

# American Football Regeln



# INHALTSVERZEICHNIS

## Das Spiel

[Football zusammengefaßt](#)

[Das Spielfeld](#)

[Dauer des Spiels](#)

[Wie man den Ball bewegt](#)

[Punkte erzielen](#)

[Die Schiedsrichter](#)

[Die Trainer](#)

[Die Ausrüstung](#)

## Die Spieler

[Der Quarterback](#)

[Die Running Backs](#)

[Die Wide Receiver](#)

[Der Tight End](#)

[Die Tackles](#)

[Die Guards](#)

[Der Center](#)

[Die Defensive Ends](#)

[Die Defensive Tackles](#)

[Die Linebackers](#)

[Die Cornerbacks](#)

[Die Safeties](#)

[Der Kicker](#)

[Die Kick Returners](#)

[Die Special Teams](#)

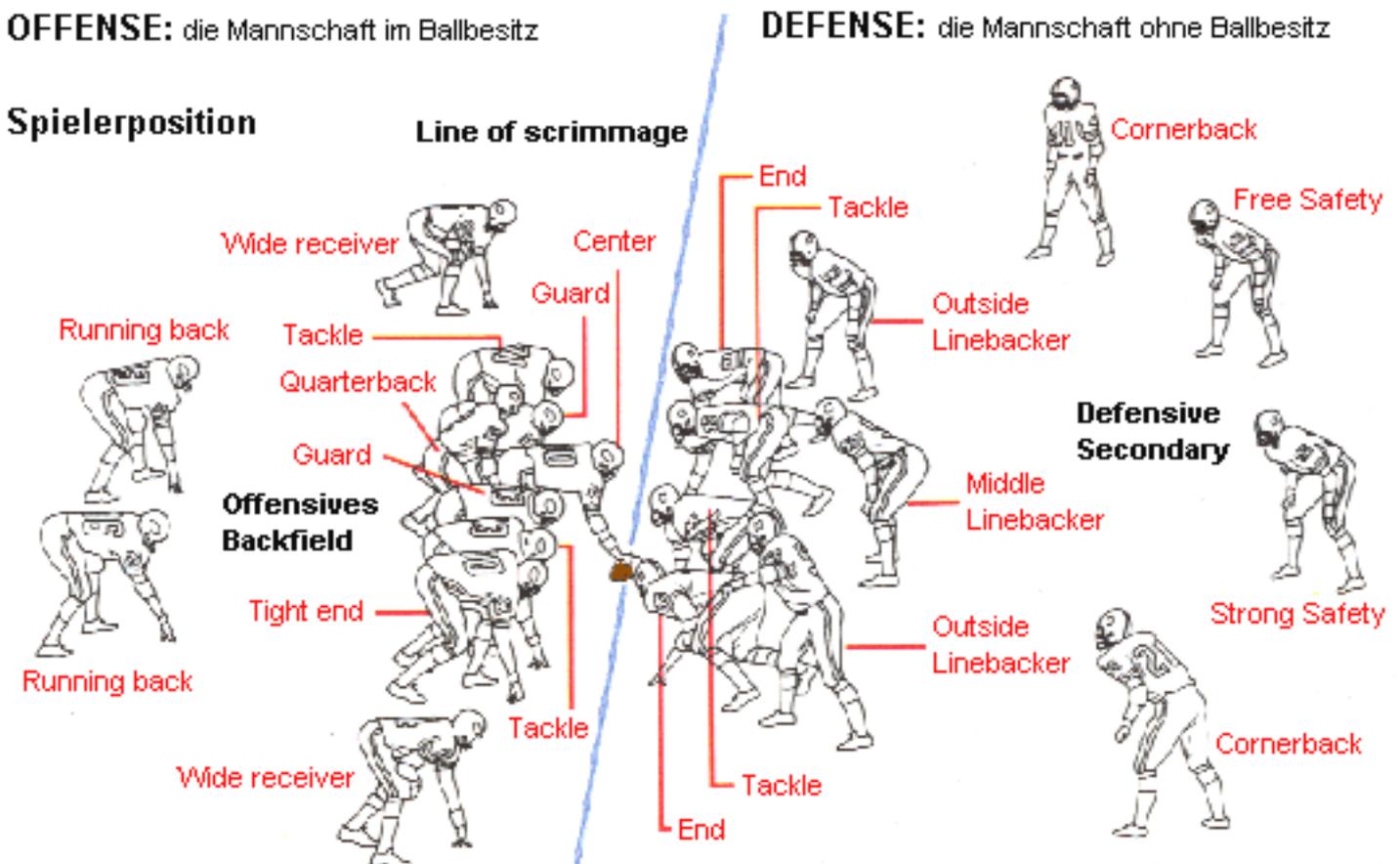
## Das Football Lexikon

[Football Lexikon](#)

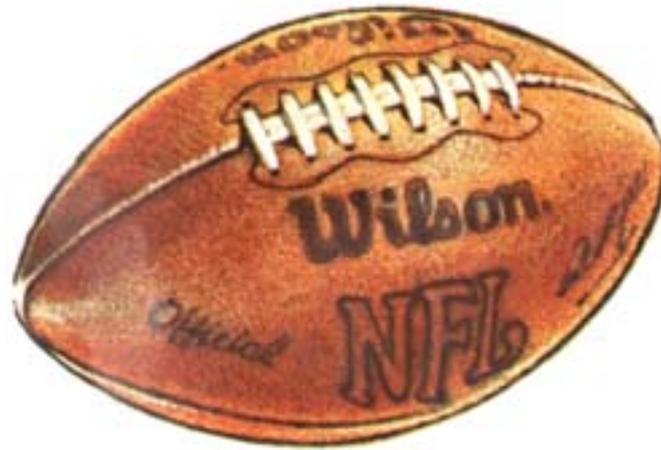


# Football zusammengefaßt

Football ist ein kontrastreicher Sport. Jeder Spielzug ist spannend und zwischen den Spielzügen - während jede Mannschaft über den nächsten entscheidet - herrscht Ruhe. Einige Footballspieler sind groß und kräftig, andere sind klein und schnell. Rohe Kraft ebenso wie Intelligenz, Beweglichkeit und Geschick werden verlangt. Es kann ein äußerst komplexes Spiel sein - besonders bei den Profis. Dennoch sind die Grundzüge leicht verständlich, unabhängig davon, wer spielt. Eine aus 11 Spielern bestehende Mannschaft ist im Ballbesitz. Diese nennt man die Offense, und sie versucht, auf dem Spielfeld vorzurücken, indem sie den Ball wirft oder damit läuft. Die Offense versucht, Punkte zu erzielen, indem sie die Goalline mit dem Ball überschreitet und in die Endzone gelangt. Die gegnerische Mannschaft - auch aus 11 Spielern bestehend - heißt Defense. Diese versucht, die Offense zu stoppen bzw. sie dazu zu zwingen, den Ballbesitz abzugeben. Falls die offensive Mannschaft Punkte erzielt, werden die defensiven und offensiven Rollen getauscht. Es wird so weiter gespielt, den Ball wechselnd, bis alle 4 Viertel gespielt worden sind. Football ist ebenso aktionsreich und aufregend und bietet die Feinheiten und athletischen Eigenschaften anderer Sportarten sowie die intellektuelle Herausforderung einer guten Schachpartie. Das Beste daran ist, daß Football Spaß macht - zum Spielen oder zum Zuschauen.



## Der Ball:



Die merkwürdige Form des Footballs macht das Spiel einzigartig. Die Form eignet sich zum Tragen, zum Werfen und zum Kicken. Das Aufspringen des Footballs ist wegen seiner Form unvorhersehbar. Der Football besteht aus feinkörnigem Leder mit einer aufgeblasenen Gummiblase im Inneren. Der offizielle Football der NFL Europe mißt ungefähr 11 bis 11¼ Inches (28 cm lang), und 21¼ bis 21½ Inches (54 cm) (außen herum, in der Mitte gemessen) und wiegt 14 bis 15 Unzen (400 g). Die Bälle, die von Profis, College-, Gymnasial- und Amateurmansschaften verwendet werden, unterscheiden sich etwas in der Größe, im Gewicht und im Aussehen. Bei jedem Heimspiel einer NFL Mannschaft stehen 24 Bälle zur Verfügung, die von der Heimmannschaft bereitgestellt werden. Vor dem Spiel überprüft ein Schiedsrichter jeden Ball auf den richtigen Luftdruck.

## Yards und Downs:

Der Yard (1 Yard = 0,9144 Meter) ist der beim Football zugrundegelegte Maßstab. Die Mannschaft in der Offensive versucht, Yards mit dem Ball zurückzulegen. Der Mannschaft stehen 4 [Downs](#) (oder Versuche) zu, den Ball 10 Yards zu bewegen und einen First Down zu erzielen. Dadurch erhält die Mannschaft das Anrecht auf 4 weitere Downs. Falls es der Offensive nicht gelingt, die zum Erreichen eines "First Downs" nötigen Yards zurückzulegen oder Punkte zu erzielen, geht der Ballbesitz an den Gegner über.

## Schiedsrichter:

Es gibt 7 Schiedsrichter auf dem Spielfeld. Sie bewachen die Einhaltung der Spielregeln, zeigen Regelverstöße an, verhängen Strafen und achten auf die verbleibende Spielzeit. Die Strafe kann entweder aus einem eingebüßten Down oder Yards - oder beidem - bestehen.

## Rückennummern:

Die Rückennummern der Spieler zeigen zugleich ihre Position an:

1-19                  Quarterbacks und Kicker

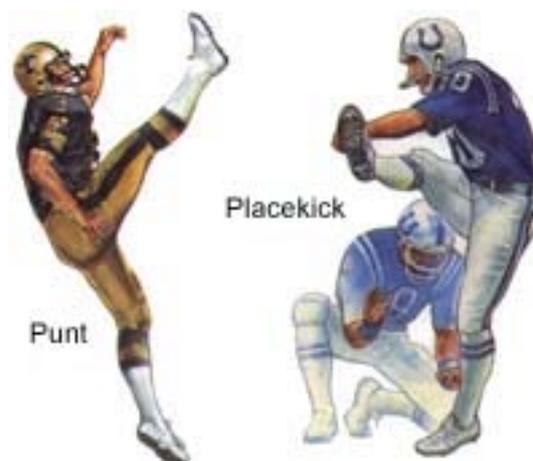
20-49	Running Backs und Defensive Backs
50-59	Centers und Linebackers
60-79	Defensive und Inside Offensive Linemen
80-89	Wide Receivers und Tight Ends
90-99	Defensive Linemen

### Punktstand errechnen:

<u>Touchdown</u>	=	6 Punkte
Feldtor	=	3 Punkte
<u>Safety</u>	=	2 Punkte
Extrapunkte	=	1 Punkt (Kick)
	=	2 Punkte (Laufen oder Passen)

### Spielzeit:

Spieldauer	=	60 Minuten
Viertel	=	15 Minuten
Halbzeit	=	15 Minuten
Verlängerung	=	15 Minuten
Auszeit	=	110 Sekunden
Höchstdauer zwischen Plays	=	35 Sekunden



## Verschiedene Arten den Ball zu kicken:

### [Punt:](#)

Der Ball wird zu der anderen Mannschaft angekickt, meistens beim 4. Down.

### [Kickoff:](#)

Der Ball wird aufrecht auf einen [Kicking Tee](#) gestellt und zu der anderen Mannschaft angekickt. Der Ball wird von der 35 Yard- Linie des ankickenden Teams gekickt, und zwar zu Beginn einer Spielhälfte bzw. nach einem Touchdown oder einem [Field Goal](#).

### Extrapunkt und Field Goal:

Der Ball wird zu einem Holder [gesnapt](#) und wird dann zwischen die Torstangen des [Goal Posts](#) gekickt. Der Versuch, einen Extrapunkt zu erzielen, findet nach einem Touchdown statt. Der Ball wird von der 3 Yard- Linie gesnapt und von der 10 Yard- Linie angekickt. Ein Field Goal darf überall auf dem Spielfeld versucht werden - unabhängig vom jeweiligen Down.

[zurück](#) [Inhaltsverzeichnis](#) [vor](#)



## 2

### **Yard- Linien/Spielfeldmarkierungen**

Das Spielfeld ist alle 5 Yards zwischen den Goallines markiert. Die Yard- Linien sind, anfangend mit der 10 Yard- Linie, alle 10 Yards bis zur 50 Yard- Linie markiert (letztere ist auch als Mittellinie bekannt). Ab der 50 Yard- Linie sind die Linien in umgekehrter Reihenfolge bis zur 10 Yard- Linie nummeriert. Ein Pfeil, der auf die nächstliegende Goalline zeigt, ist auf jeder Seite der 50 Yard- Linie angebracht.

## 3

### **End Line**

Die [End Line](#) befindet sich am Ende der jeweiligen Endzonen. Sie verläuft parallel zu und 10 Yards hinter der Goalline. Die [Goal Posts](#) befinden sich in der Mitte der End Lines. Am Schnittpunkt der End- und Seitenlinien sind kleine, hellorangenfarbige Kunststoffmasten aufgestellt.

## 4

### **Seitenlinien**

Die [Seitenlinien](#) verlaufen die ganze Spielfeldlänge am Spielfeldrand entlang. Im Gegensatz zum Fußball, bei dem ein Spieler auf den Seitenlinien laufen darf, ist beim Football jeder Ball oder Spieler, der die Seitenlinien berührt, im Aus.

## 5

### **Hashmarkierungen**

Es handelt sich bei [Hashmarkierungen](#) um kurze Markierungen, die sich in Abständen von 1 Yard zwischen den jeweiligen Yard- Linien befinden. Sie befinden sich 70 Feet und 9 Inches (22,56 m) von jeder Seitenlinie in einer Linie mit den senkrechten Torstangen. Den Schiedsrichtern dienen Hashmarkierungen als Richtlinien zum Platzieren des Balls nach jedem Spielzug.

## 6

### **Goalline**

Die Goalline ist ein weißer Spielfeldstreifen, der zweimal so breit ist (8 Inches, bzw. 20,2 cm) wie alle anderen Spielfeldmarkierungen. Um Punkte zu erzielen, muß ein Spieler entweder selbst die Goalline überschreiten oder den Ball in seinem Besitz über die Senkrechte der Goalline befördern. Schnittpunkte der Goal- und Seitenlinien sind durch orangenfarbige Masten gekennzeichnet.

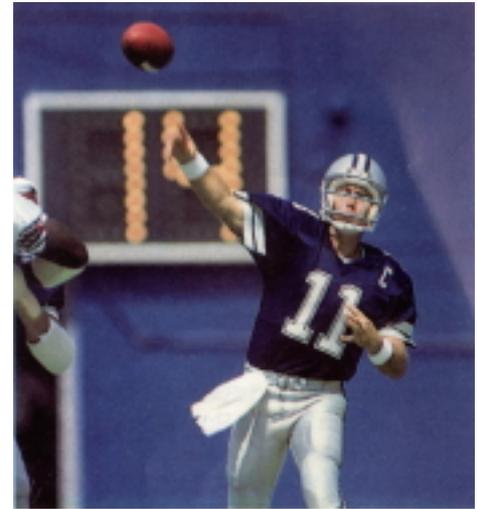


# Dauer des Spiels

Das Footballspiel besteht aus 4 [Vierteln](#), die wiederum aus je 15 Minuten bestehen. Die erste [Spielhälfte](#) besteht aus den ersten und zweiten Vierteln, die zweite Spielhälfte besteht aus den 3. und 4. Vierteln. Zwischen dem Ende des zweiten Viertels und Anfang des dritten Viertels gibt es eine 15 Minuten Pause, die [Halbzeit](#). Während der Halbzeit verlassen die Mannschaften das Spielfeld und ziehen sich in ihre jeweiligen Mannschaftsräume zurück. Dort spannen sie aus, pflegen leichte Verletzungen, kümmern sich um Probleme mit ihrer Ausrüstung oder besprechen Spielstrategien für die zweite Spielhälfte.

Beide Spielhälften fangen mit einem [Kickoff](#) an. Am Anfang des Spiels wird durch Münzwurf entschieden, welche Mannschaft den Ball zuerst ankickt bzw. welche Hälfte des Spielfeldes verteidigt werden soll. Die Mannschaft, die den Münzwurf vor dem Spiel gewinnt, entscheidet, ob sie kicken oder fangen will bzw. die Mannschaft, die verliert, hat die Wahl in der 2. Halbzeit.

Eine Spielpause von jeweils 2 Minuten wird am Ende jedes der ersten 3 Viertel eingelegt. Zu diesem Zeitpunkt werden die Spielfeldhälften ausgetauscht, damit keiner Mannschaft witterungsbedingte Vorteile entstehen. Am Ende eines jeden Viertels wird ein Schuß von einer Startpistole abgefeuert.



Ist der Spielstand am Ende des vorschriftsmäßigen vierten Quarters punktgleich, wird bei NFLE regulären Saisonspielen ein fünftes aus 15 Minuten bestehendes Viertel gespielt ([Verlängerung](#)). Die erste Mannschaft, die 6 Punkte erzielt - egal wie - gewinnt das Spiel. Hat keine Mannschaft am Ende der Verlängerung 6 Punkte erzielt, so gewinnt die Mannschaft mit den meisten Punkten. Falls keine Mannschaft während der Verlängerung Punkte erzielt, so gilt das Spiel als unentschieden. Während der Nachsaison konkurrieren die Spitzenmannschaften der NFLE miteinander, um ins Endspiel, das die Meisterschaft entscheidet, zu kommen.

Bei Meisterschaftsspielen dürfen so viele Verlängerungen wie nötig hinzugefügt werden, bis eine Mannschaft 6 Punkte erzielt. Die Spieluhr an der Anzeigetafel ist die offizielle Spieluhr. Sie zeigt die verbleibende Spielzeit eines jeden Viertels an. Falls die Spieluhr an der Anzeigetafel nicht richtig funktioniert, wird die Zeitmessung von dem Linienrichter übernommen. Zusätzlich zur Spieluhr müssen Mannschaften in der [Offensive](#) auch auf eine [35- Sekunden Uhr](#) Acht geben. Der Quarterback muß stets an die "35- Sekunden Uhr" denken. Diese Uhr läuft unabhängig von der offiziellen Spieluhr.

Jeder offensive Spielzug muß innerhalb von 35 Sekunden nach Beendigung des vorherigen Spielzuges begonnen werden, sonst wird die Offense wegen "Verzögerung des Spiels" bestraft. Am Ende eines jeden Spielzuges wird die Spieluhr auf 35 Sekunden zurückgestellt. Jede Mannschaft darf 3 [Auszeiten](#) von jeweils 1 Minute und 50 Sekunden Dauer pro Spielhälfte in Anspruch nehmen. Schiedsrichter dürfen nach Bedarf Auszeiten nehmen, um Strafen zu verhängen, Yards zu vermessen, sich um verletzte Spieler zu kümmern oder um beide Mannschaften zu informieren, daß 2 Minuten am Ende des 2. und 4. Viertels verbleiben - auch als [2- Minuten- Warnung](#) bekannt.

## Wie man den Ball bewegt

Beim Football wird der Fortschritt in Yards gemessen. Die Mannschaft im Angriff, die [Offense](#), versucht so viele Yards wie möglich bei jedem Spielzug zurückzulegen. Die [Defense](#) versucht, die Offense zu stoppen und sie dazu zu zwingen, Yards einzubüßen. Wenn eine Mannschaft die Offense übernimmt, hat sie 4 "[Downs](#)", d.h. Gelegenheiten 10 Yards (etwas weniger als 10 m) zurückzulegen. Gelingt es der offensiven Mannschaft 10 Yards zurückzulegen, so stehen ihr 4 weitere Downs zu. Gelingt es der Mannschaft nicht 10 Yards zurückzulegen, so gibt sie den Ball an den Gegner ab. Die jeweilige Spielsituation wird sowohl mit einer Down- Nummer als auch mit der noch zurückzulegenden Entfernung, die nötig ist bei diesem Spielzug einen "First Down" zu erzielen, angezeigt.

Wenn eine Mannschaft beispielsweise den Ball zuerst übernimmt, heißt die Spiellage "First and 10" (erster Down, noch 10 Yards um einen neuen First Down zu erzielen). Für eine Mannschaft könnte es beispielsweise eine Third and Two Situation geben. Dies bedeutet für die Mannschaft dritter Down und noch 2 Yards, wenn die Mannschaft einen neuen First Down erreichen will. Der dritte Down gilt allgemein als eine "entweder/ oder" Situation. Gelingt es der offensiven Mannschaft nicht die zum Erreichen eines neuen First Downs nötigen Yards zurückzulegen, wird sie sich normalerweise für einen [Punt](#) entscheiden.

