

AUFBAU EINES JUGENDTEAMS

*eine kollaborativ erstellte
Handreichung für
Interessierte*



Aufbau eines Jugendteams

Eine kollaborativ erstellte Handreichung für Interessierte

Moderation des Arbeitsprozesses: Maximilian Groß

Entstanden durch die inhaltliche Mitarbeit von: Sebastian Blase
Björn Bromberek
Christoph Bulgrin
Rolf Götz
Alex Krüll
Tobias Raps
Marcus Reichert
Hans Staschek
und weiteren Personen

Inhaltsverzeichnis

Inhaltsverzeichnis	1
1. Einleitung	1
2 Terminologie	2
3 Arbeitsschwerpunkte	3
3.1 Strukturen	3
3.1.1 Verbände	3
Der Verband	3
Sportangebote des AFVD	3
Sportangebote nach Bundesländern	3
Ligabetrieb	4
Flag Football vs. Tackle Football	4
Altersklasse – Entscheidung treffen	4
Leistungen des Verbands	5
3.1.2 Verein	5
Verein finden	5
Zusammenarbeit mit den anderen Jugendteams im Verein	5
Einbindung des Jugendteams in das Vereinsleben	6
Unterstützung vom Verein erhalten	6
Leistungen des Vereins	7
Notwendige Absprachen mit dem Verein	7
Finanzielle Aspekte	8
3.1.3 Sonstige Kooperationen	11
3.2 Personen	11
3.2.1 Coaches	11
Recruiting	11
Anforderungen an die Zusammenarbeit zwischen Head Coach und restlichen Coaches	12
Rollenbesetzung des Projektleiters	13
Maximale Anzahl an zu beaufsichtigenden Jugendlichen	13
Minimale Anzahl an Coaches in der anfänglichen Gründungsphase	14
Aus- und Weiterbildung der Coaches	15
3.2.2 Staff	16
Mitglieder der Staffs	16
Recruiting	17
Anforderungen an die Zusammenarbeit zwischen Head Coach und Staff	18

3.2.3 Spieler	18
Recruiting	18
Mindestgröße eines Teams.....	19
Bindung von Jugendlichen an den Sport, das Team und den Verein	19
(Talent-)förderung.....	20
Angebote abseits des Trainingsplatzes.....	20
3.2.4 Eltern (für den Sport gewinnen)	20
Elternabende veranstalten	21
Entwerfen eines Handbuchs für Eltern.....	21
Eltern-Team-Events.....	21
Förderung verschiedener Kompetenzen herausstellen	21
Kontakt zu Eltern halten	22
3.3 Training	22
3.3.1 Equipment	22
3.3.2 Trainingsplatz	23
3.3.3 Kinder und Jugendliche	24
3.3.4 Saisonplanung	25
3.3.5 Handbuch / Playbook / Manuals	27
3.3.6 Trainingsplan	28
3.3.7 Besondere Begebenheit	29
Mehrere Altersstufen gleichzeitig	29
Viele Spieler und wenige Coaches gleichzeitig	29
4 Link- und Materialsammlung	30
4.1 Football Verbandshomepages	30
4.2 Football Shops	30
4.3 Football News	30
4.4 Football Regelwerke	30
4.5 Coaching Webseiten	31
4.6 Facebook-Seiten	31
4.7 Materialeseiten für Coaches	31
4.8 Coaching Tools	31
4.8 Teammanagement	32
4.9 Podcasts	32
4.10 Youtube Channels	32
4.11 Verein	32
4.12 Weitere Nützliche Informationen / Materialien	33
5 Quellen	34

1. Einleitung

Die vorliegende Handreichung wurde unter Mitwirken etlicher Footballcoaches und weiterer Experten verfasst. Es waren Personen verschiedenster Vereine und verschiedener Spielvarianten vertreten. Ziel war es, einen Leitfaden zu entwerfen, der interessierten Personen dabei unterstützt, den Prozess einer Teamgründen im Jugendfootball strukturiert zu gestalten. Dabei erhebt die Handreichung nicht den Anspruch auf Vollständigkeit. Vielmehr ist sie ein langfristiges Projekt, welches immer weitergeführt werden wird. Auch sind die Inhalte der einzelnen Kapitel aufgrund der unterschiedlichen Expertisen und Erfahrungen der beteiligten Personen streit- und diskutierbar. Einige Abschnitte sind zudem noch nicht vollständig bearbeitet und bieten in diesem Fall nur einen Ausblick auf kommende Inhalte.

Deshalb wünschen sich alle Beteiligten eine Auseinandersetzung mit dieser Handreichung und einen konstruktiven Austausch und gegebenenfalls sogar Mitarbeit. Alle Interessierten dürfen in diesem Dokument über die Kommentarfunktion Kommentare einfügen. Wir bitten jedoch darum, bei den Kommentaren nicht auf „klären“ zu klicken, da dies bewirkt, dass der Kommentar verschwindet.

Am ...

... 01.09.2020 ...

... wollen sich alle Beteiligten erneut treffen, um die entstandenen Kommentare zu diskutieren und in die Handreichung einzuarbeiten. Zu diesem Treffen sind alle interessierten Personen herzlich eingeladen. Das Treffen wird in Form einer Webkonferenz stattfinden. Die genaue Uhrzeit und der Link zu der Webkonferenz werden rechtzeitig in der Facebook-Gruppe „Coaches des AFVD“ gepostet.

2 Terminologie

In dieser Handreichung sollen Begriffe möglichst einheitlich verwendet und geschrieben werden. Daher folgt nun eine kurze Übersicht über die verwendete Terminologie.

Verwendeter Begriff Verwendete Schreibweise	Erläuterung
Coach	Das, was wir in der deutschen Sprache üblicher Weise als Trainer bezeichnen würden.
Coaching Staff	Gesamtheit der Trainer, die verschiedene Positionen bekleiden und Funktionen innehaben (z.B. Head Coach Position Coach usw.)
Coordinator	Koordinatoren übernehmen die Leitung der 3 Teamteile Offense, Defense und Special Teams.
Flag Football Tackle Football	Mit diesen beiden Bezeichnungen wird zwischen zwei grundsätzlichen Varianten von American Football unterschieden.
Head Coach	Bezeichnung für den Cheftrainer. Dieser hat die sportliche Leitung und trägt die Hauptverantwortung für das Team.
Importspieler	Als Importspieler werden Spieler bezeichnet, die als Spieler eingekauft werden und somit eine Art „Vollzeit-Spieler“ darstellen.
Offseason, Preseason, Inseason, Postseason	Die einzelnen Saisonphasen innerhalb eines gesamten Kalenderjahres. Die Phasenbezeichnungen richten sich nach der eigenen Spielsaison.
Seniors	Bezeichnung für Spieler, die ihr letztes Jahr in einer Altersklasse spielen.
Staff	Gesamtheit der Personen, die um das Team herum arbeiten (z.B. Physiotherapeuten, Teammanager usw.)

In dem gesamten Dokument wird zugunsten der Lesbarkeit die männliche Form gewählt (z.B. Spieler statt SpielerInnen oder Spielerinnen und Spieler). Wo eine Unterscheidung notwendig erscheint, ist die weibliche Form explizit aufgeführt.

3 Arbeitsschwerpunkte

Beim Aufbau eines Jugendteams sind drei Arbeitsschwerpunkte zu berücksichtigen. Zum einen gibt es verschiedene Strukturen, mit denen eine Zusammenarbeit notwendig ist. Zum anderen gibt es verschiedene Personen, um die sich gekümmert werden muss. Letztlich ist jedoch auch das Training an sich ein Arbeitsschwerpunkt im Aufbau eines Jugendteams.

