

# Auf einen Blick

---

<b>Über die Buchautoren</b> .....	<b>11</b>
<b>Einführung</b> .....	<b>25</b>
<b>Teil I: Football – die ersten Schritte</b> .....	<b>29</b>
<b>Kapitel 1:</b> Amerikas großartigstes Spiel .....	31
<b>Kapitel 2:</b> Auf dem Spielfeld, dem Gridiron .....	41
<b>Kapitel 3:</b> Regeln und Vorschriften .....	57
<b>Teil II: Go, Offense!</b> .....	<b>85</b>
<b>Kapitel 4:</b> Der Quarterback, der wichtigste Spieler .....	87
<b>Kapitel 5:</b> Das Passspiel .....	103
<b>Kapitel 6:</b> Das Laufspiel .....	117
<b>Kapitel 7:</b> Die Offensive Line bei ihrer Arbeit in den Gräben .....	141
<b>Kapitel 8:</b> Spielzüge und Strategien der Offense .....	155
<b>Teil III: Das große D</b> .....	<b>181</b>
<b>Kapitel 9:</b> Riesige Kerle: Die Defensive Line und die Linebacker .....	183
<b>Kapitel 10:</b> Die Secondary: Letzte Verteidigungslinie .....	199
<b>Kapitel 11:</b> Defense-Taktiken und -Strategien .....	215
<b>Teil IV: Treffen Sie den Rest des Teams</b> .....	<b>233</b>
<b>Kapitel 12:</b> Special Teams, Meister beim Kicken .....	235
<b>Kapitel 13:</b> Trainer, General Manager und andere wichtige Leute .....	259
<b>Teil V: Football für jedermann</b> .....	<b>273</b>
<b>Kapitel 14:</b> Sessel-Quarterbacks und andere fabelhafte Fans .....	275
<b>Kapitel 15:</b> Jugendlichen- und Highschool-Football .....	285
<b>Kapitel 16:</b> College-Football: Wo alles anfing .....	297
<b>Kapitel 17:</b> Ein Blick auf die NFL (und andere Profi-Ligen) .....	313
<b>Kapitel 18:</b> Fantasy-Football .....	331
<b>Teil VI: Der Teil der Zehn</b> .....	<b>339</b>
<b>Kapitel 19:</b> Die (mehr als) zehn größten Defense-Spieler aller Zeiten .....	341
<b>Kapitel 20:</b> Mehr als die zehn größten Quarterbacks aller Zeiten .....	355
<b>Kapitel 21:</b> Mehr als zehn der größten Trainer in der Geschichte des Footballs .....	363
<b>Anhang: Football-Begriffe</b> .....	<b>373</b>
<b>Abbildungsverzeichnis</b> .....	<b>385</b>
<b>Stichwortverzeichnis</b> .....	<b>391</b>



# Inhaltsverzeichnis

---

<b>Über die Buchautoren</b> .....	<b>11</b>
<b>Einführung</b> .....	<b>25</b>
Über dieses Buch .....	26
Törichte Annahmen über den Leser .....	26
In diesem Buch verwendete Symbole .....	27
Über dieses Buch hinaus .....	27
Wie geht es weiter? .....	28
<b>TEIL I</b>	
<b>FOOTBALL – DIE ERSTEN SCHRITTE</b> .....	<b>29</b>
<b>Kapitel 1</b>	
<b>Amerikas großartigstes Spiel</b> .....	<b>31</b>
Warum Football das Beste ist .....	32
Wer spielt Football? .....	33
Wie der Football begann .....	34
Camp definiert die Regeln .....	34
Grange fördert die Popularität des Profi-Footballs .....	35
Die Football-Saison heute .....	37
Wie das Fernsehen zur Popularität des Footballs beitrug .....	39
Warum Millionen Menschen jedes Jahr den College-Football bejubeln .....	39
Was macht den Super Bowl zur Nummer 1? .....	40
<b>Kapitel 2</b>	
<b>Auf dem Spielfeld, dem Gridiron</b> .....	<b>41</b>
Das große Bild: Stadien .....	41
Zur Sache: Das Feld .....	42
Abmessungen des Feldes .....	43
Markierungen auf dem Feld .....	43
Außerhalb der Grenzen .....	45
Spielerbänke .....	45
Die Spielfläche .....	46
Torpfosten und andere Ausrüstungsgegenstände auf dem Spielfeld .....	48
Der lustig geformte Ball .....	49
Die Besetzung der Teams .....	50
Was es mit den Football-Trikots auf sich hat .....	50
Das Trikot .....	51
Helme und Gesichtsmasken .....	53
Polster .....	54
Schuhe und Stollen .....	54

