

FlagFootball Spielerklärung in Kurzform

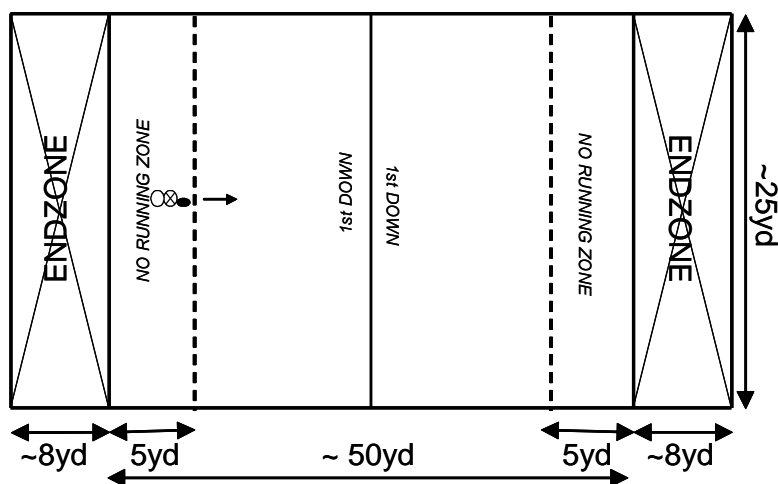
unter Berücksichtigung der „IFAF International FlagFootball Rules (2011)“

Spieler pro Mannschaft: 5 (mindestens 4 am Feld)

Spieldauer: 2 * 20 min

Ausrüstung: Sportkleidung

Spielfeld: siehe Abbildung (1yds entspricht ca 1m (91,44 cm)); Maße können etwas variieren



Kurzbeschreibung des Spiels (Begriffe siehe Glossary):

FlagFootball ist eine kontaktarme Version des American Football. **Ein „tackeln“ (niederreißen, rammen) des Ballträgers ist strengstens untersagt!**

Football ist eine Sportart, in der es darum geht durch Läufe oder (gefangene) Pässe Raumgewinn zu erzielen und damit die verteidigte „Endzone“ des Gegners zu erreichen. Wenn ein Fänger den Ball in der Endzone fängt oder in diese hineinträgt, so erzielt er für sein Team einen „Touchdown“ und erhält 6 Punkte, auf andere Arten („Extrapunkte“; unten beschrieben) können auch 1 oder 2 zusätzliche Punkte erzielt werden. Auch die verteidigende Mannschaft kann Punkte erzielen. Sieger ist die Mannschaft, die mehr Punkte erzielt.

Obwohl diese Variante des Football kontaktarm ist, wird darauf hingewiesen dass Verletzungen wie bei jeder anderen Ballsportart passieren können – **jeder übernimmt für sich selbst und für seinen Gegenspieler die volle Verantwortung!**

Positionen

„Offense“ (=Angreifende Mannschaft)

Center: Der Center startet den Spielzug indem er den Ball mit einem sogenannten „Snap“ zurück zum dahinterstehenden Quarterback übergibt (meist durch die Beine). Anschließend wirkt er als Passempfänger

Quarterback: Spieler, der vom Center nach dem Snap den Ball bekommt. Er wirft den Ball entweder oder übergibt diesen an einen Läufer. Er hat dafür maximal 7 Sekunden Zeit und darf selbst nicht über die Anspiellinie laufen solange er den Ball in der Hand hat.

