

American Football

Ich find's cool,
aber verstehe das Spiel nicht ...
Das ändert sich jetzt !



AFC Wetzlar Wölfe e.V.

Web: www.wetzlar-woelfe.de

Facebook: WetzlarWoelfe

Instagram: wetzlarwoelfe

Ein Kurzer Leitfaden mit den wichtigsten Infos für unsere Zuschauer, damit Du mitreden kannst und das Spiel verstehst. (Quellen: www.giga.de, www.ran.de)

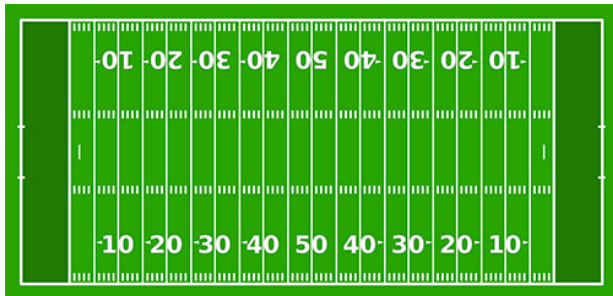
Grundlegende Regeln

Wie bei Ballsportarten üblich, gilt es auch beim American Football mehr Punkte, als der Gegner zu erzielen. Punkte gibt es, indem der Football in die gegnerische Endzone des Spielfelds transportiert oder gekickt wird.

Das Hauptziel beim American Football ist der Raumgewinn (Offense) und die Verteidigung des eigenen Spielgebiets (Defense).

Die Spielzeit beim American Football beträgt 4×12 Minuten. Dabei handelt es sich um die Nettospielzeit. Im Gegensatz zum Fußball etwa, gibt es demnach keine Nachspielzeit, bei Spielunterbrechungen (Regelverstöße, Fouls, Ball im Aus etc.) wird Zeit angehalten. Nach dem ersten und dritten Viertel werden die Seiten gewechselt. Nach Ende des zweiten Viertels ist Halbzeit (15 Minuten).

Das Spielfeld beim American Football ist 100 Yards lang und 53,3 Yards breit. Dies entspricht den Maßen 91,4 x 48,7 m. 1 Yard sind knapp 0,9 m.



Kick-Off (Anstoß)

Per Münzwurf wird bestimmt, wer zunächst den Ball bekommt. Gestartet wird von der verteidigenden Mannschaft mit einem Kick-Off von der eigenen 35 Yard-Linie. Ziel ist es, den Ball soweit wie möglich in die Hälfte des Gegners zu befördern.

Die **Offense** muss den Ball fangen und in die Richtung, aus der der Kick-Off erfolgt ist, zurücktragen. Die **Defense** muss diesen Angriff unterbinden. An der Stelle, an der die Defense die Offense erfolgreich stoppt, beginnt die „Series of Downs“.

Series Of Downs – Die Angriffsversuche

Die Offense muss nun innerhalb von vier Downs eine Strecke von mindestens 10 Yards (9,14 m) hinter sich bringen. Dabei kann der Football für den Raumgewinn geworfen (Pass) oder im Lauf (Run) vorangetrieben werden.

Beim Lauf sollen weitere Spieler der eigenen Mannschaft dafür sorgen, dass die

Verteidiger aus dem Weg geräumt werden.

Einen Wurfpass führt der Quarterback aus. Dafür geht dieser zunächst einige Schritte zurück und wirft diesen dann zu einem eigenen Mitspieler. Dieser muss den Ball fangen, bevor das Spielgerät auf dem Boden ankommt.

Der nächste Down erfolgt an dem Punkt, wo der Spieler mit dem Ball gestoppt wurde. Wurden mindestens 10 Yards zurückgelegt, erhält das Offense-Team weitere vier Down-Versuche.

Getauscht werden die Offense- und Defense-Rechte, wenn vor einem vierten Versuch ein First Down nicht mehr möglich ist und ein Field Goal nicht erzielt werden kann. Die Offense-Mannschaft kickt den Ball aus der eigenen Hand in das gegnerische Feld. Das Angriffsrecht wechselt zudem sofort, wenn der angreifende Spieler den Ball fallen lässt oder die Defense-Mannschaft den Ball abfängt. Das Abfangen des Balls wird auch „Interception“ genannt.