Dies bedeutet, daß der Ball beim 4. Down zu der anderen Mannschaft gekickt wird. Dies schließt das Risiko aus, daß die nötigen Yards beim letzten Down nicht erreicht werden und der Ball dem Gegner dort übergeben werden muß, wo der letzte Down begonnen wurde. Der Sprachgebrauch mit Hinblick auf "Downs" und "Entfernungen" ändert sich etwas sobald die offensive Mannschaft sich weniger als 10 Yards vom Ziel (Endzone) befindet. Man spricht beispielsweise von First and Goal, wenn die offensive Mannschaft die 9 Yard- Linie des Gegners erreicht hat und einen First Down in Aussicht hat. Mit anderen Worten, der First Down ist bereits erreicht worden und es gibt weniger als 10 Yards zum [Touchdown](#).

### Wie man den Ball bewegt

#### **Run:**

Streng genommen darf jeder offensive Spieler mit dem Ball laufen, aber es sind fast immer die "Running Backs", die dies tun. Der "Quarterback", die "Wide Receivers" und der "Tight End" tragen den Ball auch gelegentlich.

#### **Vorwärtspäß:**

Der Quarterback wirft die meisten [Pässe](#), obwohl jeder offensive Spieler dies tun darf. Lediglich gewisse offensive Spieler, "Wide Receivers", "Running Backs, der "Tight End" und - in Ausnahmefällen bei Täuschungsmanövern der "Quarterback" - dürfen Pässe fangen.

#### **Lateraler Paß:**

Ein Spieler, der den Ball trägt, darf den Ball zu einem Mannschaftskameraden seitlich ([lateral](#)) abspielen, wenn er einen Spielzug fortsetzen will. Läßt sein Mannschaftskamerad den Ball fallen, so gilt der Ball als [Free Ball](#) und darf vom Gegner aufgenommen werden.

#### **Interception:**

Jeder Verteidiger darf eine [Interception](#) fangen, d. h. er fängt einen für einen Gegner beabsichtigten Paß ab und läuft damit.

#### **Fumble:**

Ein [Fumble](#) ist ein "freier" Ball. Jeder Verteidiger darf einen vom Gegner gefumbleten Ball aufnehmen (vorausgesetzt, der Gegner war schon im [Ballbesitz](#)). Es gibt Sonderregeln dafür, unter welchen Umständen ein offensiver Spieler mit einem gefumbleten Ball laufen darf.

### Kick Return:

Das [Receiving Team](#), d. h. die Mannschaft die einen angekickten oder gepunteten Ball fängt, versucht soweit wie möglich damit zu laufen (Return).

### **Abgeblockter Punt oder Field Goal:**

Falls die Defense einen Punt oder ein versuchtes [Field Goal](#) abblockt, darf sie den Ball abfangen und damit laufen.

### **Strafe:**

Zurückgelegte Yards können durch Verhängung einer [Strafe](#) zugesprochen oder eingebüßt werden. Downs können ebenfalls eingebüßt oder neugespielt, bzw. automatische First Downs durch Verhängung einer Strafe zugesprochen werden.



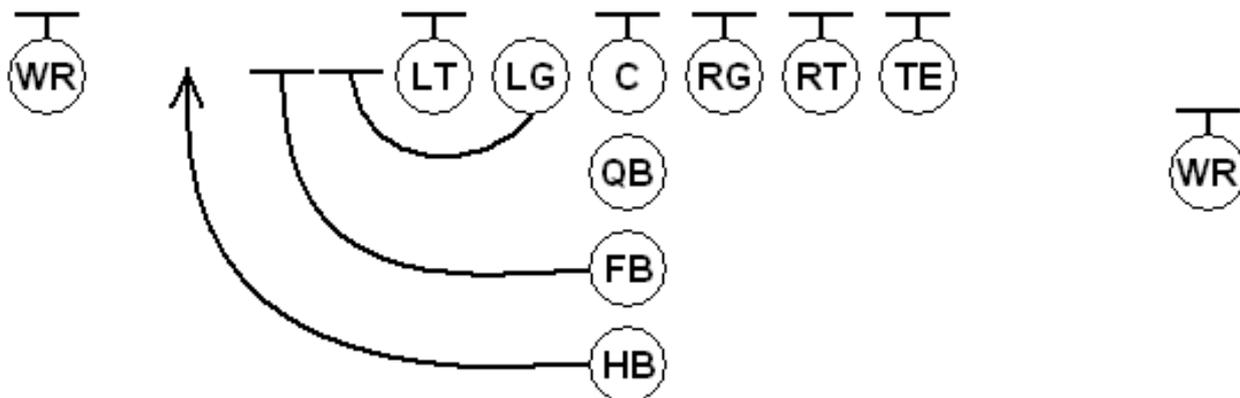
Es ist riskanter den Ball zu passen als damit zu laufen. Dennoch können bei Paß-Plays mehr Yards zurückgelegt werden. Grundsätzlich gilt: je "offener" eine Offensive ist, je mehr ist sie geneigt Pässe zu werfen. Konservative Mannschaften neigen dazu mehr mit dem Ball zu laufen. Die meisten NFL Mannschaften bevorzugen jedoch eine ausgewogene Offense, die aus Paß- und Lauf- Plays besteht.

Der im Foto (rechts) abgebildete [Pitchout](#) - im Gegensatz zum [Handoff](#) - zeigt eine gute Möglichkeit für den Quarterback, den Ball an einen Running Back zu übergeben. Der Running Back wird "wide" ([outside](#), Richtung [Seitenlinien](#)) laufen. Ein Lateral ist einem Pitchout ähnlich. Der Unterschied ist, daß ein Lateral meistens zwischen 2 Spielern, die sich etwas weiter feldabwärts befinden, bzw. beim Kick Return oder abgefangenen Return Plays, geworfen wird.



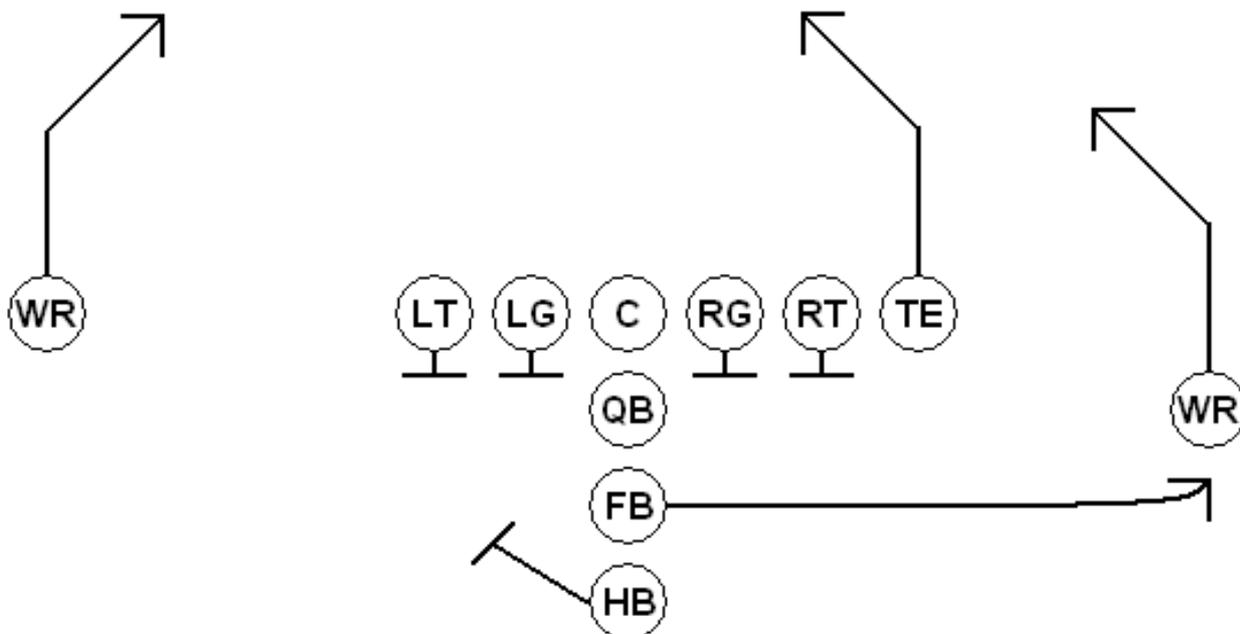
## Spielzüge:

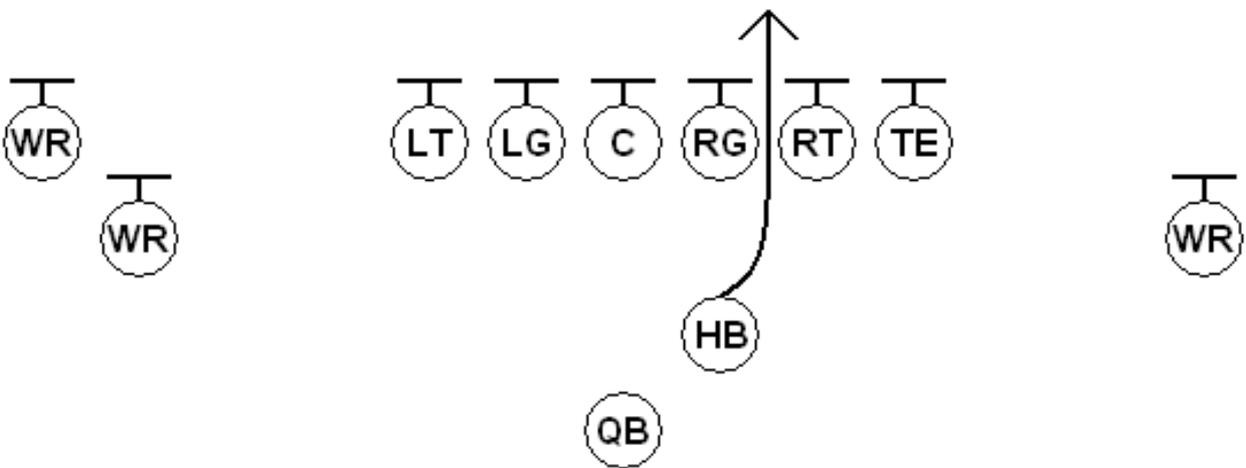
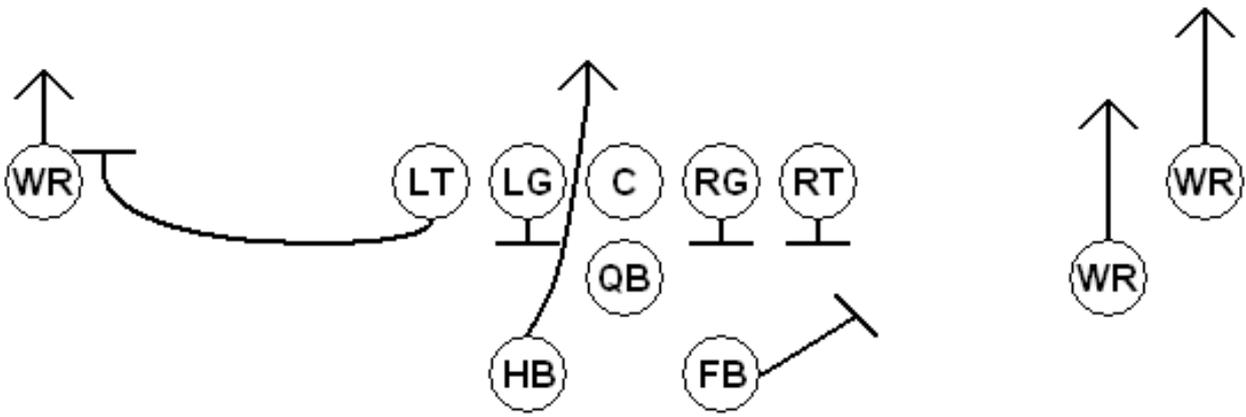
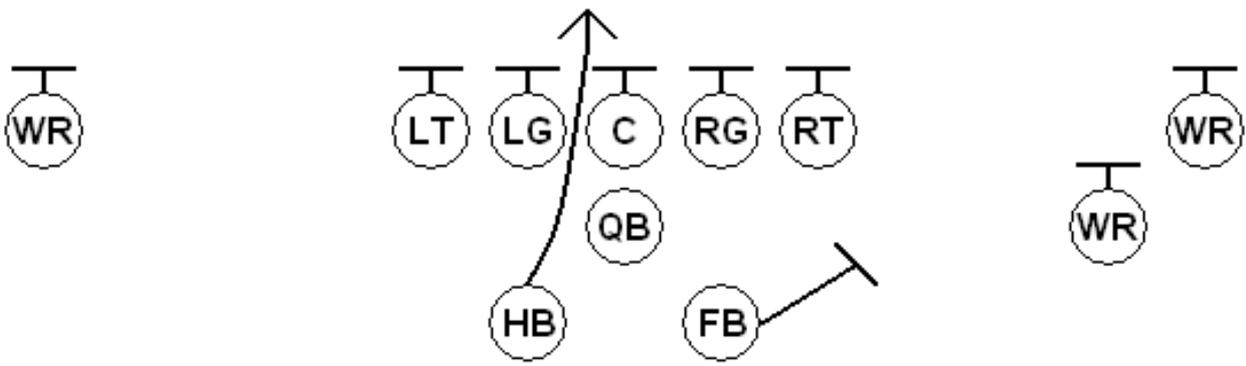
Ein Spielzug wird auch als play bezeichnet. Ein play ist eine von vielen Varianten, die man aus einer standard Formation heraus spielen kann. Die Trainer der Teams bereiten für jedes Spiel ein playbook vor, d.h. Sie studieren die Spielaufzeichnungen Ihrer nächsten Gegner und versuchen zu den bevorzugt gespielten, erfolgreichen plays der Gegner counter-plays mit entsprechenden audibles zu entwickeln, die Sie dann zu einem Spielzugheft zusammenfassen. Die verschiedenen plays erhalten kurze, markante und oft kuriose Namen, die sie beschreiben. Je besser die Trainer die plays entwickeln und die Teams mit diesen plays vertraut machen, umso größer ist die Chance das Spiel zu gewinnen. Playbooks zu entwickeln ist eine kleine Wissenschaft für sich und macht unter anderem auch die Qualität der Trainer aus. Nicht umsonst wird American Football auch als "Schach auf dem Rasen" bezeichnet. Da große Ausführungen bezüglich plays den Rahmen dieser site sprengen würden, sind nachfolgend nur die standard Formationen mit Beispiel-plays erklärt:

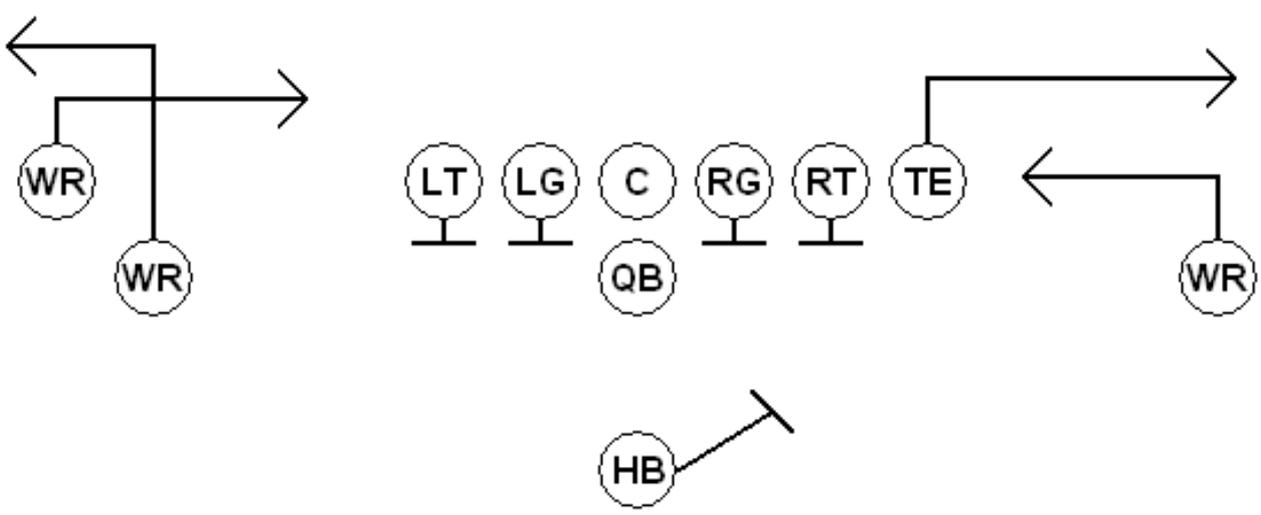
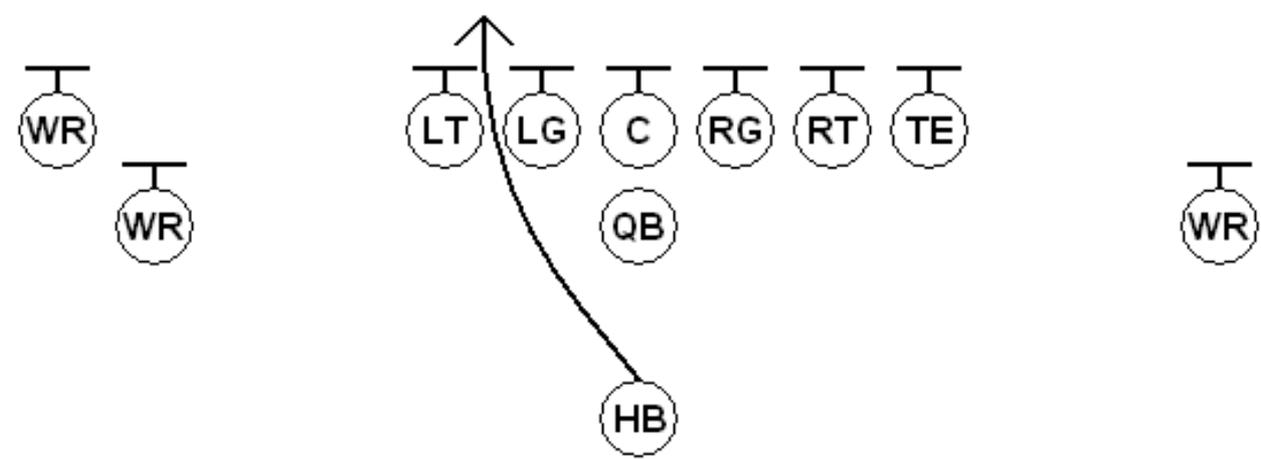
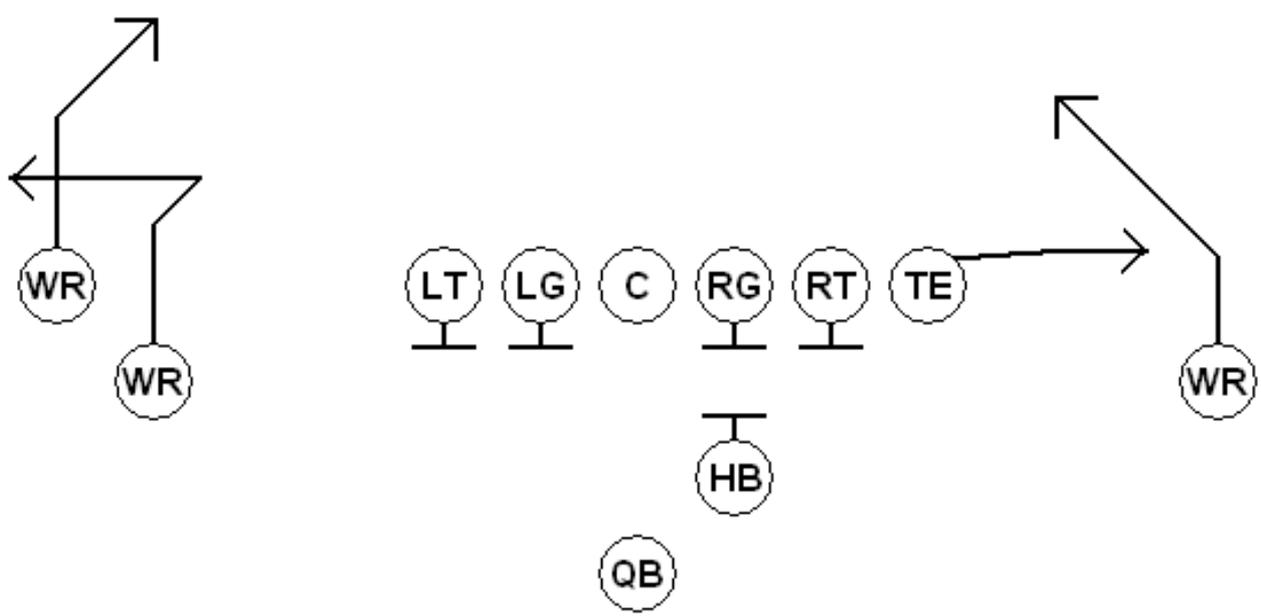


