



WO Selbstverteidigung / Hosinsul

WO Selbstverteidigung / Hosinsul		
Durch die Gesamtvorstandssitzung am 21.04.2026 beschlossen und vorläufig in Kraft gesetzt		
Änderung	Stand: 13.04.2026	Seite 1 von 10

Inhaltsverzeichnis

1.	Einleitung Bereich Selbstverteidigung / Hosinsul.....	3
2.	Klassifizierung.....	4
2.1	Allgemeine Vorgaben.....	4
2.2	Klasseneinteilung Bereich Hosinsul NWTU.....	5
3.	Bewertung der Leistungen.....	6
3.1	Basisgröße der Bewertung.....	6
3.2	Bewertungskriterien.....	6
3.2.1	Bewertungsbereiche.....	6
3.2.2	Bewertungsdetails Technik.....	6
3.2.3	Punktabzüge.....	7
3.2.4	Bewertungsdetails Präsentation.....	7
3.2.4.1	Punktabzüge im Rahmen der Präsentationswertung.....	7
3.2.5	Disqualifikation.....	8
3.2.6	Zeitmessung.....	8
4.	Kommandosprache.....	9
5.	Jury`s Paper.....	10

Mit der Teilnahme an der Selbstverteidigungsmeisterschaft erkennen alle Sportler ausdrücklich die vorliegende Wettkampfordnung in allen Punkten an.

WO Selbstverteidigung / Hosinsul		
Änderung	Stand: 13.04.2026	Seite 2 von 10

1. Einleitung Bereich Selbstverteidigung / Hosinsul

Beim Wettbewerb „Selbstverteidigung / Hosinsul“ wird von einem/r Sportler/in eine Vorführung eines eingeübten Selbstverteidigungsprogrammes präsentiert.

Dabei wird der/die Sportler/in von 1 Partner/in, der/die als Angreifer/in fungiert, unterstützt.

Das Selbstverteidigungsprogramm sollte realitätsnah ausgelegt sein.

Die Wettkampffläche besteht aus Steckmatten, Abmessungen 8 x 8 oder 10 x 10 m.

Die Matte darf während der Vorführung (der Präsentation) nicht verlassen werden.

(siehe 3.2.2 Bewertungsdetails - Punktabzüge)

Die Vorführung muss von allen Teilnehmern/innen barfuß und ohne Schutzausrüstung ausgeführt werden. Optional ist ein Tiefschutz, der unter dem Budo-Anzug getragen werden kann, zugelassen. Brillenträger müssen eine Sportbrille tragen.

Die Sportler/innen tragen ihren entsprechenden Budo-Anzug (Dobok).

Der Verteidiger steht links vom Kampfgericht.

Der Verteidiger wird mit einer farbigen Armbinde gekennzeichnet, die vom Veranstalter gestellt wird.

Das Tragen von Schmuck ist nicht zugelassen.

Bei Waffen gilt: Messer aus flexiblem Material (Gummi), max. 30 cm Gesamtlänge, verletzungssicher. Stöcke bis max. 60 cm Gesamtlänge, Stock mit weicher Ummantelung (Schaumstoff).

Es dürfen jeweils 2 Stöcke und 2 Messer genutzt werden.

Diese müssen vor Beginn der Vorführung auf dem äußeren Mattenrand oder direkt neben der Mattenfläche bereitgelegt werden.

Beim An- oder Abgrüßen dürfen die Waffen von den Sportler/innen nicht am Körper getragen werden.

Waffen dürfen nicht an den/die Angreifer/in übergeben werden.

(siehe 3.2.2 Bewertungsdetails - Punktabzüge)

Es ist zulässig mit einer abgenommenen Waffe einen Angriff zu erwidern

(z.B.: Einsatz von einem Stock für eine Messerabwehr, bzw. einen Budogürtel zu nutzen).

Es darf keine Waffe, die aus der Wettkampffläche herausfällt, wiedergeholt werden,

d.h., der/die Sportler/in darf eine Waffe nur aufnehmen, wenn sich beide Füße noch innerhalb der Wettkampffläche befinden.

(siehe 3.2.2 Bewertungsdetails - Punktabzüge)

In den Altersklassen I und II (bis 14 Jahre) sind **KEINE** Waffen zulässig.

Der Vortrag hat eine Zeitvorgabe. Genaue Vorgaben sind in der Klasseneinteilung geregelt.

Die Zeitmessung beginnt mit dem Kommando **Shijak** und endet, wenn sich die Vorführenden zum abgrüßen gegenüberstehen.

(siehe 3.2.6 Zeitmessung)

WO Selbstverteidigung / Hosinsul		
Änderung	Stand: 13.04.2026	Seite 3 von 10

Die Vorführung muss so angelegt sein, dass keiner der Teilnehmer/innen während der Vorführung gefährdet oder verletzt wird!