<b>Kapitel 3</b>	
<b>Regeln und Vorschriften</b> .....	<b>57</b>
Das Wichtigste über die Spieluhr .....	57
Münzwurf und Kickoff .....	60
Downs + zurückgelegte Yards = Spannung .....	61
Punkte .....	63
Touchdowns .....	63
Extrapunkte und Two-Point Conversions .....	64
Field Goals – Feldtore .....	65
Safetys .....	65
Die Rolle der Officials .....	66
Referee – der Schiedsrichter .....	67
Umpire – der Obmann .....	67
Line Judge – der Linienrichter .....	68
Back Judge .....	68
Field Judge – der Feldrichter .....	69
Side Judge – der Seitenrichter .....	69
Replay Official – der Beauftragte für den Videobeweis .....	70
Die Signale der Officials .....	70
Strafen und andere Verstöße .....	75
5-Yard-Strafen .....	75
10-Yard-Strafen .....	78
15-Yard-Strafen .....	79
Spezifische Strafen beim Passspiel .....	82
Anfechtung eines Calls: Das Instant Replay Challenge System .....	82
<b>TEIL II</b>	
<b>GO, OFFENSE!</b> .....	<b>85</b>
<b>Kapitel 4</b>	
<b>Der Quarterback, der wichtigste Spieler</b> .....	<b>87</b>
Der Job des Quarterbacks .....	88
Was ein Quarterback braucht, um erfolgreich zu sein .....	90
Armstärke .....	90
Genauigkeit .....	90
Wetteifer .....	91
Intelligenz .....	91
Mobilität .....	91
Abwurf .....	92
Größe .....	93
Scharfes Auge .....	93
Grundlagen des Quarterbackings .....	94
Einnehmen der Haltung .....	94
Zurückfallen .....	95
Übergabe .....	96
Griff .....	96

Ansage einer Defense .....	97
Cover 1 .....	97
Cover 2 .....	98
Cover 3 .....	98
Cover 4 .....	99
Aufrufen von Spielzügen und Audibilisierung .....	100
Quarterback-Mathematik beherrschen .....	101

**Kapitel 5**  
**Das Passspiel .....** **103**

Lernen Sie das Passspiel kennen .....	103
Die Rolle der Receiver .....	104
Die richtige Haltung einnehmen .....	106
Richtig ausrichten .....	107
Den Ball fangen .....	107
Mann-zu-Mann-Deckung besiegen .....	108
Definition wichtiger Passbegriffe .....	109
Passmuster .....	112
Aufstellung in der Shotgun-Formation .....	115

**Kapitel 6**  
**Das Laufspiel .....** **117**

Ein Überblick über das Bodenspiel .....	118
Treffen Sie die Männer, die das Spiel am Boden spielen .....	119
Der Running Back, der wichtigste Ballträger einer Mannschaft .....	119
Der Fullback, Beschützer des Halfbacks .....	121
Was ein Running Back braucht .....	122
Die Haltungen .....	126
Die oberste Priorität .....	127
Aufstellen: Die Formationen .....	128
Single-Back-Formation .....	129
Trips-Formation .....	129
Leere Formation .....	130
Split-Back-Formation .....	130
I-Formation .....	131
Die grundlegenden Laufspiele .....	132
Sprengen oder Tauchen .....	132
Counter .....	133
Draw .....	133
Off-Tackle .....	133
Pitch .....	134
Reverse .....	134
Slant .....	135
Sweep .....	136
Jet Sweep .....	136
Stretch .....	137

