



**Sport- & Gesundheitszentrum
Hohenlimburg**



Muay Thai Boxen

Muay-Thai ist eine der ältesten Kampfsportarten der Welt, ihr Ursprung lässt sich bis auf das Jahr 1560 zurück verfolgen. Das Muay Thai entwickelt sich aus regulären Kampfkünsten. Wenn Schwert und Speer unbrauchbar wurden, hat der Krieger seine Beine, Fäuste und Ellenbogen zum Kämpfen benutzt. Besonders am Muay Thai ist, dass fast alle Körperteile zum Kampf genutzt werden dürfen. In den Regelwerken der internationalen und nationalen Verbände gibt es aber unterschiedliche strenge Regeln, die dieses eingrenzen. Muay Thai ist der Thailändische Nationalsport.