Sollte der/die Verteidiger/in eine Aktion mit Waffen, der Hand oder dem Fuß durchführen, welche potenziell eine letale Verletzung zur Folge haben kann, wird der Vortrag nicht abgebrochen.

Dies kann eine Disqualifikation und eine Bewertung mit 0,0 Punkten zur Folge haben.

(siehe 3.2.4 Disqualifikation)

Alle Techniken müssen so ausgelegt sein / ausgeführt werden, dass die Verhältnismäßigkeit zwischen Angriff und Verteidigung gewahrt ist.

Bei Platzierungen vom 1. bis zum 3. Platz erhalten der/die Verteidiger/in gemeinsam mit den Angreifer/innen je eine Platzierungsmedaille.

Bei der Platzierung ab dem 4. Platz abwärts erhalten die Sportler/innen eine Teilnehmermedaille.

2. Klassifizierung

2.1 Allgemeine Vorgaben

Startberechtigt sind alle Sportler/innen der NWTU / DTU. Sportler/innen anderer Verbände sind ebenfalls startberechtigt. Diese müssen sich mit ihrem jeweiligen Verbandsausweis und Personalausweis am Wettkampftag legitimieren.

Sportler anderer Kampfsport- Kampfkunststile bzw. anderer Verbände müssen mit der Meldung ihre jeweiligen Graduierungen denen der Deutschen Taekwondo Union (DTU) anpassen, so dass gewährleistet ist, dass die Klasseneinteilungen (siehe 2.2 Klasseneinteilung) genauestens durchgeführt werden können.

Alle Sportler/innen unterliegen den allgemeinen Vorschriften / Regelungen des Gesamtwettkampfes.

Die jeweilige Ausschreibung kann Änderungen festlegen.

Es gibt keine Unterscheidung zwischen m/w/d Teilnehmern.

Dies gilt für alle Sportler/innen und deren Angreifer/innen.

Eine freie Zusammenstellung ist möglich.

WO Selbstverteidigung / Hosinsul		
Änderung	Stand: 13.04.2026	Seite 4 von 10

Klasseneinteilung

2.2 Klasseneinteilung Bereich Hosinsul NWTU

Graduierungs- stufe	8. bis 5. Kup Gelb-/ /Grüngurt	4. bis 1. Kup Blau- Rot- /Braungurt	ab 1. Dan/Poom Schwarzgurt	Zeitvorgabe
Altersklasse I	8 bis 10 Jahre	8 bis 10 Jahre	8 bis 10 Jahre	min. 45 Sek. max. 60 Sek.
Altersklasse II	11 bis 14 Jahre	11 bis 14 Jahre	11 bis 14 Jahre	min. 60 Sek. max. 90 Sek.
Altersklasse III	15 bis 17 Jahre	15 bis 17 Jahre	15 bis 17 Jahre	min. 90 Sek. max. 120 Sek.
Altersklasse IV	18 bis 35 Jahre	18 bis 35 Jahre	18 bis 35 Jahre	min. 90 Sek. max. 120 Sek.
Altersklasse V	36 bis 49 Jahre	36 bis 49 Jahre	36 bis 49 Jahre	min. 90 Sek. max. 120 Sek.
Altersklasse VI	+ 50 Jahre	+ 50 Jahre	+ 50 Jahre	min. 90 Sek. max. 120 Sek.
Anzahl der Angreifer/innen	1	1	1	

Die Graduierung des Angreifers / der Angreiferin wird nicht verbindlich festgelegt.

Der Angreifer / die Angreiferin soll im günstigsten Fall eine Altersklasse niedriger, der gleichen Altersklasse oder eine Altersklasse höher als die des Verteidigers / der Verteidigerin angehören.

Die Klasseneinteilung gilt nur für den Verteidiger!

Mit der Meldung muss der Angreifer / die Angreiferin mit Vor- und Zunamen, Geburtsdatum, Alter, sowie der Graduierung angegeben werden.

WO Selbstverteidigung / Hosinsul		
Änderung	Stand: 13.04.2026	Seite 5 von 10

3. Bewertung der Leistungen

3.1 Basisgröße der Bewertung

Die Bewertungsgewichtung setzt sich aus 60 % Techniknote und 40 % Präsentation zusammen:

- Technik min. 0,0 Punkte max. 6,0 Punkte
- Präsentation min. 1,0 Punkt max. 4,0 Punkte
- Gesamtbewertung min. 1,0 Punkt max. 10,0 Punkte

Die Details der Bewertungsschwerpunkte sind im Jury's Paper dargestellt.