3.1 Strukturen

In diesem Abschnitt werden die drei größten Strukturen vorgestellt, die beim Aufbau eines Jugendteams mitwirken können.

3.1.1 Verbände

Der Verband

American Football wird in Deutschland vom *American Football Verband Deutschland e.V.* (AFVD) organisiert. Die Mitglieder des AFVDs sind die 15 Landesverbände. Mit Ausnahme des American Football und Cheerleading Verbands Berlin-Brandenburg e.V. beziehen sich restlichen Landesverbände auf die einzelnen Bundesländer.¹

Sportangebote des AFVD

Durch den AFVD werden mit American Football und Cheerleading zwei amerikanische Sportarten in Deutschland vertreten. American Football wird hierbei grob in drei weiteren Varianten unterschieden, wobei diese sich in erster Linie durch die Intensität der Kollisionssituationen unterscheiden. Tackle Football ist die Sportart mit den größten Kollisionen und wird deshalb mit spezieller Ausrüstung ausgeübt. Flag Football, in der Version 5 gegen 5, wird hingegen ohne Körperkontakt gespielt. Die Flag Football Variante 9 gegen 9 (oder auch 7 gegen 7) stellt mit einem limitierten Regelwerk eine stark abgeschwächte Semikontakt-Variante des Vollkontaktsports American Football dar. Des Weiteren gibt es noch andere Varianten des American Footballs, diese sind jedoch in den meisten Fällen regional ausgeprägt.

Sportangebote nach Bundesländern

Die folgenden Tabellen sollen einen Überblick über die in den Landesverbänden betriebenen Varianten für den Jugendspielbetrieb geben. Dabei werden keine Varianten bedacht, die nicht für Jugendliche über 18 Jahren gedacht sind. Viele Landesverbände bieten hierfür keine Übersicht auf ihren Homepages, weshalb entsprechende Felder frei geblieben sind.

Landesverband	Tackle Football				Flag Football		
	11er	9er	7er	5er	9er	7er	5er
BW	U-15 (mix) U-16 (mix) U-17 (mix) U-19 (Jungen)		U-17 (Jungen)		U-13 (mix) U-15 (mix)	U-13 (mix) U-15 (mix)	U-15 (mix)

¹ vgl. <http://www.afvd.de/afvd/mitglieder/> (Stand: 21.04.2020)

BY	U-19 (Jungen)	U-15 (mix) U-16 (mix, Test) U-19 (Jungen)	/		U-16 (mix)	U-13 (mix)	U-11 (mix) U-13 (mix) U-15 (mix) U-16 (mix) U-19 (mix)
BE/BB	U-19 (Jungen) Ü-16 (Damen)	U-16 (mix) U-19 (Jungen)	U-13 (mix)				U-10 (mix) U-15 (mix)
HB							
HH							
HE							
MV							
NI	U-19 (Jungen)	U-16 (mix)					U-15 ???
NW	U-16 (Jungen) U-19 (Jungen) U-16 (Damen)	U-13 (mix) U-16 (Jungen) U-19 (Jungen) Ü-16 (Damen)		U-10 (mix) U-13 (mix) U-16 (Jungen) Ü-16 (Damen)			
RP							
SL							
SN							
ST							
SH	U-16 (mix) U-19 (Jungen)	U-13 (mix)				U-15 (mix) Ü-15 (mix)	Ü-15 (mix)
TH							

Ligabetrieb

Der Ligabetrieb unterscheidet sich stark von Bundesland zu Bundesland und von Variante zu Variante. Tendenziell findet Tackle Football in einer Liga statt. Die Saison erstreckt sich im Normalfall von etwa Mitte April bis September. Manche Ligen fangen später an oder hören früher auf, da dort weniger Spiele gespielt werden. Flag Football wird in der 9er-Variante in einer Liga gespielt. Die 7er- und 5er-Varianten werden in den meisten Fällen in Turnierform gespielt.

Flag Football vs. Tackle Football

Die Frage, ob man sich im Jugendfootball für Flag Football oder Tackle Football entscheidet, ist nicht so leicht zu beantworten. Tendenziell können aber ein paar Entscheidungsstränge festgehalten werden. Diese sind nicht immer trendscharf, aber sie können einen Richtwert vorgeben.

	Tackle Football	Flag Football
Anzahl Coaches	mehr	weniger
Notwendige Qualifikation der Coaches	höher	geringer
Notwendige Anzahl an Spielern	mehr	weniger
Trainingsaufwand	höher	geringer
Notwendigkeit, Positionen zu spezifizieren	höher	geringer
Bedarf an Equipment	mehr	weniger
Popularität	höher	geringer
Spaß	hoch!	hoch!

Altersklasse – Entscheidung treffen

Grundsätzlich kann man festhalten, dass je älter ein Team ist, desto höher ist die Spezifikation innerhalb der Positionen. Der Bedarf an Trainer, deren Qualifikation und der Trainingsaufwand nehmen zu. Es bietet sich daher an, mit einer möglichst jungen Altersklasse anzufangen. Dies bedeutet nicht, dass die Trainer unqualifiziert sein dürfen, nur weil sie mit Jugendlichen

trainieren. Das Gegenteil ist der Fall. Die Qualifikation muss nur anders gelagert sein. Es muss insbesondere sichergestellt sein, dass der Sport gefahrenarm betrieben werden kann und die Jugendlichen auf mögliche Gefahren adäquat vorbereitet sind.

Weitere Vorteile von jüngeren Teams sind:

- Die Jugendlichen wachsen gemeinsam hoch und formen automatisch neue Teams
- Die Jugendlichen ziehen selten berufsbedingt weg

Leistungen des Verbands

Der Bundesverband (AFVD) ist für die Ausbildung der Trainer und Schiedsrichter zuständig. Bei den Trainern organisiert der Verband die B- und anschließend A-Lizenz. Lizenzen unterhalb der B-Lizenz werden von den Landesverbänden organisiert.

3.1.2 Verein

Verein finden

Man kennt die ganzen Teams aus dem Fernsehen und nun möchte man natürlich auch den passenden Verein für sich finden. Es gibt die Möglichkeit sich über die Seiten der jeweiligen Landesverbände zu informieren welcher American Football Verein sich in meiner Nachbarschaft befindet. Dort kann man sich die Kontaktdaten besorgen und dementsprechend beim Verein nachfragen, ob diese eine Jugendmannschaft haben und/oder sie Interesse an einem Jugendteam haben. Sollten das Team nur eine einzelne Jugendmannschaft haben (z.B. eine U19) könnte man beim Vereinsvorstand nachfragen, ob meine eine weitere Abteilung z.B. ein Flag Football Team oder U16 gründen darf. Auch die unterschiedlichen Stadtsportbünde können bei der Vermittlung unterstützen.

In der Regel hat da kein Verein was dagegen, sondern begrüßen es, weil dadurch neue Mitglieder in den Verein kommen.

Sollte sich in der Nachbarschaft kein Verein befinden könnte man z. B. bei einem Verein einer anderen Sportart (z.B. Hockey oder Leichtathletik) nachfragen, ob die Interesse an einer neuen Abteilung einer anderen Sportart haben, ggf. können Stadtsportbünde bei der Vermittlung unterstützen.