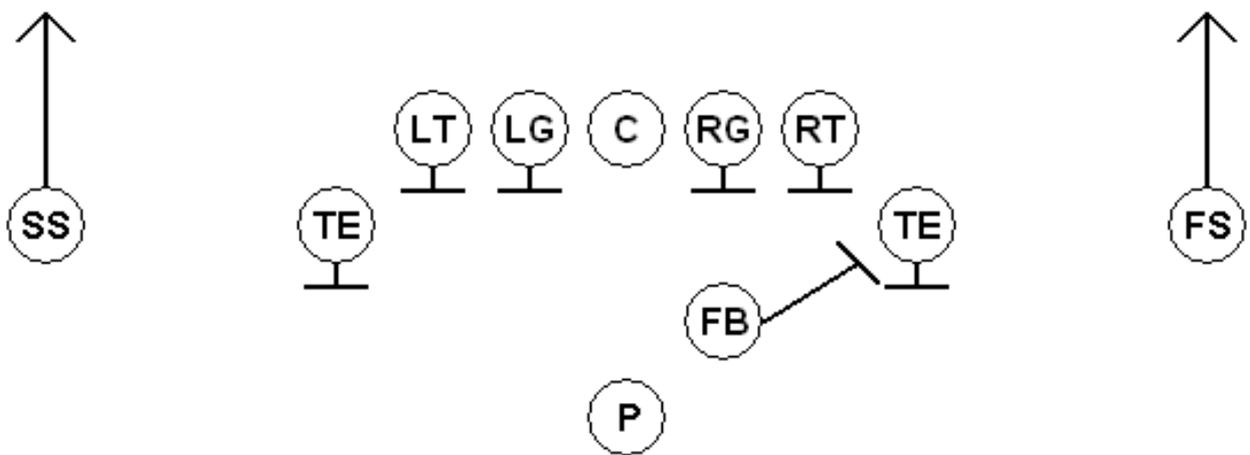
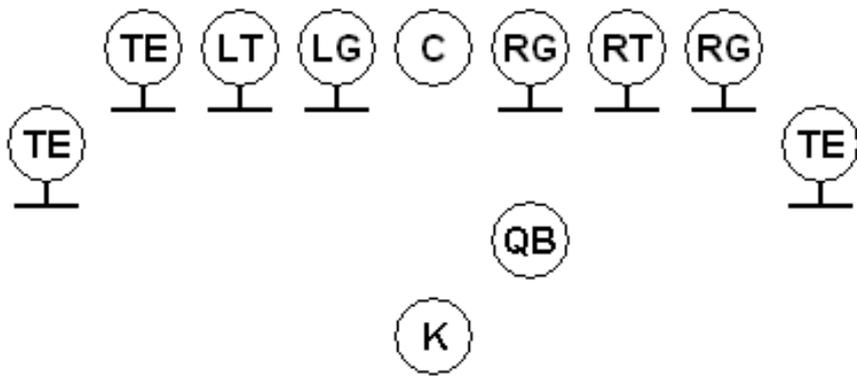
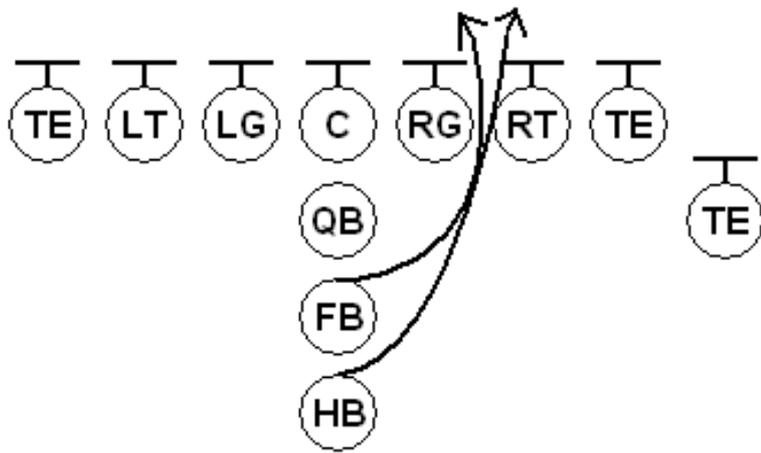
FORMATION: I-Formation  
 FORMATION TYP: Offense  
 PLAY: Halfback lead  
 PLAY TYP: Run

Der Tight End (TE), die Tackles (LT,RT), die Wide Receiver (WR), der Center (C) und der Right Guard (RG) führen einen run-block aus. Der Left Guard (LG) zieht hinter dem LT links raus und blockt vor für den Halfback (HB). Der Fullback läuft links am LG vorbei und blockt vor für den HB. Der HB bekommt den Ball vom Quarterback (QB) zugepitcht (siehe Pitchout im Lexikon) und läuft links aussen vorbei. Dieses play kann großen Raumgewinn bringen und wird gerne beim 1. oder 2. down angewendet.









LT

LG

C

RG

RT

TE

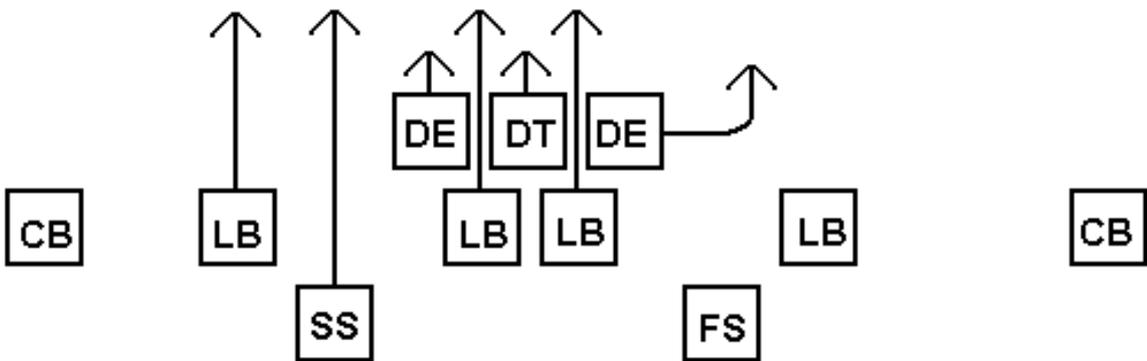
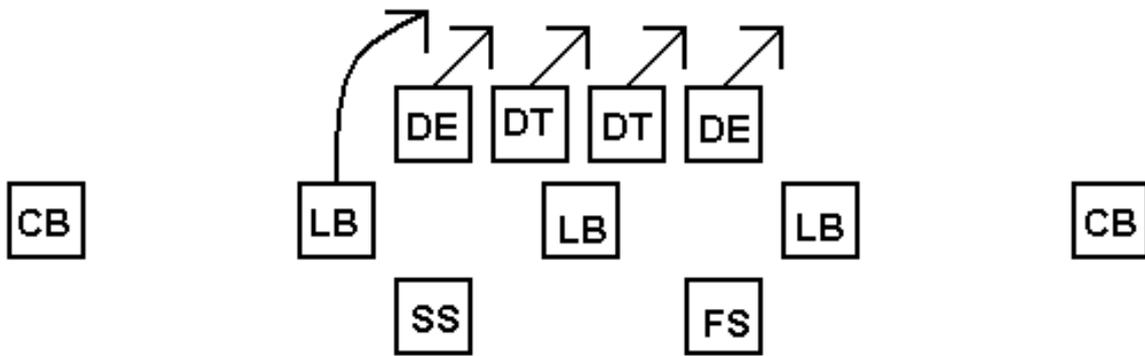
FB

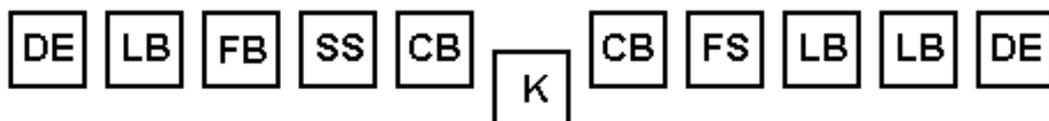
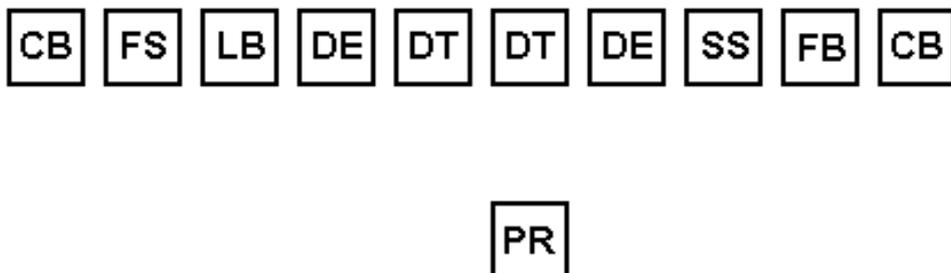
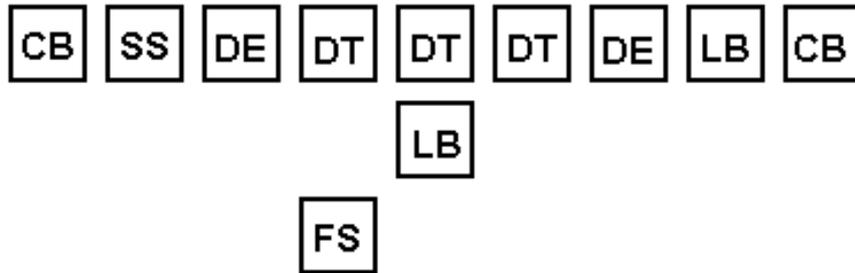
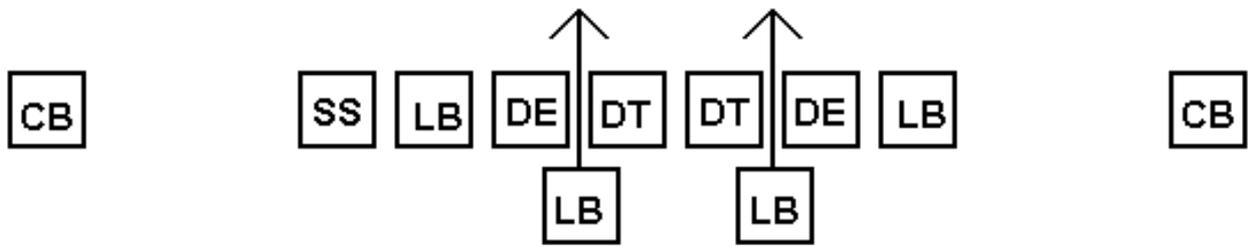
FB

TE

KR

KR





# Punkte erzielen

## **Touchdown**

Ein [Touchdown](#) bringt die meisten Punkte, 6, die bei einem Footballspiel erzielt werden können, und gibt der erfolgreichen Mannschaft Gelegenheit, einen [Extrapunkt](#) zu erzielen. Ein Touchdown kann wie folgt erzielt werden: der Ball muß über die [Goalline](#) in die [Endzone](#) getragen werden, wobei die [Senkrechte der Goalline](#) überschritten werden muß; der Ball muß in der Endzone gefangen werden; ein [gefumbleter](#) Ball muß in der Endzone abgefangen werden oder ein vom Gegner unberührter Ball wird vom kickenden Team in der Endzone abgefangen. Ein Touchdown wird normalerweise von der [Offensive](#) erzielt, aber Touchdowns können auch von [defensiven](#) Spielern, die mit abgefangenen [Pässen](#), gefumbleten Bällen oder abgeblockten Kicks zurücklaufen, sowie von Spielern, die [Punts](#) und Kicks gefangen haben, erzielt werden.

## **Extrapunkt**

Der Spielzug, der über den Extrapunkt entscheidet, wird sofort nach einem Touchdown ausgeführt und heißt PAT, Point after Touchdown oder auch Conversion. Der Ball wird auf die 3 Yard- Linie gelegt. Die Mannschaft kann versuchen, den Extrapunkt entweder durch Kicken (1 Punkt) oder mit einem Pass/ Run (2 Punkte) zu erzielen. Um den Extrapunkt durch Kicken zu erzielen, muß der Ball zwischen den [Torstangen](#) und über die [Querstange](#) des [Goal Posts](#) gekickt werden. Wird der gekickte Ball vom Gegner abgeblockt; so ist er unspielbar, und die offensive Mannschaft darf nicht damit laufen. Obwohl dies für einen Placekicker eine relativ kurze Entfernung ist, ein Extrapunkt gelingt nicht automatisch. Falls die Mannschaft sich dafür entscheidet, mit dem Ball zu laufen oder ihn zu werfen, gelten dieselben Spielregeln wie für einen Touchdown.

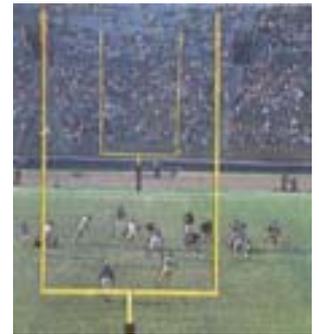
## **Field Goal**

[Field Goals](#) bringen 3 Punkte und sind oft die entscheidenden Spielzüge, die in den letzten Sekunden punktgleicher Spiele ausgeführt werden. Field Goals können von überall auf dem Feld versucht werden (unabhängig vom [Down](#)), aber sie werden meistens nur dann versucht, wenn die offensive Mannschaft die 45 Yard- Linie des Gegners überschritten hat. Ein Field Goal ist nur dann gültig, wenn der Placekicker den Ball zwischen die Torstangen und über die Querstange des Goal Posts kickt - wie beim Versuch auf einen Extrapunkt. Die Defense versucht auch, Field Goals abzublocken. Gelingt es ihr ein Field Goal abzublocken, so darf sie nicht nur den Ball abfangen und den [Ballbesitz](#) auf der Stelle übernehmen; sie darf darüber hinaus mit dem Ball laufen und Punkte erzielen. Will man ausrechnen wie weit der Ball gekickt werden muß, um ein Field Goal zu erzielen, so muß man berücksichtigen, daß die Torstangen 10 Yards hinter der Goalline liegen und der Ball ungefähr 7 Yards hinter der tatsächlichen [Scrimmage- Linie](#) getreten wird. Deswegen ist ein Field- Goal Versuch von der 30 Yard- Linie in der Tat 47 Yards. Geht ein von der 20 Yard- Linie versuchtes Field Goal "daneben", so übernimmt die Defense den Ball an der Stelle, an der der Ball [gesnapt](#), d. h. abgespielt wurde. Mißlingt derselbe Versuch innerhalb der 20 Yard- Linie, so übernimmt die Defense den Ball an der eigenen 20 Yard- Linie.

## Safety

Ein [Safety](#) - ein seltener Spielzug - bringt 2 Punkte. (Dieser Spielzug hat nichts zu tun mit der gleichnamigen Spielerbezeichnung). Die bekannteste Art und Weise, einen Safety zu erzielen geschieht, wenn ein offensiver Ballträger hinter der eigenen Goalline von der Defense gefaßt wird oder auch dann, wenn eine Strafe gegen einen offensiven Spieler hinter seiner eigenen Goalline verhängt wird, bzw. wenn in der Endzone der Ball gesnapt, getragen oder gefumblet wird und dadurch außerhalb des Spielfeldes gelangt.

Die Torstangen des Goal Posts stellen die "Zielscheibe" bei Field Goal- und Extrapunkt- Versuchen dar. Die Torstangen des Goal Posts sind goldfarben und haben Bänder um die Spitzen, damit Placekicker Windrichtung und -stärke einschätzen können.



Die Goalline ist nicht einfach eine auf dem Spielfeld abgebildete Linie. Sie stellt eine Senkrechte dar, die sich vertikal von der auf dem Spielfeld abgebildeten Linie nach oben erstreckt. Ein Spieler braucht lediglich die Senkrechte der Goalline mit dem Ball zu durchbrechen, um Punkte zu erzielen. Zum Beispiel, ein Running Back kann dadurch selbst dann Punkte erzielen, indem er mit dem Ball in Richtung Endzone springt und dabei die Senkrechte der Goalline durchbricht, unabhängig davon, ob er momentan von Verteidigern auf die 1Yard- Linie zurückgedrängt wird. Ein Spieler kann auch dadurch Punkte erzielen, wenn er mit dem Ball in die Endzone hineingreift, vorausgesetzt, er läßt den Ball nicht fallen und die Schiedsrichter haben den Spielzug durch Pfeifen noch nicht gestoppt.

Die Offense muß vorsichtig sein, wenn der Ball sich nahe der eigenen Goalline befindet. Unter solchen Bedingungen entscheiden sich Mannschaften in der Regel für Spielzüge, die kein großes Risiko mit sich bringen - [Inside](#) Runs beispielsweise - bis die Mannschaft sich weiter feldaufwärts bewegt hat. Paß- Plays sind besonders gefährlich: der Quarterback muß sich in die Endzone zurückziehen. Hier geht er das Risiko ein, von der Defense gefaßt ( [Sack](#)/ Safety) zu werden (Foto, rechts).



[zurück](#) [Inhaltsverzeichnis](#) [vor](#)

## Die Schiedsrichter



Es gibt bei jedem NFL-Spiel eine dritte Mannschaft auf dem Spielfeld. Neben den 2 konkurrierenden Teams gibt es eine aus 7 Schiedsrichtern bestehende Mannschaft, deren Aufgabe es ist die Einhaltung der Spielregeln zu überwachen, [Strafen](#) zu verhängen sowie individuelle Entscheidungen über solche Angelegenheiten wie [Ballbesitz](#) und darüber, ob ein Spieler die [Seitenlinie](#) überschritten hat, zu treffen. Schiedsrichter tragen ihre eigenen Uniformen - Trikots mit schwarzen und weißen Streifen - und sind in irgendeiner Weise an jedem Spielzug beteiligt - ob es sich um den Münzwurf am Spielanfang, um darüber zu entscheiden welche Mannschaft den Ball ankickt, bzw. welche ihn fängt oder um den Pistolenschuß, um das Spielende anzuzeigen, handelt.

Der Referee ist der Oberschiedsrichter. Er trägt eine weiße Mütze und entscheidet unwiderruflich über umstrittene Fälle. Die anderen Schiedsrichter sind der Umpire, Hauptlinienrichter und Feldrichter. Jeder ist für einen gewissen Abschnitt des Spielfeldes sowie gewisse Teile des Spielzuges verantwortlich und darf Strafen verhängen, wenn er Regelverstöße beobachtet. Die Schiedsrichter zeigen Strafen auf zweierlei Art an. Sie pfeifen mit einer Trillerpfeife, um das Spiel vorübergehend zu stoppen oder sie werfen eine gelbe [Strafenflagge](#) auf das Spielfeld - oder beides. Einige Spielzüge werden sofort beim Anzeigen einer Strafe gestoppt, andere läßt man ausspielen, bevor die Strafe entschieden wird.

Zwei Helfer - auch als Kettenmannschaft (chain- crew(-gang)) bekannt - begleiten den Hauptlineman an den Seitenlinien. Die Helfer tragen jeweils einen Stab, der am unteren Ende mit einer 10 Yard langen Kette verbunden ist. Diese Stäbe werden dazu verwendet, die nach jedem [Down](#) zurückgelegte Entfernung wegen eines eventuellen First Downs zu vermessen. Dazu gibt es eine dritte Person, die dafür sorgt, daß der Down- Anzeiger - ein Stab mit Karten, die von 1 bis 4 nummeriert sind - auch den richtigen Down anzeigt.



