American Football (engl. für „Amerikanischer Fußball“), oder auch kurz *Football*, ist eine aus den Vereinigten Staaten stammende Ballsportart und die populärste Variante einer Reihe von als Gridiron Football bezeichneten Sportarten.

Im Verlauf eines Spiels, das in vier Vierteln ausgetragen wird, versuchen zwei Mannschaften aus je elf Spielern, den Spielball in Form eines verlängertenRotationsellipsoids in die gegnerische Endzone zu bringen oder ein *Field Goal* zu erzielen, um Punkte zu gewinnen. Die sich im Ballbesitz befindende Mannschaft (*Offense*, engl. für „Angriff“) kann durch Werfen (*Passing*) sowie Laufen (*Rushing* oder *Running*) einen Raumgewinn erreichen, der schließlich durch einen *Touchdown* oder ein erzieltes *Field Goal* zu Punktgewinnen führt. Die verteidigende Mannschaft (*Defense*, engl. für „Verteidigung“) versucht, die*Offense* daran zu hindern und selbst in Ballbesitz zu kommen. Dabei steht immer entweder nur die *Offense* oder nur die *Defense* einer Mannschaft auf dem Platz. Sobald es die *Offense* nach vier Versuchen nicht schafft, einen Raumgewinn von zehn Yards zu erlangen, wechselt das Angriffsrecht. Wenn die*Defense* die *Offense* bis zu ihrer eigenen Endzone zurückdrängt und darin den gegnerischen Ballträger tackelt, kann sie dadurch *Safety*-Punkte erzielen. Gewinner ist die Mannschaft, die nach Ablauf der Spielzeit die meisten Punkte erzielt hat.

Jeder Spieler hat eine bestimmte Position, auf der er spielt. Aufgrund der vielen verschiedenen und vielseitigen Positionen kann American Football zumindest auf Amateurniveau sowohl von großen oder schweren als auch von kleinen oder leichten Spielern gespielt werden. Die Spielzüge der *Offense* und der*Defense* werden vom Cheftrainer (*Head Coach*) und den *Offense*- beziehungsweise *Defense*-Trainern (*Offensive Coordinator* und *Defensive Coordinator*) festgelegt.

American Football ist eng mit Canadian Football verwandt. Beide Sportarten stammen vom Rugby ab, zu dem es jedoch mittlerweile deutliche Unterschiede gibt.

Inhaltsverzeichnis

[Verbergen]

- 1Geschichte und Entwicklung
- 2Varianten
- 3Spielfeld
- 4Grundregeln
  - 4.1Punkte
  - 4.2Spielzüge
    - 4.2.1Passspielzug
    - 4.2.2Laufspielzug
  - 4.3Clock-Management
  - 4.4Overtime
  - 4.5Regelverstöße & Strafen
  - 4.6Coach’s Challenge
- 5Akteure
  - 5.1Spieler
    - 5.1.1Offense (Offensive)
    - 5.1.2Defense (Defensive)
    - 5.1.3Special Teams
    - 5.1.4Deutschsprachige Spieler in den USA

- 5.2Trainer
- 5.3Schiedsrichter
- 6Taktik
  - 6.1Laufspielzüge
  - 6.2Modernes Laufspiel heute: Zone-Offense
  - 6.3Passspielzüge
  - 6.4Fakes
  - 6.5Defense-Spielzüge
    - 6.5.1Blitzes
    - 6.5.2Defensive Stunts
    - 6.5.3D-Line Shifts
- 7Rückennummern
- 8Verbreitung
  - 8.1Weltweit
  - 8.2USA
  - 8.3Europa
- 9Gesundheitsrisiken
- 10Siehe auch
- 11Literatur
- 12Weblinks
- 13Einzelnachweise

Geschichte und Entwicklung

→ *Hauptartikel: Geschichte des American Football*

American Football wurde erstmals 1869 an Universitäten, zum Beispiel der Rutgers University und der Princeton University, die am 6. November 1869 das allererste Spiel bestritten, im Osten der Vereinigten Staaten gespielt. In den nächsten Jahren hielten vor allem die Universitäten Harvard, Yale, Columbia und Princeton einige Turniere ab. Es hat seine Wurzeln im Fußball, Rugby und Canadian Football. Ungefähr bis zur Gründung der National Football League (NFL) 1920 war American Football gleichbedeutend mit College Football, der durch die National Collegiate Athletic Association (NCAA) organisiert wurde.

Ein wichtiger Football-Offizieller war Walter Camp, der unter anderem 1880 die Line of Scrimmage sowie 1882 die, vorerst jedoch nur drei, Versuche *(Downs)* einführte und 1883 die Spielerzahl je Mannschaft auf elf begrenzte.

In seinen Anfangsjahren war American Football weit gefährlicher als heute. Die Spieler hatten keine Schutzausrüstung, und viele der heute gültigen Regeln zum Schutz der Spieler existierten nicht. Insbesondere wurde der Ballträger oft von seinen Teamkameraden vorwärts geschoben. Nachdem im Jahre 1905 achtzehn Tote infolge von Spielunfällen zu beklagen waren, forderte US-Präsident Theodore Roosevelt neue Regeln, um das Spiel sicherer zu machen. Dies führte 1906 zur Einführung der neutralen Zone zwischen den Linien, zur Regel, dass mindestens sechs (gegenwärtig sieben) Spieler an der Line of Scrimmage stehen müssen, sowie zu verschiedenen anderen Schutzregeln. Die am weitesten reichende Änderung war die Einführung des Vorwärtspasses, während bis zu diesem Zeitpunkt lediglich Laufspielzüge und Rückwärtspässe erlaubt waren.

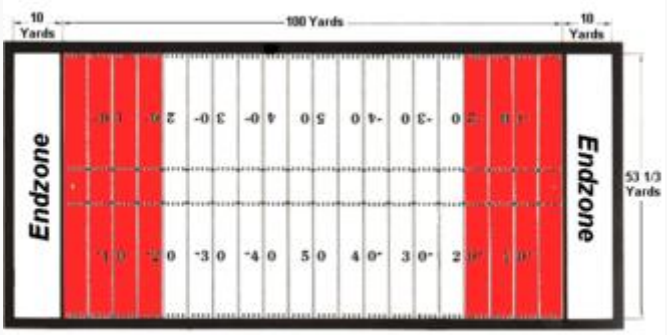
1910 wurden schließlich die verschränkten Formationen verboten, was zu einem Rückgang von zum Teil tödlichen Verletzungen führte. 1912 wurden die Größe des Spielfeldes und die Zählweise der Punkte neu festgelegt sowie der vierte Versuch *(Down)* eingeführt. Damit erhielt das Spiel schließlich seine moderne Form. Bis heute werden allerdings jedes Jahr Regeln modifiziert, sowohl mit dem Ziel der verbesserten Sicherheit der Spieler als auch im Bestreben, die Attraktivität für den Zuschauer weiter zu steigern.

1932 wurde American Football bei den Olympischen Spielen in Los Angeles als Demonstrationssportart ausgetragen, wurde jedoch nie olympisch.[1] Erst im Dezember 2013 erkannte das Internationale Olympische Komitee American Football als Sport an.[2]

Varianten

Zu Varianten des American Football gehören Canadian Football und Arena Football, auch wenn diese sich in manchen Regeln deutlich unterscheiden. Das Spielprinzip, die Grundlagen, das Spielgerät, die Aufteilung des Feldes und viele andere Komponenten sind jedoch weitgehend identisch. Auf den ersten Blick erkennbar sind die abweichenden Spielfeldgrößen sowie die Mannschaftsstärken. Der Australian Football gehört nicht zu dieser Gruppe, sondern ähnelt stark dem Rugby. Im Freizeitsport wird Flag Football in kleinen Teams ohne jegliche Schutzausrüstung gespielt, wobei ein Tackle durch Wegnehmen einer am Gürtel befestigten „Flagge“ simuliert wird. Für körperlich Behinderte wurde die Variante des Rollstuhlfootballs entwickelt.[3]

Spielfeld



American-Football-Spielfeld

Chain crew am Spielfeldrand mit den beiden durch eine Kette verbundenen orangen *Down-Markern*. Die weiße Angriffsmannschaft muss ungefähr von Höhe der 21-Yards-Linie bis ca. zur 11-Yards-Linie kommen,

um einen *First Down* zu erzielen. Am gegenüberliegenden Feldrand bzw. am entfernten Ende der Line of Scrimmagesteht ein weiterer Down-Marker neben der 21-Yards-Linie.