Bei Vereinen mit Fußball-Teams sollte man nach der Anzahl der Mannschaften schauen. Bestens geeignet sind Vereine mit einer kleinen Anzahl oder solche, die am besten keine Fußballmannschaft haben. Das verhindert viel Ärger

Zusammenarbeit mit den anderen Jugendteams im Verein

Es sollte darauf geachtet werden, dass ein Jugendlicher innerhalb des Vereins die Chance hat, in eine nächsthöhere Altersklasse aufzusteigen. Im American Football ist das jedoch nicht immer ganz einfach, da nicht in jeder Altersklasse die gleiche Spielvariante angeboten wird oder angeboten werden kann. Auch sind die Altersgrenzen von Variante zu Variante unterschiedlich.

Grundsätzlich sollten die Coaches der Teams im Austausch stehen, welche Jugendlichen in welchen Jahren die Altersklasse wechseln werden. Insbesondere die Coaches des älteren Teams sollten mindestens ein Jahr vorher bereits mit den Seniors Gespräche führen und den Kontakt halten. Denkbar ist auch, dass die Seniors regelmäßig bereits am Training des älteren Teams teilnehmen. Auch eine generelle Trainingsüberschneidung ist möglich. So könnten zum Beispiel zwei Teams die Warmups gemeinsam durchführen. Auf diese Weise werden auch die sozialen Kontakte stärker und die Jugendlichen können sich stärker miteinander und teamübergreifend vernetzen.

Das Anbieten von Flag Football und Tackle Football gleichermaßen ist hierbei eine gute Möglichkeit, die Nähte zwischen den einzelnen Altersklassen zu schließen. Insbesondere, wenn die Altersklassen nicht gleich gestaffelt sind. Zur Präzisierung dieser Möglichkeit, soll hier ein kurzes Beispiel für ein Ineinandergreifen der Teams grafisch skizziert werden.

Tackle Football	9er Flag Football	5er Flag Football
U-10	U-16	U-13
U-13		U-19
U-16		Herren
U-19	Ü-16	
Herren		

Einbindung des Jugendteams in das Vereinsleben

Die Frage, wie sich ein Team (ggf. inklusive der Eltern) in das Vereinsleben einbinden lässt, ist natürlich davon abhängig, um was für einen Verein es sich handelt. Ist es ein reiner Footballverein, so gestalten sich das Vereinsleben anders, als in einem mehrere tausend Mitglieder umfassender Verein.

Die Einbindung in das Vereinsleben kann unterteilt werden in soziale und organisatorische Einbindung. Die soziale Einbindung hat das Ziel, die Gemeinschaft zu fördern, helfende Hände für den Verein zu mobilisieren, Mitglieder zu werben und diese langfristig an den Verein zu binden. Die organisatorische Einbindung hat zum Ziel, die Aufgaben im sportlichen Bereich personell besser abdecken zu können. Insbesondere hier lohnt es sich auch, Vereinbarungen zwischen den einzelnen Teams zu treffen (z.B. die U-13 stellt bei den Herren immer zwei Wasserträger, dafür machen die Herren immer die Kettencrew usw.)

Im Folgenden sollen hierfür ein paar Beispiel aufgezeigt werden:

- Soziale Einbindung:
 - Grillfeste (z.B. mit Eltern, Staff, Coaches uvm.)
 - Eltern-Spieler-Events
 - Crosstrainings (Teams im Verein tauschen die Sportart für ein Training)
 - Vorstellen des Sports in der Halbzeit von Sportevents andere Vereinstteams
 - Einlaufen mit dem "Zugpferd" des Vereins (in den meisten Fällen das Herrenteam)
 - Gemeinsame Weihnachtsfeiern / Saisonabschlussfeier
- Organisatorische Einbindung
 - s. Aufgaben des Staffs (Abschnitt 3.2.2)

Unterstützung vom Verein erhalten

Jugendteams sind leider in den meisten Fällen nicht das Zugpferd des Vereins. Dadurch passiert es oft, dass das Jugendteam aus der Aufmerksamkeit des Vereins vernachlässigt wird. Weiter spielt die Unterhaltung eines Jugendteams oftmals eine Rolle für die Erteilung einer Lizenz für Herrenteams. Die Qualität der Jugendarbeit wird jedoch nicht beachtet, weshalb stets die Gefahr besteht, dass ein Jugendteam nur pro forma betrieben wird.

Um mehr Unterstützung vom Verein für die Jugendarbeit zu erhalten, sollte versucht werden, eine nachhaltige und gute Jugendarbeit in der Vereinssatzung festzuhalten. Da die Vereinssatzung bindend ist, kann hier der Vorstand auch immer wieder zur Handlung aufgefordert werden. Auch eine eigene Jugendsatzung mit eigenem Jugendwart als Vertretung bietet sich an.

Argumentativ kann die Rolle von guter Jugendarbeit folgendermaßen unterstützt werden:

Jugendteams haben in der Regel mehr Mitglieder als Herrenteams und tragen dadurch einen zusätzlichen Teil zu den Mitgliedsbeiträgen bei. Durch ein Jugendteam wird auch das Herrenteam zukünftig gestärkt. Dadurch, dass die Spieler früher und besser ausgebildet

werden und man mehr von der "Söldnermentalität" wegkommt, bildet man den eigenen Nachwuchs heran. Zudem zieht man auch Spieler nach, die den Coaches Bereich verstärken können und bietet die Chance im Jugendbereich das Coaching zu erlernen/verbessern. Wichtig ist, dass diese dann von erfahrenen Coaches angeleitet/unterstützt werden. Es sollte die Kernkompetenz in der Jugend liegen damit die Spieler schon früh die richtigen Ausführungen erlernen da es später schwer fällt falsche Angewohnheiten wieder raus zu trainieren.

Leistungen des Vereins

Was ein Verein leisten kann, kann nicht so leicht pauschalisiert aufgezählt werden. Es hängt von vielen Faktoren ab wie ist z.B. der Verein aufgestellt und welche Erfahrung er bereits in der Vergangenheit mit neuen Abteilungen gemacht hat. Wenn möglich, für den Verein, könnte es eine Aufwandsentschädigung für z.B. Fahrtkosten oder ähnlichem geben. Ein festes "Gehalt" oder auch Aufwandsentschädigungen und dergleichen sollten am besten schriftlich festgehalten werden oder idealerweise in der Vereinssatzung mit verankert sein.

Notwendige Absprachen mit dem Verein

Im Vorfeld gibt es einige Punkte die man als Verein bzw. als eine Abteilung in einem Verein klären muss. Nachfolgend gehen wir kurz auf ein paar wichtige Punkte ein, die für eine Teamgründung wichtig sind. Es gibt je nach Vereinsstruktur noch einige andere Punkte, diese sind zum Teil jedoch individuell und deshalb klammern wir diese aus. Beginnen wir bei einem der wichtigsten Punkte den Mitgliedsbeitrag. Der Mitgliedsbeitrag muss entsprechend kalkuliert werden und sämtliche Verband, Spielbetriebs, Equipment und Abschlagszahlungen usw. müssen mit berücksichtigt werden. Beiträge im Jugendbereich können erfahrungsgemäß bis zu 20€/Monat sein. Es gibt auch Mehrspartenvereine die Spezielle Beiträge für Hartz4 Empfänger in der Satzung oder einen Monatlichen Maximalbetrag festgelegt haben der nicht überschritten werden soll. Für sozialschwache Kinder und Jugendlichen besteht die Möglichkeit über "Bildung und Teilhabe" den Vereinsbeitrag über die Agentur für Arbeit bezahlt zu bekommen. Die Anträge müssen von den Eltern der betroffenen Kindern gestellt werden. Hier ist wichtig zu klären wie der Verein mit der evtl. vorhandenen Differenz umgeht. Die Agentur für Arbeit zahlt aktuell 15€ inkl. Aufnahmegebühr.