## Wie man Schiedsrichter identifiziert

Referee = weiße Mütze

Der Referee ist das Oberhaupt der Schiedsrichtergruppe. Er hat die Oberaufsicht über das Spiel und ist letzte Instanz für alle Entscheidungen. Er steht hinter der Angriffsmannschaft und beobachtet die Bewegungen der Spieler im Rückraum, vorrangig die des Quarterbacks. Bei Foulspielen ruft er die Mannschaftskapitäne zu sich und erklärt das Foul und evtl. Wahlmöglichkeiten. Anschließend signalisiert er das Foul den Zuschauern. Der Referee ist zusätzlich für die Zeitnahme der 25-Sekunden-Uhr zuständig.

Umpire = blaues Armband

Der Umpire ist der zweite Mann der Schiedsrichtergruppe. Er steht etwa 5 Meter hinter der Scrimmage-Linie (Anspiellinie) auf Seiten der Abwehrmannschaft. Seine Aufgabe ist die Überwachung sämtlicher Aktivitäten beider Mannschaften im Bereich der Scrimmage-Linie. Nach Ende des Spielzuges platziert der Umpire den Ball auf Höhe der neuen Spielposition. Außerdem ist er für das korrekte Abschreiten einer Strafe zuständig.

Head Linesman = grünes Armband

Der Head Linesman befindet sich an der Seitenlinie und überwacht die Aktionen beider Mannschaften im Bereich der Scrimmage-Linie. Unter seiner Obhut stehen die 10-Meter-Kette und die Versuchsanzeiger.

Line Judge = grünes Armband

An der gegenüberliegenden Seite arbeitet der Line Judge. Seine Aufgabe ist ebenfalls die Überwachung der Scrimmage-Linie und im Bedarfsfall die des Aktionsraumes bei Paßspielzügen auf seiner Seite. Er ist ebenso wie der Head Linesman für seine Außenlinie verantwortlich.

Back judge = rotes Armband

Der Back Judge postiert sich etwa 25 Meter hinter der Abwehrmannschaft in der Mitte des Spielfeldes. Seine Aufgabe ist ebenfalls die Überwachung der Aktionen im Rücken der Abwehrmannschaft. Außerdem ist er für die Kontrolle der Spielzeituhr verantwortlich.

Side judge = rotes Armband

Der Side und der Field Judge befinden sich etwa 15 bis 17 Meter hinter der Abwehrmannschaft. Ihre Aufgabe ist die Beobachtung der Spielaktionen im Rückraum der Abwehrmannschaft, insbesondere bei Paßspielzügen. Der Side Judge assistiert zusätzlich dem Back Judge bei Field Goals.

Field judge = rotes Armband

Der Side und der Field Judge befinden sich etwa 15 bis 17 Meter hinter der Abwehrmannschaft. Ihre Aufgabe ist die Beobachtung der Spielaktionen im Rückraum der Abwehrmannschaft, insbesondere bei Paßspielzügen. Der Side Judge assistiert zusätzlich dem Back Judge bei Field Goals.

## Strafen

Im American Football gibt es zwei Arten von Strafen, die Live-Ball-Fouls und die Dead-Ball-Fouls. Jede Strafe bedeutet entweder Raumverlust oder/und den Verlust eines Downs.

Live-Ball-Fouls werden bei laufender Uhr, d.h. während des Spielzuges begangen. Begehen beide Teams ein gleich schweres Foul, heben sich diese gegenseitig auf.

Dead-Ball-Fouls geschehen, wenn das Spiel vom Schiedsrichter bereits unterbrochen wurde, d.h. nach dem Spielzug. Solche Fouls können sich gegenseitig nicht aufheben.

Der Captain der gefoulten Mannschaft kann unter Umständen die Strafe ablehnen. Dieser Entscheid kann nicht rückgängig gemacht werden.

Wenn etwas auf dem Spielfeld passiert, und die Schiedsrichter müssen eingreifen, teilen sie den Zuschauern alles über ein tragbares Mikrofon und Handsignale mit.

## Signale



Touchdown, gelungenes Fieldgoal, gelungener PAT, gelungene Two-Point Conversion



Timeout. Auszeit genommen durch ein Team oder Schiedsrichter.



False Start. Zu frühes Bewegen eines Offensespielers vor dem Snap (5 yards)



Offside. Zu frühes Bewegen eines Defense-Spielers vor dem Snap (5 yards)



Holding. Unberechtigtes Festhalten eines Spielers (10 yards)



Face mask. Beabsichtigtes (15 yards) oder unbeabsichtigtes (5 yards) Greifen in das Helmgitter des Gegenspielers.



Pass interference. Behinderung eines Paßempfängers, bevor dieser den Ball fangen konnte. Gilt auch für den Fall, daß ein Defensespieler den Ball hätte abfangen können und vom Receiver behindert wurde. (10 yards)



Personal foul. Wenn ein Spieler nach dem Abpiff des Spielzuges noch angegriffen wurde, wird diese 15 yards Strafe gegeben.



Unsportsmanlike conduct. Unsportliches Verhalten (ohne Kontakt), wie Beschimpfungen o.ä., auch gegen Schiedsrichter. (15 yards)



Freigabe des Balls



Unvollständiger Paß.



First Down



Clipping. Verbotenes Blocken in den Rücken eines nichtballtragenden Spielers unterhalb der Gürtellinie (15 yards vom Punkt des Fouls)



Dead Ball



Delay of Game. Spielverzögerung, die Offense hat den Spielzug nicht in der vorgeschriebenen Zeit (45 sek. bzw. 30 Sek. nach Auszeiten oder Verletzungen) begonnen. (5 yards)



Verlust des Downs



Spieler wird "ejected". Bei besonders schweren Fouls wird ein Spieler des Platzes verwiesen und meist für mindestens 1 Spiel gesperrt.



Intentional Grounding. Das absichtliche Wegwerfen des Balls durch den Quarterback, um z.B. einem Sack und damit dem Raumverlust zu entgehen. (10 yards)



Roughing the Kicker. Tackling gegen den Kicker nach dem Kick/Punt. (15 yards)



Roughing the Passer. Tackling gegen den Quarterback nach Wurf des Balles. (15 yards)



Ende einer Spielzeit (Quarter).



Safety. Ein Ballträger wird in der eigenen Endzone zu Boden gebracht (2 Punkte und automatisches Angriffsrecht)



Rücknahme der Flagge. Auch Schiedsrichter können sich mal täuschen.

Pentalty declined

Die "geschädigte" Mannschaft lehnt die Strafe ab. Meist passiert dies, wenn der Spielzug günstiger ausfällt, als die Raumstrafe.

[zurück](#) [Inhaltsverzeichnis](#) [vor](#)

# Die Trainer

Jede NFLE Mannschaft hat einen Trainerstab, der die Spieler unterweist und ihnen hilft, ihre Fähigkeiten zu entwickeln und ihnen während des Spiels mit Rat und Tat zur Seite steht. Der Trainer, der unumstritten über die Mannschaft herrscht, ist der Head Coach. Er trifft endgültige Entscheidungen über den Spielerkader, überwacht Trainingsspiele und entscheidet über Spielzüge der Mannschaft. Der Head Coach entscheidet auch, wie viele Assistenztrainer er braucht und teilt die täglichen Trainingsaufgaben unter ihnen auf. Die meisten NFLE Mannschaften haben Assistenztrainer, die die gesamte Verantwortung für die [Offense](#) und die [Defense](#) tragen (offensiver und defensiver Koordinator), und Trainer, die die Verantwortung für verschiedene Spielergruppen (Linebackers, Defensive Backs, Offensive Linemen und Receivers) tragen sowie Sondertrainer für Krafttraining und Leibesübungen.

Es gibt auch Trainer, die den Spielern zeigen, wie man Verletzungen vorbeugt, behandelt und rehabilitiert. Zudem gibt es Ausrüstungsmanager, die dafür zuständig sind, daß die Spieler stets die richtige Ausrüstung tragen. Vor jeder regulären NFLE Spielsaison findet ein Vorbereitungstraining statt. Während des Vorbereitungstrainings konkurrieren die Spieler miteinander um Spielerpositionen (für die reguläre Saison) und vollenden ihre Fähigkeiten unter den wachsamen Augen ihrer Trainer. Am Anfang der regulären Spielsaison besteht die Spielerliste nur noch aus 40 Spielern - der höchstzulässigen Mannschaftsstärke - wovon die jeweils aus 11 Spielern bestehende Offense, Defense und [Special Teams](#) zusammengestellt werden.

Die Trainer leisten vor jedem Spiel schwere Arbeit, analysieren die Schwächen und Stärken des nächsten Gegners und bestimmen einen aus Spielzügen und defensiven Strategien bestehenden [Spielplan](#), der ihrer Meinung nach zum Sieg führt. Während des Spiels, zwischen den Spielzügen und während der [Halbzeit](#) ändern die Trainer den Spielplan und wechseln Spieler ein. Der Haupttrainer - oder ein Assistenztrainer - übermittelt dem Quarterback auf dem Spielfeld die auszuführenden offensiven Spielzüge und dem Defensive Signal Caller die Aufstellung der Defense. Der Unterschied zwischen Sieg und Niederlage besteht oft darin, wie gründlich die Trainer die Mannschaft vor dem Spiel vorbereitet haben und wie gut die Trainer die Spielzüge dem laufenden Spiel anpassen.

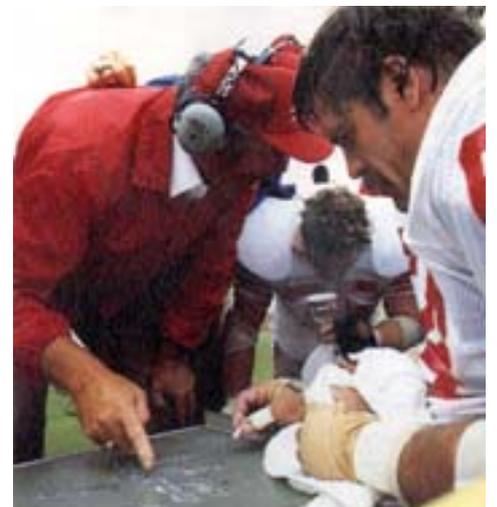


Die Trainer sehen sich als Lehrer an. Obwohl die Grundzüge des Footballspiels leicht verständlich sind, ist das Profi- Spiel unglaublich komplex. Trainer setzen herkömmliche Lehrmethoden sowie Computer und Videoaufzeichnungen ein, um den Spielern Strategien und Taktiken beizubringen.



Die Spieler müssen im Training sehr harte körperliche Übungen mitmachen. Dasselbe gilt für die während der regulären Spielsaison täglich stattfindenden Trainingseinheiten. Die verschiedene Teile der Mannschaft trainieren eine Zeitlang getrennt. Danach findet sich die ganze Mannschaft zur Scrimmage zusammen. Scrimmage bedeutet ein simuliertes Spiel bei dem eine Mannschaft versucht, sich auf die offensiven, bzw. defensiven Spielzüge eines bevorstehenden Gegners einzustellen.

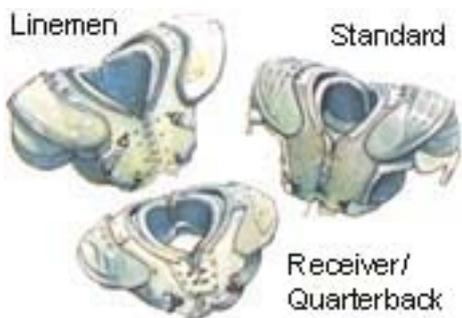
Während eine Einheit auf dem Spielfeld ist, diskutiert die andere Einheit Strategien mit dem Trainer an den [Seitenlinien](#). Assistenztrainer, die hoch über dem Spielfeld auf der Pressetribüne sitzen, teilen den Trainern wichtige Informationen über die Spielzüge über Telefonkopfhörer mit.



# Die Ausrüstung

Football ist ein Kontaktsport, der schwere körperliche Belastungen mit sich bringt. Um sich und andere Spieler zu schützen, tragen alle Spieler einen Helm sowie vollständige Polster unter ihren Trikots und Hosen. Nach den Regeln der NFLE, müssen alle Spieler die gleichen Polster tragen. Der Schiedsrichter muß sämtliche Sonderpolster bzw. Schutzausrüstungen vor dem Spiel genehmigen.

Im übrigen müssen alle Spieler nach den Verbandsregeln ihre Fußgelenke vor einem Spiel bzw. vor dem Trainieren mit Binden umwickeln lassen. NFLE Mannschaften haben 2 Uniformen: eine für Heimspiele (meistens mit farbigem Trikot), und eine, die sie als Gastmannschaft tragen (meistens mit weißem Trikot). Jeder Spieler trägt seine Nummer auf der Vorder- und Rückseite sowie auf den Ärmeln seines Trikots. Außerdem trägt jeder Spieler seinen Namen auf der Rückseite seines Trikots.



## Schulterpolster

Spieler, die verschiedene Positionen spielen, tragen verschiedene Schulterpolster. Als Faustregel gilt: je mehr Körperkontakt die Position mit sich bringt, je größer die Schulterpolster.





## Helme

Helme werden den Spielern individuell angepaßt, und sind inwendig mit energieabsorbierenden Materialien, wie Schaumpolster bzw. Luft- oder Flüssigkeitszellen, ausgestattet. Jeder Helm ist mit einer Facemask ausgestattet. Diese soll maximalen Schutz und gute Sicht bieten. Einige Helms sind sogar mit einem Gesichtsschutz aus durchsichtigem Kunststoff ausgestattet.

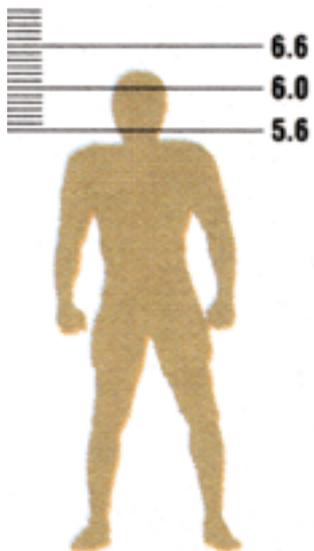
## Schuhe

Die Spieler tragen besondere Schuhe, welche den unterschiedlichen Spielverhältnissen angepaßt sind. Die Schuhe, die zum Spielen auf künstlichem Rasen vorgesehen sind, weisen kleine Gummipoppen auf. Diese Noppen sollen auf künstlichem Rasen, der eine teppichbodenähnliche Oberfläche hat, für erhöhte Zugkraft sorgen. Die Schuhe, die auf natürlichem Rasen getragen werden, haben austauschbare Schraubstollen, deren Längen die Spieler selbst auswählen können.



[zurück](#) [Inhaltsverzeichnis](#) [vor](#)

# Der Quarterback



## **Durchschnittsgröße**

Ein großer, beweglicher Quarterback ist besser in der Lage, Paß Rushers abzuweisen bzw. zu entkommen.

**Größe:** 1,93 m  
**Körpergewicht:** 95 kg



Der Hauptspieler der [Offense](#) ist der Quarterback. Während des [Huddles](#) (eine kurze Besprechung zwischen Spielzügen) und an der [Scrimmage-Linie](#) bestimmt der Quarterback den bevorstehenden Spielzug und weist jedem Spieler eine spezifische Rolle zu. Am Anfang eines jeden offensiven Spielzuges steht der Quarterback hinter dem Center und ruft chiffrierte Signale aus. Seine Mannschaftskameraden haben hierzu ihre jeweiligen Positionen bereits bezogen. Sobald das abgesprochene chiffrierte Signal ausgerufen wird, wird der Ball zum Quarterback [gesnapt](#).

Dieser hat dann 3 Möglichkeiten: (1) er übergibt ([hands off](#)) oder wirft ([pitchout](#)) den



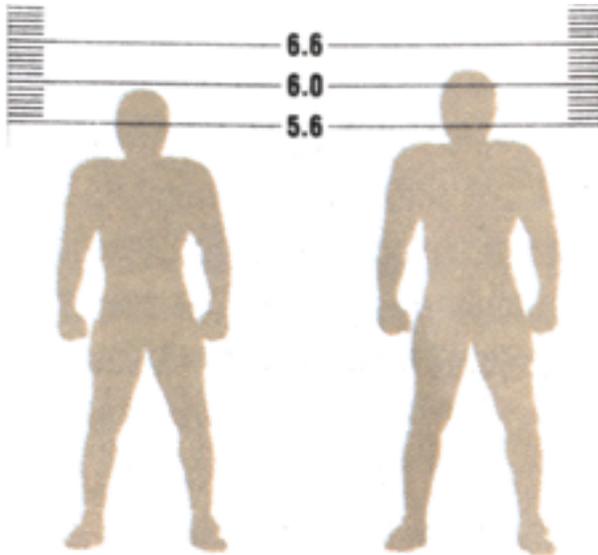
Ball zum Running Back, (2) er paßt (wirft) den Ball das Feld hinunter zu einem seiner Receivers zu oder (3) er läuft selbst mit dem Ball. Einige Quarterbacks können besser laufen als andere. Ein Quarterback, der gut laufen kann, bereichert die Offense und stellt die Defense somit zusätzlich unter Druck. Bei Pass Plays muß der Quarterback den Snap empfangen, sich von der Scrimmage- Linie in die von seinen Blockers verteidigte Pocket zurückziehen (drop back) bzw. auf die Seitenlinien zulaufen (roll out), den Pass Rushers ausweichen, seinen Receiver aussuchen und diesem den Ball genau zuwerfen: alles innerhalb von 2 bis 4 Sekunden!

Der Quarterback muß also in der Lage sein, die Defense "abzulesen", (read), d.h. er muß auf Grund ihrer Positionen zu bestimmen versuchen, wie die Defense sich verhalten wird. Stellt der Quarterback an der Scrimmage- Linie fest, daß die Defense möglicherweise den bevorstehenden Spielzug herausgefunden hat, kann er den im Huddle abgesprochenen Play durch ein Audible, d.h. durch ein hörbares chiffriertes Signal aufheben und neue chiffrierte Signale ausrufen.

Einige Mannschaften lassen ihren Quarterback bei Paß- Plays 3 bis 4 Yards hinter dem Center im Rückfeld stehen. Dieser Spielzug - auch als Shotgun oder Spread bekannt - ermöglicht dem Quarterback, sich mehr Zeit beim Aussuchen eines Receivers zu lassen und dadurch einem eventuellen Paß- Rush zu entkommen.



## Die Running Backs



### Durchschnittsgröße

**Halfback (links)**

**Größe:** 1,80 m

**Körpergewicht:** 86 kg

**Fullback (rechts)**

**Größe:** 1,88 m

**Körpergewicht:** 102 kg



Es handelt sich bei Running Backs um [offensive](#) Spieler, die viele Positionen spielen können. Ihre Hauptaufgabe besteht darin, einen [Handoff](#), d.h. einen vom Quarterback unmittelbar abgegebenen Ball oder ein [Pitchout](#), d.h. einen aus der Hüfte abgeworfenen Ball zu fangen. Er muß versuchen, soweit wie möglich damit zu laufen, ohne gefaßt zu werden. Zudem können Running Backs auch [Pass](#) Receivers sein - meist bei kürzeren Pässen - und fungieren auch als [Blocker](#) für ihre

im hinteren Spielfeld spielenden Mannschaftskameraden. Einige Running Backs können sogar gut passen.

Running Backs können grundsätzlich in 2 Kategorien aufgeteilt werden: Halfbacks können klein und schnell oder stark und athletisch sein; Fullbacks sind große, kräftige Läufer, die den Ball meist wenig tragen, dafür aber viel abblocken. Halfbacks sind schnelle Läufer, die gewöhnlich "nach außen schlagen", um das Ende der [defensiven](#) Linie zu umgehen. Fullbacks rushen durch die Mitte unmittelbar zwischen beide Tackles. Oft fällt ihnen die Aufgabe zu, eine kurze Strecke mit dem Ball zu laufen, d.h. in solchen Situationen, wo die Mannschaft weniger als 3 Yards benötigt, um einen First [Down](#) zu erzielen oder wenn die [Goalline](#) leicht zu erreichen scheint.

Sowohl Halfbacks als auch Fullbacks müssen in der Lage sein, sich blitzschnell zu bewegen, sobald der Center den Ball abgibt, hinter die Blocker zu laufen (diese durchbrechen die Linie und schaffen ihnen Platz zu laufen), etwas "Tageslicht" (freien Raum zum Laufen) zu finden, den Ball festzuhalten und ihn nicht zu [fumbeln](#) wenn sie [getackelt](#) werden. Einige Mannschaften stellen zwei Running Backs hinter dem Quarterback im [Backfield](#), dem Bereich unmittelbar hinter der offensiven Linie, auf. Andere Mannschaften setzen nur einen Running Back ein. Die meisten Mannschaften wechseln jedoch verschiedene Running Backs aus - einzeln oder zusammen, je nach Spiellage.