Gespielt wird auf einem 120 Yards (109,73 Meter) langen und etwa 53 Yards (48,46 Meter) breiten Spielfeld, das in zwölf gleich große Abschnitte zu je zehn Yards eingeteilt ist (sogenanntes *„gridiron“* oder „Eisengitter“). Die einhundert Yards in der Mitte werden als aktives Spielfeld benutzt, die restlichen zehn Yards an jedem Spielfeldende haben im Spielablauf eine besondere Bedeutung; sie wurden erst 1912 eingeführt und heißen*„Endzonen“*.

Am Ende jeder Endzone befinden sich die sogenannten *„goal posts“* (Torpfosten). Diese dienen als Tore und ähneln der Form einer überdimensionierten Stimmgabel. Die Querstange ist dabei 10 Fuß (3,05 Meter) über dem Boden; die senkrechten Stangen sind für hohe Spielklassen 18 Fuß und 6 Zoll (18,5 Fuß (5,64 Meter)) voneinander entfernt, für niedrige Spielklassen 23 Fuß und 4 Zoll (7,11 Meter). Da der Ball beim *Fieldgoal* über die Latte fliegen muss, wurden die beiden für das Spiel irrelevanten Pfosten darunter aus Sicherheitsgründen entfernt und durch eine einzelne zurückversetzte und gepolsterte Stütze ersetzt.

Spielfeld mit „goal posts“

Ausgehend von den Endzonen sind im Abstand von je fünf Yards Querlinien eingezeichnet, und alle zehn Yards befindet sich eine entsprechende Beschriftung. Die Zählung der Yard-Linien beginnt an beiden Endzonen bei Null (genannt *„goalline“*) und trifft sich dann in der Mitte an der 50-Yards-Linie. Der Bereich von der 20-Yards-Linie bis zur Endzone wird als die sogenannte *„red zone“* bezeichnet, da bei einem Ballbesitz in diesem Bereich die Wahrscheinlichkeit, erfolgreich zu punkten, relativ hoch ist.

Darüber hinaus wird das Spielfeld in Längsrichtung von zwei parallelen Reihen von *„hash marks“* unterteilt. Endet der letzte Spielzug außerhalb dieser Markierungen, startet der nächste Spielzug auf der nächstgelegenen *„hash mark“*. Die *„hash marks“* haben außerdem eine Ein-Yard-Unterteilung, die den Schiedsrichtern beim korrekten Platzieren des Balles hilft. Die *„hash marks“* haben im Profifootball einen Abstand von 18,5 Fuß (5,64 Meter), beim Amateur- und Collegefootball von 40 Fuß (12,20 Meter).

Amateur-Football-Partien in Europa werden meist auf einem Fußballplatz ausgetragen. Da diese deutlich breiter als ein Footballfeld sind und der Abstand der Tore nicht den 120 Yards (109,728 Meter) entspricht, die ein Footballfeld erfordert, kann das Feld entweder in zwölf gleich große Abschnitte unterteilt werden und die Messkette in ihrer Länge entsprechend angepasst (wird z. B. in Deutschland angewandt), oder es wird das aktive Spielfeld auf unter 100 Yards verkürzt und

die Kette bei zehn Yards belassen (wird z. B. in Österreich angewandt). Falls die Fußballtore selbst nicht durch ein Footballtor ersetzt werden können, wird mittels Polster an den Pfosten das Verletzungsrisiko der Spieler vermindert. Mit zusätzlichen Peilstangen an den Pfosten wird dann ein Footballtor improvisiert.

Grundregeln

Grundgedanke des Spiels ist es, Raum zu gewinnen. Da ein Spielfeld (100 Yards) räumlich begrenzt ist, wird das Erreichen der Endzone mit Punkten belohnt. Hierbei wechselt dann ebenfalls das Angriffsrecht. Punkte in unterschiedlicher Anzahl können auf verschiedene Weisen erzielt werden.

Die Regeln weichen je nach Organisation teilweise voneinander ab. Im Amateurbereich gelten nahezu unverändert die *NCAA*-Regeln, wie sowohl im europäischen Footballverband *EFAF* als auch im Weltverband *IFAF*, im Gegensatz zur *NFL*. Andere Abweichungen von den Regeln der *EFAF* oder denen der *IFAF* gibt es in den verschiedenen Varianten des American Football sowie auch in den kleinen deutschen Amateurligen.

Punkte

Punkte können erzielt werden, wenn der Football mittels eines Lauf- oder eines Passspielzugs (*Run* bzw. *Pass*) über die gegnerische *Goalline* getragen oder in der Endzone gefangen wird. Der Spieler muss bei einem Passspielzug mit beiden Beinen (NFL-Regeln) oder einem Bein (NCAA-Regeln) in der Endzone aufkommen und dabei den Ball kontrollieren, d. h. ihn sicher gefangen haben. Bei einem Laufspielzug genügt es, wenn der Ball die imaginäre Goalline durchstößt, während der ihn kontrollierende Spieler sich innerhalb des Spielfeldes befindet bzw. die Innenseite eines Cones (Spielbegrenzungsfähnchens) berührt. Selbiges gilt, wenn ein Pass vollständig ist und der *Receiver* (Fänger) nach dem *Catch* (Fang) bis in die Endzone läuft. Dies ist ein Touchdown (TD), der sechs Punkte zählt. Touchdowns können auch als Return nach einerInterception oder einem Fumble erzielt werden *(Defensive Touchdown)*. Ebenso nach einem Kickoff- oder einem Punt-Return und – ganz selten – auch nach einem verpassten Field Goal.[4]

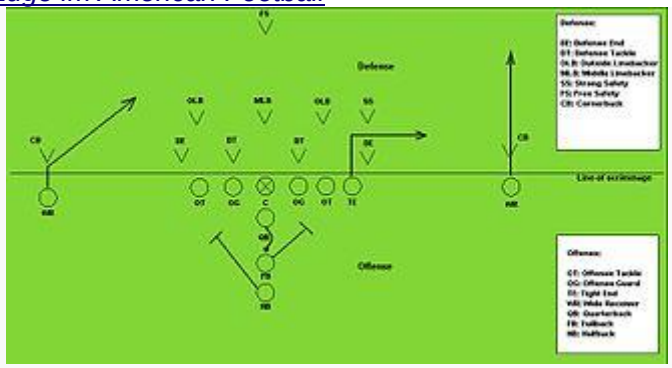
Nach einem Touchdown hat die angreifende Mannschaft zudem die Möglichkeit, den Spielstand relativ sicher durch einen PAT (*point after touchdown*, engl. *Punkt nach dem Touchdown*, das Kicken des Balles durch die gegnerischen Torstangen) um einen oder durch eine *Two-Point Conversion* (engl. *Zwei-Punkt-Verwandeln*, das erneute Tragen oder Werfen des Balles in die Endzone des Gegners) um zwei Punkte zu erhöhen. Die *Two-Point Conversion* ist jedoch erheblich schwieriger zu erzielen. Der PAT wird in der Regel von der gegnerischen 2-Yards-Linie ausgeführt, die Conversion von der 3-Yard-Linie, können aber durch eine Strafe bedingt auch aus größerer Entfernung beginnen.[5]

Falls ein Touchdown nicht mehr erreichbar erscheint, wird meist ein Kick durch die gegnerischen Torstangen versucht, wobei durch ein solches Field Goal drei Punkte erzielt werden.[6] In der (mittlerweile aufgelösten) NFL Europa zählten Field Goals, die aus einer Weite über 50 Yards erzielt werden, vier Punkte.

Darüber hinaus kann die verteidigende Mannschaft einen *Safety* (zu Boden Bringen des Ball führenden Spielers in seiner eigenen Endzone) erzielen, der der betreffenden Mannschaft zwei Punkte und das Angriffsrecht gibt. Dies ist jedoch eine recht seltene Form des Erzielens von Punkten. Noch seltener kommt es vor, dass es der verteidigenden Mannschaft beim PAT oder der *Two-Point Conversion* gelingt, den Ball zu erobern und ihn in die gegnerische Endzone zu tragen – dieses wird dann mit zwei Punkten belohnt (dies galt bis 2014 jedoch nur bei Spielen der American College League nach Regeln der NCAA, die NFL hat diese Regel ab 2015 übernommen).

Spielzüge

→ *Hauptartikel: Spielzüge im American Football*



Typischer Spielzug aus einem Playbook. Passspielzug aus der I-Formation.