Trap .....	137
Run-Pass Option .....	138
Triple Option .....	139

## Kapitel 7

### Die Offensive Line bei ihrer Arbeit in den Gräben ..... 141

Ein Überblick über die Line .....	142
Center .....	143
Guards .....	144
Tackles .....	145
Der Körperbau eines Lineman: Fette Kerle machen den Trick .....	146
Die Schlüssel zum erfolgreichen Spiel der Offensive Line verstehen .....	148
Die richtige Haltung .....	148
Eine solide Basis .....	149
Hebelwirkung .....	150
Härte .....	150
Wiederholung .....	151
Das schlimmste Vergehen eines Lineman aufdecken: Strafen .....	152
Blocking-Begriffe .....	153

## Kapitel 8

### Spielzüge und Strategien der Offense ..... 155

Spezialisierte Pass Offenses .....	157
West Coast Offense .....	158
Shotgun Offense .....	158
Ein paar gerade moderne Offense-Falten .....	159
Wildcat .....	160
Spread .....	160
Pistol .....	161
Eine Defense besiegen .....	161
Kampf gegen eine 3-4 Front .....	161
Gegen eine 4-3-Front laufen .....	162
Besiegen der Four Across Defense .....	163
Die Druckdeckung schlagen .....	165
Passspiel gegen eine Zonendeckung .....	165
Angriff auf einen Zonenblitz .....	166
Der Pfostenwurf gegen blitzende Teams .....	167
Mit der No Huddle Offense die Defense unterminieren .....	168
Bessere Feldposition .....	168
Feldpositionspässe werfen .....	168
Ballbesitz-Pässe spielen .....	169
Spielfeldverlagerung mit Play-Action-Pässen .....	170
Offense-Strategien für heikle Situationen .....	170
Entscheiden, ob man bei einem Fourth-and-1 zocken soll .....	170
2-Minutes-Drill .....	173
Trickspielzüge .....	174

Offense-Punkte .....	176
Den besten Laufspielzug auf der Goal Line machen .....	176
Punkte innerhalb der gegnerischen 10-Yard-Linie erzielen .....	177
2-Point Conversions anstreben .....	178
Die Tarnung für ein erfolgreiches Spiel .....	179

**TEIL III**  
**DAS GROßE D .....** **181**

**Kapitel 9**  
**Riesige Kerle: Die Defensive Line und die Linebacker .....** **183**

Die großen Kerle – die Linemen .....	184
Die D-Line genauer betrachtet .....	185
Die verschiedenen Defense-Spieler .....	185
Was macht einen guten Defense-Spieler aus? .....	187
D-Line-Jargon .....	188
Die Keys für einen defensiven Lineman .....	190
Linebacker: Die Anführer der Defense .....	191
Was Linebacker tun .....	192
Wie Linebacker arbeiten .....	192
Die verschiedenen Linebacker .....	193
Defensive Ausrichtungen .....	194
Sacks, Tackles und andere defensive Perlen .....	195

**Kapitel 10**  
**Die Secondary: Letzte Verteidigungslinie .....** **199**

Die Protagonisten .....	200
Cornerbacks .....	200
Safeties .....	202
Strong Safety .....	203
Free Safety .....	203
Nickel und Dime Backs .....	204
Hybride Spieler .....	206
Die Tricks und Techniken der Secondary .....	206
Rempeln und laufen .....	206
Bei einem Receiver bleiben .....	207
Stemming – Herumwandern .....	207
Zeichen setzen: Ein guter Tag im Leben eines Defensive Back .....	208
Das Problem der Pass Interference und des unerlaubten Kontakts .....	209
Die beiden Arten der Deckung (und ihrer Variationen) .....	210
Mann-zu-Mann-Deckung .....	211
Zonenabdeckung .....	212
Acht Männer in der Box .....	213

<b>Kapitel 11</b>	
<b>Defense-Taktiken und -Strategien</b>	<b>215</b>
Auswahl einer grundlegenden Defense	215
Die verschiedenen Defense-Möglichkeiten	217
4-3 Front	217
3-4-Front	219
3-4 Eagle	220
Dallas 4-3	222
Flex	223
Zonenblitz	224
46	225
Over/Under 4-3	227
Cover 2 (und Tampa 2)	228
Bewältigung kniffliger Situationen	229
Einen Superstar stoppen	229
Die 2-Point Conversion stoppen	230
Short Yardage	231