Receiver: Spieler dem der Ball vom Quarterback zugeworfen wird um ihn zu fangen

Running Back: Spieler der den Ball vom Quarterback direkt (Hand-zu-Hand) übergeben („handoff“) oder nach rückwärts geworfen („pitch“) bekommt um damit zu laufen

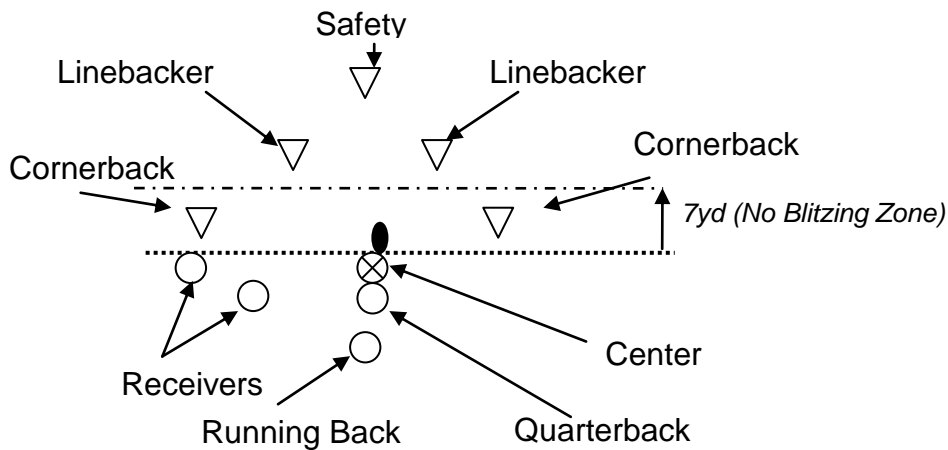
„Defense“ (=Verteidigende Mannschaft)

Safety: Steht meist weiter hinten im zu verteidigenden Feld

Cornerback: Deckt primär einen Receiver oder (meist) die äußeren/hinteren Zonen

Linebacker: Bildet die vordere Verteidigungsreihe und deckt meist die vorderen/inneren Zonen

(Nachstehende Darstellung ist beispielhaft anhand einer bestimmten Offense- und Defense-Formation, die tatsächlichen Aufstellungsvarianten sind mannigfaltig!):



„Downs“ („Versuche“):

Das angreifende Team beginnt an ihrer eigenen 5yds-Linie. Jedes Team hat 4 Versuche („Downs“: *First, Second, Third* und *Fourth Down*) um von der eigenen 5yds Linie über die Mittellinie zu gelangen.

- Gelingt dies, erhält die Mannschaft 4 weitere Versuche, um weiter bis zur gegnerischen Endzone zu gelangen (dh. einen Punktegewinn zu erzielen).
- Gelingt dies nicht, erhält die gegnerische Mannschaft den Ball und beginnt Ihrerseits von ihrer 5yds-Linie.

Punktegewinn - Offense:

Wird der Ball

- in die Endzone getragen oder dort von einem Spieler der Offense gefangen so erzielt die Angriffsmannschaft einen „Touchdown“ und erhält 6 Punkte. Direkt danach können 1 oder 2 „Extrapunkte“ erzielt werden wenn der Ball mit einem einzigen Versuch wiederum in die Endzone gelangt:
 - 1 Punkt – gespielt von der 5 yard Linie (des Gegners)
 - 2 Punkte – gespielt von der 12 yard Linie (des Gegners)

Punktegewinn - Defense:

- „Interception-Return-Touchdown“ (ein von der Defense abgefangener Ball wird in die gegnerische Endzone getragen): 6 Punkte
- „Safety“ (die Offense wird in deren eigener Endzone gestoppt): 2 Punkte
- Interception return eines Extrapunktes der Offense durch die Defense: 2 Punkte

Ziel der Defense ist es den Spielzug aufzuhalten. Der Spielzug ist sofort zu Ende, wenn.....

- dem Ballträger eines seiner „Flags“ gezogen wird
- der Ballträger mit anderen Körperteilen als Händen oder Füßen den Boden berührt
- ein Pass „incomplete“ ist (dh. nicht gefangen wird und zu Boden fällt)
- ein getragener Ball aus der Hand fällt („Fumble“) und der Ball zu Boden fällt

Anmerkung zu Fumbles: Der Spielzug ist sofort gestoppt („tod“) wenn der gefumblete Ball zu Boden fällt. Der Ball wird dort zurückgelegt wo er vom Ballträger verloren wurde. Fumbles können vom Gegner in der Luft abgefangen (intercepted) werden solange der Ball den Boden nicht berührt hat.