American Football wird als eine Folge von Spielzügen *(Plays)* gespielt. Alle aufeinanderfolgenden *plays* eines Teams, ohne dass das Angriffsrecht wechselt, nennt man *Drive*.

Zu Beginn eines Spielzuges befindet sich eine Mannschaft in Ballbesitz und somit im Angriff *(Offense)*. Sie muss versuchen, durch Pass- oder Laufspielzüge Raum zu erobern, um schließlich die Endzone zu erreichen und Punkte zu erzielen (siehe oben). Ein Spielzug startet, wenn der Ball bewegt wird.

Der *Offense* stehen dabei jeweils vier Versuche *(downs)* zur Verfügung, um mindestens zehn Yards Raumgewinn zu erreichen und damit das Angriffsrecht für weitere vier Versuche zu erhalten (neues *First down*). Gelingt ihr dies nicht, muss sie den Ball abgeben, und die andere Mannschaft erhält das Angriffsrecht*(turnover on downs)*. Wenn nach drei Versuchen absehbar ist, dass der nötige Raumgewinn nicht erzielt werden kann, wird im vierten Versuch der Ball durch einen sog. *Punt* möglichst weit in die gegnerische Hälfte gekickt, damit der Gegner das Angriffsrecht in einer möglichst schlechten Position übernehmen muss. In guter Feldposition wird mitunter auch der vierte Versuch ausgespielt. Dies trifft zu, wenn die Position der Offense auf dem Feld recht gut (weit vorne) ist, dass ein *turnover on downs* verkraftet werden kann, aber ein *field goal*-Versuch noch nicht möglich ist. Ebenso kann eine wenig aussichtsreiche Spielsituation unabhängig von der Feldposition eine Mannschaft dazu nötigen, auch risikoreiche *downs* auszuspielen, um in Ballbesitz zu bleiben.

Passspielzug

Der Quarterback (oder ein anderer offensiver Spieler) versucht den Ball einem legalen Receiver (WR, TE, HB, FB, siehe bei Spieler) zuzuwerfen, der eine vorher festgelegte Passroute läuft. Dabei muss sich der Werfer hinter der Line of Scrimmage befinden. Der Pass kann unvollständig *(incomplete)* sein, gefangen *(Catch)* oder von der Defense abgefangen *(Interception)* werden.
Ein Pass ist *incomplete*, wenn er den Boden berührt (durch einen schlechten Wurf oder einen Verteidiger) oder *out of bounds* ist (gefangen, ohne dass der Receiver einen Fuß *in bounds* hatte, in der NFL müssen sogar beide Füße *in bounds* sein). Der nächste Versuch startet dann auf der Höhe der alten Ballposition *(LoS – Line of Scrimmage)*.
Nach einem *Catch* darf der Spieler so weit laufen, wie er kann *(YAC – yards after catch)*. Wird er zu Boden gebracht oder verlässt er das Spielfeld *(player outbounds)*, ist der Spielzug beendet. Das nächste *Down*startet dann aber an der Stelle, wo der vorherige Spielzug gestoppt wurde. Bei einem Passspielzug dürfen die Offensive Linemen nicht vor dem Pass über die Line of Scrimmage (downfield) gehen. Pro Spielzug ist nur **ein** Vorwärtspass erlaubt. Wird der Quarterback getackled, bevor er die Line of Scrimmage überquert oder bevor er einen Pass wirft, zählt das als *sack* (gesprochen „ssäck“).

Eine besondere Variante des Passspiels ist der sog. Lateralpass; dabei wird der Ball parallel zur Line of Scrimmage bzw. nach hinten geworfen. Dies darf, ebenso wie sogenannte *Handoffs*, beliebig oft pro Spielzug wiederholt werden. Des Weiteren ist es dem Quarterback erlaubt, selbst als Ballträger zu fungieren und Raumgewinn zu erzielen *(Scrambling)*. Der Spielzug zählt dann aber als Laufspielzug.
Die Passrouten der Passempfänger sind genau festgelegt, jedoch gibt es sogenannte Option-Routen, bei denen die Receiver je nach Deckung der Verteidiger die Richtung der Route selbst entscheiden. Bei diesen Spielzügen ist ein funktionierendes Zusammenspiel zwischen Quarterback und Wide Receiver besonders wichtig, da sie die gleiche Entscheidung unabhängig voneinander machen müssen.

Laufspielzug

Runningback Matt Hall auf dem Weg zur Endzone

Laufspielzüge werden durch ein Übergeben des Balls oder durch ein einfaches Zuwerfen (*pitch*/*Lateral* – kein Vorwärtspass) an einen Ballträger eingeleitet. Ballträger sind gewöhnlich

Runningbacks, also Halfback und Fullback. Es kann aber auch jeder andere Spieler der Offense Ballträger sein, außer den Offensive Linemen. Der Ballträger versucht nach Ballerhalt so weit wie möglich in Richtung der gegnerischen Endzone zu kommen, während seine Mitspieler versuchen, die Verteidiger zu blocken, d.h., vom Tacklen abzuhalten. Der Spielzug endet mit einem Tackle, dem Verlassen des Spielfeldes oder, falls es der Ballträger bis in die gegnerische Endzone schafft, mit einem Touchdown.

Clock-Management

Die Spielzeit in den USA beträgt vier mal 15 Minuten *(quarter)*. Highschoolteams sowie die Amateurmannschaften Europas spielen lediglich vier mal zwölf Minuten. Dabei handelt es sich um eine echte (Netto-)Spielzeit. Die Pausen zwischen den Quartern betragen zwei Minuten und die Halbzeitpause maximal 20 Minuten. Die Uhr wird gestoppt: bei einer Auszeit, nach einem *Kick-Off*, einem unvollständigen Pass, wenn der Ballträger *out of bounds* geht, nach erzielten Punkten, bei manchen Strafen und den zwei Two-Minute Warnings zwei Minuten vor dem Ende jeder Halbzeit (Auszeit durch die Schiedsrichter). Wenn der Ballträger *in bounds* gestoppt wird, läuft die Uhr weiter. Ein laufender Spielzug wird durch Fouls, Auszeiten oder Ballbesitzwechsel nicht unterbrochen. Dementsprechend wird die Uhr in solchen Fällen erst nach Beendigung des Spielzugs gestoppt. Ein angefangener Spielzug wird immer fertig gespielt, auch wenn die Spielzeit im jeweiligen Quarter ausgelaufen ist. Die Uhr wird entweder bei Freigabe des nächsten Spielzuges oder erst beim Snap wieder gestartet. Ein Spielzug muss in der NFL, im College (NCAA)[7] und in Deutschland [8] situationsabhängig 40 Sekunden nach dem Ende des letzten Spielzugs oder 25 Sekunden nach Ballfreigabe durch den Referee beginnen, nach einem *time out* nach 60 Sekunden (angezeigt auf der *play clock*). Daraus ergeben sich je nach Spielsituation gegen Ende des Spiels viele strategische Möglichkeiten. Hat die führende Mannschaft den Ball, kann sie Zeit schinden, indem sie Laufspielzüge ausführt und die Uhr herablaufen lässt. Die Defense kann dann mit time-outs das Verstreichen von 40 Sekunden verhindern. Im Gegenzug wird das kurz vor Ende zurückliegende Team Pässe nahe der Seitenlinie spielen, um die Uhr möglichst oft anzuhalten. Durch das sehr häufige Anhalten der Uhr dauert ein Football-Spiel in der Regel zwischen zweieinhalb (Amateure) und dreieinhalb Stunden (NFL, Super Bowl).

Overtime

Sollte nach der regulären Spielzeit ein Punktegleichstand herrschen, folgt eine *Overtime*. Dabei unterscheiden sich die Regeln von NFL und NCAA grundsätzlich voneinander. Bei der NFL wird eine 15-minütige Verlängerung nach dem Sudden-Death-Prinzip gespielt. Zuerst erfolgt der Münzwurf *(Toss)*. Der Gewinner entscheidet, ob er angreift *(Offense)* oder verteidigt *(Defense)*. Für gewöhnlich wird das Angriffsrecht gewählt. Es folgt anschließend wie gewöhnlich der *Kick-off*. Es gewinnt dann die Mannschaft, die zuerst Punkte erzielt, egal auf welche Weise, außer es handelt sich dabei um ein Field Goal der zuerst angreifenden Mannschaft beim ersten *drive*, dann erhält die andere Mannschaft den Ballbesitz. Erzielt jedoch eine Mannschaft einen Touchdown oder eine Safety, gewinnt diese sofort und das Spiel ist beendet. Sollten nach Ende der 15 Minuten keine Punkte erzielt worden sein (oder immer noch Gleichstand bestehen, weil beispielsweise beide Mannschaften in ihrem jeweils ersten Ballbesitz ein Field Goal erzielt

haben), so endet das Spiel unentschieden oder es werden in Entscheidungsspielen, z. B. den *Play-offs*, solange *Overtimes* angehängt, bis eine Entscheidung herbeigeführt ist.

