

FOOTBALL FÜR DUMMIES SPIELANLEITUNG

inkl. Wettbewerb zum Mitmachen



ARGOVIA PIRATES
AMERICAN FOOTBALL CLUB

DAS SPIEL

Das Spielfeld:

Das Spielfeld ist in Yards eingeteilt. Insgesamt ist es 100 Yards lang und 48,8 Yards breit (1 Yard ~ 0,91 m). Die Endzonen beider Mannschaften befinden sich jeweils an den Enden des Spielfelds.

Was ist das Ziel des Spiels?

Ziel jeder American Football Mannschaft ist es, den Ball in die gegnerische Endzone zu bringen und einen Touchdown bzw. ein Field Goal zu erzielen. Football wird mehrheitlich mit den Händen gespielt und nicht etwa, wie der Name vermuten lässt, mit den Füßen. American Football ist eine stark körperbetonte Sportart.

Wie lange dauert ein Spiel?

Ein American Football Spiel dauert 60 Minuten (ohne Verlängerung). Jedes Quarter (Viertel) dauert 15 Minuten. Eine Pause wird am Ende des 2. Quarter (Halbzeit) eingelegt. Nach dem 1. und 3. Viertel gibt es eine kurze Pause von 2 Minuten für den Seitenwechsel. (In der Schweiz dauert ein Spiel üblicherweise nur 48 Minuten, also 12 Minuten pro Viertel).

Wie läuft das Spiel ab?

Der Münzwurf entscheidet, welche Mannschaft den Ball zuerst bekommt. Diese Mannschaft beginnt dann mit dem Kickoff, das heisst: Aus der eigenen Zone muss der Ball in die gegnerische Zone gekickt werden. Das gegnerische Kickoff Return Team muss dann versuchen, den Ball zu fangen und in die Zone, aus der der Kickoff erfolgt ist, zurückzubringen. In dem Moment, in dem die Defense es schafft, den Angriff abzuwehren, beginnt die sogenannte «Series of Downs».

Was ist die «Series of Downs»?

Die Mannschaft, die mit dem Angriff beginnt, hat vier Versuche (Downs), um den Ball mindestens 10 Yards in die gegnerische Richtung zu befördern. Schafft sie das, bekommt sie vier neue Angriffsversuche. Legt sie weniger als 10 Yards zurück, lässt den Ball fallen oder verliert ihn an die Gegner, muss sie ihr Angriffsrecht abgeben und es wird in die entgegengesetzte Richtung gespielt (Turnover on Downs).

DIE MANNSCHAFT

Welche Spieler gibt es?

Jede Mannschaft besteht aus einer Offense (Angriff) und einer Defense (Verteidigung). Es dürfen jedoch nur 11 Spieler pro Mannschaft auf dem Feld sein. Zusätzlich gibt es noch die Spezial Teams wie Kickoff Team und Kickoff return Team, diese werden in der Regel aus Defense und Offense Spieler zusammengesetzt. Je nach dem ob ein Team verteidigen oder angreifen muss, werden die entsprechenden Spieler aufgestellt. Die Spieler dürfen zwischen den Spielzügen fliegend ausgewechselt werden.

DIE OFFENSIVE (ANGRIFF):

Das Offense-Team besteht aus einem Quarterback, Offensive Line (1 Center, 2 Guards, 2 Tackles), Wide Receiver, Running Backs, Tight End.

Der Quarterback ist die spielgestaltende Person der Offense. Das ist der Spieler, der am Anfang eines Spielzugs den Ball durch die Beine (des Centers) angereicht bekommt. Hat der Quarterback den Ball, ist es seine Aufgabe, die von den Trainern geplante Strategie umzusetzen. Hierfür gibt es zwei Varianten.

Variante 1: Er übergibt den Ball an einen Running Back, der sich dann durch die Verteidigung kämpft und versucht, in die gegnerische Zone zu gelangen.

Variante 2: Er passt den Ball über die Verteidigung hinweg an einen Receiver, der dann einen Vollsprint Richtung Endzone hinlegt und im besten Fall einen Touchdown schafft.

Der Center, die Guards und die Tackles gelten als Offensive Linemen und haben die Aufgabe, den Quarterback oder den Running Back zu schützen, dass diesem der Ball nicht weggenommen werden kann, bzw. er einen Pass spielen (oder selber laufen) kann.

Aufgabe der **Tight Ends** ist die Verteidigung zu blocken, damit möglichst niemanden den Quarterback stören kann, sowie das Fangen von kurzen Pässen.

DIE MANNSCHAFT

DIE DEFENSIVE (VERTEIDIGUNG):

Das Defense-Team besteht aus den Linebackers, der Defensive Line (Nose Guard, Defensive Tackles, Defensive Ends), den Cornerbacks und den Safeties.

Die Linebacker sind primär die Laufverteidigung gegen die Running Backs, können aber auch die kurzen Pässe verteidigen.

Die Defensive Line (Defensive Ends, Tackles, Nose Guard) blocken die gegnerische O-Line und versuchen Laufspielzüge früh zu stoppen.

Die Cornerbacks versuchen, die Wide Receivers zu decken und sie daran zu hindern, einen Pass des Quarterbacks zu fangen.

Die Safeties haben die Aufgabe, die Running Backs oder Tight Ends zu stoppen, sollte dieser einen Pass erhalten. Zudem helfen sie als letzte Sicherheit (Safety) unterstützend in der Passverteidigung auch gegen Receiver

Schaue dir die Grundregeln des American Footballs ganz einfach auf [youtube.ch](https://www.youtube.com/watch?v=...) an. QR-Code mit dem Smartphone einscannen und anschauen.



DIE PUNKTE

Touchdown (6 Punkte):

Um einen Touchdown zu erlangen, muss der Ball innerhalb der Series of Downs in die gegnerische Endzone befördert werden. Nach einem Touchdown gibt es zwei Möglichkeiten, um weitere Punkte zu bekommen:

PAT Point After Touchdown (1 Punkt): Hierfür muss der Ball von der 3-Yard Linie direkt durch das Tor gekickt werden.

Conversion (2 Punkte): Der Ball wird nach dem Touchdown an die 3-Yard-Linie gelegt. Von hier aus muss er dann noch einmal in die gegnerische Endzone gebracht werden, es muss also quasi ein weiterer Touchdown gelingen.

Field Goal (3 Punkte):

Ist während einer Angriffsserie schon abzusehen, dass mit dem vierten Versuch weder die 10-Yards-Marke noch ein Touchdown erreicht wird, kann die Mannschaft ihren Versuch durch ein Field Goal «retten». Um ein Field Goal zu erzielen, muss der Ball von der aktuellen Feldposition aus durch die Torstangen gekickt werden.

Safety (2 Punkte):

Bei einem Safety kann die Defense Punkte bekommen, wenn sie es schafft, den Angreifer in seiner eigenen Endzone aufzuhalten. Der Gegner gilt dann als gestoppt, wenn er entweder zu Boden geht, oder er über die Seitenaus- oder die Endlinie vom Spielfeld gedrängt wird.



SPONSOREN & PARTNER



**Gurtner
Metallbau AG**

innovativ kreativ spezial