Blitzen – No Blitzing Zone

Als „Blitz“ bezeichnet man einen Angriff eines Verteidigungsspielers auf den Quarterback mit dem Ziel diesen hinter der Anspiellinie für Raumverlust zu stoppen (dh. das Flag zu ziehen) bevor dieser den Ball weitergeben oder passen kann.

Alle Spieler die den Werfer „blitzen“ müssen zum Zeitpunkt des Snap mindestens 7 yards von der Line of Scrimmage entfernt sein („No Blitzing Zone“, wird durch einen Referee angezeigt).

Ein Blitzler KANN, MUSS ABER NICHT die Hand vor dem Snap gehoben haben. Er erhält dadurch das Recht auf den direkten Weg zum Snap-Punkt (= Offense-Spieler müssen ausweichen), muss aber nicht notwendigerweise blitzten. Maximal 2 Spieler der Defense dürfen auf diese Art die Hand gehoben haben, allerdings können beliebig viele Spieler die beim Snap außerhalb der „No Blitzing Zone“ stehen den Quarterback blitzten.

Spieler die nicht blitzten, können an der Anspiellinie („Line of Scrimmage“) verteidigen.

(Im Bild weiter oben wären nur der Safety und die Linebacker, nicht jedoch die beiden Cornerbacks blitzberechtigt).

Spielablauf:

„Offense-Plays“ („Spielzüge“):

- Jeder Spielzug („Play“) beginnt an der Anspiellinie („Line of Scrimmage“). Beim ersten Versuch ist dies die eigene 5yds Linie. Danach jeweils dort, wo der Ballträger im vorhergehenden Spielzug gestoppt wurde.
- Vor jedem Spielzug haben die Spieler der Offense 30 Sekunden Zeit, sich zu beraten, welchen Spielzug sie ausführen werden („Huddle“)
- Die Plays werden vom Quarterback meist mit dem Kommando „*Down-Set-Hut*“ begonnen
- Vor dem Start des Spielzuges - dem „Snap“ (Center gibt den Ball zurück zum Quarterback) - müssen (mit nachstehender Ausnahme) die Offense-Spieler mindestens eine Sekunde verharren bevor der Spielzug losgehen kann. Ein Spieler darf sich jedoch parallel zur Line of Scrimmage bewegen („Man in Motion“).
- Der QB hat 7 Sekunden Zeit den Ball nach dem Snap zu einem Läufer („Running Back“) zu übergeben („Handoff“) oder einen Pass auf einen seiner Fänger (= „Receiver“) zu werfen. Braucht der QB länger als 7 Sekunden um zu passen, ist der Spielzug ungültig und es wird eine Strafe gegen die Offense ausgesprochen.
- Vor einem Pass oder einem Handoff darf der QB nicht die ursprüngliche Anspiellinie („Line of Scrimmage“) überqueren.
- Wird der Ball gefangen, so versucht der Fänger mit dem Ball möglichst weit in Richtung gegnerische Endzone zu laufen, ohne dabei erwischt zu werden.
- Jeder Spieler kann den Ball von hinter der Line of Scrimmage werfen, es ist aber nur EIN Vorwärtspass pro Spielzug erlaubt.
- „**No-Running-Zones**“ sind jeweils 5 yards vor der Endzone. Wenn der Ball an oder innerhalb der 5 yard Linie vor der gegnerischen Endzone gesnapt wird muss die Line of Scrimmage durch bzw nach einen Vorwärtspass überquert werden

Verteidigung – „Defense“:

- Die Defense versucht den Passfang zu verhindern oder den Ball sogar abzufangen (= „Interception“) bzw. den Läufer mittels ziehen des Flags („flagpull“) zu stoppen
- Dabei dürfen die Fänger nicht behindert werden.
- An der Stelle, wo der Fänger gestoppt wurde, erhält die Offense ihren nächsten Versuch.
- Gelingt eine Interception, dann erhält die Gegenmannschaft an dieser Stelle das Angriffsrecht.
- Sobald der Ball an den Quarterback gesnapt wurde darf die Defense „blitzen“ (Erläuterung weiter vorne).