## TEIL IV TREFFEN SIE DEN REST DES TEAMS 233

<b>Kapitel 12</b>	
<b>Special Teams, Meister beim Kicken</b>	<b>235</b>
Wer ist wer in den Special Teams?	236
Was ist so besonders an den Special Teams?	237
Placekicking	238
Kickoff	238
Kickoff Returns	243
Field Goals und PATs erzielen	246
It's good: Ein gültiger Versuch!	247
Field Goals und PATs blockieren	249
Punting	251
Aufstellen und den Ball manövrieren	252
Die Leistungsträger des Punt-Teams	252
Die Punt-Regeln	254
Punting aus der Not heraus	255
Täuschen	256
Die gefährliche Kunst der Punt Returns	256

<b>Kapitel 13</b>	
<b>Trainer, General Manager und andere wichtige Leute</b>	<b>259</b>
Die furchtlosen Anführer einer Mannschaft: Die Trainer	260
Wer macht was im Trainerstab?	261
Die verschiedenen Coaching-Stile und -Philosophien	263
Was Trainer tun, wenn sie nicht am Spielfeldrand stehen	266
Während der Saison	266
In der Nebensaison	267



Das öffentliche Gesicht der Mannschaft: Die Eigentümer . . . . .	268
Die Augen und Ohren eines Eigentümers: General Manager . . . . .	269
Verantwortliche für die Talentsuche: Scouts . . . . .	270
Starke und gesunde Spieler: Trainer und Mannschaftsärzte . . . . .	271
Knackige Zahlen: Analyseabteilungen . . . . .	271

**TEIL V  
FOOTBALL FÜR JEDERMANN . . . . . 273**

**Kapitel 14  
Sessel-Quarterbacks und andere fabelhafte Fans . . . . . 275**

Den Slang der Sprecher entschlüsseln . . . . .	275
Ein Spiel im Fernsehen oder Radio verfolgen . . . . .	276
Ein Spiel im Fernsehen ansehen . . . . .	277
Einem Spiel im Radio zuhören . . . . .	278
Ein Spiel besuchen . . . . .	279
Auswahl der besten Plätze . . . . .	280
Wissen, worauf man sich konzentrieren sollte . . . . .	280
Viel Spaß bei der Halbzeitshow . . . . .	281
Mit Ihren Lieblingsteams auf dem Laufenden bleiben . . . . .	282
Das NFL Network und die NFL RedZone . . . . .	282
Internet-Sportseiten . . . . .	282
Fantasy-Fußball-Seiten . . . . .	283
X (ehemals Twitter) . . . . .	283
Mobile Apps . . . . .	284
Besuch der Football Halls of Fame . . . . .	284

**Kapitel 15  
Jugendlichen- und Highschool-Football . . . . . 285**

Football für alle zugänglich machen . . . . .	285
Den Zeitpunkt für den Spielbeginn festlegen . . . . .	286
Kinder für Jugend-Football anmelden . . . . .	287
Pop Warner und ähnliche Programme . . . . .	287
NFL-Flag . . . . .	288
Was Highschool-Football auszeichnet . . . . .	289
Unterschiede in den Regeln . . . . .	289
Spielweise . . . . .	290
Spieleraufstellungen . . . . .	291
Das Beste aus dem Highschool-Spiel machen . . . . .	292
Spieler . . . . .	292
Coaches . . . . .	293
Eltern . . . . .	293
Eine College-Football-Karriere . . . . .	295