Der zweite Punkt ist das klären der Kapazitäten. Gibt es eine eigene Vereinsanlage / Platz? Wie ist dieser belegt? Gibt es mehrer Rasensportarten im Verein? Als eigenständiger Verein muss man mit der Stadt über mögliche Trainingsorte und Zeiten reden. In beiden Fällen sollte man frühzeitig klären ob Lagerorte für das Equipment vorhanden und nutzbar sind. Für ein effektives Training sollten einen 2 mal 2 Stunden / Woche zu Verfügung stehen. In den Altersklassen U10/13 können es auch 1,5 Stunden sein. Aber man sollte stets 2 Stunden anvisieren. Ebenfalls sollte man frühzeitig beginnen Trainingsorte für die Wintermonate zu suchen. Kunstrasen Plätze, Turn / Sporthallen über die Stadt. Gerade in Ballungsgebieten kann es vorkommen, das man nur kleine 1-Fachhallen bekommt. Dies sollte man immer im Hinterkopf haben und entsprechend Alternativen suchen. Verfügt der Verein über weitere Räumlichkeiten die man nutzen darf? Zum Beispiel Meeting- oder Kraft Räume. Auch hier sollte frühzeitig geklärt werden, ob diese zu den Trainingszeiten nutzbar sind, oder welche Zeiten man planen kann. Auch wenn man am Anfang nicht alles sofort nutzen kann. Sollte man diese Dinge klären.

Als letztes sollte man sich einen Einblick in die Versicherungen verschaffen. Wird nur die allgemeine Arag Sportversicherung im Verein genutzt, oder gibt es Zusatzpakete, wie zum Beispiel die KFZ-Vollkasko Versicherung für Trainer und Betreuer.

Finanzielle Aspekte

Einnahmen:

Jeder Verein ist zu Anfang "klamm", wenn er nicht sofort einen Mäzen hat, der investiert. Selbst wer bei einem Verein als Abteilung unterkommt kann selten auf große finanzielle Unterstützung hoffen.

man kann eine ganze Reihe an Quellen anzapfen, um über die Mitgliedsbeiträge oder Spartenbeiträge hinaus an Geld- und Sachmittel zu kommen. Man sollte sich bewusst sein, dass diese Arbeit anstrengend und frustrierend sein kann, und oft Jahre anhält. Am besten ist diese Arbeit bei jemandem aufgehoben, der gute Kontakte zu Geschäftsleitungen oder PR-Abteilungen hat und diese auch pflegen möchte.

Hier einige Anregungen, an wen man sich wenden kann:

- Sponsoren (Geld für Gegenleistung), insbesondere auch Mikro sponsoring
 - Alumni-Club
 - Club der 100
 - Feld "verkaufen" (jeder Markierung kostet xy €)
 - Gameday-Namen
 - Gameball
 - Jerseys / Hosen – Werbung
 - Bandenwerbung
 - Werbung auf Homepage
- Spenden (Geld für Quittung)
 - Spendenläufe
 - Elternspenden (Unternehmen)
 - Pfand-Sponsoring am Gameday
 - Sachspenden
 - Spenden-Fun-Turnier (z.B. 5er Flag)
 - Kuchenverkauf im Einkaufszentrum
- Am Gameday
 - Verkauf von Getränken und Speisen (z.B. Kuchenstand, usw.)
 - Klatschpappen
 - Tombola
 - Teamwear

Es gibt auch noch die Möglichkeit, einen Förderverein zu gründen oder bei Sportverbänden, Städten, Kreisen, Kommunen oder Stiftungen Fördermittel zu beantragen.

Ausgaben:

Die Ausgaben können in drei Aspekte unterteilt werden. Kosten für Werbung, Kosten für den Trainingsbetrieb und Kosten für den Ligabetrieb. Diese können sich natürlich von Variante zu Variante stark unterscheiden.

Kosten für Werbung

Nicht zu unterschätzen in der Aufbauphase sind Kosten für Werbung, denn schließlich möchte man auf sich aufmerksam machen, um Spielern Coaches und Zuschauer zu gewinnen, und nicht zuletzt attraktiv für Sponsoren zu werden. Hier eine kleine Auflistung:

- Logo (kaufen oder selber machen / lassen)
- Webseite 30€ / Jahr
- Social-Media-Kanäle kostenlos
- Video
- Flyer / Plakate (selber entwerfen oder machen lassen)
- Kostenpflichtige Social-Media-Werbung
- Druckkosten für Flyer und Plakate

Kosten für den Trainingsbetrieb

Wer erst einmal mit Flag Football startet muss nicht sehr viel investieren. Pro Spieler unbedingt nötig sind Mundschutz (je 3-15 €) und ein Paar Plopp-Faggen (ca. 9€ + ca. 4€ für einen Stoffgürtel). Das Team braucht natürlich Bälle, die es je nach Altersstufe in verschiedenen Größen gibt. Die Größe der Hände bestimmt die Größe:

- U10 - zum Beispiel der K2 von Wilson (30€)
- U13 - zum Beispiel der TDJ von Wilson (40€)
- U16 - zum Beispiel der TDY von Wilson (60€)
- U19 - AFVD Ball von Wilson (ist aber kein Muss) (90€)

Auch Trainingsleibchen in 2 bis 4 unterschiedlichen Farben haben sich im Training als nützlich erwiesen, um die Mannschaften auseinander zu halten (2 €/Stück)

Kein Coach ohne Cones: für's Flag Training sind nur noch wenige weitere Utensilien nötig und hilfreich:

- Agility Cones - 10 Stück 4 €
- Agility Ladder - 6 Meter 15 €
- Agility Hurdles - 6 Stück ab 18 €

Wer Flag Football Varianten spielen möchte, die das Blocken von Gegnern erfordert, kommt über Kurz oder Lang nicht um zwei weitere wichtige Trainingshelfer drumherum:

- Bags (Stepovers) ab 99 €
- Blocking Shields ab 80 €

Für Tackle Football kommt noch hinzu:

- Tackle Donuts ca. 200 €
- Tackle Dummy ab 150 €
- Stand Up Dummy ca. 600 €

Je nach Ambition sollte man außerdem noch Kosten für Material der Coaches denken:

- Teamware, Stoppuhr, Pfeife und eine Kladde, zusammen ca. 100 -150€ / Jahr
- Trainer-Lizenzen (bei den Landesverbänden zu erfragen)
- Software für Coaches-Video und / oder Playbook
 - o Hudl ab 500 € Video
 - o Hudl Playbook 150 €, aber nur als Video-Zusatz erhältlich
 - o Justplay Playbook 130 € / Jahr - extra sind Lern und Quiz Module und Nutzung durch mehrere Nutzer

Kosten für den Ligabetrieb

Wer in den Ligabetrieb einsteigt sieht sich einer Reihe von Kosten gegenüber, die überraschen mögen:

- Lizenz
- Schiedsrichter
- Gameday

Die Lizenzkosten nennt der jeweils zuständige Landesverband bzw. der Bundesverband. Beispielhaft hier einige Angaben aus einigen Bundesländern:

Bundesland	Saisonkosten pro Jugendteam	Kosten je Spielerpass
NRW	50 €	8 €
Hessen	75 €	8 €
Niedersachsen	115 €	8 €

Je Spiel, das man als Team bestreitet, müssen die Schiedsrichter bezahlt werden. Auch hier gibt es pro Bundesland Unterschiede. Über die konkreten Kosten informieren die Landesverbände.