Bei den NCAA-Regeln hat jedes Team in der *Overtime* einen *drive*, wobei dieser jeweils an der gegnerischen 25-Yards-Linie gestartet wird. Im Gegensatz zum Sudden-Death haben beide Teams gleiche Chancen. Sollte nach einer *Overtime* Gleichstand herrschen, werden so lange *Overtimes* angehängt, bis es eine Entscheidung gibt. Ab der dritten Overtime ist ein *PAT* nicht mehr zulässig. Nach einem *Touchdown* muss daher eine *2-point-conversion* gespielt werden.

Regelverstöße & Strafen

Die gelbe Flagge (*Penalty Flag*) auf dem Spielfeld zeigt einen Regelverstoß an.

Eine Regelverletzung wird mit einer Strafe (engl. *penalty* [ˈpɛnl̩tɪ] (anhören?/i)) geahndet. American Football hat eines der umfangreichsten Regelwerke aller Sportarten. Wegen seiner physischen Härte besteht ein hohes Verletzungsrisiko. Die meisten Regeln dienen daher dazu, Verletzungen der Spieler zu vermeiden. Keine Regeln, sondern freiwillige Vereinbarungen sind die *Rules of Conduct* genannten Verhaltensregeln für Spieler und Coaches.

Beim American Football werden Strafen durch die Schiedsrichter mit Hilfe von gelben Flaggen, die auf den Ort des Fouls *(Spot of Foul)* geworfen werden, angezeigt. Der Grund ist, dass viele Strafen nicht sofort zur Unterbrechung des Spielzuges führen, sondern erst im Anschluss verhängt werden. Bei Strafen gegen beide Teams heben diese sich meist gegenseitig auf.

Grundsätzlich werden Regelverstöße mit Yards-Strafen, d. h. mit Raumverlust, geahndet. Das gegnerische Team kann dabei meist entscheiden, ob es die Strafe annimmt (der Versuch wird mit dem entsprechenden Raumverlust wiederholt) oder ablehnt (der nächste Versuch wird ganz normal gespielt). Wird durch eine Strafe gegen die Defense die*Line to Gain* (die Linie, die die Offense erreichen muss, um vier neue Versuche zu bekommen) erreicht, erhält die Offense ein neues *First Down*. Einige Strafen beinhalten auch ein automatisches *First Down*.

Die Endzone kann durch Strafen im normalen Spielverlauf nicht erreicht werden. Ausnahme bildet ein sogenannter *Palpably Unfair Act* (offenkundig unfaires Vorgehen), bei dem es dem Referee, nach Beratung mit seinen Kollegen, erlaubt ist auch einen Touchdown oder anderen Score als Strafe zu verhängen.[9] Würde eine Strafe den Abstand zur Endzone mehr als halbieren, wird dieses Verfahren angewandt *(Half the Distance to the Goal)*, nicht jedoch bei *Pass Interference*, da dort am Punkt des Fouls weitergespielt wird.

Bei besonders schweren Vergehen kann ein Spieler auch vom Spiel ausgeschlossen *(ejected)* werden. Dies gilt insbesondere bei Fouls mit Verletzungsabsicht, grob unsportlichem Verhalten sowie Beleidigung von Schiedsrichtern und anderen Spielteilnehmern (gegnerische Spieler, Trainer, Zuschauer). Priorität hat immer der Schutz der Spieler vor Verletzungen und die Kontrolle des Spielgeschehens.

Einige der wichtigsten Regelverstöße und die Strafen nach den NFL-Regeln [10]

Bezeichnung	Erklärung	Strafe
Illegal Formation	Beim Snap müssen mindestens sieben Spieler der angreifenden Mannschaft an der Line of Scrimmage postiert sein.	5 Yards und Wiederholung des Versuchs.
Illegal Shift	Die Offense muss vor dem Snap mindestens eine Sekunde in ihrer Formation verharren. Ausnahme: Der Man in Motion der Offense.	5 Yards und Wiederholung des Versuchs.
Illegal Motion	In der Offense darf sich beim Snap nur ein Spieler im *Backfield* bewegen, der sogenannte Man in Motion. Er darf dies nur parallel zur Line of Scrimmage oder von ihr weg.	5 Yards und Wiederholung des Versuchs.
False Start	Unmittelbar vor dem Snap bewegt sich einer der Offense-Spieler außer dem Man in Motion. Der Down wird (im Gegensatz zu anderen Strafen wie dem Offside) direkt abgebrochen.	5 Yards und Wiederholung des Versuchs.
Offside	Ein Spieler befindet sich beim Snap in oder jenseits der neutralen Zone.	5 Yards und Wiederholung des Versuchs.
Encroachment	Beim Snap befindet sich ein Spieler in oder jenseits der neutralen Zone und/oder berührt einen gegnerischen Spieler oder provoziert, dass dieser eine	5 Yards und Wiederholung des Versuchs.

	Abwehrhaltung einnimmt.	
Holding	Festhalten eines Spielers, der nicht Ballträger ist.	10 Yards und der Versuch wird wiederholt, wenn das Holding durch die Offense geschieht, 5 Yards und*Automatic First Down* (neuer erster Versuch), wenn das Holding durch die Defense erfolgt.
Pass Interference	Wenn der Ball in der Luft in fangbarer Nähe ist, darf ein Spieler nicht am Fangen gehindert werden. Das betrifft keine Zusammenstöße beim Versuch zu fangen.	Strafe für Offense Pass Interference: 10 Yards vom*Previous Spot* und der Versuch wird wiederholt. Strafe für Defensive Pass Interference: *Automatic First Down*, gespielt wird vom Ort des Fouls.
Assisting the Runner	Der Ballträger darf nicht von seinen Teamkameraden vorwärts geschoben oder gezogen werden.	10 Yards (Nur im College ein Foul, nicht in der NFL).
Roughing the Passer/Kicker	Quarterback (oder ein anderer offensichtlicher Passer), Holder und Kicker sind besonders verletzungsgefährdet, da sie sich auf bestimmte Aufgaben konzentrieren und heranstürmende Verteidiger oft nicht wahrnehmen. Sie werden daher vor vermeidbarem Kontakt – insbesondere nach dem Pass bzw. Kick – geschützt. Verbotene Aktionen sind beispielsweise tiefe Blocks oder Tackles gegen den Kopf- und Nackenbereich.	15 Yards und *Automatic First Down*.
Running into the	Da der Kicker nach dem Kick kein Gleichgewicht hat und daher auch keine	5 Yards.

Kicker	Verteidigungsposition einnehmen kann, wird er auch vor unbeabsichtigtem Kontakt geschützt.	
Facemask	Aufgrund der Verletzungsgefahr ist der Griff ins Gesichtsgitter und jede andere Helmöffnung verboten.	15 Yards (seit 2009 gibt es in Deutschland keine 5 Yards Facemask-Strafe mehr, das bloße Berühren des Gesichtsgitters und/oder das kurze Reingreifen werden nicht mehr geahndet).
Clipping	Blocken von hinten und unterhalb der Gürtellinie; nur in einem eng umgrenzten Bereich erlaubt (sogenannte Clipping-Zone). Blocken unterhalb der Knie von hinten ist generell verboten.	15 Yards.
Chop Block	Ein kombinierter Hoch/Tief-Block durch zwei Spieler,	15 Yards.
Spearing	Illegales Benutzen des Helmes, indem sich ein Spieler aus vollem Lauf mit geradem Körper und gesenktem Kopf, also wie ein Speer ("spear") auf einen Gegenspieler wirft.	15 Yards für beide Seiten, *Automatic First Down*, wenn durch die Defense verursacht.
Late Hit	Wenn der Spielzug erkennbar beendet ist oder ein Spieler offensichtlich nicht mehr am Spielgeschehen teilnimmt, ist ein *Hit* nicht mehr erlaubt.	15 Yards für beide Seiten, *Automatic First Down*, wenn der Hit von der Defense verursacht wird, gegebenenfalls mit Platzverweis und Sperre verbunden.
Unnecessary Roughness	Jede übertriebene Härte, speziell gezielte *Hits* nach dem Spielzug und in den letzten Jahren verstärkt	15 Yards, *Automatic First Down*, bei Strafen gegen die Defense, ggf. mit Platzverweis und Sperre

	auch *Hits* gegen schutzlose Receiver.	verbunden.
Unsportsmanlike Conduct	Unsportliches Verhalten wie Beleidigen oder Verspotten von Gegner oder Referee. Heute in den USA auch oft angewendet bei bestimmten Arten, einen Touchdown zu feiern. Speziell in der NCAA wird jede Art des Feierns, mit der ein Spieler die Aufmerksamkeit auf sich zieht, rigoros geahndet. In Deutschland ist das Feiern auf eine Minute begrenzt, außerdem darf es nicht beleidigend sein. In der NFL gehören solche Aktionen zum alltäglichen Spielgeschehen.	15 Yards, gegebenenfalls mit Platzverweis und Sperre verbunden. Beim Touchdown wird die Strafe beim Kickoff durchgeführt.