Sollte sich der/die Teilnehmer/in durch eine Aktion verletzen, so dass der Vortrag unterbrochen wird, findet eine Disqualifikation und eine Bewertung mit 0 Punkten statt. Bewertet wird die gesamte Team-Leistung (Verteidiger + Angreifer).

3.2 Bewertungskriterien

3.2.1 Bewertungsbereiche

- **Technik** **max. 6,0 Punkte**
- **Präsentation** **max. 4,0 Punkte**

3.2.2 Bewertungsdetails Technik

Im Bereich **Technik** werden folgende Leistungen bewertet:

Bewertungsfokus	Details
1. Hebeltechniken	z.B. Effektivität, Geschwindigkeit, Dynamik
2. Fußtechniken	z.B. Varianten, Distanz, Zielgenauigkeit
3. SV gegen Festhalten, Hand- und Fußtechniken	z.B. sind SV-Techniken, Anzahl, Varianten, Präzision
4. SV gegen Angriffe mit Waffen	z.B. Messer, Stock / Technikabschluss mit Sicherung => Gegner + Waffe

Bei den Altersklassen I und II (bis 14 Jahren) sind keine Waffen zugelassen.

Für diesen Fall wird die Wertung unter Punkt 4. „SV gegen Angriffe mit Waffen“ als Gesamteindruck/ Mittelwert der 3 vorherigen Wertungen gegeben, bzw. bleibt der voreingestellte Mittelwert der elektronischen Punktevergabe bestehen.

Die Leistungen werden von 0,0 (sehr schlecht) bis 1,5 (hervorragend) in Schritten von **0,1** Punkten bewertet.

Die Erwartungshaltung liegt zwischen 0,6 und 0,9 Punkten.

Minimal können so 0,0 Punkte und maximal 6,0 Punkte erreicht werden.

WO Selbstverteidigung / Hosinsul		
Änderung	Stand: 13.04.2026	Seite 6 von 10

3.2.3 Punktabzüge

Punktabzüge	Details
jeweils 0,0 Punkte	Fehlen eines der 4 Elemente
- 0,5 Punkte	Abbruch / Neustart
- 0,5 Punkte	Zeit \pm 10 Sekunden über-/unterschritten

Punktabzüge werden wie oben angegeben, mit jeweils 0,5 Punkten berücksichtigt.

Über- und unterschreiten \pm 10 Sekunden der Vorführung wird nach Beendigung der Präsentation durch den Verantwortlichen am Jurytisch bekanntgegeben.

3.2.4 Bewertungsdetails Präsentation

Im Bereich **Präsentation** werden folgende Leistungen bewertet:

Bewertungsfokus
1. Kreativität, Ausdruck von Energie, Kraft, Geschwindigkeit, Harmonie
2. Effektivität der Aktionen, Verhältnismäßigkeit zwischen Angriff und Verteidigung

Die Leistungen werden von 0,5 (sehr schlecht) bis 2,0 (hervorragend) in Schritten von 0,1 Punkten bewertet.

Die Erwartungshaltung liegt zwischen 1,1 und 1,4 Punkten.

Minimal können so 1,0 Punkte und maximal 4,0 Punkte erreicht werden.

3.2.4.1 Punktabzüge im Rahmen der Präsentationswertung

1. Die Matte darf während der Vorführung (der Präsentation) nicht verlassen werden.
- 0,3 Punkte
2. Es darf keine Waffe, die aus der Wettkampffläche herausfällt, wiedergeholt werden.
- 0,3 Punkte
3. Waffen dürfen nicht an den/die Angreifer/in übergeben werden.
- 0,1 Punkte

Akrobatische Aktionen ohne Verteidigungseffekt werden nicht gewertet

3.2.5 Disqualifikation

Disqualifikation	Details
Sollte der/die Verteidiger/in eine Aktion mit Waffen, der Hand oder dem Fuß durchführen, welche potenziell eine letale Verletzung zur Folge haben könnte, kann durch die Kampfrichter die Disqualifikation ausgesprochen werden.	<u>Beispiele:</u> Stechen/schneiden des Angreifers/in mit dem Messer. Schlagen mit dem Stock zum Kopf des Angreifers Nachtreten zum Kopf des Angreifers/in, wenn er/sie sich in der Bodenlage befindet.

Eine Disqualifikation hat eine Wertung mit 0,0 Punkten zur Folge.

Sollten ein oder mehrere Kampfrichter während der Präsentation einen Disqualifizierungsgrund erkannt haben, wird **nicht** unterbrochen.

Nach Beendigung der Vorführung wird diese im Kreis der Kampfrichter besprochen und die ggf. erkannten Disqualifizierungsgründe erwähnt.

