

INHALT

VORWORT von Frank Buschmann	7
KICK-OFF: Zwei Monate Alptraum – mein erstes Camp in der NFL	9
FIRST QUARTER	
KAPITEL 1: Kindheit, Jugend und wie ich den Weg in den Football fand	29
KAPITEL 2: Von Karriere zu Karriere – meine Laufbahn als Spieler und der Schritt ins Trainergeschäft	45
KAPITEL 3: Vom Amateur zum Profi – der Sprung ins Big Business und die Unterschiede zwischen beiden Lagern	63
SECOND QUARTER	
KAPITEL 4: Die NFL Europe – eine Erfolgsgeschichte mit hartem Ende	75
KAPITEL 5: Von der NFLE in die NFL – ein Schritt in eine neue Welt	99
KAPITEL 6: Vom Assistant Coach zum Cheftrainer – Frankreichs Nationalteam und die GFL	117
HALF TIME: Das Playbook	141
THIRD QUARTER	
KAPITEL 7: Super Bowl – das größte Einzelsportereignis der Welt	153
KAPITEL 8: Körperfekt in der NFL – und die Schattenseite mit schweren Verletzungen	175
KAPITEL 9: Egos und wie man mit ihnen umgeht – die verrückten Stars der NFL und Vergleiche zu anderen Ligen	189

FOURTH QUARTER

KAPITEL 10: Das Coaching Business als solches – was macht einen guten Trainer aus	213
KAPITEL 11: Fans – warum sie so verrückt nach Football sind	235
KAPITEL 12: Wie ich TV-Experte wurde – und was hinter den Kulissen von <i>ran</i> NFL passiert	249
COOL-DOWN: Ein Ausblick auf das, was kommt im Football in Deutschland, Europa und den USA	263
DANKSAGUNG	271