Ein Halfback ist am gefährlichsten, wenn er um das äußere Ende ([outside](#)) der Linie laufen kann. Er wendet sich dann feldaufwärts, schaltet auf "Vollgas" um, schaltet Blocker aus und versucht gleichzeitig, im Backfield aufgestellten Verteidigern davonzulaufen.

Fullbacks tragen den Ball bei [Inside](#) Runs. Der Sinn eines jeden Lauf- Plays besteht darin, den Running Back durch die von den Blockern geöffnete Lücke oder Öffnung laufen zu lassen. Sollte es den Blockern nicht gelingen, die erhoffte Lücke zu eröffnen, dann muß der Fullback improvisieren. Er kann einige Schritte in die entgegengesetzte Richtung laufen (cut back), außen herumlaufen oder versuchen, die defensive Linie zu durchbrechen.



[zurück](#) [Inhaltsverzeichnis](#) [vor](#)

## Die Wide Receiver



### Durchschnittsgröße

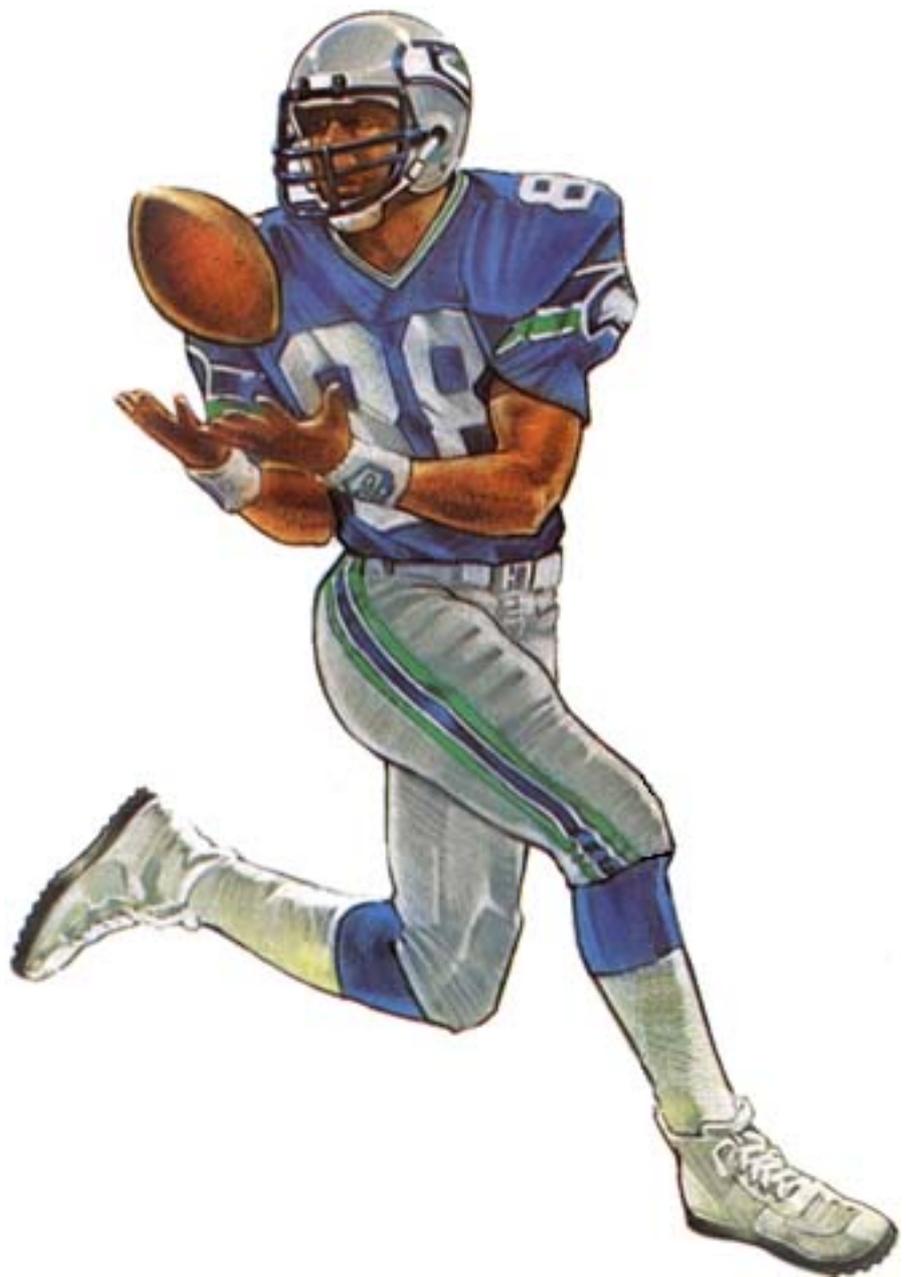
Es gibt neuerdings einen Trend: Wide Receivers sind kleiner und schneller.

Größe: 1,83 m  
Körpergewicht 84 kg



Wide Receivers sind Spezialisten wenn es darum geht, [Pässe](#) zu fangen. Diese Spieler sind in der Regel die schnellsten Läufer des Teams und sind unterschiedlich groß. Sie sind Experten wenn es darum geht, schnelle Körperdrehungen bei Höchstgeschwindigkeit zu machen und zeichnen sich dadurch aus, daß sie das Spielfeld blitzschnell hinunterlaufen können nachdem sie den Ball gefangen haben. Sobald der Center den Ball bei einem Pass- Play abgibt, fangen die Wide Receivers an, ihre [Pass Patterns](#) zu laufen - eine spezifische Route, die zu einem ausgewählten Bereich des Spielfeldes führt. Ihre Aufgabe ist, den gegnerischen Spielern, die die Wide Receivers decken sollen, auszuweichen und ins "Freie" zu gelangen. Der Quarterback wird stets versuchen, den Ball zum ungedeckten

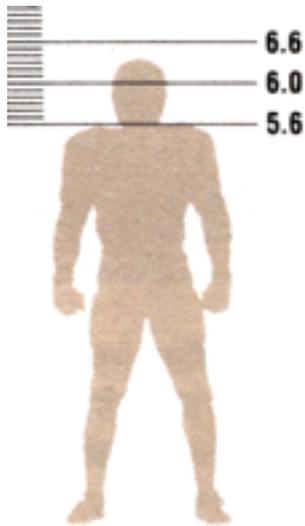
Receiver zu passen. Wide Receivers fangen Pässe auf dem ganzen Spielfeld: kurze Pässe unweit von der [Scrimmage-Linie](#); Pässe mittlerer Reichweite, die in der Mitte des Spielfeldes oder an den [Seitenlinien](#) abgeworfen werden oder lange Pässe - auch [Bombs](#) genannt -, die mit zu den spannendsten Augenblicken eines Spiels gehören und oft zu einem [Touchdown](#) führen können. Ein Wide Receiver wird an der Scrimmage-Linie aufgestellt, meistens etwas versetzt von den Linemen. Noch ein anderer Wide Receiver - ein vierter Spieler im [Backfield](#) - wird ein Yard hinter der Scrimmage-Linie aufgestellt, etwas abgesetzt von den übrigen Spielern.



Wide Receivers arbeiten eng mit ihren Quarterbacks zusammen, wenn es um Timing und Pass Patterns geht. Bei einigen Paß- Plays wirft der Quarterback den Ball auf eine abgesprochene Stelle - noch bevor der Receiver sich umdreht oder feldeinwärts läuft. Vom Training her weiß der Quarterback genau wo der Receiver sein soll. Paß Receivers haben einen Vorteil im Vergleich zu Verteidigern, da die Receivers wissen, welchen Weg sie laufen werden - die Verteidiger wissen dies natürlich nicht. Selbst dann wenn Receivers nicht vorhaben, den Ball zu fangen, laufen sie die Route ohnehin, um Verteidiger vom Ball "wegzulocken".



# Der Tight End



**Größe:** 1,90 m  
**Körpergewicht:** 106 kg

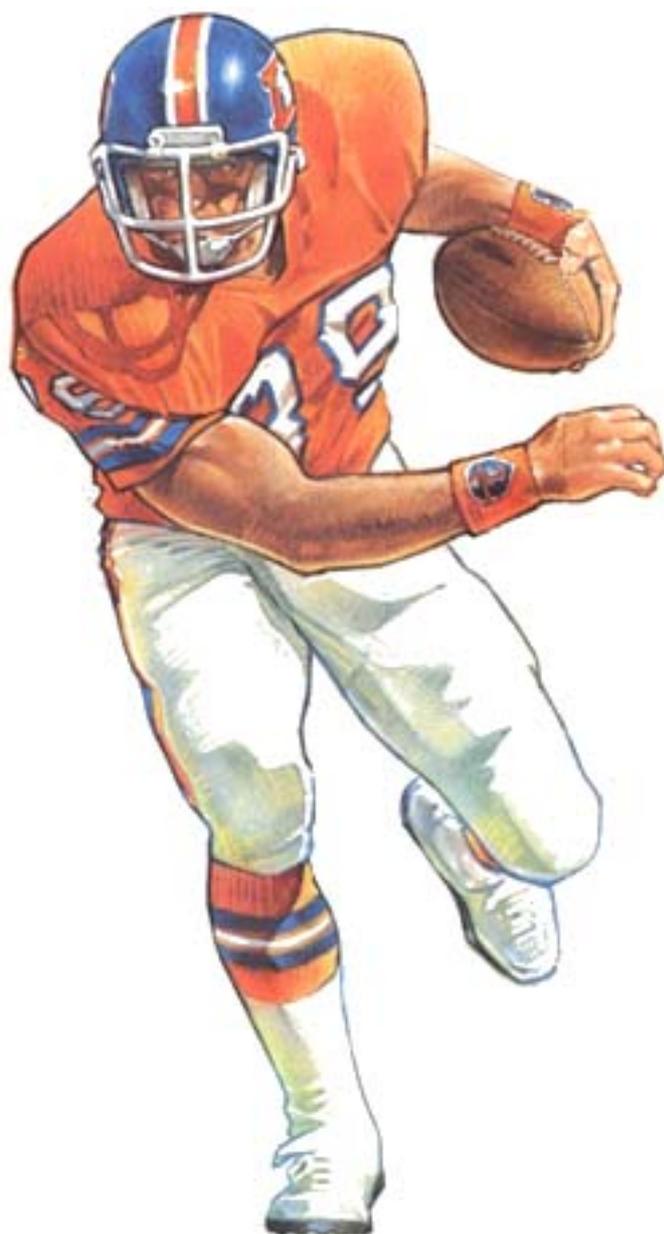
## **Durchschnittsgröße**

Bei einem Tight End müssen  
Schnelligkeit und  
die Fähigkeit zum  
Blocken mit  
Körpergröße  
ausgewogen sein.



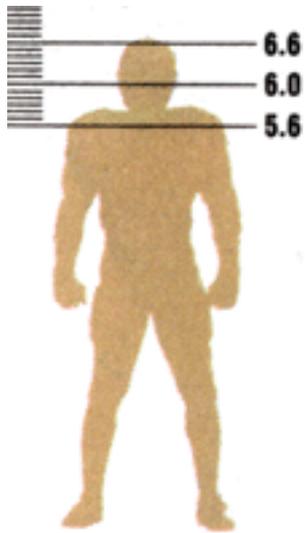
Der Tight End ist in einem Sinne eine Seltenheit - er ist eine Kombination aus Wide Receiver und Lineman. Er muß in der Lage sein, Kurz- bis Mittelstrecken- [Pass Patterns](#) zu laufen, den Ball zu fangen und wie ein Wide Receiver damit zu laufen. Zudem muß er groß und stark genug sein, um die großen Linemen und Linebackers der [Defense](#) zu blocken. Für die Defense nimmt die Aufstellung des [offensiven](#) Tight Ends eine Schlüsselrolle ein. Die Seite der offensiven Linie, die den Tight End miteinschließt, heißt [Strongside](#). Die Seite der offensiven Linie, die lediglich einen Wide Receiver und keinen Tight End hat, heißt [Weakside](#). Die Spieler laufen in der Regel auf die Strongside zu, weil der auf dieser Seite spielende Tight End zusätzliche Kraft zum [Abblocken](#) bietet. Dies ist nicht immer der Fall: manchmal wird der Tight End als Attrappe verwendet, um die Defense zu täuschen. Viele Mannschaften eliminieren den Unterschied zwischen der

"schwachen und der starken Seite" dadurch, daß sie 2 oder sogar 3 Tight Ends verwenden (und einen oder 2 Wide Receivers aus dem Spiel nehmen). Dies gilt besonders dann, wenn es darum geht, nur einige Yards zurückzulegen oder wenn die Mannschaft der [Goalline](#) nahe ist. Dadurch, daß die Mannschaft 2 oder mehr Tight Ends im Spiel hat, verfügt sie über zusätzliche Kraft - unabhängig von der Spielrichtung - ohne auf die Fähigkeit, den Ball zu fangen, verzichten zu müssen.



Die meisten Mannschaften laufen auf die Strong Side der Linie zu, also das Ende, wo der Tight End spielt. Wenn die Mannschaft außen herumläuft, ist das Abblocken des Tight Ends (Nr. 89 im Foto) kritisch, da auf diese Weise der Defensive End bzw. Outside Linebacker ausgeschaltet wird, und der Gegner kann dadurch den Spielzug an der [Scrimmage-Linie](#) nicht stoppen. Gelegentlich läßt der Tight End von seinem vorgesehenen Abblocken ab, um vorübergehend die Aufgabe des [Paß](#) Receivers zu übernehmen bzw. in [Motion](#) zu gehen und läuft dabei an der Scrimmage-Linie entlang bevor der Ball vom Center abgegeben wird. (Im Foto links ist der Wide Receiver mit der Rückennummer 88 in Motion).

# Die Tackles



## **Durchschnittsgröße**

Tackles brauchen schnelle Hände und Füße sowie Kraft und eine massige Gestalt.

**Größe:** 1,98 m  
**Körpergewicht:** 127 kg



Tackles sind die großen Spieler der [Offense](#) und schützen ihre kleineren Mannschaftskameraden, die den Ball tragen. Die Tackles treffen bei jedem Spielzug unmittelbar auf [Defensive](#) Linemen. Wenn der Ball getragen wird, [blocken](#) die Tackles die Defense, damit die Running Backs vorbeilaufen können. Bei [Pass](#) Plays besteht die Aufgabe des Tackles darin, die [Pass Rushers](#) vom Quarterback fernzuhalten. Obwohl sie groß und stark sind, müssen Tackles schnelle Reflexe haben und sehr beweglich sein. Sie müssen in der Lage sein, den zugewiesenen Verteidiger blitzschnell aus der [Set](#) Position (eine für offensive Linemen erforderliche bewegungslose Position, auf beiden Füßen etwas nach vorne geneigt und auf einer geballten Hand ruhend) anzugreifen, und zwar sobald der Center den Ball zum Quarterback abgibt. Zudem müssen sie absolute Meister verschiedener Techniken der Paßdeckung und des "Laufblockens" sein. Ihre Aufgabe ist schwer, schmutzig, kräftezehrend, setzt Disziplin und Konzentration voraus und bietet wenig Glanz oder Anerkennung an. Dennoch könnte die Offense ohne die Arbeit, die die Tackles leisten, nicht auskommen.



Es ist Aufgabe der Tackles - und alle Offensive Linemen - Lücken für die Running Backs zu eröffnen. Abhängig von der Spielrichtung und der Öffnung, durch die die Running Backs laufen sollen, blocken die Tackles entweder in Laufrichtung des Running Backs (Foto links) bzw. sie fassen den Gegner von hinten.

Bei Paß- Plays, arbeiten die Tackles mit anderen Offensiven Linemen zusammen, um eine [Pocket](#) für den Quarterback zu schaffen. Wenn es darum geht, Pässe abzublocken, müssen die Tackles nicht nur die ihnen zugewiesenen Spieler decken, sie müssen auch auf zusätzliche Paß Rushers achten, die eventuell "[blitzen](#)".



## Die Guards



6.6

6.0

5.6

### **Durchschnittsgröße**

Guards sind wegen ihrer Schnelligkeit, Koordination und Wendigkeit die aktivsten Offensive Linemen.

**Größe:** 1,90 m  
**Körpergewicht:** 118 kg



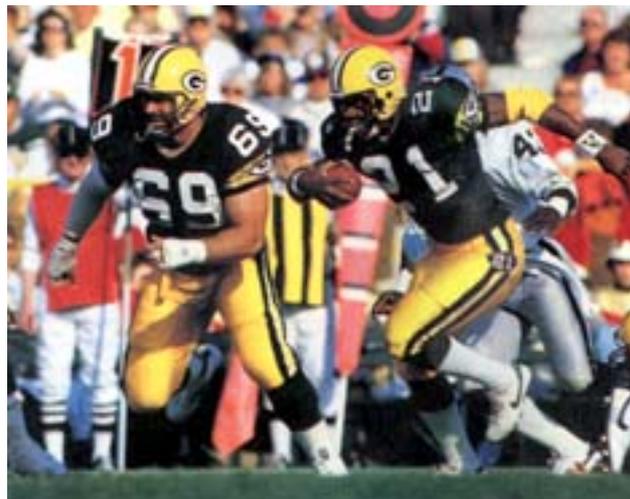
Guards führen viele gleichartige Aufgaben der Tackles aus, sind aber beweglicher. Diese Beweglichkeit kommt bei [Outside](#) Running Plays (Lauf- Plays nach außen zu) dann zum Vorschein, wenn Guards ein [Pullmanöver](#) ausführen. Der Guard verläßt seine Position an der [Linie](#) und verleitet den Running Back dazu, hinter ihm feldabwärts zu laufen. Manchmal täuscht der Guard die [Defense](#) und verleitet diese zu glauben, daß ein Spielzug in einer gewissen Weise ablaufen soll. Dieses Manöver wird [misdirection](#) genannt. Manchmal führt ein Running Back dieses Pullmanöver aus, um mit einem Trap (Falle) [Block](#) einen ahnungslosen Verteidiger auf dem Feld zu fassen. Bei den meisten Lauf- Plays müssen die Guards im Mittelfeld Platz für einen durchlaufenden Spieler mit dem Ball schaffen. Wie Tackles, müssen Guards auch in der Lage sein, für [Paß](#)- Spielzüge zu blocken um die für den

Quarterback schützende [Pocket](#) (Mauer) zu schaffen, damit der Quarterback einen feldabwärts ersichtlichen Receiver sehen kann. Wenn der Quarterback einen kurzen Paß nach außen wirft - oft [Screen Pass](#) genannt - liegt es oft am Guard auf dieser Seite, von seinem ursprünglichem Blockmanöver abzulassen, um Hilfe beim Freiblocken zu leisten.



Guards und andere [Offensive](#) Linemen sind erheblich benachteiligt wenn es darum geht, für Paß- Spielzüge zu blocken, da die Spielregeln den Verteidigern großzügigere Bewegungsfreiheit ihrer Hände einräumen. Dennoch haben die Offensive Linemen einen großen Vorteil: sie wissen wann der Ball abgegeben wird und bei welchem Signal der Ball [gesnapt](#) wird.

Bei Lauf- Plays außen herum, nehmen Pulling Guards eine beachtliche Rolle als Hauptblockers für Running Backs ein. Bei sogenannten Pull- Plays verläßt der Guard seine Position sobald der Ball abgegeben wird, läuft parallel zur Scrimmage-Linie und wendet sich feldaufwärts sobald der Running Back hinter ihm ist.



[zurück](#) [Inhaltsverzeichnis](#) [vor](#)

# Der Center



6.6  
6.0  
5.6

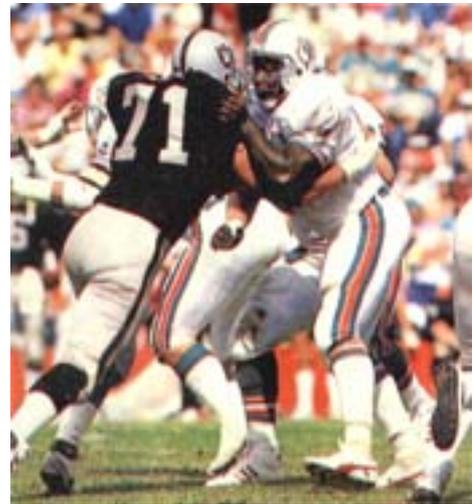
## **Durchschnittsgröße**

Die Intelligenz des Centers ist ebenso wichtig wie seine physischen Eigenschaften.