Durch Mehrheitsbeschluss der Kampfrichter wird entschieden, ob der/die Teilnehmer/in disqualifiziert, oder die Vorführung gewertet wird.

3.2.6 Zeitmessung

Die Zeitmessung beginnt, nach dem der oder die Verteidiger/in und der oder die Angreifer/in zueinander an begrüßt haben und das Kommando „**Shijak**“ die Vorführung freigibt.

Sollte die Präsentation mit **Kalyo** unterbrochen werden, wird die Zeit gestoppt.

Wird die Präsentation mit **Gesok** wieder freigegeben, wird mit der Zeitmessung fortgefahren.

Das Ende der Zeitmessung erfolgt, wenn sich die Vorführenden zum abgrüßen gegenüber stehen.

Die Präsentation beginnt mit dem Betreten der Mattenfläche und endet nach dem abgrüßen der/die Teilnehmer/innen zueinander.

Die Kommandos werden vom Flächenkoordinator der jeweiligen Wettkampffläche angesagt.

(siehe Flächenkoordinator)

Kommandosprache

Flächenkoordinator



Der Flächenkoordinator befindet sich links vom Jury Tisch, am Rand, mittig an der Wettkampffläche. Er ist Mitglied des Kampf-/ Punktrichterteams, ohne jedoch Punktwertungen abzugeben.

Offizielle Kommandosprache für Selbstverteidigungs-/Hosinsul Meisterschaften

SELBSTVERTEIDIGUNG / HOSINSUL

1. Chul-Jeon	(Fläche betreten)	nutze die <u>linke</u> Hand
2. Charyeot	(Achtung zur Jury)	nutze die <u>linke</u> Hand
3. Kyeongne	(Grüßen)	nutze die <u>linke</u> Hand
4. Cha uh hyang uh	(zueinander drehen)	nutze die <u>linke</u> Hand
5. Kyeongne	(zueinander Grüßen)	nutze die <u>linke</u> Hand

6. Junbi	(Kampfhaltung)	nutze die <u>rechte</u> Hand
7. Shijak	(Start – Zeit nehmen)	nutze die <u>rechte</u> Hand
8. Kalyo	(Unterbrechung)	nutze die <u>rechte</u> Hand
9. Gesok	(weiter machen)	nutze die <u>rechte</u> Hand

10. Charyeot	(Achtung zueinander)	nutze die <u>linke</u> Hand
11. Kyeongne	(zueinander abgrüßen- - Zeit stoppen)	nutze die <u>linke</u> Hand
12. Cha uh hyang uh	(Achtung zur Jury)	nutze die <u>linke</u> Hand
13. Kyeongne	(Grüßen)	nutze die <u>linke</u> Hand
14. Tae-jang	(Fläche verlassen)	nutze die <u>linke</u> Hand

NWTU - Selbstverteidigung / Hosinsul Jury's Paper



Dieses Regelwerk / Bewertungsschema gilt nur innerhalb der WWTU wenn dies in der Ausschreibung der Meisterschaft so vorgegeben ist.

Bewertung Technik	0,0 ... 6,0 Punkte	sehr schlecht	schlecht	mittelmäßig	gut	sehr gut	hervorragend	Summe
1. Hebeltechniken (z.B. Effektivität, Geschwindigkeit, Dynamik)	0,0	0,3	0,6	0,9	1,2	1,5		
2. Fußstechniken (z.B. Varianten, Distanz, Zielgenauigkeit)	0,0	0,3	0,6	0,9	1,2	1,5		
3. SV gegen Festhalten, Hand- und Fußstechniken (z.B. sind SV -Techniken, Anzahl, Varianten, Präzision)	0,0	0,3	0,6	0,9	1,2	1,5		
4. SV gegen Angriffe mit Waffen (Messer, Stock / Technikabschluss mit Sicherung Gegner+Waffe)	0,0	0,3	0,6	0,9	1,2	1,5		
5. Abzüge: - Fehlen eines der 4 Elemente - Abbruch / Neustart - Zeit ±10 s über-/unterschritten	→			↑ Erwartungshaltung				Summe Abzüge
Summe Technik								

Bewertung Präsentation	1,0 ... 4,0 Punkte	sehr schlecht	schlecht	mittelmäßig	gut	sehr gut	hervorragend	Summe
1. Kreativität, Ausdruck von Energie, Kraft, Geschwindigkeit, Harmonie	0,5	0,8	1,1	1,4	1,7	2,0		
2. Effektivität der Aktionen, Verhältnismäßigkeit zwischen Angriff und Verteidigung	0,5	0,8	1,1	1,4	1,7	2,0		
Summe Präsentation								

Kampffläche Nr. _____

Wettkämpfer Nr. _____

Unterschrift Kampfrichter/in _____