Bundesland	Typ	Schiedsrichter (zzgl. Fahrtkosten)
NRW	GFL-J	40 €/Schiedsrichter
	11er-Tackle Jugend	280 € pauschal
	9er Tackle Jugend	240 € pauschal
	5er Tackle Jugend und Damen	280 € pauschal bei einem 4er Turnier, 180 € bei einem 3er Turnier
Hessen	GFL-J	7x 40 € + 5 € für den Referee
	andere Ligen	5x 40 € + 5 € für den Referee
	Flag-Liga und U13 Tackle	3-4x 40 € + 5 € für den Referee
BW	GFL-J	7x 50 €

Es ist außerdem Usus, die Schiedsrichter am Gameday kostenfrei zu verpflegen.

Wer es bis in einen Ligabetrieb schafft, braucht Jerseys. Das Geld für einen getrennten Satz Heim- und Auswärts-Jerseys kann man sich für den Anfang sicher sparen. Man muss mit mindestens 40 € pro Jersey rechnen. Je größer die Anzahl desto günstiger pro Stück werden sie. Es lohnt sich oft, Jerseys zusammen mit anderen Abteilungen zu bestellen. Auch Flag Football kann man gut in einem Tackle-Jersey spielen. Nur auf passende Größen der Jerseys für die kleinsten und größten Spieler muss man genau achten. Muster bestellen!

Werden die Jerseys personalisiert, so lassen sich die Kosten auf den Spieler umlegen. Dennoch benötigt man eine Zahl unpersonalisierter Jerseys als Verein, um Zu- und Abgängen gerecht zu werden.

An Gameday-Equipment gilt es bei der Kostenplanung (Angaben als Richtwerte) zusätzlich zu denken:

- Sideline Markierungen 120 €
- Endzone Pylones 50 €
- Kette und Downmarker 150 €
- Bänke und Tische Team Zone 400 €
- Torstangen 300 €
- Field Goals 3000 €
- Getränkefass 180 €
- Getränke Flächen 20 €
- Zelt 80 €
- Kamera und Stativ 200 €
- Physios sehr individuell, ab 50 €
- Krankenwagen Kosten beim Roten Kreuz usw. erfragen

Folgendes kann optional noch zu einem Spieltag gehören:

- Catering Stand
- Stadion Sprecher
- Stadion Anlage (GEMA läuft über den Sportbund)
- Banner
- Fahnen
- Kuchen Stand
- Grillstation
- Helfer
- Ketten Crew
- Film Crew
- Fotografen

3.1.3 Sonstige Kooperationen

Gemeinsam geht es oft leichter, daher bieten sich Kooperationen für viele Themen besonders an. Grob unterteilt sucht man dazu einerseits nach anderen Sportarten und Vereinen am Ort / in der Region und an lokalen Schulen.

In Schulen kann man vor allem Spieler finden, oft auch durch langfristige Partnerschaften. Folgende Events und Aktivitäten kommen in Frage:

- Sportfeste
- Differenzierter Sportunterricht
- Neigungskurse
- AGs (Arbeitsgruppen)
- Projektwoche durchführen

Gerade Projektwochen und Schulfeste sind oft in verschiedene Stationen gegliedert, da kann man leicht eine solche anbieten. Nötig ist allerdings die Bereitschaft einiger Coaches und / oder älteren Spielern, solche Aktionen mit aktiver Teilnahme zu unterstützen.

Auf dem gleichen Trainingsgelände oder zumindest am Ort gibt es meist bereits etablierte Vereine, die auf eine längere Historie im Jugendsport zurückblicken können. Dort findet man ebenso Gleichgesinnte wie in anderen Football-Vereinen. Es kommt darauf an, welche Art von Zusammenarbeit man sucht. Während für den Austausch unter den Coaches und die Organisation von gemeinsamen Trainings, Scrimmages o.ä. andere Football-Vereine in Frage kommen, sollte die Suche nach Spielern lieber niemanden beeinträchtigen. Zwar findet man oft "dropouts" (zu fett für's Ballett, ab zum Football), aber das Abwerben von Spielern sollte man lassen, egal in welcher Alters- oder Liga-Stufe. In der Regel wollen die Menschen aus den anderen Vereinen dann schlicht nichts mehr mit einem zu tun haben, der Killer für jeden Versuch einer Kooperation.

Aber auch die Medien haben sich als praktisch bei der Suche nach Kooperationen erwiesen:

- Radio
- Lokale Presse
- Teilnahme an Kiezfesten oder Sportfesten
- Sport- und Freizeitmessen in größeren Städten
- Coaches Gruppen bei Facebook

Es lohnt sich sogar, Trainer und Vereine einfach anzurufen oder anzuschreiben, viele sind grundsätzlich recht interessiert. Hat man dann erst mal eine Verbindung zu einzelnen Personen hergestellt, ist das Wohlwollen zur Planung gemeinsamer Aktivitäten nahezu gesichert.

3.2 Personen

In diesem Abschnitt werden die drei großen Personengruppen besprochen, die zusammen das gesamte Footballteam ausmachen. Das sind zum einen die Coaches und Spieler, aber auch der erweiterte Staff, die zu einem Footballteam dazugehören. Im vierten Abschnitt sollen die Eltern als weitere Personengruppe thematisiert werden.

3.2.1 Coaches

Recruiting

Das Rekrutieren von Coaches stellt sich in ganz Deutschland als große Herausforderung dar. Eine Auswahl an Gründen für fehlende Coaches kann sein (nicht gewichtet):

- fehlende Aussicht auf eine Meisterschaft
- keine Aussicht auf Nachhaltigkeit
- fehlende Wertschätzung

- schlechte Trainingsbedingungen
- persönliche Differenzen
- junger Verein / junges Team (keine „Ausscheider“, die dem Sport treu bleiben wollen)
- monetäre Gründe

Nun stellt sich die Frage, in welchen Personenkreisen nach Coaches gesucht werden kann. Die folgende Auswahl trifft noch keine Aussage darüber, worauf bei den entsprechenden Personenkreisen zu achten ist und an welchen Qualifikationen gearbeitet werden muss.

- Eigener / fremder Coachesbestand
 - kürzertretende Coaches aus anderen Teams (z.B. GFL Herren → U-13 Jungen)
 - Herausforderungen suchende Coaches aus anderen Teams (z.B. U-13 Jungen → U-16 Jungen)
- Spieler (ggf. Jugendspieler) am Ende ihrer Karriere
- Importspieler
- Spieler aus älteren Teams
- Coaches sportartenfremd (z.B. aus dem Mutterverein)
- Ggfs. Eltern

Möchte man gezielt Kontakt zu ausgebildeten Footballcoaches suchen, lohnt es sich auf entsprechenden Plattformen zu suchen oder über entsprechende Institutionen zu suchen:

- Gruppen in Sozialen Netzwerken (Twitter, Facebook usw.)
- Footballverbände und -vereine

Wichtiger als der Personenkreis, in dem Coaches gesucht werden können ist die Frage, welche Kompetenzen ein Coach im Jugendbereich mitbringen muss. Diese werden in der Tabelle weiter unterteilt in notwendige und wünschenswerte Kompetenzen und Eigenschaften. Die Auswahl bezieht sich auf die Top-10 der an Erstellung des Dokuments beteiligten Person.