**Größe:** 1,90 m  
**Körpergewicht:** 118 kg



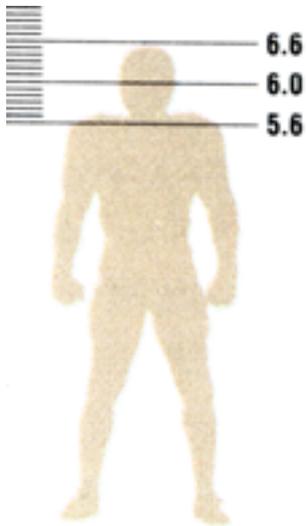
Der Center ist der einzige Spieler, der den Ball bei jedem [offensiven](#) Play berührt. Er [snapt](#) den Ball, indem er ihn durch seine Beine hindurch zum Quarterback [paßt](#). Dasselbe gilt für Spielzüge mit dem [Punter](#) und dem Holder, wenn es um ein [Field Goal](#) oder einen [Extrapunkt](#) geht. Der Center muß gleichermaßen stark, zäh, schnell und intelligent sein. Oft steht ihm unmittelbar ein Verteidiger gegenüber, der darauf wartet, bei der Ballabgabe in Aktion zu springen. Daher muß der Center in der Lage sein, den Ball abzugeben und unmittelbar seine Hände und Körper auf den Zusammenstoß mit dem heraneilenden Verteidiger vorzubereiten. Der Center ist der Eckstein der Offense, und seine Aufgabe fängt am Ende eines jeden offensiven Spielzuges im [Huddle](#) um den Quarterback an, um den nächsten Spielzug vorzubereiten. Wenn er einmal die [Scrimmage-Linie](#) erreicht, ruft der Center chiffrierte Signale aus, um den eigenen Linemen dazu zu verhelfen, sich auf Änderungen bei der [Defense](#) einzustellen. Die vom Center ausgerufenen chiffrierten Signale teilen den anderen offensiven Linemen mit, wie und wen sie [abblocken](#) müssen.



Sobald der Center den Ball snapt, um einen offensiven Spielzug einzuleiten (Fotos oben), muß er sich mit einem Defensive Linemen oder Linebacker beschäftigen. Das Blocken des Centers ist bei jedem Spielzug – ob Laufen oder Passen – auf Grund seiner zentralen Position in der offensiven Aufstellung ausschlaggebend.

[zurück](#) [Inhaltsverzeichnis](#) [vor](#)

## Die Defensive Ends



6.6  
6.0  
5.6

### Durchschnittsgröße

Defensive Ends sind in der Regel etwas schlanker und schneller als ihre defensiven Mitspieler.

Größe: 1,95 m  
Körpergewicht: 116 kg

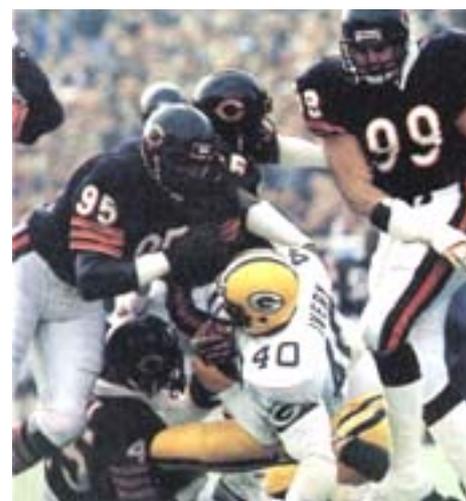


Defensive Ends erfüllen kritische Aufgaben in der [Defense](#). Je nachdem wie diese aufgestellt ist, spielen die Defensive Ends den [Offensive](#) Tackles entweder unmittelbar gegenüber oder etwas seitlich versetzt. Sie stellen die primäre Verteidigungslinie der Defense dar, wenn es um Außenläufe ([Outside](#) Runs) geht. Ihre Aufgabe besteht darin, den Ball tragenden Spieler davon abzuhalten, feldaufwärts in das [Backfield](#) der Defense zu laufen. Defensive Ends müssen stark genug sein, mit den vor einem Ball tragenden Spieler laufenden [Blockern](#) fertig zu werden und gleichzeitig ihre eigenen Spielpositionen beizubehalten. Danach müssen sie den

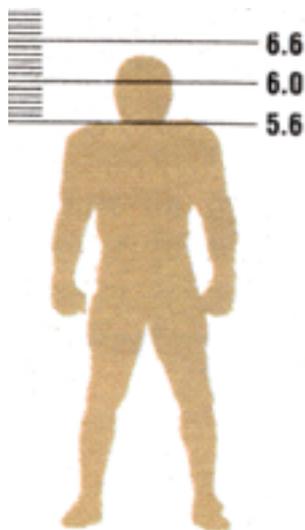


Läufer entweder fassen oder ihn dazu zwingen, in Richtung Spielfeldmitte zu laufen. Zudem müssen Ends schnell genug sein, hinter Running Backs zu laufen, wenn letztere ihre Spielposition verlassen. Bei [Pass Plays](#) nehmen Defensive Ends eine Schlüsselrolle als [Pass Rushers](#) ein. Sie setzen ihre Beweglichkeit und Schnelligkeit dazu ein, an den Pass Blockern vorbeizulaufen und den Quarterback vom toten Winkel her unter Druck zu setzen. Auf diese Weise versuchen die Defensive Ends, den Quarterback zu [sacken](#) (mit dem Ball hinter der [Scrimmage-Linie](#) zu fassen) bzw. ihn in der [Pocket](#) einzuschließen, damit die [Inside](#) Pass Rushers ihn fassen können. Da die Defensive Ends meistens die größten Spieler sind, rushen sie mit nach oben gestreckten Armen, um dem Quarterback auf diese Weise die Sicht zu versperren. Dies führt oft dazu, daß sie den Ball mit den Fingerspitzen berühren bzw. ihn ablenken, oder daß der Paß abgefangen wird oder der Receiver nicht an den Ball herankommt.

Die Defensive Ends (95 und 99 im Foto rechts) arbeiten oft zusammen, um Running Backs in Richtung Spielfeldmitte zu zwingen. In diesem Bereich der Defense sind Ballträger leichter für die Linebackers und Safeties zu fassen und haben geringere Chancen viele Yards zurückzulegen. Defensive Ends müssen stets auf der Hut sein - egal wie stürmisch die Spielzüge an der Scrimmage- Linie werden - weil die Offense die Paß- Plays oft wie Lauf- Plays aussehen läßt (auch als [Play Action](#) Passes bekannt).



## Die Defensive Tackles



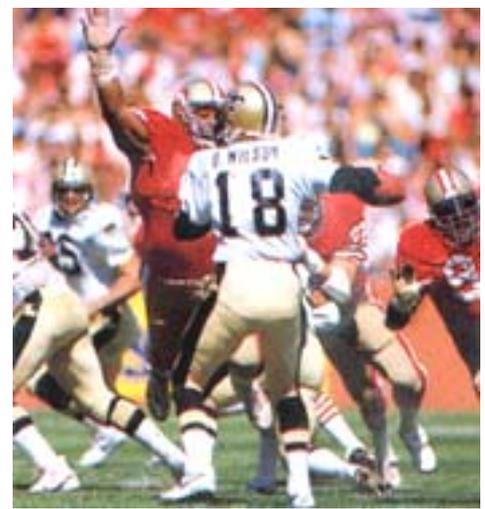
**Größe:** 1,93 m  
**Körpergewicht:** 122 kg

### **Durchschnittsgröße**

Obwohl sie so groß sind, sind Defensive Tackles und Nose Tackles sehr beweglich und schnell.



Defensive Tackles sind die großen Spieler, die den Bewegungsraum in der Mitte der [Linie](#) decken, damit Running Backs nicht hindurchlaufen können. [Defensive](#) Tackles [rushen](#) auch den Quarterback und zwingen ihn auf diese Weise dazu, seinen [Paß](#) entweder verfrüht abzuwerfen oder seine [Pocket](#) zu verlassen, so daß die Defensive Ends ihn fassen können. Defensive Tackles rushen nicht immer geradlinig auf den Quarterback zu. Manchmal laufen die Defensive Tackles - ihre Richtung wechselnd - im Zickzackkurs um die Defensive Ends, um die [offensiven Blockers](#) zu verwirren. Solche Manöver heißen [Stunts](#). Einige Mannschaften setzen 2 Defensive Tackles ein, andere lediglich einen. Wenn lediglich 1 Defensive Tackle eingesetzt wird, heißt er Nose Tackle, weil er dem offensiven Center sozusagen "Nase an Nase" gegenübersteht. Defensive Tackles sind oft die größten Spieler der Defense. Nose Tackles sind kleiner und stämmiger mit einem niedrigeren Schwerpunkt, damit sie in der Mitte der defensiven Formation "ihren Mann stehen können".



Ein Quarterback, der den Ball zu lange behält, geht das Risiko ein, von herbeieilenden Defensive Tackles gefaßt ([sack](#)) zu werden (Foto links oben). Selbst dann, wenn es einem Defensive Tackle oder Nose Tackle nicht gelingt, den Quarterback zu fassen, kann er ihn oft dazu zwingen (Foto rechts oben), den Ball frühzeitig abzuwerfen bzw. einen Fehlwurf zu machen oder ihn sogar zum Verlassen der Pocket zu zwingen ([scramble](#)).

# Die Linebackers



## **Durchschnittsgröße**

Intensität und Vorausberechnung sind einem Linebacker genauso wichtig wie Schnelligkeit und Kraft.

Größe: 1,88 m  
Körpergewicht: 107 kg

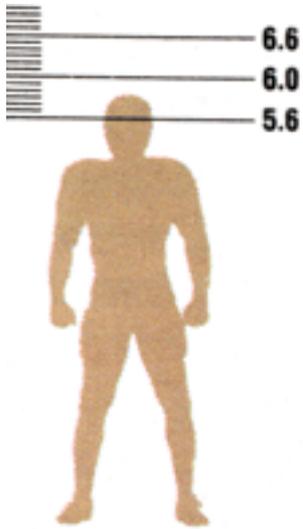


Linebackers sind die vielseitigsten und auch explosivsten Spieler der [Defense](#). Jeder von ihnen ausgeführte Spielzug erfordert erhebliches athletisches Können, schnelle Reaktionszeiten und strategisches Verständnis. Ihre Verantwortung ändert sich mit jedem gespielten [Down](#). Linebackers müssen eventuell einen aus dem [Backfield](#) als [Receiver](#) spielenden Running Back decken oder eine bestimmte [Zone](#) (einen spezifischen Bereich des Spielfeldes) verteidigen. Manchmal stürmen sie den Quarterback - auch als [Blitz](#) bekannt. Wenn ein Gegner den Ball trägt, müssen sie diesem nachlaufen und fassen. Meistens muß der Linebacker zwischen den Spielzügen die chiffrierten Signale im [Huddle](#) ausrufen und Änderungen der Verteidigungsstrategie bestimmen - noch bevor der Center den Ball abgibt. Je nach der Situation auf dem Spielfeld - und der Mannschaft - gibt es gewöhnlich 3 bis 4 Linebackers, die ihre Position wie folgt wechseln: einige Yards hinter der [Scrimmage-Linie](#) stehend, unmittelbar hinter den Defensive Linemen oder hinter der Scrimmage-Linie.



Linebackers überraschen den Quarterback oft und setzen ihn auf diese Weise unter Druck, wenn der Quarterback nicht weiß, ob die Linebacker vorhaben, mit einem "Blitz" zu stürmen (Foto links oben) oder ob sie einige Schritte zur [Paßdeckung](#) Rückwärtslaufen. Bei Lauf- Plays (Foto rechts oben) müssen Linebackers die Spielrichtung vorhersehen und die Verfolgung des Ballträgers anführen.

# Die Cornerbacks



**Größe:** 1,78 m  
**Körpergewicht:** 82 kg

## **Durchschnittsgröße**

Cornerbacks eignen sich auf Grund ihres Körperbaus für fast alle Sportarten und haben zudem die entsprechenden athletischen Fähigkeiten.



Cornerbacks sind gleichzeitig klein, schnell und kräftig. Sie müssen in der Lage sein, mit den schnellsten [Receivern](#) bei der [Paßdeckung](#) Schritt zu halten. Auf der anderen Seite müssen sie stark genug sein, um große, kräftige Running Backs zu [tackeln](#). Cornerbacks müssen klug und schnell sein. Zudem müssen sie so schnell laufen können wie schnelle Pass Receiver und nicht auf Täuschungsmanöver des Receivers bei Pass Plays hereinfliegen. Je nachdem welcher [defensive](#) Spielzug ausgerufen wurde, decken die Cornerbacks entweder einen bestimmten Bereich auf dem Spielfeld ([Zonendeckung](#)) oder einen bestimmten Receiver ([Man- to- Man- Deckung](#)). Wenn der Ball einmal abgeworfen worden ist, besteht die Aufgabe des Cornerbacks darin, den Paß zu stören, den Ball abzufangen oder den Receiver zu fassen - falls dieser den Ball fängt. In Zusammenarbeit mit den Defensive Ends tragen die Cornerbacks die Verantwortung dafür, den weiten Bereich des Spielfeldes zu verteidigen. Sie müssen unverzüglich in der Lage sein, einen sich entwickelnden Lauf- Play zu erkennen, sich von dem gedeckten Receiver abzuwenden, schnellstens auf die [Scrimmage- Linie](#) zuzulaufen und sich an den [Hauptblockern](#) vorbeizukämpfen, um an den Spieler mit dem Ball heranzukommen! Die Cornerbacks müssen dann den Spielzug kontrollieren - und zu Ende bringen - wenn ein Spieler einmal in die Defensive [Secondary](#) (den Bereich zwischen den Linebackers) gelangt ist.

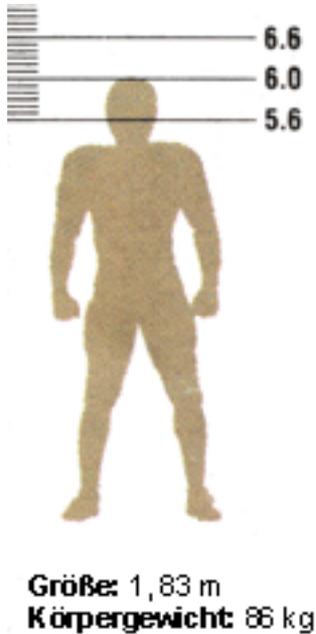


Das Timing ist wichtig, wenn ein Cornerback einen Paß- Play verhindert, indem er den Ball wegschlägt, denn er riskiert eine eventuell schwerwiegende Strafe, wenn er den Receiver anfaßt, bevor dieser den Ball berührt. Trotzdem sind Receivers und Verteidiger gleichermaßen berechtigt, den Ball zu fangen.

Einen Wide Receiver auf dem offenen Spielfeld zu fassen ist beinahe die schwerste Aufgabe, die sich dem Cornerback stellt. Wide Receivers sind schnelle und schwer zu fassende Läufer, wenn sie den Ball einmal gefangen haben. Cornerbacks müssen stets darauf achten, daß sie ihr Gleichgewicht und ihre Position gegen die Receivers beibehalten.



# Die Safeties



In der [Defensive Secondary](#) (dem Bereich zwischen den Linebackers) gibt es 2 Safeties: den Strong Safety und den Free Safety. Der Strong Safety wird meistens auf derselben Seite des Spielfeldes wie der Tight End eingesetzt. Der Strong Safety kann meistens sehr gut [tacklen](#). Der Strong Safety beteiligt sich gewöhnlich an vielen Plays und kann seinen Mitspielern der Defense bei der [Paßdeckung](#) helfen. Er ist auch der Schlüsselspieler bei einem riskanten [Paß-Rush](#), der als Safety [Blitz](#) bekannt ist. Die Hauptverantwortung der Safeties ist die Paßdeckung. Bei langen Pässen könnte der Safety der einzige Spieler zwischen dem [Receiver](#) und einem [Touchdown](#) sein. Bei langen Lauf- Plays könnte der Safety der letzte Verteidiger sein, der die Gelegenheit hat, den Spieler mit dem Ball zu fassen oder ihn ins Aus zu schlagen. Safeties sind oft die Haupttacklers der Defense. Sie können die relativ härtesten Spieler der Mannschaft sein.



Ein Safety Blitz wird nicht oft versucht, aber es kann ein niederschmetternder defensiver Play sein, um den Quarterback zu fassen oder ihn zu entnerven.

Die Spieler in der Defensive Secondary arbeiten als Einheit, um die [Backfield zonen](#) zu decken. Bei kritischen [Downs](#) oder gewissen Paß- Plays setzt die Defense manchmal 2 Spieler dazu ein, die gefährlichsten Receiver zu decken ( [Doppelte Deckung](#) ). Was sich in der Defensive Secondary abspielt, spiegelt oft unmittelbar das Geschehen an der [Scrimmage-Linie](#) wieder. Wenn die Paß Rushers gute Arbeit leisten und den Quarterback zu einem Fehlwurf bzw. dazu zwingen, einen schlecht platzierten Paß zu werfen, gibt es oft eine [Interception](#), d.h. die Defense kann den Paß abfangen. (Foto rechts).



## Der Kicker

Kicker sind Spezialisten, die in spezifischen, oft extrem kritischen Situationen eingesetzt werden. Die meisten Teams haben 2 verschiedene Kicker: einen [Punter](#) und einen Placekicker. Der Punter wird fast ausschließlich im vierten [Down](#) eingesetzt, also dann, wenn die [Offense](#) der Meinung ist, sie wird den First Down nicht mehr schaffen und ihn erst gar nicht riskieren will. Es wird dann entschieden, ob der Ball gepuntet bzw. einfach zu der anderen Mannschaft angekickt wird. In den meisten Fällen versucht der Punter, den Ball soweit wie möglich in Richtung der gegnerischen [Goalline](#) anzukicken. Dadurch kommt die gegnerische Mannschaft in [Ballbesitz](#) und hat eine schwache Ausgangsposition. Nicht nur die Entfernung ist wichtig. Es geht den Punters auch darum, daß der Ball möglichst lang in der Luft bleibt (als [Hang Time](#) bekannt). Je länger der Ball in der Luft bleibt, desto mehr Zeit hat das kickende Team feldaufwärts zu laufen, um die Yards, die das [Receiving Team](#) beim Return eventuell erzielen könnte, auf ein Minimum zu reduzieren. Dennoch brauchen Punter mehr als starke und flinke Beine. Bei einigen Punt- Plays müssen sie in der Lage sein, die Richtung des angekickten Balls so zu bestimmen, daß die wirklich guten Punt Returners nach Möglichkeit nicht an den Ball herankommen. In anderen Fällen - meistens dann, wenn der Ball von der Mitte des Spielfelds gekickt wird - versucht der Punter, den Ball nahe der gegnerischen Goalline ins aus zu schlagen, damit das Receiving Team beim nächsten Spielzug den Ball möglichst nahe der eigenen Goalline - eine schlechte Ausgangsposition - spielen muß. Placekicker sind diejenigen Spieler, die den Ball zu Beginn jeder [Spielhälfte](#) und nach jedem [Touchdown](#) und [Field Goal](#) dem Receiving Team zukicken. Beim [Kickoff](#) wird der Ball aufrecht auf einen [Kicking Tee](#) an der 35 Yard- Linie des kickenden Teams gestellt. Bei allen Punkt nach Touchdown- Plays (auch Konversion- bzw. [Extrapunkt](#)- Plays genannt) und Field Goal-Versuchen kommt immer ein anderer Spieler dazu, der Holder, dessen Aufgabe es ist, den vom Center [gesnapten](#) Ball zu fangen und ihn ungefähr 7 Yards hinter der [Scrimmage- Linie](#) so zu halten, daß der Placekicker ihn leichter kicken kann. Die Placekickers kicken den Ball meistens mit dem Innenrist - wie beim Fußball. Wenn es um einen Extrapunkt geht, wird der Ball von der 3 Yard- Linie gesnapt. Field Goals werden von überall auf dem Spielfeld versucht, aber nur selten werden Field Goals jenseits der 45 Yard- Linie der [Defense](#) versucht.