Die wesentlichsten Strafen (Stand: 2011):

Strafen – Allgemeines

- **Alle Strafen sind zumeist 5 yards Raumverlust** und das Down wird (bis auf einige Ausnahmen) wiederholt
- **Die Bewertung (Raumverlust) erfolgt zumeist ab der Line of Scrimmage**, unabhängig wo das Foul erfolgte. Wichtigste Ausnahme ist Pass(fang)behinderung („Pass Interference“), die wird die Strafe vom Punkt des Fouls geahndet.
- Strafen nach einer Interception werden vom Punkt des Abfangens bewertet.
- Durch Strafen kann kein Touchdown oder Safety erzielt werden. Sollte der Raum bis zu den Endzonen nicht ausreichen, wird die zurückzulegende Distanz halbiert
- Jeder Spieler hat das **Recht auf seinen Platz wo er steht**, daher hat die Defense – sofern sie NICHT die Hand hebt (siehe weiter oben!) - gegebenenfalls beim Blitz auszuweichen und die Offense gegebenenfalls bei Passrouten auszuweichen. Ein aktives „In-den-Wegstellen“ (Auflaufen lassen, vorblocken) wird als Foul geahndet.

Wesentlichste Strafen gegen die DEFENSE

Automatisches FIRST DOWN für die Offense am Punkt des Fouls

- Behinderung des Passempfängers auf seiner Route oder beim Fangen (mit Berührung) → **Defensive Pass Interference**

5yds Raumverlust von der ursprünglichen Anspiellinie (bei Wiederholung des Downs)

- Nicht regelkonformer Blitz (z.B. nicht 7 yds von der Anspiellinie entfernt) → **Illegal Blitz**
- Nicht regelkonformes Handzeichen vor einem Blitz (z.B. mehr als 2 Spieler heben gleichzeitig die Hand) → **Illegal Signal**
- Flag des Receivers wird gezogen klar bevor dieser den Ball fängt → **Illegal Flag Pull**

- Spieler steht zum Zeitpunkt des Snaps auf, über oder nach der Line of scrimmage → **Offsides**
- Verwirrende Zeichen (Anzeichen die verwirren oder Angriff simulieren vor dem Snap; Stören des Gegners oder des Balles beim Snap) → **Unsportmanlike Conduct**

10yds Raumverlust von der ursprünglichen Anspiellinie (bei Wiederholung des Downs)

- Regelwidriger Körper-Kontakt (Halten, Beinstellen, etc.) → **Illegal Contact**

Wesentlichste Strafen gegen die OFFENSE

Kein Raumverlust, aber Verlust des Downs

- Spielverzögerung (Ballübergabe durch QB nicht innerhalb von 7sec) → **Delay of Pass**
- Spieler der das Feld verlassen hatte berührt einen Pass → **Illegal touching**

5yds Raumverlust und Verlust des Downs

- Nur ein Vorwärtspass innerhalb eines Spielzuges ist erlaubt, dieser muss von hinter der Line of Scrimmage geworfen werden → **Illegal Forward Pass**

5yds Raumverlust bei Wiederholung des Downs

- Spielverzögerung (Start des Spielzuges ist nicht innerhalb von 30sec nach Freigabe erfolgt) → **Delay of Game**
- Spieler startet vor dem Snap → **False Start**
- Regelwidrige Motion (z.B. keine 1sec-Pause oder mehr als ein Spieler in Bewegung) → **Illegal Motion**
- Handoffs sind nur hinter der Line of Scrimmage erlaubt → **Illegal Handoff**
- Diving/Jumping (Sprung, erkennbare Vorlage, Kopf nach unten) → **Jumping / Diving**
- Blocken oder In den Weg stellen eines Gegenspielers → **Blocking**
- QB läuft über die Line of Scrimmage (ohne ihn vorher abgespielt zu haben) → **Illegal Running**
- Spieler hindert den Verteidiger am abreißen des Flags (z.B. durch Handwagschlagen) → **Flag Guarding**

