



Deutscher Bundestag

Sportausschuss, 10.05.2023

Deutscher Bundestag

Sportausschuss

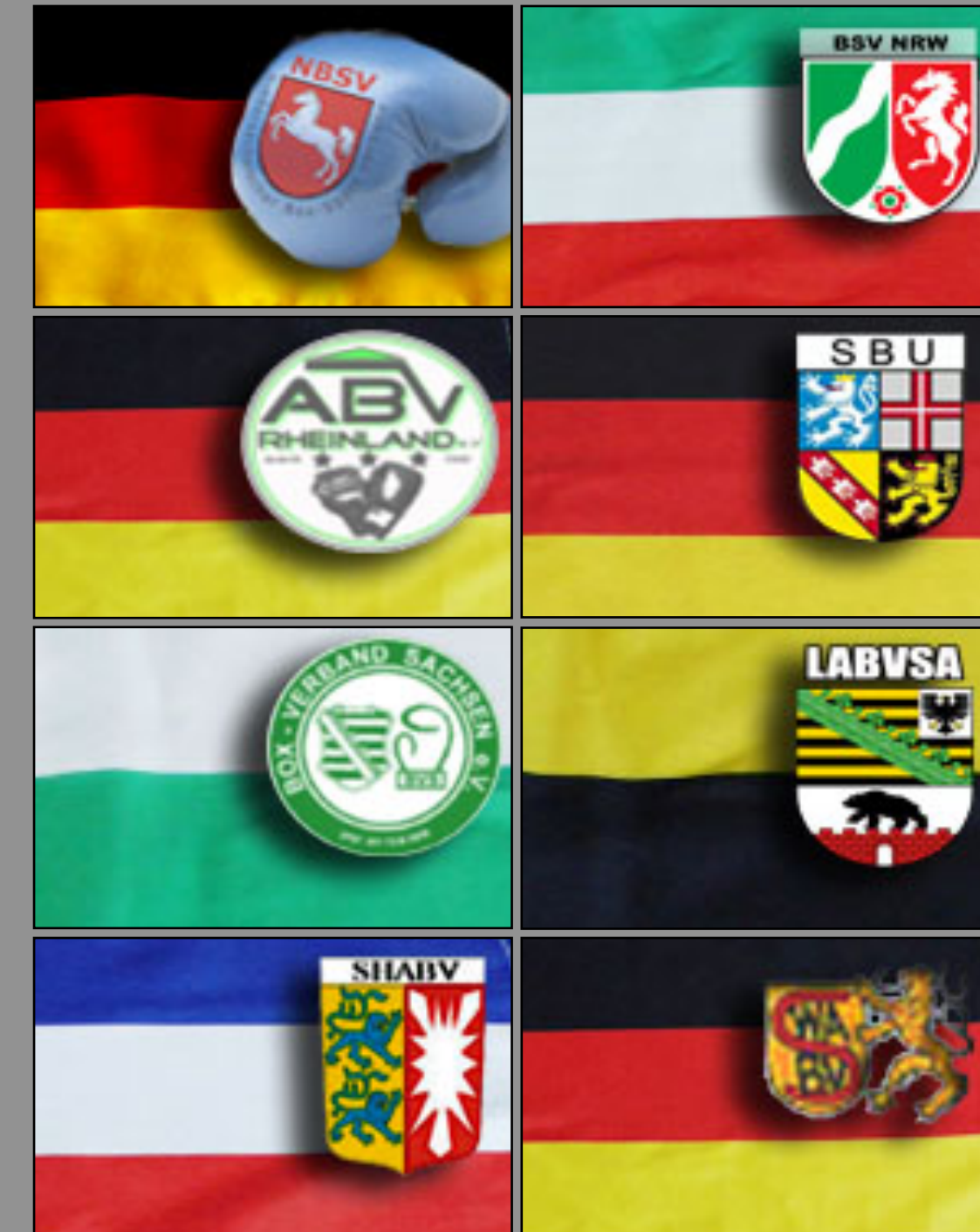
Ausschussdrucksache
20(5)177

BOXER WERDEN NICHT GEBOREN



BOXER WERDEN GEMACHT

PTSV AACHEN • BOXEN



Die Olympische Sportart Boxen



Deutscher Bundestag

Sportausschuss, 10.05.2023



BOXEN

ist



Deutscher Bundestag

Sportausschuss, 10.05.2023



Eine Klassische olympische Zweikampfsportart

DBV: Mitglied im DOSB, dem europäischen Boxverband EUBC und dem Weltverband IBA

DBV: 17 Landesverbände, 886 Vereine, 78.897 Mitglieder

Werte des Boxsport:

Integration von Flüchtlingen (über 8.000), Gewaltprävention u.a.

Die IBA hat über 200 Mitglieder und Boxen ist weltweit verbreitet

Boxen wird von Männern und Frauen ausgetragen

Die Wettkampfzeit beträgt 3 x 3 Minuten

Boxen hat eine äußerst komplexe Wettkampfstruktur

Es werden höchste Ansprüche an die Persönlichkeitseigenschaften gestellt



Deutscher Bundestag

Sportausschuss, 10.05.2023



Vielseitig techn.-koordinative und konditionelle Leistungsvoraussetzungen

Hohe Belastungsverträglichkeit und Bereitschaft

Aerobe Energiebereitstellung dominant

Hohe Laktattoleranz als Basis der schnellen Regeneration in den Pausen

Wettkampfentscheidende boxspezifische Aktionen über ATP-Kreatin-Phosphat

Boxen ist eine ausgewiesener Ganzkörpersportart

Fokus auf Schnellkraft der Arme und Beine

Schlagkraft entscheidend - Diagnosetool

Dynamische Übungen vor statischen Übungen



Deutscher Bundestag

Sportausschuss, 10.05.2023



Lehren Sie das Boxen niemals als gedankenloses Aufeinanderprallen roher Kraft und Fäuste, sondern als ein mit allen Muskeln betriebenes Streiten des Geistes!

M. P. Perelman (sowjetischer Sportpädagoge)
„Erziehung der Boxanfänger“ - Berlin 1952



Deutscher Bundestag

Sportausschuss, 10.05.2023



**Zielsetzung:
Weiterer Ausbau der vielfältigen sozialen Aspekte die dem Boxsport innewohnen!**



Siegleistungen und Medaillengewinne bei internationalen Wettkampfhöhepunkten (OS, WM, EM, JWM, JEM)