Punter

Kicker und Holder

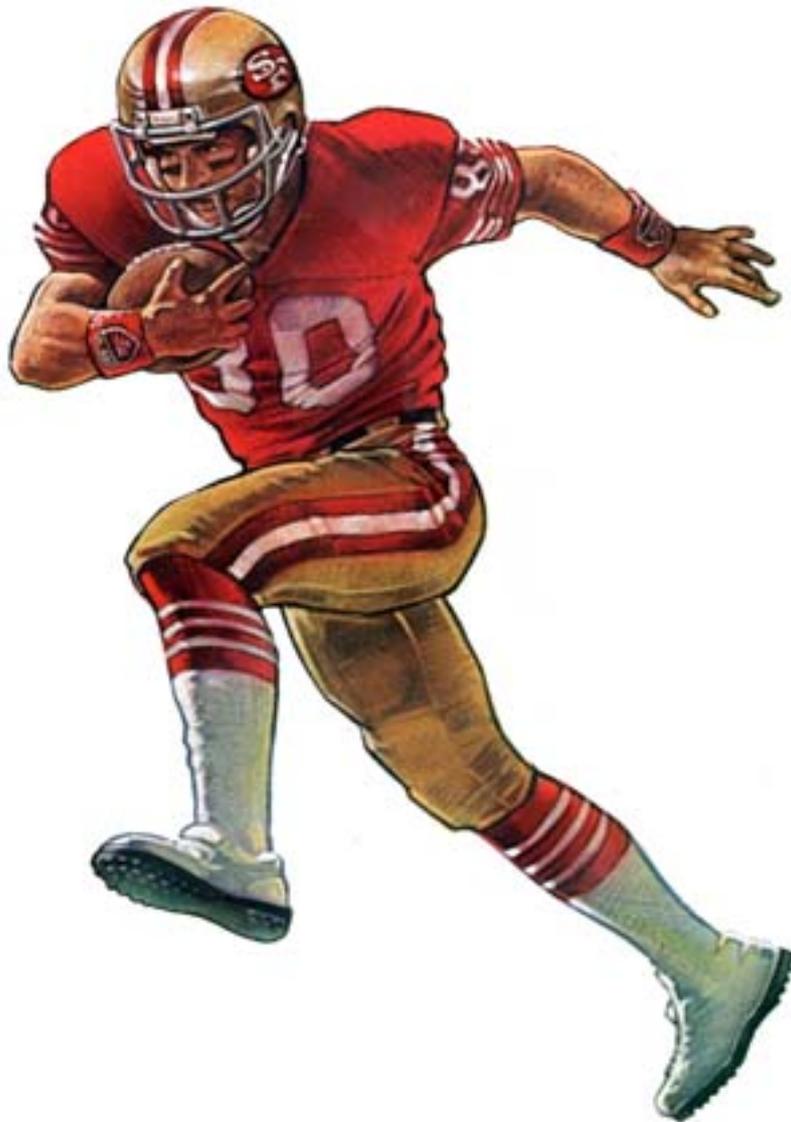


Die meisten Punter treten den Ball zu schnell ab, als daß der Ball abgeblockt werden könnte. Aber nur ein verfehlter Snap vom Center bzw. ein Schritt zu viel vom Punter kann dazu führen, daß der Punt Rusher den Bruchteil einer Sekunde erhält, um an den Ball heranzukommen. Abgeblockte Punts kommen dem kickenden Team teurer zu stehen und sind manchmal sogar verheerend.

Jedes Field Goal oder jeder versuchte Extrapunkt bringt Chaos mit sich. Der Holder muß den langen Snap fangen und den Ball sachgemäß hinhalten. Die Rushers flitzen um das Ende herum, wenn der Placekicker den Ball tritt. Die Blocker stürmen vor und die Defensive Linemen springen mit erhobenen Händen hoch, um den vorbeizischenden Ball abzublocken.



## Die Kick Returners



Es soll ein Trainer einmal gesagt haben, daß man nicht unbedingt verrückt sein muß, um ein [Kick Returner](#) zu sein - aber es könnte von Vorteil sein. Es ist schon schwer genug, einen unregelmäßig springenden [Punt](#) oder angekickten Ball zu fassen. Stellen Sie sich dies einmal mit den [Tacklers](#) der gegnerischen Mannschaft im Sturmangriff vor! Außer Mut benötigen Kick Returners auch große Schnelligkeit, einen guten Überblick über das Spielfeld und sie müssen in der Lage sein, [Blockern](#) nachzulaufen und Lücken, die sich in der Kickdeckung öffnen, blitzschnell zu ihrem eigenen Vorteil auszunützen. Kick Returns sind aufregende Spielzüge - alles kann passieren: kräftezehrende Blocks und Tackles, [Fumbles](#) und manchmal begeisternde [Touchdown-](#) Plays. Bei Punts steht ein Spieler feldabwärts als Kick Returner. Obwohl ein Return- Play bereits vor dem [Snap](#) ausgerufen wurde, muß der Punt Returner sich für einen möglichen Spielzug entscheiden - und es gibt mehrere - noch während der Ball in der Luft ist. Der Punt Returner darf: (1) den Ball fangen und so weit wie möglich damit laufen oder (2) einen [Fair Catch](#) ausrufen (dies bedeutet, daß kein Verteidiger ihn fassen, aber auch daß er selbst nicht mit dem Ball laufen darf), oder (3) den Ball aufsetzen und auslaufen bzw. ins Aus oder in die [Endzone](#) gehen lassen. Unter diesen Umständen und solange kein Spieler des [Receiving Teams](#) den Ball berührt hat, kommt das Receiving Team in den [Ballbesitz](#). Beim [Kickoff](#) gibt es meistens zwei Kick Returners. In der Regel fängt ein Returner den Ball und läuft damit. Falls kein Returner den Ball fängt bzw. über ihn fällt und somit deckt, kann das ankickende Team den Ball auffangen und auf diese Weise in Ballbesitz bleiben. Gelangt der Ball allerdings in die Endzone, muß der Returner entscheiden, den Ball entweder auf der Stelle aufzuheben und damit zurückzulaufen oder den Ball zu "downen", d.h. nach Empfang des Balls in der Endzone den Boden mit diesem berühren, was zu einem [Touchback](#) führt. Das heißt, die [Offense](#) des Receiving Teams übernimmt den Ballbesitz und spielt den [First Down](#) an der eigenen 10 Yard- Linie ab. Hierzu gibt es auch einen First Down. Falls ein Kickoff ins Aus geht, darf das Receiving Team sich dafür entscheiden, entweder Ballbesitz an der Stelle, wo der Ball ins Aus ging, oder aber auch 30 Yards von der Stelle des ursprünglichen Kickoffs zu übernehmen.

Die höchste Priorität für einen Kick- oder Punt Returner besteht darin, den Ball zu fangen. Es setzt ungeheuerere Konzentration und körperliche Fähigkeiten voraus, einen Ball zu fangen und zu halten, zumal wenn der Ball aus einer hohen Flugbahn hinunterfällt. Er muß auch daran denken, daß er eventuell von einem herbeieilenden Gegner gefaßt wird, sobald er den Ball berührt.



[zurück](#) [Inhaltsverzeichnis](#) [vor](#)

# Die Special Teams

Außer den Angriffs- und Verteidigungs- Spielern jeder Mannschaft gibt es noch einen aus 11 Spielern bestehenden Mannschaftsteil der [Special Teams](#) heißt. Die Special Teams übernehmen das Spiel bei [Kickoffs](#), [Punts](#), [Field Goals](#) und [Conversions](#). Die Spielaufgaben der Special Teams variieren je nach Spiellage wie folgt:

## **Kickoff:**

Die Special Teams- Einheit des ankickenden Teams versucht, das andere Ende des Spielfeldes so schnell wie möglich zu erreichen, um die Zeit, die die gegnerische Mannschaft hat, den Ball zurück zu tragen, auf ein Minimum zu reduzieren bzw. um den [Kick Return](#) der gegnerischen Mannschaft auf ein Minimum zu beschränken bzw. um den Kick Returner dazu zu zwingen, den Ball zu [fumblen](#). Die Aufgabe der Special Teams- Einheit des [Receiving Teams](#) besteht darin, ihre [Blocker](#) keilförmig vor dem Kick bzw. Punt Returner laufen zu lassen, damit dieser so viele Yards wie möglich bei seinem Runback erreichen kann. Liegt das kickende Team bei fortgeschrittenem Spiel im Rückstand, so könnte es möglicherweise einen [Onside Kick](#) versuchen. Es handelt sich dabei um einen riskanten, kurzen Kickoff, den entweder die eine oder die andere Mannschaft nach 10 Yards auffangen kann. In diesem Fall hat die fangende Mannschaft die Aufgabe, den Ball sofort in Besitz zu nehmen(aufzufangen), um die Gegner davon abzuhalten, an den Ball zu kommen.

## **Punts:**

Die Aufgabe des Special Teams des kickenden Teams ist beim Punt genau die gleiche wie beim Kickoff. Für das Special Team des Receiving Teams gibt es manchmal eine zusätzliche Aufgabe: die Linemen versuchen, die [Linie](#) zu durchbrechen, um den Punt zu blocken. Sollte dies mißlingen bzw. wurde kein Punt Block versucht, so blocken sie die Linemen des kickenden Teams, um diese davon abzuhalten, dem Kick Returner nachzulaufen. Danach laufen sie wieder das Spielfeld hinunter, um den Runback mit einer Mauer zu schützen.

## **Field Goals und Extrapunkte:**

Das Special Team des kickenden Teams versucht, die Gegner abzublocken und den Placekicker und den Holder zu schützen. Die Spieler des Special Teams der [Defense](#) bedrängen den Placekicker und den Holder, um letzteren dazu zu zwingen, den Ball zu fumblen bzw. den [Snap](#) zu verspielen, oder sie setzen den Placekicker so unter Druck, daß sein Kickoff danebengeht bzw. abgeblockt werden kann.



Die Special Teams- Einheit besteht aus [offensiven](#) und defensiven Spielern und Kickern. Der Kickoff (Foto oben), Kick- und Punt Returns, Field Goals und Extrapunkte werden besonders fleißig geübt, denn diese sind die kritischen Plays, die viele Spiele entschieden haben.

[zurück](#) [Inhaltsverzeichnis](#) [vor](#)

# Football Lexikon

[A...](#) [B...](#) [C...](#) [D...](#) [E...](#) [F...](#) [G...](#) [H...](#) [I...](#) [J...](#) [K...](#) [L...](#) [M...](#) [N...](#)  
[O...](#) [P...](#) [Q...](#) [R...](#) [S...](#) [T...](#) [U...](#) [V...](#) [W...](#) [X...](#) [Y...](#) [Z...](#) [0-9...](#)

## **Audible:**

Eine Änderung des geplanten Spielzuges, die vom Quarterback an der Scrimmage-Linie ausgerufen wird.

[A..B..C...](#) | [Der Quarterback](#)

## **Auszeit:**

Eine Spielpause, bei der die Spieluhr vorübergehend gestoppt wird. Jeder Mannschaft stehen 3 Auszeiten von jeweils 1 Minute und 50 Sekunden Dauer pro Spielhälfte zu.

[A..B..C...](#) | [Dauer des Spiels](#)

### **Backfield:**

Der Bereich hinter der offensiven Scrimmage-Linie wo der Quarterback und Running Backs stehen. Die Defensive Secondary heißt das Defensive Backfield.

[A..B..C...](#) | [Die Running Backs](#) | [Die Wide Receiver](#)

[Die Defensive Ends](#) | [Die Linebackers](#) | [Die Safeties](#)

### **Ballbesitz:**

Ballbesitz durch einen Spieler bzw. eine ganze Mannschaft.

[A..B..C...](#) | [Football zusammengefaßt](#) | [Wie man den Ball bewegt](#)

[Punkte erzielen](#) | [Die Schiedsrichter](#) | [Der Kicker](#) | [Die Kick Returners](#)

### **Blitz:**

Ein durch einen oder mehrere Linebackers bzw. einen Defensive Back ausgeführter Sturmangriff beim Pass Play.

[A..B..C...](#) | [Die Tackles](#) | [Die Linebackers](#) | [Die Safeties](#)

### **Block:**

1. Einen Gegner so zu blocken, daß er nicht an den Spieler mit dem Ball herankommt.
2. Einen Punt, Field Goal- oder Extrapunkt- Versuch abblocken.

[A..B..C...](#) | [Der Quarterback](#) | [Die Running Backs](#) | [Der Tight End](#)

[Die Tackles](#) | [Die Guards](#) | [Der Center](#) | [Die Defensive Ends](#)

[Die Defensive Tackles](#) | [Die Cornerbacks](#) | [Der Kicker](#)

[Die Kick Returners](#) | [Die Special Teams](#)

### **Bomb:**

Ein langer Paß.

[A..B..C...](#) | [Die Wide Receiver](#)

### **Chain Crew:**

Drei Leute, die am Spielfeldrand stehen und die Meßkette und Downmarkierer bewegen.

[A..B..C...](#)

### **Clipping:**

Ein illegaler Block, der dadurch zustandekommt, daß ein Spieler sich mit dem Körper auf den Rücken des Gegners stürzt. Clipping geschieht meistens feldabwärts bei Punts, Kickoffs und abgefangenen Pass Returns.

[A..B..C...](#)

### **Coach's Challenge:**

Die Coaches haben 2 mal in jeder Halbzeit die Möglichkeit eine knappe Spielfeld-Entscheidung des Referee in Frage zu stellen. Der Referee sieht sich dann das "Ursachen"- Play der Entscheidung in einem speziellen Replay-Monitor, der am Spielfeldrand steht, an. Wenn der Referee seine eigene Spielfeld-Entscheidung nach studieren des Replay bestätigt, wird dem challenging Coach ein Time-Out abgezogen. Korrigiert der Referee seine zuvor getroffene Spielfeld-Entscheidung nach studieren des Replay, wird das Spiel nach Berichtigung der Entscheidung fortgesetzt.

[A..B..C...](#)

### **Complete Paß:**

Ein von der Offense gefangener Paß-auch als Completion bekannt.

[A..B..C...](#)

### **Coverage:**

1. Paßdeckung.
2. Die feldabwärts Bewegung des kickenden Teams nach einem Kick.

[A..B..C...](#)

### **Dead Ball:**

Ein "toter" also nicht mehr spielbarer Ball. Die Schiedsrichter pfeifen, wenn der Ball nicht mehr spielbar ist.

[A..B..C...](#)

## **Defense:**

1. Die Mannschaft, die nicht im Ballbesitz ist.

2. Die Taktik dieser Mannschaft.

[A..B..C...](#) | [Football zusammengefaßt](#) | [Wie man den Ball bewegt](#)

[Punkte erzielen](#) | [Die Trainer](#) | [Der Quarterback](#) | [Die Running Backs](#)

[Der Tight End](#) | [Die Tackles](#) | [Die Guards](#) | [Der Center](#)

[Die Defensive Ends](#) | [Die Defensive Tackles](#) | [Die Linebackers](#)

[Die Cornerbacks](#) | [Die Safeties](#) | [Der Kicker](#) | [Die Special Teams](#)

## **Defensive Backs:**

Die Spieler-Cornerbacks und Safeties-die in der Defensiven Secondary spielen.

[A..B..C...](#)

## **Doppelte Deckung:**

Ein Receiver, der von 2 Verteidigern gedeckt wird.

[A..B..C...](#) | [Die Safeties](#)

## **Down:**

1. Ein offensiver Spielzug. Der Offense stehen 4 Downs (Versuche)-1 bis 4 nummeriert, zu, um 10 Yards zurückzulegen und das Anrecht auf noch 4 Downs zu erhalten.

2. Wenn ein mit dem Ball laufender Spieler gefaßt wird bzw. seine Knie berühren den Boden oder er kann sich nicht mehr vorwärtsbewegen. Unter diesen Umständen wird der Spieler als "down" angesehen, und der jeweilige Spielzug ist zu Ende.

3. Beim Punt darf das kickende Team den Ball berühren, und der Ball gilt dann als "down". Der Play geht damit sofort zu Ende, und der Ball ist dann nur auf der jeweiligen Stelle spielbar. Beim Kickoff darf das Receiving Team den Boden in der Endzone mit dem Ball berühren, wobei der Ball ebenfalls "down" ist. Dieser Zustand heißt Touchback und zeigt dem Gegner an, daß das Receiving Team keine Absicht hat, mit dem Ball zu laufen. Der Ball ist dann auf der 20 Yard-Linie bespielbar.

[A..B..C...](#) | [Football zusammengefaßt](#) | [Wie man den Ball bewegt](#)

[Punkte erzielen](#) | [Die Schiedsrichter](#) | [Die Running Backs](#)

[Die Linebackers](#) | [Die Safeties](#) | [Der Kicker](#) | [Die Kick Returners](#)

### **Drop Back:**

1. Die Rückwärtsbewegung des Quarterbacks, wenn er sich zum Passen ins Backfield zurückzieht.
2. Die Rückwärtsbewegung eines Linebackers, wenn er sich zur Paßdeckung zurückzieht.

[A..B..C...](#) | [Der Quarterback](#)

### **Encroachment:**

Ein Offside, das durch die Defense begangen wird (5 Yards Strafe gegen die Defense).

[A..B..C...](#)

### **End Lines:**

Die Außenlinien des Spielfeldes. Diese befinden sich 10 Yards hinter und parallel zu den Goallines.

[A..B..C...](#) | [Das Spielfeld](#)

### **Endzone:**

Der 10 Yard lange Bereich hinter der Goalline. Der Ball muß in die Endzone befördert werden, um einen Touchdown zu erzielen.

[A..B..C...](#) | [Football zusammengefaßt](#) | [Das Spielfeld](#)

[Punkte erzielen](#) | [Die Kick Returners](#)

### **Extrapunkt:**

Der Versuch, der einer Mannschaft nach einem Touchdown zum Erzielen eines Zusatzpunkts zugesprochen wird. Der Ball muß über die Querstange hinweg getreten werden (1 Punkt) oder in die Endzone gepaßt oder getragen werden (2 Punkte). Dieser Spielzug ist auch als 'Point after Touchdown' (PAT) bzw. Conversion bekannt.

[A..B..C...](#) | [Punkte erzielen](#) | [Der Center](#) | [Der Kicker](#)

[Die Special Teams](#)

### **Fair Catch:**

Der Kick Returner zeigt einen Fair Catch an, indem er einen Arm über seinen Kopf hebt. Dies muß er vor dem Fang eines Punts oder Kickoffs tun. Beim Fair Catch darf nicht mit dem Ball gelaufen werden.

[A..B..C...](#) | [Die Kick Returners](#)

### **Field Goal:**

Ein gekickter Ball, der 3 Punkte erzielt. Dieser Spielzug darf von überall auf dem Spielfeld versucht werden. Der Ball muß zwischen die Torstangen und über die Querstange des Goal Posts gekickt werden.

[A..B..C...](#) | [Football zusammengefaßt](#) | [Wie man den Ball bewegt](#)

[Punkte erzielen](#) | [Der Center](#) | [Der Kicker](#) | [Die Special Teams](#)

### **Formation:**

Die Aufstellung der Spieler bei offensiven oder defensiven Spielzügen.

[A..B..C...](#)

### **Free Ball:**

Ein spielbarer Ball, den beide Mannschaften recovern dürfen.

[A..B..C...](#) | [Wie man den Ball bewegt](#)

### **Fumble:**

Verlust des Ballbesitzes durch einen mit dem Ball laufenden Spieler oder Passer.

[A..B..C...](#) | [Wie man den Ball bewegt](#) | [Punkte erzielen](#)

[Die Running Backs](#) | [Die Kick Returners](#) | [Die Special Teams](#)

### **GFL:**

GFL steht für German Football League und ist die deutsche Version zur NFL.

[A..B..C...](#)

### **Goalline:**

Die Linie, die an beiden Enden des Spielfeldes die Endzone und das Spielfeld trennen. Spieler, die mit dem Ball laufen, müssen diese Linie überschreiten, um einen Touchdown zu erzielen.

[A..B..C...](#) | [Football zusammengefaßt](#) | [Das Spielfeld](#)

[Punkte erzielen](#) | [Die Running Backs](#) | [Der Tight End](#) | [Der Kicker](#)

### **Goal Posts:**

Die an beiden Enden des Spielfeldes befindlichen Torstangen. Diese befinden sich in der Mitte des hinteren Bereiches der jeweiligen Endzone. Sie dienen Field Goal- und Extrapunkt- Placekickern als "Zielscheibe". Die Querstange des Goal Posts ist 10 Feet (3,05 m) hoch, die zwei vertikalen Pfosten sind jeweils 40 Feet (12,19 m) hoch.