Notwendige Kompetenzen Notwendige Eigenschaften	Wünschenswerte Kompetenzen Wünschenswerte Eigenschaften
Wissen über die Vorbildfunktion	Pädagogische Grundkenntnisse
Teamfähigkeit	Empathie
Lernbereitschaft	Selbstorganisation
Kommunikationsfähigkeiten	Kreativität
Zurückhaltung des eigenen Egos	Führungskompetenzen
Wille, eine persönliche Bindung zu Jugendlichen aufzubauen	

Anforderungen an die Zusammenarbeit zwischen Head Coach und restlichen Coaches

Viel wichtiger als die Frage, wen man als Coach in sein Team holt ist die Frage, wie die Zusammenarbeit gestaltet werden kann. So ergeben sich auch die Fragen, ob etwa Eltern oder Importspieler in den Coaching Staff eingebunden werden dürfen. Hierfür sollen ein paar grundlegende Gelingensbedingungen kurz aufgeführt werden:

- Handlungsspielraum festlegen
 - Jeder Coach sollte wissen, was sein Spielraum für Handlungen ist. Er sollte darüber informiert sein, was seine Rechte und Pflichten in der Zusammenarbeit darstellen.
- Rollenklarheit
 - Es ist empfehlenswert, dass jeder Coach seine Position im Coaching Staff findet. Dabei geht die Frage deutlich über die footballspezifische Position hinaus. Auch die mentale Rolle für das Team usw. sollte geklärt sein.
- Klare Absprachen
 - Absprachen sollten immer eindeutig sein und idealer Weise schriftlich, für alle einsehbar, fixiert werden (zum Beispiel über ein Online-Office). Durch die schriftliche Fixierung kann auch die Einhaltung der Absprachen kontrolliert werden.

- Klare Erwartungen
 - Vor Aufnahme der Coaching-Tätigkeit, sollte allen Coaches verdeutlicht werden, welche Erwartungen mit ihrer Funktion verknüpft werden. Zuvor sollte aber auch diskutiert werden, wie viel Verantwortung der einzelne Coach tragen möchte und wie viel Engagement der einzelne Coach im Stande ist, einzubringen (auch in Bezug auf Verfügbarkeit bei Trainingseinheiten und Spielen).
- Weiterbildung anstreben (in allen Bereichen)
 - Coaches sind im Prinzip nichts anderes als Pädagogen, die versuchen ihr Wissen zu vermitteln. Dem einen Coach fehlt es eher an pädagogischen Kompetenzen, dem anderen Coach eher an footballspezifischen oder anderen Kompetenzen. Dies gilt es zu evaluieren und gemeinsam entsprechende Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten herauszufinden. Hier lohnt sich der Blick über den „Football-“Tellerrand hinaus.
- Motivation hinterfragen
 - Gerade im Jugendbereich sollte über die individuelle Motivation der Coaches gesprochen werden. Was hat sie dazu bewegt, im Jugendbereich tätig zu sein. Auf keinen Fall sollte jemanden zum Coachen „überredet“ oder sogar „gezwungen“ werden (z.B. Importspieler per Vertrag).
- Vorbildfunktion leben
 - Wer von seinen Coaches verlangt, die Vorbildfunktion ernst zu nehmen, muss selbst mit Vorbild vorangehen. Dazu zählt zum Beispiel, dass auf dem Trainingsgelände auf jegliche Drogen verzichtet wird. Es ist nicht davon auszugehen, dass jeder Coach von Natur aus weiß, welches Verhalten als vorbildlich angesehen wird. Deshalb sollte hierüber auch regelmäßig reflektiert und in Coachesmeetings gesprochen werden.
- Controlling
 - Vertrauen in die anderen Coaches ist gut, dennoch sollte man nicht davon ausgehen, dass sich immer alle einwandfrei im Sinne der Vereinbarung verhalten. Auch ist es unwahrscheinlich, bei der Vereinbarung des Verhaltens an alles gedacht zu haben. Deshalb sollte der verantwortliche Projektleiter stets ein waches Auge haben, um ggf. gegensteuern zu können.

Rollenbesetzung des Projektleiters

Die Person, die mit Hilfe dieser Handreichung versucht, ein Jugendteam zu gründen, sollte die entsprechenden Prozesse koordinieren. Sie kann zusätzlich noch weitere Funktionen übernehmen, jedoch muss sie zum Beispiel nicht die Position des Head Coaches besetzen. Natürlich kommt es hier oft zu Doppelungen der Funktionen, jedoch sollte gerade in Bezug auf Arbeitsbelastung darauf geachtet werden, dass alle zur Verfügung stehenden Kräfte genutzt und entsprechend eingesetzt werden. Jeder kann bei der Gründung eines Jugendteams unterstützen. Ein Head Coach ist jedoch so stark mit dem spielerischen Teil des Sports beschäftigt, dass bei ihm die Koordinationsaufgaben oft unterzugehen drohen.

Maximale Anzahl an zu beaufsichtigenden Jugendlichen

Insgesamt ist es schwer, darüber eine Aussage zu treffen, da die maximale Anzahl an zu beaufsichtigenden Jugendlichen von unterschiedlichsten Faktoren abhängig ist. Es gibt zwar nach unserem Kenntnisstand keinen gesetzlichen Schlüssel, jedoch schlägt zum Beispiel die badische Sportjugend folgende Regelung vor²:

Alter	Schlüssel
-------	-----------

² vgl. ZIEGENHAGEN o.J. S. 2

Bis 7 Jahre	1 zu 7
Bis 14 Jahre	1 zu 10
Bis 18 Jahre	1 zu 15

Diese Regelung berücksichtigt jedoch nicht, dass mit zunehmendem Alter im Football auch eine Spezialisierung einhergeht. Auch berücksichtigt diese Regelung nicht die Tatsache, dass es sich zumindest beim Tackle Football um eine Kollisionssportart handelt und damit eine gewissen Gefahrenquelle verbunden ist.

Auf der Internetseite *Vereinswelt* wird hingegen eine andere Regelung vorgeschlagen³:

Betreuungsaufwand	Schlüssel
Hoch (z.B. Bergtouren, sportlich herausfordernde Touren)	1 zu 6
Mittel (z.B. einfache Wanderungen, Zeltlager)	1 zu 8
Gering (z.B. geleitete Sportkurse)	1 zu 10

Diese Zahlen können nur Richtwerte für uns sein. Sie sollen nur aufzeigen, dass kein Coach mit 20 Jugendlichen alleine gelassen wird und gleichzeitig nicht danach gestrebt werden muss eine 1:2 Betreuung zu erreichen. Aus der Praxis heraus ist eine 1:8 Betreuung sicherlich realisierbar. Dabei sind weitere Faktoren natürlich zu berücksichtigen. Diese sind z.B.

- Alter des Coaches
- Ausbildung des Coaches
- Gesamtanzahl der Coaches
- Altersklasse der Jugendlichen
- Komplexität des Trainings / gespielte Football-Variante
- Gruppenzusammensetzung uvm.

