

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

★ AMERICAN FOOTBALL ★

5 Das Laufspiel	96
5.1 Das Zone-Blocking	97
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: Analytics – Football und der Zahlenwahn	177
10 Moderne Offenses: Andy Reid und zwei Gruden-Schüler revolutionieren die NFL	180
10.1 Run Pass Options – das Trend-Play	181
10.2 Bunch Formations: Alles eng beieinander	183
10.3 Motion, und alles, was darauf folgt	188
Anhang	194
Das American-Football-Wörterbuch	194
Literaturverzeichnis	231
Bildnachweis	232