[A..B..C...](#) | [Football zusammengefaßt](#) | [Das Spielfeld](#)

[Punkte erzielen](#) | [Die Wide Receiver](#)

### **Halbzeit:**

Eine 15 Minuten lange Pause zwischen den Spielhälften.

[A..B..C...](#) | [Dauer des Spiels](#) | [Die Trainer](#)

### **Handoff:**

Die Übergabe des Balls an einen anderen Spieler. Der Quarterback übergibt den Ball meistens an einen Running Back.

[A..B..C...](#) | [Wie man den Ball bewegt](#) | [Der Quarterback](#)

[Die Running Backs](#)

### **Hang Time:**

Hang Time bezeichnet wie lang ein Punt in der Luft "hängen" bleibt.

[A..B..C...](#) | [Der Kicker](#)

### **Hashmarks:**

Spielfeld- Markierungen, die in Abständen von ca. 1 Meter angebracht sind. Die Markierungen liegen ungefähr in einer Linie mit den Torstangen.

[A..B..C...](#) | [Das Spielfeld](#)

### **Holding:**

Eine Strafe, die meistens gegen offensive Linemen wegen regelwidrigen Anfassens eines Gegenspielers verhängt wird.

[A..B..C...](#)

**Hole:**

Öffnung, die Blockers ihren eigenen Spielern bei Lauf- Plays schaffen.

[A..B..C...](#)

**Huddle:**

Eine kurze Absprache zwischen den defensiven oder offensiven Spielern zwischen Plays, bei der der bevorstehende Spielzug abgesprochen wird.

[A..B..C...](#) | [Der Quarterback](#) | [Die Wide Receiver](#) | [Der Center](#)

[Die Linebackers](#)

**Incomplete Paß:**

Ein Paß, der nicht gefangen wurde- auch als Incompletion bekannt.

[A..B..C...](#)

**Inside:**

Der Bereich zwischen 2 Tackles, der sich zum Durchlaufen eignet.

[A..B..C...](#) | [Punkte erzielen](#) | [Die Running Backs](#) | [Die Defensive Ends](#)

**Interception:**

Eine Interception findet statt, wenn ein Spieler der Defense einen Paß fängt, der für einen Spieler der Offense beabsichtigt war.

[A..B..C...](#) | [Wie man den Ball bewegt](#) | [Die Safeties](#)

**Interference:**

Eine Strafe, die verhängt wird, wenn entweder ein Verteidiger oder ein Spieler der Defense oder Offense einen Gegenspieler regelwidrig daran hindert, einen für ihn bestimmten Paß zu fangen.

[A..B..C...](#)

### **Kicking Tee:**

Ein orange- farbenes, dreieckiges Hilfsmittel aus Kunststoff um den Ball kurz vor dem Kickoff in einer aufrechten Position zu halten.

[A..B..C...](#) | [Football zusammengefaßt](#) | [Der Kicker](#)

### **Kickoff:**

Der "Anstoß" im Football, der bei Beginn jedes Spiels und nach Erzielen eines Touchdown bzw. Field Goal stattfindet.

[A..B..C...](#) | [Football zusammengefaßt](#) | [Dauer des Spiels](#)

[Der Kicker](#) | [Die Kick Returners](#) | [Die Special Teams](#)

### **Kick Return:**

Ein Spieler des Kick Return Team fängt den vom Kickoff Team getretenen Ball und trägt ihn wieder so weit wie möglich zurück in Richtung Kickoff Team.

[A..B..C...](#) | [Wie man den Ball bewegt](#) | [Die Kick Returners](#)

[Die Special Teams](#)

### **Lateral:**

Ein rückwärts oder seitlich gerichteter Ball, der einem anderen Spieler zugeworfen wird.

[A..B..C...](#) | [Wie man den Ball bewegt](#)

### **Man-to-Man:**

Eine Art Paßdeckung, wobei defensive Spieler jeweils einen Paß Receiver decken im Gegensatz zu einer Zonendeckung.

[A..B..C...](#) | [Die Cornerbacks](#)

### **Misdirection:**

Ein Lauf- Play, der den Anschein einer bestimmten Spielrichtung aufkommen läßt. Tatsächlich läuft der Spielzug in die andere Richtung.

[A..B..C...](#) | [Die Guards](#)

## Motion:

Die seitliche Bewegung eines Running Backs oder Receivers vor Ballabgabe durch den Center.

[A..B..C...](#) | [Der Tight End](#)

## NFL:

NFL ist die Abkürzung für National Football League. Die NFL ist in den U.S.A. die Profiligen der American Football und besteht aus mehreren Teams, die über das ganze Land verteilt sind. Dies sind die Logos der Teams:



[A..B..C...](#)

## Offense:

1. Die Mannschaft, die im Ballbesitz ist.
2. Die Taktik dieser Mannschaft.

[A..B..C...](#) | [Football zusammengefaßt](#) | [Dauer des Spiels](#)

[Wie man den Ball bewegt](#) | [Punkte erzielen](#) | [Die Trainer](#)

[Der Quarterback](#) | [Die Running Backs](#) | [Der Tight End](#)

[Die Tackles](#) | [Die Guards](#) | [Der Center](#) | [Die Defensive Ends](#)

[Die Defensive Tackles](#) | [Der Kicker](#) | [Die Kick Returners](#)

[Die Special Teams](#)

## Offside:

Eine Strafe, die verhängt wird, wenn ein Spieler vor dem Snap die Scrimmage- Linie überschreitet.

[A..B..C...](#)

## Onside Kick:

Ein kurzer Kickoff- etwas länger als die erforderlichen 10 Yards - der dem kickenden Team ermöglicht, den Ball eventuell wieder in Besitz zu nehmen.

[A..B..C...](#) | [Die Special Teams](#)

## Outside:

Der Bereich außerhalb 2 Tackles, der sich zum Durchlaufen eignet.

[A..B..C...](#) | [Wie man den Ball bewegt](#) | [Die Running Backs](#)

[Die Guards](#) | [Die Defensive Ends](#)

## Paß:

Ein Vorwärtswurf des Balls zu einem anderen Spieler. Der Ball wird in der Regel vom Quarterback geworfen. Der Ball darf pro Spielzug lediglich einmal vorwärts geworfen werden.

[A..B..C...](#) | [Wie man den Ball bewegt](#) | [Punkte erzielen](#)

[Der Quarterback](#) | [Die Running Backs](#) | [Die Wide Receiver](#)

[Der Tight End](#) | [Die Tackles](#) | [Die Guards](#) | [Der Center](#)

[Die Defensive Ends](#) | [Die Defensive Tackles](#) | [Die Linebackers](#)

[Die Cornerbacks](#) | [Die Safeties](#)

## Pass Pattern:

Die von einem Paß Receiver zurückzulegende Route, um einen Paß zu fangen.

[A..B..C...](#) | [Die Wide Receiver](#) | [Der Tight End](#)

## Pass Rush:

Der defensive Sturmangriff, um den Quarterback entweder unter Druck zu setzen oder zu fassen (sack), wenn er versucht, den Ball zu werfen.

[A..B..C...](#) | [Der Quarterback](#) | [Die Tackles](#) | [Die Defensive Ends](#)

[Die Defensive Tackles](#) | [Die Safeties](#)

## PAT:

Nachdem eine Mannschaft einen Touchdown erzielt, erhält diese dafür die Chance einen weiteren Punkt durch kicken eines Field Goals zu erzielen. Man nennt dies "Point After Touchdown".

[A..B..C...](#)

### **Penalty:**

Eine Strafe (siehe Strafe) die durch eine flag (ein gelbes, kleines, beschwertes Tuch) signalisiert wird. Die flag wird auf die Stelle geworfen, an die der Regelverstoß von einem oder mehreren der Schiedsrichter beobachtet wurde.

[A..B..C...](#)

### **Pitchout:**

Ein von unten abgeworfener Ball - meistens vom Quarterback zum Running Back. Auch als Pitch bekannt.

[A..B..C...](#) | [Wie man den Ball bewegt](#) | [Der Quarterback](#)

[Die Running Backs](#)

### **Plane of the Goal:**

Eine imaginäre aufrechte Linie, die sich von der Goalline aufwärts erstreckt. Diese Linie muß von einem Spieler mit dem Ball überschritten werden, um einen Touchdown zu erzielen.

[A..B..C...](#)

### **Play Action:**

Ein Pass Play, bei dem der Quarterback zuerst einen Handoff zum Running Back antäuscht und danach den Ball selbst paßt.

[A..B..C...](#) | [Die Defensive Ends](#)

### **Plazierung:**

Der Schiedsrichter legt den Ball nach einem Play oder nach einer Strafe auf eine bestimmte Stelle hin.

[A..B..C...](#)

### **Pocket:**

Die von Blockern gedeckte Zone, in der sich der Quarterback bewegen kann.

[A..B..C...](#) | [Der Quarterback](#) | [Die Tackles](#) | [Die Guards](#)

[Die Defensive Ends](#) | [Die Defensive Tackles](#)

### **Pull:**

Ein von einem Offensive Lineman (meistens einem Guard) ausgeführter Spielzug. Er verläßt seine Position, um bei einem Play die führende Rolle zu übernehmen.

[A..B..C...](#) | [Die Guards](#)

### **Punt:**

Den Ball zu der anderen Mannschaft kicken. Dies wird in der Regel zwischen Downs ausgeführt - meistens beim 4. Down.

[A..B..C...](#) | [Football zusammengefaßt](#) | [Wie man den Ball bewegt](#)

[Punkte erzielen](#) | [Der Center](#) | [Der Kicker](#) | [Die Kick Returners](#)

[Die Special Teams](#)

### **Querstange:**

Die horizontale Stange eines Goal Posts, über die der Ball bei einem Field Goal oder Versuch um einen Extrapunkt gekickt werden muß. Die Querstange ist 10 Feet (3,05 m) hoch.

[A..B..C...](#) | [Punkte erzielen](#)

### **Read:**

Die Beobachtungen der defensiven Spieleraufstellung an der Scrimmage - Linie durch den Quarterback.

[A..B..C...](#) | [Der Quarterback](#)

### **Receiver:**

Ein Spieler, der berechtigt ist, einen Paß zu fangen - oder diesen tatsächlich fängt.

[A..B..C...](#) | [Die Linebackers](#) | [Die Cornerbacks](#) | [Die Safeties](#)

### **Receiving Team:**

Die Mannschaft, die den angekickten Ball fängt.

[A..B..C...](#) | [Wie man den Ball bewegt](#) | [Der Kicker](#)

[Die Kick Returners](#) | [Die Special Teams](#)

### **Roll Out:**

Die seitlichen Bewegungen des Quarterbacks über das hintere Feld hinweg - im Gegensatz zum geradlinigen Rückwärtslauf - nach Ballabgabe durch den Center.

[A..B..C...](#) | [Der Quarterback](#)

### **Sack:**

Den Quarterback mit dem Ball hinter der Scrimmage - Linie fassen.

[A..B..C...](#) | [Punkte erzielen](#) | [Die Defensive Ends](#)

[Die Defensive Tackles](#)

### **Safety:**

1. Ein Spielzug, der 2 Punkte erzielt. Dies kommt am häufigsten dann vor, wenn ein offensiver Spieler in seiner eigenen Endzone mit dem Ball gefaßt wird.

2. Eine defensive Spielerposition in der Defensive Secondary. Es gibt einen Strong Safety, der auf derselben Seite des Spielfeldes wie der Tight End spielt, und einen Free Safety.

[A..B..C...](#) | [Football zusammengefaßt](#) | [Punkte erzielen](#)

### **Scrambeln:**

Was der Quarterback tut, wenn er versucht, einem "Sack" zu entkommen.

[A..B..C...](#) | [Die Defensive Tackles](#)

### **Screen Paß:**

Ein kurzer Paß zu einem Running Back, der seinerseits hinter einer von Blockers gebildeten Mauer steht.

[A..B..C...](#) | [Die Guards](#)

## Scrimmage - Linie:

Eine fiktive Linie, die so breit ist wie der Ball lang und die "durch den Ball hindurch" von einer Seite des Spielfeldes zur anderen verläuft. Zu Beginn aller offensiven Spielzüge stellen sich beide Teams einander gegenüber an dieser "Linie" auf.

[A..B..C...](#) | [Punkte erzielen](#) | [Der Quarterback](#) | [Die Wide Receiver](#)

[Der Tight End](#) | [Die Guards](#) | [Der Center](#) | [Die Defensive Ends](#)

[Die Defensive Tackles](#) | [Die Linebackers](#) | [Die Cornerbacks](#)

[Die Safeties](#) | [Der Kicker](#) | [Die Special Teams](#)

## Secondary:

Die im Backfield spielenden defensiven Spieler bzw. die Spieler, die Pass Defense leisten sollen.

[A..B..C...](#) | [Die Cornerbacks](#) | [Die Safeties](#)

## Seitenlinie:

Die seitlichen Abgrenzungen des Spielfeldes. Wenn ein Spieler mit dem Ball die Seitenlinien überschreitet oder gar berührt, ist er im Aus und der Play ist zu Ende.

[A..B..C...](#) | [Das Spielfeld](#) | [Wie man den Ball bewegt](#)

[Die Schiedsrichter](#) | [Die Trainer](#) | [Der Quarterback](#) | [Die Wide Receiver](#)

## Senkrechte der Goalline:

Eine imaginäre aufrechte Linie, die sich von der Goalline aufwärts erstreckt. Diese Linie muß von einem Spieler mit dem Ball überschritten werden, um einen Touchdown zu erzielen.

[A..B..C...](#) | [Punkte erzielen](#)

## Set:

1. Eine Formation.
2. Eine für Offensive Linemen erforderliche bewegungslose Position, auf beiden Füßen stehend und auf einer geballten Hand ruhend, die kurz vor dem Snap eingenommen werden muß.

[A..B..C...](#) | [Die Tackles](#)

### **Shotgun:**

Eine Aufstellung, bei der der Quarterback den vom Center abgegebenen Ball etwa 5 bis 7 Yards hinter der Scrimmage - Linie fängt. Auch als Spread bekannt.

[A..B..C...](#) | [Der Quarterback](#)

### **Signale:**

1. Die vom Quarterback an der Scrimmage - Linie ausgerufenen, chiffrierten Signale, die wiederum aus Zahlen und Worten bestehen. Solche Signale werden auch vor einem Spielzug von der Defense ausgerufen - meistens von einem Linebacker.
2. Die Handsignale, die ein Schiedsrichter verwendet, um anzuzeigen, welcher Regelverstoß begangen worden ist.

[A..B..C...](#) | [Der Quarterback](#)

### **Snap:**

Die Abgabe des Balls vom Center zum Quarterback. Diese Ballabgabe leitet jeden offensiven Spielzug ein.

[A..B..C...](#) | [Football zusammengefaßt](#) | [Punkte erzielen](#)  
[Der Quarterback](#) | [Die Guards](#) | [Der Center](#) | [Der Kicker](#)  
[Die Kick Returners](#) | [Die Special Teams](#)

### **Snap Count:**

Das Signal, an dem der Ball vom Center gesnapt bzw. abgegeben wird.

[A..B..C...](#)

### **Special Teams:**

Sondereinheiten der Defense bzw. Offense, die bei Kickoffs, Punts, Extrapunkten und Field Goals eingesetzt werden.

[A..B..C...](#) | [Die Trainer](#) | [Die Special Teams](#)

### **Spielhälfte:**

Eine 30 Minuten lange Spielzeit, die aus zwei Vierteln besteht. Die Viertel bestehen wiederum jeweils aus 15 Minuten. Das Spiel selbst besteht aus einer ersten und einer zweiten Spielhälfte.

[A..B..C...](#) | [\\_Dauer des Spiels](#) | [\\_Der Kicker](#)

### **Spielplan:**

Die Strategie und Spielzüge, die für einen bestimmten Gegner ausgewählt werden.

[A..B..C...](#) | [\\_Die Trainer](#)

### **Spike:**

Als Ausdruck der Freude wirft ein Spieler den Ball kräftig auf den Boden nachdem Punkte erzielt worden sind.

[A..B..C...](#)

### **Strafe:**

Eine wegen eines Regelverstoßes verhängte Strafe, die entweder aus einem eingebüßten Down oder Yards - oder beidem - bestehen.

[A..B..C...](#) | [\\_Wie man den Ball bewegt](#) | [\\_Die Schiedsrichter](#)

### **Strafenflagge:**

Die gelbe Flagge, die Schiedsrichter auf das Spielfeld werfen, um einen Regelverstoß anzuzeigen.

[A..B..C...](#) | [\\_Die Schiedsrichter](#)

### **Strong Side:**

Die Seite der offensiven Formation mit dem Tight End.

[A..B..C...](#) | [\\_Der Tight End](#)

### **Stunt:**

Ein geplantes Rush - Manöver beim Pass Play, wobei Defensive Linemen - manchmal mit Linebackers - umeinander herumlaufen, ohne geradeaus zu stürmen.

[A..B..C...](#) | [Die Defensive Tackles](#)

### **Tackle:**

1. Einen Spieler mit dem Ball stoppen, indem man ihn faßt (ganz anders als der Soccerbegriff "Tackle" ).
2. Die gleichnamigen Positionen der offensiven und defensiven Linemen.

[A..B..C...](#) | [Die Running Backs](#) | [Die Cornerbacks](#) | [Die Safeties](#)

[Die Kick Returners](#)

### **Time Out:**

Auszeit - Jede Mannschaft hat pro Halbzeit drei Mal die Gelegenheit, ein Time Out (ca. 60 sek. Pause) zu nehmen. Oft ein taktisches Mittel, um einfach nur die Uhr zu stoppen.

[A..B..C...](#)

### **Torstangen:**

Die 40 Feet (12,19 m) hohen Torstangen, durch die der Ball beim Extrapunkt - oder Field Goal - Versuch getreten werden muß.

[A..B..C...](#) | [Punkte erzielen](#)

### **Touchback:**

Ein Kickoff oder Punt gilt in der Endzone als unspielbar, wenn der Schiedsrichter dies durch Pfeifen anzeigt. Der Ball ist dann an der 20 Yard - Linie des Receiving Teams spielbar.

[A..B..C...](#) | [Die Kick Returners](#)

### **Touchdown:**

Ein Play, der der erfolgreichen Mannschaft 6 Punkte bringt. Der Ball muß entweder in die Endzone getragen oder in der Endzone der gegnerischen Mannschaft gefangen werden.

[A..B..C...](#) | [Football zusammengefaßt](#) | [Wie man den Ball bewegt](#)

[Punkte erzielen](#) | [Die Wide Receiver](#) | [Die Safeties](#) | [Der Kicker](#)

[Die Kick Returners](#)

### **Verlängerung:**

Eine zusätzliche Spielzeit, die bei punktgleichen Spielen stattfindet.

[A..B..C...](#) | [Dauer des Spiels](#)

### **Viertel:**

Eine aus 15 Minuten bestehende Spielzeit. Das Spiel besteht aus insgesamt vier Vierteln.

[A..B..C...](#) | [Dauer des Spiels](#)

### **Weakside:**

Die Seite der offensiven Formation ohne den Tight End.

[A..B..C...](#) | [Der Tight End](#)

### **Zone:**

Ein zugewiesener Bereich der Paßdeckung. Auch eine Art Paßdeckung, bei der die Verteidiger die Verantwortung für die zugewiesenen Bereiche tragen.

[A..B..C...](#) | [Die Linebackers](#) | [Die Cornerbacks](#) | [Die Safeties](#)

### **2 - Minuten Warnung:**

Die von den Schiedsrichtern ausgesprochene Warnung, daß nur noch 2 Minuten Spielzeit in einer Spielhälfte verbleiben.

[A..B..C...](#) | [Dauer des Spiels](#)

### **35 - Sekunden Uhr:**

Eine von der offiziellen Spieluhr an der Anzeigetafel unabhängige Uhr. Sie zählt die 35 Sekunden, die der Offense zur Verfügung stehen, um den Ball für einen neuen Spielzug ins Spiel zu bringen.

[A..B..C...](#) | [Dauer des Spiels](#)

 [zurück](#) [Inhaltsverzeichnis](#)