signal geben. Dann sagst du entweder laut „Stopp“ oder machst ein deutliches Handzeichen (wie im Bild rechts). „Stopp“ sagen kannst du zum Beispiel bei Schmerzen oder in einer gefährlichen Situation. Dann muss der Kampf sofort abgebrochen werden. Die Regel darf aber nicht angewendet werden, um eine drohende Niederlage abzuwenden.

Hier findest du weitere Dinge, die erlaubt oder nicht erlaubt sind:

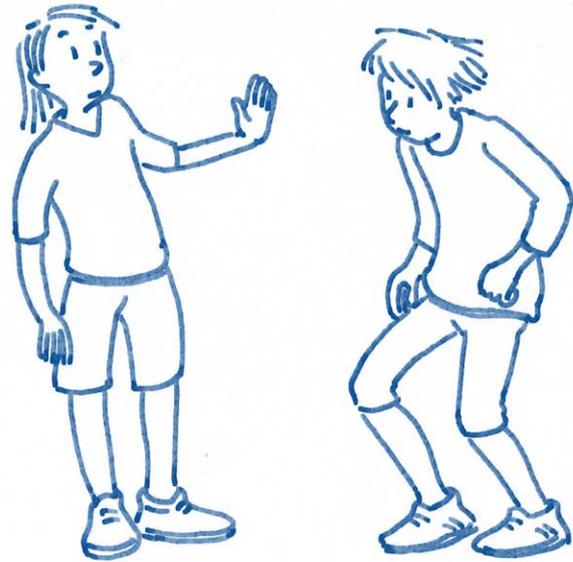


Illustration: Dorothea Tust

STOPP heißt STOPP

Erlaubt ist

-  schieben, drücken, stoßen
-  ziehen
-  täuschen
-  sein Gegenüber selbst auswählen
-  Nein sagen
-  Stopp sagen
-  den Kampf per Handzeichen beenden
-  an- und abgrüßen

Nicht erlaubt ist

-  kitzeln
-  kneifen, kratzen
-  schlagen, boxen
-  treten
-  spucken, beißen
-  würgen
-  beleidigen, beschimpfen
-  vor dem Startsignal beginnen