Coach’s Challenge

Die NFL ist bis heute eine der wenigen Sportligen, in denen der Videobeweis zur Überprüfung strittiger Szenen eingeführt wurde. Strittige Entscheidungen sind z. B., ob es ein Fumble war, wo genau der Spielzug endete oder ob ein Pass im Feld gefangen wurde. Solange sein Team noch mindestens ein Time-Out hat, kann ein Head Coach zweimal pro Spiel eine solche Überprüfung durch das Werfen einer roten Flagge auf das Spielfeld beantragen, sodass die fragliche Entscheidung, sofern ihm Recht gegeben wird, revidiert wird. Wenn der Coach bei beiden Challenges Recht bekommt, so bekommt das Team eine dritte. Eine verlorene Challenge resultiert in der Aberkennung eines Time-Outs. Nach der *Two Minute Warning* (die letzten zwei Minuten vor Ende jeder Halbzeit) sowie in einer Verlängerung (bei Gleichstand nach dem 4.*Quarter*) kann nur noch der Oberschiedsrichter und der offizielle Spielerbeobachter eine Challenge beantragen.

Akteure

Spieler

Einklappen

Spieler-Positionen im American Football

Offense: Quarterback | Halfback | Fullback | Tight End | Wide Receiver | Tackle | Guard | Center

Defense: Defensive Tackle | Defensive End | Linebacker | Cornerback | Strong Safety | Free Safety | Nickelback

Special Teams: Kicker | Punter | Kicking Specialist | Long Snapper | Holder | Kick Returner | Punt Returner | Return Specialist | Gunner

Die Spieler im American Football sind üblicherweise Spezialisten für ihre Position. Da bei jedem Spielzug ausgewechselt werden darf, können immer die für den geplanten Spielzug am besten geeigneten Akteure eingesetzt werden, sofern dies nicht die Absichten verrät. Dabei können die Head Coaches während der Regular Season und den Play-offs aus einem Kader von maximal 53

aktiven Spielern auswählen, wobei ein Spieler der Offense, Defense, bzw. dem Special Team zugeordnet ist. Insbesondere die Angriffsformationen können auf mehrere Hundert Spielzüge und Kombinationen zurückgreifen. Als Gedächtnisstütze und zur Vermeidung von Fehlern tragen viele Spieler ein Band am Arm, an dessen Innenseite Zahlen, Namen, Positionen, Spielzüge und anderweitige Dinge zum Spielverlauf in Stichpunkten notiert sind. Die Spieler, die zu Beginn des Spiels die Stammformation einer Mannschaft bilden, werden dabei Starter genannt. Also *Starting-Quarterback* usw. Verletzt sich ein Spieler aus dem Kader während der Season, wird er auf die Injured Reserve List gesetzt und kann durch einen Spieler, der dem Practice Squad angehört, ersetzt werden.

Offense (Offensive)

→ *Hauptartikel: Offense*

Ein Quarterback kurz vorm Werfen eines Passes

Der *Quarterback* (QB) ist der zentrale Spieler der Offense. Er ist der Spielmacher und erhält zu Beginn eines Spielzuges den Ball von seinem *Center* (C), der vor ihm steht, durch dessen Beine nach hinten zugespielt. Damit ist der Center bei jedem Spielzug am Ball. Der Quarterback hat die Aufgabe, den vom Haupttrainer *(Headcoach)*, in manchen Mannschaften auch vom Offense-Trainer *(Offensive Coordinator)*, geplanten Spielzug umzusetzen und notfalls, in Reaktion auf die Spielsituation, anzupassen *(Audible)*. Üblicherweise übergibt er den Ball dann an einen Ballträger *(Runningback)* oder wirft ihn zu einem Passempfänger *(Receiver)*. Ohne Quarterback kommen nur Special-Teams aus.

Vor dem Quarterback stehen die *Offensive Linemen* (OL). Sie werden unterschieden in *Center*, *Guards* und *Tackles* (von innen nach außen). Diese üblicherweise sehr großen und schweren Spieler haben die Aufgabe, den *Quarterback* vor den Verteidigern zu schützen (*Pocket*-Bildung beim Pass) und bei Laufspielzügen den Weg für den Ballträger freizublocken. Tackles sind dabei die schwersten und kräftigsten Spieler im Angriff. Ihre Aufgabe ist kräftezehrend und erfordert eine hohe Konzentration. Dem steht meist nur wenig Publikumsaufmerksamkeit gegenüber, was diese wichtige Position recht undankbar macht. Guards haben ähnliche Aufgaben wie Tackles. Ein Guard wird gelegentlich auch für so genannte Pull-Manöver eingesetzt. Dabei blockt er nicht von seiner ursprünglichen Position aus, sondern zieht hinter der O-Line nach außen, läuft dann erst feldabwärts und räumt dem Ballträger den Weg frei. Die Linemen dürfen keine Vorwärtspässe empfangen.

Die Ballträger selber werden *Runningback* (RB) oder *Tailback* genannt, da am hinteren Ende der Angriffsformation aufgestellt. Man unterscheidet zwischen *Fullback* (FB) und *Halfback* (HB). Der Fullback ist schwerer und kräftiger als der Halfback und wird in Situationen eingesetzt, in denen nur wenige Yards Raumgewinn erzielt werden müssen. Ansonsten fungiert er überwiegend als

Vorblocker für den Halfback und als zusätzlicher Blocker bei Passspielzügen. Bei der Aufstellung gibt es auch hier verschiedene Formationen (z. B. Wishbone-, I-, Pro-Formation).

Bei einem Pass wird der Ball vom *Quarterback* in der Regel zu einem der *Wide Receiver* (WR) geworfen, der aufgrund seiner hohen Geschwindigkeit sehr schnell und weit in das gegnerische Territorium vordringen kann oder kürzere *routes* läuft. Weitere Optionen sind die Runningbacks oder Tight Ends. Legale Passempfänger sind alle Spieler außer der O-Line. Mindestens sieben Spieler müssen beim Snap an der Line of Scrimmage stehen.

Der *Tight End* (TE) ist an einem Ende der Offensive Line aufgestellt, wie ein zusätzlicher Lineman. Er ist aber passempfangsberechtigt. Der Tight End ist ein Allroundspieler, der je nach Situation blockt wie ein*Offensive Lineman* oder den Ball fängt wie ein *Wide Receiver*. Zudem wechselt er oft als „Man in Motion“ vor dem Snap seine Position, um dann z. B. auch als Vorblocker für Laufspielzüge oder auch selbst als „Runningback“ zu fungieren.

Defense (Defensive)

Defensive Line (links) steht der Offensive Line gegenüber

→ *Hauptartikel: Defense*

Allen defensiven Spielern ist gemein, dass sie Raumgewinn verhindern sollen, indem sie den Ballträger stoppen, Pässe verhindern oder sonst wie störend eingreifen sollen. Hinzu kommen aber noch positionsspezifische Aufgaben.