10yds Raumverlust und Verlust des Downs

- Blocken/Wegstossen oder sonstige Behinderung eines Verteidigers bei einem Passspielzug → **Offensive Pass Interference**

10yds Raumverlust bei Wiederholung des Downs

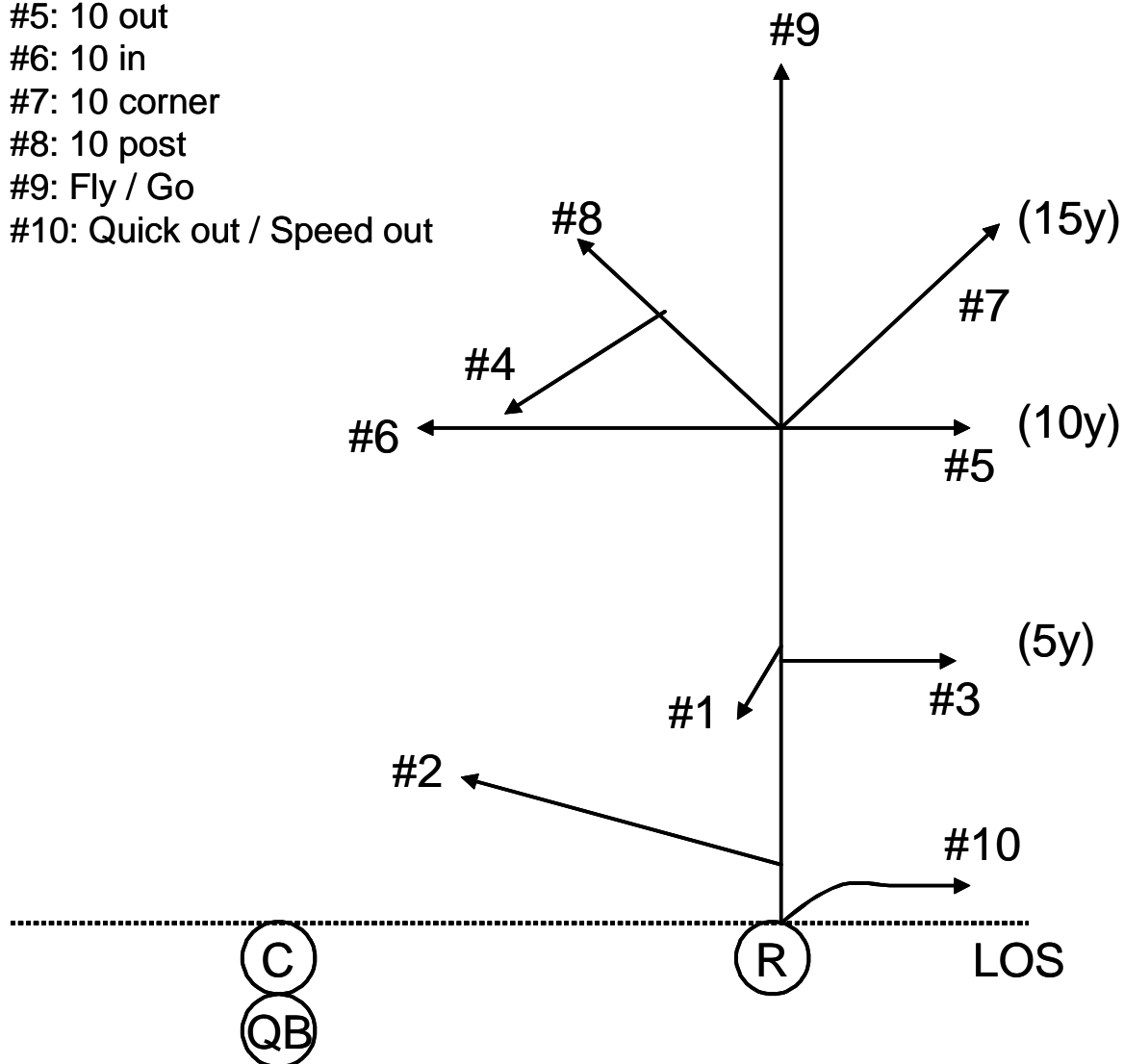
- Regelwidriger Körper-Kontakt (Halten, Beinstellen, etc.) → **Illegal Contact**
- Unsportliches Verhalten → **Unsportmanlike Conduct**