Punkte erzielen

Hauptziel ist es, durch den Raumgewinn Punkte für das Team zu gewinnen. Dies kann auf verschiedene Arten geschehen.

Touchdown: Der Touchdown bringt sechs Punkte. Hierbei wird der Ball durch einen Run über das Spielfeld oder einen Pass über die gegnerische Endzone befördert. Die Mannschaft, die einen Punkt per Touchdown erzielt hat, bekommt einen neuen Try von der 3-Yard-Linie: Dieser kann dann wie folgt ausgeführt werden:

Extra Point – 1 Punkt: Kick durch den oberen Bereich des Tores.

Conversion – 2 Punkte: Erneuter Touchdown.

Field Goal – 3 Punkte: Kann nach dem dritten Try kein First Down oder Touchdown erzielt werden, steht es der Offense-Mannschaft frei, ein Field Goal zu erreichen. Das Field-Goal muss mit dem vierten Try versucht werden. Wie beim Extra Point muss der Ball hierbei per Kick in die obere Hälfte des Tores befördert werden.

Safety – 2 Punkte: Wird der angreifende Spieler in der gegnerischen Zone gestoppt, gibt es Punkte für das Defense-Team. Der Ball muss an die angreifende Mannschaft von der eigenen 20-Yard-Linie zurückgekickt werden.

Spielerpositionen Offense

Quarterback (QB): Der Spielmacher des Angriffs, der bei jedem Spielzug den Ball entweder zu seinen Wide Receivern (WR) werfen oder zu seinem Running Back (RB) übergeben kann. Der Quarterback kann wie der Running Back auch selbst laufen.

Wide Receiver (WR): In der Regel die schnellsten Spielern auf dem Feld. Sie müssen die Pässe des Quarterbacks fangen, um im Anschluss daran möglichst weit in Richtung Endzone zu sprinten.

Running Back (RB): Der Ballträger, der sich nach der Ball-Übergabe durch den Quarterback den Weg durch die Verteidigung bahnt, um in die Endzone zu kommen. Running Backs können (ähnlich wie Wide Receiver) auch Bälle fangen und so in die Endzone laufen.

Fullback (FB): Einer der Ballträger, der selten den Ball bekommt, sondern dem Running Back den Weg durch die Verteidigung freiräumt.

Halfback (HB): Ebenfalls eine Form des Running Backs.

Tight End (TE): Eine sogenannte Hybrid-Position mit unterschiedlichsten Aufgaben. Kann sowohl Bälle wie ein Wide Receiver fangen, als auch große Verteidiger an der Line of Scrimmage (LOS) blocken.

Offensive Line (OL - Guard und Tackle): Spieler der Angriffslinie, die entweder den Verteidiger aufhalten müssen, um dem Quarterback Zeit zu verschaffen oder dem Ballträger beim Laufspiel Lücken freiblocken.

Center (C): Der mittlere Spieler in der Angriffslinie, der bei jedem Spielzug den Ball zwischen seinen Beinen hindurch zum Quarterback ins Spiel bringt (Snap). Er hat ansonsten die gleichen Aufgaben wie der Rest der Offensive Line.

Spielerpositionen Defense

Defensive Tackle (DT - gehört zur Defensive Line): Die inneren Spieler der Verteidigungslinie, die sowohl den Quarterback im Passspiel unter Druck setzen oder zu Fall bringen, als auch den gegnerischen Ballträger beim Laufspiel stoppen.

Defensive End (DE - gehört zur Defensive Line): Die äußeren Spieler der Verteidigungslinie, die genau wie die Defensive Tackles den Quarterback attackieren und den Laufspielzug des Gegners stoppen.

Linebacker (LB): Die zweite Linie der Verteidigung hinter der Defensive Line, die sowohl den Ballträger beim Laufspiel stoppt als auch in der Pass-Verteidigung aktiv wird. In einigen Fällen übernehmen Linebacker die gleiche Funktion wie die D-Line und setzen den Quarterback unter Druck (Blitz).

Cornerback (CB): Die äußeren Mann-Verteidiger, die im Passspiel gegen die Wide Receiver spielen.

Safeties (S): Die inneren/tiefen Pass-Verteidiger sind die letzte Reihe der Verteidigung.