Minimale Anzahl an Coaches in der anfänglichen Gründungsphase

Auch diese Frage ist natürlich von verschiedenen Faktoren abhängig. Folgend sollen die Tendenzen aufgezeigt werden:

- Tackle Football mehr als im Flag Football
- Großes Team mehr als kleines Team
- Spezialisiertes Training mehr als Grundlagentraining
- Ältere Jugendliche mehr als jüngere Jugendliche (aufgrund der Spezialisierung)

Unter Berücksichtigung des vorangestellten Abschnittes stellen unserer Meinung nach folgende Konzeptionen ein Mindestmaß an Coaches dar:

Variante	Aufgabenverteilung	Tätigkeiten
5er Flag F.	1 Head Coach	Es wird alles gemeinsam trainiert. Es geht primär um grundlegende offensive und defensive Techniken.
	1 Betreuer	Um immer zwei erwachsene Personen beim Training zu haben. Hierfür eignen sich auch Eltern.
7er Flag F.	1 Offensive Coordinator	Alle offensiven Techniken werden von allen offensiven Spielern erlernt.
	1 Defensive Coordinator	Alle defensiven Techniken werden von allen defensiven Spielern erlernt.
9er Flag F.	1 Coach für die Lines	Alle Linespieler erlernen alle offensiven und defensiven Techniken für die Line.
	1 Coach für die Skills	Alle Skillspieler erlernen alle offensiven und defensiven Techniken für die Skillpositionen.
5er Tackle F.	1 Head Coach	

³ vgl. RIGHI O.J.

	1 Offensiven oder defensiven Coach	Es sollte gemeinsam trainiert werden, die Jugendlichen sollten beide Seiten des Balles kennenlernen. Techniken sollten trainiert werden.
	1 Line Coach	
7er Tackle F.	1 Head Coach	Hier wird schon getrennt. Die kräftigeren Jugendlichen kommen zu den Line-Spielern (manchmal gibt es auch Gewichtsgrenzen). Die Techniken werden erlernt und Systeme installiert.
	1 Offensiven oder defensiven Coach	
	1 Line Coach	
9er Tackle F.	1 Headcoach	Hier findet aufgrund der steigenden Komplexität eine weitere Spezialisierung statt. Deshalb werden hier auch weitere Trainer benötigt.
	1 Offense Coach	
	1 Defense Coach	
	1 Line Coach	
11er Tackle F.	1 Headcoach	Es werden insgesamt 3 Koordinatoren und 7 Position Coaches (insgesamt 7 Coaches) benötigt. Eine langfristige Zusammenlegung von Positionen ergibt hier keinen Sinn.
	2 weitere Koordinatoren	
	4 weitere Position Coaches	

Aus- und Weiterbildung der Coaches

Der Wille zur Aus- und Weiterbildung sollte bei allen Coaches vorhanden sein. Es gibt keinen Coach, der in Bezug auf American Football ausgelernt hat. Ein Coach sollte mindestens in regelmäßigem Austausch mit anderen Coaches sein und über sein Kenntnisstand reflektieren. Die Überwachung der Qualifizierung sollte zum einen vom Verein und zum anderen vom Head Coach betrieben werden. Für den Verein sind insbesondere rechtliche Mindeststandards sicherzustellen. Der Head Coach hat den besseren Überblick über die fachspezifischen Aus- und Weiterbildungsbedarfe des Coaching Staffs.

Welche Mindestvoraussetzungen erfüllt sein müssen, ist von Landesverband zu Landesverband unterschiedlich. In manchen Landesverbänden ist der Besitz einer Trainer-C-Lizenz Voraussetzung. Andere wiederum verlangen nur, dass mit der Ausbildung begonnen wurde. Wiederum andere verlangen nur eine jährliche Teilnahme an einer kurzen Weiterbildung, um einen sogenannten Trainerpass zu erhalten. Für die Aussage der Aus- und Weiterbildungsqualität ist jedoch nicht die Urkunde (z.B. Trainerlizenz) ausschlaggebend. Es gibt etliche gute Aus- und Weiterbildungen, die nicht mit einer Lizenz abschließen. Mit einer Trainerlizenz kann jedoch nachgewiesen werden, dass ein Coach grundlegende Kompetenzen in allen Bereichen seiner Coaches-Tätigkeit nachweisen konnte.

Die Ausbildung von Coaches übernehmen die Landes- bzw. der Bundesverband. Diese Ausbildungen schließen mit einer Lizenzstufe ab. Während die Landesverbände alle Lizenzstufen unterhalb der B-Lizenz anbieten, übernimmt der Bundesverband die B- und A-Lizenzen. Die Trainerlizenzen haben ein Ablaufdatum. Die Verlängerung kann durch besonders gekennzeichnete Weiterbildungsmaßnahmen erlangt werden.

Weiterbildung hingegen kann auf verschiedene Weise betrieben werden:

- Angebote der Landesverbände und des Bundesverbandes
- Angebote von sportartfremden Verbänden
- Hospitationen bei anderen Footballteams (innerhalb und außerhalb des eigenen Vereins)
- Hospitationen bei anderen Sportarten
- Kommerzielle Angebote (z.B. Bayrische Coachesconvention)
- Einladung fremder Coaches
- Interne Weiterbildungsmaßnahmen
- Internetplattformen (z.B. XandOlabs, XOclinics, Glazier, AFCA, usw.) (s. Abschnitt 5)
- Austausch in eigenen und öffentlichen Coachesnetzwerken

3.2.2 Staff

Mitglieder der Staffs

In diesem Abschnitt soll kurz aufgezeigt werden, welche zusätzlichen Aufgaben um ein Team herum anfallen. Hinter den Aufgaben sollten sich entsprechend Personen befinden, die selbstverständlich ebenso wie die Spieler und Coaches ein Teil des Teams sind. Es besteht zwar grundsätzlich die Möglichkeit, einer Person mehrere Aufgaben zuzuweisen, doch lohnt es sich so viele Personen wie möglich in das Team zu holen. Die Quantität ist jedoch kein Garant für einen gut funktionierenden Staff.

Einen Arzt im Staff zu haben ist nicht zwingend notwendig. Es ist jedoch von Vorteil, wenn es ein Ärztenetzwerk gibt, mit dem z.B. die Physiotherapeuten oder die Coaches in Kontakt stehen. Auf diese Weise kann schnell und unkompliziert geholfen und beraten werden. Eventuell hat der Mutterverein auch Ärztepersonal, auf welches zurückgegriffen werden kann.

Qualifikation / Beruf	Aufgaben
Arzt	<p>Off-Days:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ansprechpartner für Spieler - Rücksprachen halten mit Coaches (sofern es von den Spielern genehmigt ist) - Vermittlung von Behandlungen <p>Training:</p> <ul style="list-style-type: none"> - keine Anwesenheit erforderlich <p>Gameday:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erstdiagnostik - Beratung der Coaches - Entscheidung über Teilnahme von Spielern am Spiel in Bezug auf gesundheitliche Aspekte
Physiotherapeut	<p>Off-Days:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ansprechpartner für Spieler - Rücksprachen halten mit Coaches (sofern es von den Spielern genehmigt ist) - Vermittlung von Behandlungen - Vernetzung mit Orthopädietechnikern, Ärzten usw. aus der Region - Austausch mit Physiotherapeuten anderer Teams (z.B. Austausch bzgl. der Bedingungen vor Ort) - Materialbestellungen - Übersicht über gesundheitliche Situation der Spieler (Verwaltung der Anamnesebögen und Führen einer Verletzungsstatistik) - Aufklärung für potentielle Auswahlspieler in Bezug auf NADA (National Anti Doping Agentur) und TUE (Therapeutic Use Exemption) <p>Training:</p> <ul style="list-style-type: none"> - keine Anwesenheit erforderlich. Je häufiger, desto besser. <p>Gameday:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erstbefund - Beratung der Coaches - Entscheidung über Teilnahme von Spielern am Spiel in Bezug auf gesundheitliche Aspekte (Return to Sports / Competition Management → immer zum Wohle des Spielers) - Taping