Die *Defensive Linemen* (DL) stehen der *Offensive Line* direkt gegenüber, wobei diese Spieler auch eine vergleichbare schwere Statur haben. Die Abwehrlinie soll das Freiblocken von Lücken für den gegnerischen Runningback verhindern. Bei Passspielzügen sollen sie den Quarterback durch Druck zu Fehlern zwingen oder gleich *sacken*. Bei den Defensive Linemen wird zwischen *Defensive Ends* (DE) und *Defensive Tackles* (DT) unterschieden. Die Defensive Ends stehen an den Enden der Defensive-Line. Sie sind agiler als ihre O-Line-Kollegen, da sie Läufe des gegnerischen Ballträgers über die Außenseite verhindern bzw. von außen Druck auf den gegnerischen Quarterback ausüben sollen und damit längere Wege gehen müssen. Die Defensive Tackles sollen in der Mitte die Stellung halten und verhindern, dass dort Raumgewinne erzielt werden. Manche Teams benutzen zwei Tackles, manche drei, andere dagegen nur einen. Der mittlere Mann wird dann auch *Nose Tackle* oder *Nose Guard* genannt, weil er dem Center des Gegners „Nase an Nase“ gegenübersteht.

Die *Linebacker* (LB) stehen dicht hinter der Defensive Line. Sie müssen kräftig genug sein, um den Durchbruch eines Runningbacks zu stoppen oder bei *Blitzes* druckvoll zum Quarterback vorzudringen. Gleichzeitig sind sie auch in der Passverteidigung wichtig, da sie den vorderen

Bereich gegen kurze, schnelle Pässe abdecken können müssen. Bei Spielzügen mit vier oder fünf Receivern sind die Linebacker aber nicht so flink, dass sie die Receiver bei langen Pässen decken können. Damit die Offense aus dieser Überzahlsituation (viele schnelle Wide Receiver gegen wenige schwere Linebacker) nicht zu viele Vorteile ziehen kann, werden daher die Linebacker gegen Cornerbacks ausgetauscht (Nickel- und Dime-Formation).

Die hintere Verteidigungsreihe bilden die *Safeties* (S), die zusammen mit den *Cornerbacks* (CB) die *Defensive Backs* (DB) (auch Secondary genannt) darstellen. Die CBs verteidigen hauptsächlich gegen ein gegnerisches Passspiel, die Safeties sind dagegen eher eine Art letzte Bastion, wenn es den vorderen Reihen nicht gelungen ist, einen Ballträger zu stoppen. Bei den Safeties unterscheidet man zwischen dem „Strong Safety“ (SS) und „Free Safety“ (FS). Der Strong Safety ist kräftiger und steht etwas näher an der Line of Scrimmage (oft auch in der Linebacker-Reihe, circa fünf Yards hinter der Line), weil er gegen den Laufspielzug arbeitet und den Tight End abdeckt, der eher kurze Laufrouten hat und deutlich schwerer als ein gewöhnlicher Receiver ist. Der „Free Safety“ hat eher Cornerback-artige Eigenschaften. Er agiert als zusätzlicher Cornerback im tiefen Rückraum und deckt entweder die tiefe Zone ab oder hilft Cornerbacks beim Covern der Receiver.

Damit die Abwehrspieler nicht unkontrolliert eigenständig agieren, gibt es hier (wie auch in der Offense) sehr genau vorausgeplante Spielzüge, die vom *Defensive Coordinator* und dem *Headcoach* während des Spieles angesagt werden, um auf die Offense(-Formation) zu reagieren.

Die gebräuchlichsten Aufstellungen in der Defense sind die *4–3* und die *3-4-Defense* die unter dem Sammelbegriff *7-Man-Front* zusammengefasst werden. Bei der *4-3-Defense* befinden sich vier Spieler in der*Defensive Line*, drei *Linebacker* dahinter sowie je zwei *Cornerbacks* und *Safeties* auf dem Feld. Eine *3–4* ist beweglicher, man kann durch die vier Linebacker leichter einen Blitz (Angriff auf den gegnerischen Quarterback) durchführen und/oder die Passempfänger decken. Allerdings benötigt man drei starke Männer in der Defensive Line, die gegen fünf direkte Gegenspieler bestehen müssen.

Im Amateur- und Collegebereich werden auch häufiger *8-Man-Fronts* gespielt. Dazu gehören zum Beispiel die *5–3*, *4–4* und *6–2*. Diese Fronten eignen sich besser gegen das Laufspiel, weisen aber beim Passspiel größere Schwächen auf. Dies ist auch der Grund, warum man diese Fronten selten im Profibereich sieht.

Typische Passverteidigungen sind die *Nickel*, *Dime* und *Quarter*. Bei diesen werden ein oder mehrere Defensive Backs gegen Lineman und/oder Linebacker ausgetauscht. In Shortyardage- und Goalline-Situationen wird eine so genannte Goalline Defense gespielt. Diese besteht normalerweise aus mindestens 6 Defense Linemen, die die Gaps der Offense schließen sollen.

Die 46-Defense ist eine spezielle Verteidigungsformation, die sehr stark auf Blitz ausgelegt ist. Sie wurde in den 1980er Jahren vom damaligen Defense Coordinator der Chicago Bears Buddy Ryan entwickelt. Sie war ein entscheidender Faktor für deren Superbowlsieg 1985. Den Namen verdankt sie der Rückennummer des damaligen Strong Safeties *Doug Plank*.

Special Teams

Ein *Kick* wird durchgeführt

Special Teams treten nur in besonderen Spielsituationen an, meist wenn der Ball gekickt werden soll, also wenn eine Mannschaft durch den *Kicker* (K) den *Kickoff* durchführt (Beginn des Spiels bzw. nach jedem Touchdown), ein *Field Goal* versucht oder *punten* will, was der *Punter* (P) übernimmt. Da hierbei ein sehr langer Snap durch den Center benötigt wird, kommt hierbei ein Spezial-Center zum Zuge, der sogenannte *Long Snapper* (LS).[11]

Beim Kickoff wird der Ball von der Mitte der eigenen 30-Yard-Linie (bei Amateurligen oft von der 35) getreten, und ein gegnerischer Ballempfänger *(Kickoff-Returner)* versucht, den Ball so weit wie möglich zurückzutragen. Ein Fieldgoalversuch beendet den Ballbesitz, egal bei welchem der vier Downs er versucht wird. Bei Ballbesitz zwischen 35-Yard-Linie und der Endzone spricht man von *Field Goal-Reichweite* (*Field Goal Range*), da mit Endzonenbreite und weiteren ca. sieben Yards insgesamt 50 Yards Distanz erreicht werden, aus der man dem Kicker noch ein erfolgreiches Field Goal zutraut. In günstigen Situationen (z. B. *Windy City* Chicago) sind aber auch Field Goals aus über 60 Yards möglich.

Der *Kickoff-Returner* (auch Kick- bzw. Punt Returner oder Return Specialist genannt) soll den Ball fangen und in Richtung gegnerische Endzone tragen. Alle elf Gegner wollen ihn natürlich stoppen, speziell die *Gunner* sind darauf spezialisiert, schnell den Return Specialist zu tackeln bzw. zu einem Fair Catch zu zwingen. Der Returner kann auch vor dem Fang des Balles durch Schwenken der Arme über dem Kopf einen so genannten *Fair Catch* anzeigen. Dann darf er vom Gegner nach dem Fang nicht angegriffen werden, kann aber keinen weiteren Raumgewinn erzielen.

Da ein *Kickoff* im Gegensatz zum *Punt* immer ein „freier Ball“ ist und somit von beiden Mannschaften aufgenommen werden kann, muss der Returner entscheiden, ob er in der Situation ist, den Ball sicher zu fangen und noch Raumgewinn zu erzielen, oder ob er schon so von den anstürmenden Gegnern unter Druck steht, dass er den *Fair Catch* anzeigt. Wird der Ball vom Kicker in die gegnerische Endzone gekickt, so spricht man von einem *Touchback*. Nach einem Touchback startet die gegnerische *(receiving)* Mannschaft den Angriffsversuch von der eigenen 20-Yard-Linie. Fängt ein Receiver den Ball weit in der eigenen Endzone und will den Ball, z. B. wegen anstürmender Gegner, nicht mehr ins Spiel bringen, so kann er sich in der Endzone hinknien, was ebenfalls einen Touchback bedeutet.

Darüber hinaus gibt es auch die taktische Variante eines so genannten *Onside-Kicks*. Dabei versucht die Mannschaft, die gerade gepunktet hat und daher kickt, gleich wieder in Ballbesitz zu kommen. Sie führt daher einen kurzen flachen Kick aus, im Idealfall springt der Ball aufgrund

seiner Ei-Form dabei so auf, dass er von der gegnerischen *(receiving)* Mannschaft nicht kontrolliert werden kann. Die kickende Mannschaft kann den Ball aufnehmen, wenn er zehn Yards passiert hat oder von einem Spieler der anderen Mannschaft berührt wurde. Diese taktische Variante wird meistens gespielt, wenn eine Mannschaft kurz vor Ende noch weitere Punkte benötigt. Das Team, das den Onside Kick empfängt, stellt in diesem Falle ein spezielles „Hands Team“ auf, das aus den fangsichersten Spielern besteht.