<b>Kapitel 16</b>	
<b>College-Football: Wo alles anfing</b> .....	<b>297</b>
Warum College-Football so beliebt ist .....	297
Groß, Mittel und Klein .....	300
Großartige Schulen .....	301
Kleine College-Mächte .....	303
College Conferences .....	303
Das große Geschäft des College-Footballs .....	305
Das Transfer-Portal .....	305
NIL .....	306
College-Football-Playoffs .....	306
2023: Playoffs mit vier Teams .....	307
2024 und danach: Playoffs mit zwölf Mannschaften .....	307
Heisman und andere Trophäen .....	308
All-America- und andere All-Star-Teams .....	309
<b>Kapitel 17</b>	
<b>Ein Blick auf die NFL (und andere Profi-Ligen)</b> .....	<b>313</b>
Die Geburt des Profi-Footballs .....	314
Die NFL-Conferences .....	315
Der Profi-Football-Zeitplan .....	316
Die Spiele der regulären Saison .....	316
Die Playoffs .....	316
Der Super Bowl .....	317
Ein Team aufbauen: Mehr, als nur Strohhalme ziehen .....	319
Auswahl von Spielern nach der Schule .....	319
Wer wählt wann? .....	319
Wie Picks gemacht werden .....	320
Handeln, um zu bekommen, was man will .....	320
Freie Mitarbeiter .....	321
Status ist alles: Bestimmung von Spielerbezeichnungen .....	321
Das Geschäft des Profi-Footballs .....	323
Zahlen stiften Frieden: Spielergehälter .....	323
Die Gehaltsobergrenze gleicht das Spielfeld aus .....	324
Tarifvereinbarungen .....	325
Das große Geschäft und die Verbindung zum Fernsehen .....	326
Profi-Football als soziale Plattform .....	326
Die Gesundheit der Spieler hat Vorrang .....	327
<b>Kapitel 18</b>	
<b>Fantasy-Football</b> .....	<b>331</b>
Wie Fantasy-Football-Ligen funktionieren .....	331
Grundlagen .....	332
Eine Liga gründen .....	333
Auswahl einer Fantasy-Football-Website .....	333
Zusammenstellung eines Teams .....	334
Die Positionen besetzen .....	335

Verwaltung Ihres Teams nach dem Draft . . . . .	335
Berechnung der Gesamtpunktzahl und Gewinn . . . . .	336
Tipps für erfolgreichen Fantasy-Football . . . . .	337
Daily Fantasy Sports . . . . .	337
Informationen finden, die Ihrem Team helfen . . . . .	338

**TEIL VI  
DER TEIL DER ZEHN . . . . . 339**

**Kapitel 19  
Die (mehr als) zehn größten Defense-Spieler aller Zeiten . . . . 341**

Dick Butkus . . . . .	341
Aaron Donald . . . . .	342
Kenny Easley . . . . .	343
Joe Greene . . . . .	343
Jack Ham und Ted Hendricks . . . . .	344
Mike Haynes . . . . .	345
Ken Houston . . . . .	345
Sam Huff und Ray Nitschke . . . . .	346
Deacon Jones und Merlin Olsen . . . . .	346
Jack Lambert . . . . .	347
Dick »Night Train« Lane . . . . .	348
Bob Lilly . . . . .	348
Gino Marchetti . . . . .	349
Ed Reed . . . . .	349
Deion Sanders . . . . .	350
Lawrence Taylor . . . . .	351
J. J. Watt . . . . .	352
Reggie White . . . . .	352

**Kapitel 20  
Mehr als die zehn größten Quarterbacks aller Zeiten . . . . . 355**

Terry Bradshaw . . . . .	355
Tom Brady . . . . .	356
Drew Brees . . . . .	356
John Elway . . . . .	357
Otto Graham . . . . .	358
Peyton Manning . . . . .	359
Dan Marino . . . . .	359
Joe Montana . . . . .	360
Fran Tarkenton . . . . .	360
Johnny Unitas . . . . .	361
Steve Young . . . . .	362

<b>Kapitel 21</b>	
<b>Mehr als zehn der größten Trainer in der</b>	
<b>Geschichte des Footballs .....</b>	<b>363</b>
Bill Belichick .....	363
Paul Braun .....	364
Paul »Bear« Bryant .....	365
George Halas .....	366
Jimmy Johnson .....	366
Tom Landry .....	367
Vince Lombardi .....	368
John Madden .....	368
Bill Parcells .....	369
Knut Rockne .....	369
Nick Saban .....	370
Don Shula .....	371
Bill Walsh .....	371
<b>Anhang: Football-Begriffe .....</b>	<b>373</b>
<b>Abbildungsverzeichnis .....</b>	<b>385</b>
<b>Stichwortverzeichnis .....</b>	<b>391</b>