Flag-Football Glossary

- **AFBÖ** – American Football Bund Österreichs (www.afboe.at)
- **Blitzen** - Angriff auf den Quarterback bevor er den Ball weiterspielen kann
- **Blocken** - Verstellen des Weges des Gegenspielers mit Kontakt
- **Center** - Spieler an der Line of Scrimmage, der den Ball an den Quarterback weitergibt („snap“) um den Spielzug zu beginnen
- **Defense** - verteidigende Mannschaft
- **Diving** - „Tauchen“, der Ballträger verhindert das gestopped werden durch gebückte Haltung (deutliche Vorlage und Kopf nach unten) (Verletzungsgefahr!)
- **IFAF** - International Federation of American Football
- **Endzone** - Zielbereich am Ende jeder Spielfeldhälfte, in die der Ball gebracht werden muß um Punkte zu erzielen
- **Hand off Fake** - vorgetäuschte Ballübergabe
- **(First, Second, Third, Fourth) Down** – (Erster, Zweiter, Dritter, Vierter) Versuch einer Serie von 4 Versuchen
- **FLA** – Flag Liga Austria (siehe www.afboe.at oder www.FlagFootball.at)
- **Fumble** - Fallenlassen des Balles nach dem Fangen bzw. beim Tragen
- **Handoff** - Ballübergabe
- **Incomplete Pass** – Unvollständiger Pass (ein Ball wird oder kann nicht gefangen werden und fällt zu Boden)
- **Interception** - Ein Pass wird vom Gegner in der Luft abgefangen
- **Interception return** - Ein Pass wird vom Gegner in der Luft gefangen und Gegenspielerichtung zurückgetragen
- **Run play** - Laufspielzug (der Ball wird in Richtung gegnerischer Endzone getragen ohne daß der Ball in der Luft war)
- **Line of Scrimmage (LOS)** - gedachte Linie links und rechts des spielbereit aufgelegten Balles, an der jeder Spielzug beginnt
- **Motion** – Änderung der Aufstellungsposition eines Spielers vor dem Snap
- **No-Running-Zone** - innerhalb 5yards vor der Endzone muss der Ball zumindest einmal zu einem Spieler (nach vorne) geworfen werden
- **Offense** - angreifende Mannschaft
- **Pass-Spielzug** - Der Ball wird in Richtung gegnerischer Endzone geworfen und muss von einem Spieler der eigenen Mannschaft gefangen werden, dabei laufen die Receiver eine vorher bestimmte „Passroute“
- **Safety** - Spieler in der Defense, deckt meist die hinteren Bereiche des zu verteidigenden Spielfeldes ab
- **Snap** - Die Ballübergabe vom Center an den Quarterback. Damit beginnt jeder Spielzug.
- **Tackeln** - direkter heftiger Körperangriff (rammen, rempeln, stoßen, etc.)
- **Touchdown** - der eigentliche Spielzweck, der Ball befindet sich in der generischen Endzone (entweder dort gefangen oder dorthin gebracht)
- **Yard** - amerik. und engl. Längenmaß, 91,44 cm

Beispiele eines PassingTrees (Laufrouen für Receiver):

- #1: 5 Stop/ 5 Hitch
- #2: Slant (in)
- #3: 5 out
- #4: 10 Post-comeback
- #5: 10 out
- #6: 10 in
- #7: 10 corner
- #8: 10 post
- #9: Fly / Go
- #10: Quick out / Speed out



C-Center; QB-Quarterback; R-Receiver