Im Falle eines *Punts* ist ein Fair Catch nicht unbedingt notwendig. Wenn der Returner den Ball einfach nicht fängt und ein Gegner berührt den zu Boden gefallenen Ball, ist der Spielzug beendet und der nächste Spielzug beginnt an der Stelle. Entscheidet er sich aber dazu, den *Punt* zu fangen und lässt den Ball fallen, ist es wieder ein „freier Ball“. Mit einem Punt verzichtet die Offense auf das Ausspielen des vierten Downs, um der gegnerischen Offense den Ball nicht an Ort und Stelle überlassen zu müssen. Der Punter fängt den Ball nach dem Snap mit der Hand und kickt ihn im hohen Bogen fort, damit der Ball lange in der Luft bleibt und der mögliche Fänger rechtzeitig von den eigenen Spielern erreicht wird. Eine spezielle Art des Punts gibt es nach einem Safety. Beim so genannten *Free Kick* puntet der Spieler den Ball ohne Snap und ohne Druck der Verteidigung von der eigenen 35-Yard-Linie aus weg.

Auch auf der Seite des nicht kickenden Teams gibt es Spezialisten. So gehen etwa die *Kick Blocker* bzw. *Punt Blocker* aggressiv auf den Kicker bzw. Punter während der Trittbewegung drauf und versuchen, den anfliegenden Football zu blocken.

Trainer

Aufgrund der Komplexität des American Footballs wird eine Footballmannschaft von mehreren Trainern gecoacht. Der Head Coach ist der Oberste in der Trainerhierarchie. Er ist für die Betreuung der Mannschaft zuständig und überwacht sowohl das Training als auch alle Entscheidungen in einem Spiel. Zusätzlich ist er für die Entwicklung der Spielzüge verantwortlich. Unter ihm agieren im Trainerstab der Offensive Coordinator und der Defensive Coordinator, welche die Mannschaftsteile (Offense bzw. Defense) betreuen und im Spiel die Spielzüge ihren Mannschaftsteilen ansagen. Zusätzlich kann es weitere Trainer geben, beispielsweise für die Special Teams, für bestimmte Positionen, körperliche Leistungsfähigkeit oder koordinative Fähigkeiten. Amateurmannschaften haben meistens drei bis fünf Trainer, (semi-)professionelle Mannschaften über zehn Trainer.[16]

Schiedsrichter

→ *Hauptartikel: Schiedsrichter (American Football)*

Aufgrund der Komplexität (das Regelwerk der NCAA hat mit Regeln und Ausnahmen knapp 700 Anwendungen) und des oft unübersichtlichen Spielgeschehens gibt es beim American Football eine ganzeSchiedsrichter-Crew. Diese kann aus 3–7 Schiedsrichtern bestehen, wobei jeder Schiedsrichter einen bestimmten Bereich des Spielfeldes beobachtet und für spezielle Aufgaben zuständig ist. Oberschiedsrichter ist der *Referee*, umgangssprachlich hin und wieder auch *Whitecap* genannt, erkennbar an seiner weißen Kappe (die anderen Schiedsrichter haben schwarze Kappen). Der Legende nach soll die Kappe das weiße Haar eines erfahrenen Mannes symbolisieren. In der Tat waren im Verlauf der Geschichte (speziell der Profiliga NFL) jedoch

auch schon sechs Schiedsrichter mit weißen Kappen unterwegs und nur der Referee trug eine schwarze. Er positioniert sich im Backfield der Offense und richtet über Downs und Strafen. Weitere Schiedsrichter sind der *Umpire*, der sich jeweils zwischen oder hinter den Linebackers aufstellt und meistens den Ball sichert und für den nächsten Spielzug positioniert. An die Line of Scrimmage stellen sich jeweils der *Linesman* und *Line Judge*. Ersterer ist für die Pflicht-Kette *(Line to gain indicator)* verantwortlich, letzterer für den *Forward Progress* sowie eine optionale Kette. Für die weiten Pässe sind *Back Judge*, *Field Judge* und *Side Judge* zuständig. Je nach Crewstärke sind unterschiedliche Schiedsrichter für die offizielle Spielzeit zuständig: In einer 3er Crew der Umpire, in einer 4er der Line Judge, in einer 5er und 7er Crew der Back Judge sowie in einer 6er der Side Judge. In den Profiligen ist diese Aufgabenverteilung mitunter abweichend.

Zur Ausrüstung der Schiedsrichter gehören unter anderem die gelben Flaggen zum Markieren eines Fouls und die weißen (in Profiligen blauen) *Beanbags* (Bohnensäcke) zum Markieren wichtiger Spots.

Taktik

Dass Football häufig als „Rasenschach“ bezeichnet wird, kommt nicht von ungefähr. Durch die Vielzahl an Aufstellungsmöglichkeiten, Spielsituationen und die individuellen Stärken und Schwächen der Mannschaft sind ganze Philosophien über Spielsysteme und Taktik entstanden wie z. B. die *West Coast Offense*. Nicht zuletzt lassen die komplexen Regeln Freiraum für allerlei ausgefallene Spielzüge. Es ist theoretisch möglich, aus jeder Feldposition zu punkten und das mit den verschiedensten Spielzügen.

Aus all diesen *plays*, ob offensiven oder defensiven, ergeben sich für jedes Team am besten geeignete Spielzüge, die in einem *Playbook* zusammengefasst sind.

Laufspielzüge

Ein *Hand-Off* an den Runningback

Das Laufspiel kann als Basis der Spielzüge bezeichnet werden. Laufspielzüge sind relativ leicht auszuführen, da der Ball vom Quarterback üblicherweise einfach an einen Runningback übergeben wird *(handoff)*, der dann versucht, so viel Raumgewinn wie möglich zu erzielen.

In niedrigen Amateurligen liegt daher das Verhältnis Laufspielzüge/Passspielzüge stark auf Seiten des Laufspiels; doch auch in der NFL, wo sehr passlastig gespielt wird, kann das Rushing unter Umständen einen wichtigen Stellenwert einnehmen. Durch ein starkes Laufspiel der Offense kann die Defense selbst in (sicher) zu erwartenden Passsituationen die Verteidigung

gegen Laufspielzüge nie ganz vernachlässigen, was zu Lücken in der Passverteidigung führen kann. Die Beherrschung von Lauf- und Passspiel kann es der gegnerische Defense also erschweren, sich auf den Angriff einzustellen.

Modernes Laufspiel heute: Zone-Offense

Im Laufe der Achtziger Jahre gewann das Laufspiel mit den sogenannten „Zone-“ oder „Stretchplays“ eine neue Dimension. Erstes Ziel dieser Variante ist es, der Defense die Standardkeys für ein Laufspiel zu nehmen (zum Beispiel ist der erste Schritt der Offense-Line nach hinten oder zur Seite und nicht wie üblich nach vorne). Es werden der erste und der zweite defensive Layer (D-Line Linebacker) attackiert. Dabei wird nicht wie üblich ein Spieler attackiert, sondern, wie der Name schon sagt, eine bestimmte Zone. Dem Runningback fallen dabei sehr viel mehr Aufgaben zu als bei einem Standardspielzug. Er muss den so genannten „flow“ auslösen, also die Bewegung der Defense in die Zone. Danach stehen ihm normalerweise drei Wege zur Verfügung: 1. Cutback: der „flow“ ist sehr stark und der Runningback cutted gegen die Bewegung. 2. Follow through: Die Blocks „sitzen“ und der Runningback folgt gerade seinen Blockern. 3. Jump out: der „flow“ ist nicht stark genug und der Runningback bewegt sich weiter nach außen.

Passspielzüge

Das so genannte *Passspiel* ist im Gegensatz zum *Laufspiel* weit schwieriger auszuführen. Es bedarf eines wurfstarken und präzisen Quarterbacks und eines sicheren Fängers. Damit der Ablauf eines Passes reibungslos verläuft, müssen der Quarterback und seine Receiver gut aufeinander eingespielt sein, da bei vielen Pässen das Timing eine große Rolle spielt.

Weiterhin muss der Quarterback hohes Spielverständnis an den Tag legen, um die Defense „lesen“ zu können, d. h. um die Schwachpunkte in der Verteidigung zu erkennen. Und schließlich ist Nervenstärke unerlässlich, da der Quarterback gleich nach dem Snap durch die Defense unter Druck gesetzt wird und er schnell entscheiden muss, welchen Receiver er anwerfen kann.

