

INHALT

1	Einleitung	8
	Legende	11
2	Die Basis: Geschichte, Ursprung, Verbreitung	12
3	Die Grundlagen	18
	3.1 Wie funktioniert American Football?	19
	3.2 Offense? Defense? Die Positionen	24
	3.2.1 Die Offense	24
	3.2.2 Die Defense	27
	3.2.3 Kurz und knapp – die Positionen im Football	30
4	Die Offense	34
	4.1 Der Weg zum Passglück	36
	4.2 Shotgun, Pistol und Spread: Die Formationen	43
	4.3 Das Passspiel	52
	4.3.1 Der Quarterback	54
	4.3.2 Der Route Tree – wohin laufen die Receiver?	58
	4.4 West Coast, Air Coryell und Erhardt-Perkins: Die Systeme	62
	4.4.1 Air Coryell	62
	4.4.2 West Coast Offense	67
	4.4.3 Erhardt-Perkins-Offense	73
	4.4.4 Die Air Raid Offense	79

5	Das Laufspiel	96
5.1	Das Zone-Blocking	98
5.2	Das Man-Blocking: Gap, Power und Co.	104
5.3	Das Option-Run-Game	107
5.3.1	Exkurs: Die Wildcat Offense	113
6	Die Defense	116
6.1	Linebacker und Defensive Line, 4-3 und 3-4: Die Front Seven	117
6.1.1	4-3-Defense	119
6.1.2	4-3 Over und 4-3 Under	121
6.1.3	3-4-Defense	122
6.1.4	Exkurs: Die 85er Bears und die 46-Defense	125
6.2	Cornerback und Safety: Die Secondary	128
6.2.1	Zone Coverage	131
6.2.2	Exkurs: Die Tampa-2-Defense	134
6.2.3	Man Coverage	137
6.3	Pass-Rush und Blitzing	140
6.3.1	Exkurs: Dick LeBeau und der Zone Blitz	143
7	Special Teams	148
8	Der Rahmen der NFL	152
8.1	Der Draft	153
8.1.1	Wie funktioniert der NFL-Draft?	155
8.2	Die Free Agency und der Salary Cap	158
8.2.1	Franchise Tag, Transition Tag: Die Waffen der Teams	162
8.2.2	Der Salary Cap	165

9	Entwicklungen im Football: Die Zukunft des Spiels	170
9.1	Exkurs: Die „Five-Across-Formation“	173
9.2	Exkurs: Analytics – Football und der Zahlenwahn	175
10	Moderne Offenses: Andy Reid und zwei Gruden-Schüler revolutionieren die NFL	178
10.1	Run Pass Options – das Trend-Play	179
10.2	Bunch Formations: Alles eng beieinander	182
10.3	Motion, und alles, was darauf folgt	186
	Anhang	192
	Das American-Football-Wörterbuch	192
	Literaturverzeichnis	229
	Bildnachweis	230