Wo die Receiver hinlaufen, ist in jedem Spielzug genau festgelegt. Die Laufstrecken werden Passrouten genannt. Ein gewöhnlicher Pass dauert vom Snap bis zum Wurf in der Regel ca. drei, selten mehr als fünf Sekunden. Sollte der Quarterback feststellen, dass kein Receiver frei ist, kann er den Passversuch auch abbrechen und selber mit dem Ball laufen. Viele Quarterbacks haben „Lieblings-Receiver“ mit denen das Zusammenspiel besonders gut funktioniert, ihre so genannten *Go-to guys*.

Passspielzüge sind sehr variabel in der Taktik. Sie können vom sehr kurzen, sicheren Pass für 2 bis 3 Yards bis hin zum mehr als 40-Yard-Pass geplant sein. Sie ermöglichen einen schnellen, großen Raumgewinn, für den beim Laufspiel erheblich mehr Anstrengung aufgebracht werden müsste. Ein perfekt geworfener/gefangener Ball ist für die Defense fast nicht zu verteidigen. Sie muss sich darauf beschränken, den Receiver nach dem Fang möglichst schnell zu tacklen. Analog zum großen Potential steckt aber auch ein ebenso großes Risiko in ihnen. Ein abgefangener Ball bedeutet nicht selten einen Touchdown für die Defense, da die Offense für so einen Fall meist schlecht gerüstet ist: Der einzige Verteidiger vor Ort ist der Receiver, der sich noch auf seiner Passroute befindet. Die anderen Receiver, der Tight End und die Runningbacks,

sind selber auf ihrer eigenen Passroute und meist weit weg oder blocken Gegenspieler. Die Offensive Line ist ebenso mit dem Blocken beschäftigt und zu langsam, um einen agilen Cornerback einzuholen. Übrig bleibt oft nur der Quarterback, der in einer *open field*-Situation ebenfalls große Schwierigkeiten haben wird, einen erfolgreichen Tackle anzubringen.

Fakes

→ Hauptartikel: Fake

Viele Spielzüge im American Football sind extra dafür ausgelegt, die Verteidigung zu verwirren. Bei solchen Fakes werden Ballübergaben angetäuscht, Passversuche angetäuscht, es wird vorgetäuscht, es handelt sich um einen Laufspielzug, der in Wirklichkeit ein Passspielzug ist und umgekehrt. Fakes machen einen nicht unbedeutenden Teil der Taktiklastigkeit des Spieles aus. Für die Defense ist es nämlich dadurch fast unmöglich, schnell zu erkennen, was wirklich auf dem Platz passiert.

Bei Fernsehübertragungen von Spielen ist häufig zu sehen, dass die angetäuschten Ballübergaben so gut sind, dass der Kameramann nicht mehr weiß, wo der Ball ist, und deshalb das Bild kurzzeitig ganz zurückzoomen muss, um alle möglichen Ballträger im Bild zu haben.

Ein Beispiel: Nach Spielsituation und Feldposition ist von der Offense ein einfacher und sicherer Laufspielzug zu erwarten, um beispielsweise den letzten fehlenden Yard zum *First Down* zu erreichen. Der Spielzug startet mit dem Snap, der Quarterback bewegt sich nach hinten, der Halfback kommt auf ihn zu und es scheint, als würde er einen Handoff vom Quarterback bekommen. Darauf reagiert die Defense. Die Linebacker bewegen sich nach vorne in Richtung Line of Scrimmage, um den HB aufzuhalten. Der vermeintliche Handoff war aber ein Fake, der Quarterback hat immer noch den Ball, die Hände des tief nach vorn gebückten Runningbacks sind leer. Dadurch hat sich eine Lücke in der Verteidigung aufgetan, die Linebacker können nun den hinteren Raum nicht mehr gegen Passversuche abdecken. In diesen freien Raum läuft ein Wide Receiver, der nun ungedeckt ist und somit sicher angeworfen werden kann, und der nun auch noch weitere Yards Raumgewinn erlaufen kann, weil niemand in der Nähe ist, um ihn zu stoppen. In der Praxis hängt die Wirkung eines solchen *play action-passes* davon ab, wie gut der Fake war, wie schnell die Defense ihren Fehler erkennt und ob die Linebacker schnell genug sind, ihn wieder auszubügeln.

Defense-Spielzüge

Da die Defense flexibel auf die Spielzüge der Offense reagieren muss, gibt es außer den Grundaufstellungen und den zu verteidigenden Zonen oder Gegenspielern kaum festgelegte Spielzüge. Einige Ausnahmen:

Blitzes

Dabei versucht die Defense, Druck auf den Quarterback auszuüben, indem ein oder mehrere Spieler die Offense-Line durchbrechen bzw. umgehen. Der blitzende Spieler kann dabei ein Linebacker oder (riskant, aber effektiv) ein Cornerback sein, manchmal sogar ein Safety. Wie bei den Offense-Spielzügen hängt der Erfolg eines Blitzes neben der Athletik und Schnelligkeit der Spieler vor allem vom Überraschungsmoment ab. Erkennt der Quarterback, woher der Blitz

kommt, hat er eine verwundbare Stelle der Verteidigung vor sich. Zum Teil werden Blitzes auch nur angetäuscht, um den Quarterback zu verunsichern oder ihn zu einer schlechten Entscheidung zu verleiten.

Defensive Stunts

Der *Defensive Stunt* ist eine weitere Variante, die Offense unter Druck zu setzen. Dabei stellen sich die D-Line-Spieler und Linebacker in die für ihre Formation gewöhnlichen Positionen auf, tauschen aber ihre Assignments (Aufgaben) nach dem Snap mit dem Nebenmann oder mit einem vorher abgesprochenen Partner. So greift z. B. ein Defense End in der Mitte an und der Defense Tackle übernimmt die Außenseite. Das soll Abstimmungsschwierigkeiten innerhalb der gegnerischen Offensive Line hervorrufen.

D-Line Shifts

Ein ähnliches Ziel verfolgen die *D-Line Shifts*. Auch hierbei stellen sich die Defensive Linemen zum Beispiel in einem Gap auf, wechseln aber kurz vor dem Snap die Position (zum Beispiel Head-on zum O-Line Spieler). Das hat mehrere Wirkungen. Erstens bringt es die Offensive Line durcheinander, weil die geplanten Blockschemata evtl. nun nicht mehr passen und es zu spät ist, um sich neu abzusprechen. Und zweitens zwingt es den QB zu möglichen Audibles, die den Spielzug ändern, wenn er sieht, dass z. B. die D-Line stark auf die Seite des geplanten Spielzuges shiftet und ihn für die Offense unmöglich macht. Das wiederum verrät der Defense etwas über den geplanten Spielzug.

Rückennummern

Beispiel für Rückennummern

Die Rückennummern haben üblicherweise eine feste Zuteilung zu den Positionen, nicht zuletzt zur Orientierung der Schiedsrichter. Zwar ist diese Zuordnung nach den Regeln der NCAA nicht zwingend vorgeschrieben, allerdings wird nachdrücklich empfohlen die Nummern nach dem auch in der NFL üblichen Schema zu vergeben. Für die Offensive Line ist bei mindestens fünf Spielern die Nummerierung mit Nummern zwischen 50 und 79 während normaler Spielzüge allerdings vorgegeben, da sie beispielsweise keine Bälle fangen und den Ball auch sonst nur als freien Ball

(z. B. Fumble) berühren bzw. während Passspielzügen vor dem Werfen des Balls nicht nach vorne laufen dürfen. Meist werden die Nummern nach folgendem Schema vergeben:

- 1–9: Quarterbacks, Kicker, Punter
- 10–19: Quarterbacks, Kicker, Punter und Wide Receiver
- 20–49: Running Backs, Defensive Backs
- 50–59: Center und Linebacker
- 60–79: Defensive Linemen, Offensive Linemen (Guards, Tackles, Center)
- 80–89: Wide Receiver, Tight Ends
- 90–99: Linebacker, Defensive Linemen (Defensive Ends, Defensive Tackles)

Des Weiteren gibt es in vielen Teams so genannte *retired numbers* (zurückgezogene Nummern). Die Nummern gehörten früher besonders großartigen Spielern, werden mit diesen assoziiert und zum Andenken an diese Spieler bzw. als Ehrung nicht mehr vergeben.