	<ul style="list-style-type: none"> - Ansprechpartner, wenn ein Spieler zurückgelassen werden muss (bei Auswärtsspielen) - Ggf. Verwalten der Krankenkassenkarten
Keine (z.B. Teammanager)	<p>Off-Days:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Verwaltung des Staffs / Übersicht über Aufgaben - Spieltage vereinbaren - Trainingslager vorbereiten - Spielerpässe verwalten - Equipment verwalten - Social Media <p>Training:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Filmen - Aufbereiten der Videos <p>Gameday:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Verpflegung sicherstellen (Einkauf, Aufbereitung usw.) - Klamotten verwalten - Spielerpässe / Spielberichtsbogen verwalten - Absprachen mit gegnerischem Team - Feldaufbau organisieren - Statistiken erfassen - Playcalls mitschreiben - Sideline-Coach („Get-back“-Coach) - Filmen - Aufbereiten der Videos - Fotos machen - Getränke vor- und aufbereiten und transportieren

Recruiting

Es gibt verschiedene Gründe, weshalb Teams einen zu kleinen Staff haben. Die folgende Liste stellt nur eine Auswahl derer dar:

- Es wird nicht gefragt
- Angst des Head Coaches davor...
 - o ... dass die Aufgaben nicht entsprechend erfüllt werden
 - o ... die Kontrolle zu verlieren
 - o ... Mitspracherechte zugestehen zu müssen und anschließend Entscheidungsgewalt zu verlieren (z.B. Konflikte bei der Bewertung der Spielfähigkeit eines Jugendlichen)
- Zu starke Priorisierung des sportlichen Bereichs (Vernachlässigung der anderen Bereiche)

Insbesondere der letzte Punkt zeigt deutlich, wie wichtig die Position des Head Coaches ist und dass versuchen sollte, sich aus möglichst vielen Dingen herauszuhalten. Ein kluger Head Coach delegiert und kontrolliert. Die Frage ist jedoch, woher ein Head Coach das Personal bekommt. Folgend ein paar Tipps:

- Elternschaft
 - o Berufe der Eltern erfragen
 - o Zunächst fragen, ob sich Eltern finden, die das Team in irgendeiner Hinsicht unterstützen könnten. Erst anschließend weitere Aufgaben aufzeigen. Es gibt auch Eltern, die bei Aufgaben unterstützen wollen, die vorher nicht auf der Liste standen.
- Bestehende Kontakte nutzen
 - o Es besteht immer die Möglichkeit, dass Staff-Mitglieder anderer Teams die selbe Aufgabe für das eigene Team übernehmen würden. Daher lohnt es sich, auch hier nachzufragen.

- PartnerInnen der Spieler
 - Insbesondere bei älteren Jugendlichen gibt es die Möglichkeit, die PartnerInnen der Spieler mit einzubinden. Hier gilt es aber, sehr genau auf die Persönlichkeit zu schauen.
- PartnerInnen der Coaches
 - Dass „Coach-sein“ im American Football viel Zeit beansprucht, ist klar. Viele Beziehungen leiden unter der Tätigkeit als Coach. Eventuell kann die Einbeziehung der PartnerIn hier etwas helfen. Es lohnt sich auch, die Beziehung zwischen den einzelnen PartnerInnen zu stärken.
- Auszubildende
 - In bestimmten Berufsgruppen (z.B. bei Physiotherapeuten) werden Praktika verlangt. Hier gilt es, aktiv auf solche Berufsgruppen zuzugehen und ein Praktikumsplatz anzubieten.

Anforderungen an die Zusammenarbeit zwischen Head Coach und Staff

Viel wichtiger als die Frage, wen man als Head Coach in sein Staff holt ist die Frage, wie die Zusammenarbeit gestaltet werden kann. Hierfür sollen ein paar grundlegende Gelingensbedingungen kurz aufgeführt werden:

- Aufgabenbeschreibung
 - Jedes Staff-Mitglied sollte wissen, welche Aufgaben ihm oder ihr zugesprochen werden.
- Rücksprachen einfordern
 - Innerhalb der Aufgabenbeschreibung sollten die Staff-Mitglieder frei arbeiten dürfen. Sie sollten jedoch wissen, dass sie für alle weiteren Tätigkeiten immer eine Rücksprache mit dem Head Coach halten.
- Zugehörigkeit zum Team verdeutlichen
 - Jedes Staff-Mitglied sollte unmissverständlich sich als zentralen Teil des Teams empfinden. Das Dankesagen sollte Spielern zwar beigebracht und forciert werden. Das Ausbleiben eines „Dankeschön“ muss jedoch nicht zwingend bedeuten, dass man nicht dankbar für die Aufgabenübernahme ist. Es kann auch bedeuten, dass das Staff-Mitglied als ein Teil des Teams angesehen wird. Nur selten bedanken sich Spieler bei den Mitspielern oder Coaches, die ebenfalls als Teil des Teams angesehen werden.
- Controlling
 - Vertrauen in die Staff-Mitglieder ist gut, dennoch sollte man nicht davon ausgehen, dass sich immer alle einwandfrei im Sinne der Vereinbarung verhalten. Auch ist es unwahrscheinlich, bei der Vereinbarung des Verhaltens an alles gedacht zu haben. Deshalb sollte der verantwortliche Projektleiter stets ein waches Auge haben, um ggf. gegensteuern zu können.

3.2.3 Spieler

Recruiting

Die Frage aller Fragen ist immer noch, wie man an SpielerInnen herankommt. Da die Frage zu komplex für einen Fließtext ist, soll sie stichwortartig beantwortet werden.

- Mund-zu-Mund-Propaganda
 - Die wichtigste Werbung ist ein gutes Training. Alle SpielerInnen, die Spaß am Training haben, werden davon erzählen. Auch Eltern, die Ihre Kinder als gut betreut empfinden, werden es weitererzählen. Gegebenenfalls sollte darauf explizit hingewiesen werden: „Wenn du Spaß am Training hast, bring einen

Freund / eine Freundin mit!“ Aber nicht nur die Qualität des Trainings, sondern auch die Stimmung im Team kann förderlich für die Werbung sein.

- Schulen
 - Schulen sind immer froh, wenn sie ein zusätzliches Angebot anbieten können. Eine AG an einer Schule kann dazu führen, dass SchülerInnen Lust auf mehr haben. In den meisten Fällen gibt es bei Schul-AGs jedoch wenig personelle Unterstützung.
- Erfolg
 - „Erfolg macht sexy!“
- Regelmäßige Tryouts veranstalten
 - Tryouts sind die gängigsten Maßnahmen zur SpielerInnengewinnung. Leider gehen solche Maßnahmen über ein zweistündiges Training nicht hinaus. Es lohnt sich, im Anschluss an Tryouts ein eigenes, einmonatiges Rookietraining anzubieten, in denen Interessenten grundlegende Fähigkeiten erlernen können. Parallel sollte jedoch auch das echte Fußballtraining besucht werden. Denkbar wäre ein Konzept, bei dem die Rookies einmal pro Woche Rookie-Training haben und einmal pro Woche am regulären Training teilnehmen.
- Einzugsgebiet erweitern
 - Eltern sind gewillt, Ihre Kinder zum Training zu fahren. Daher sollte nicht nur im direkten Trainingsplatz-Umfeld gesucht werden, sondern der Umkreis deutlich erweitert werden. Es bietet sich eventuell auch an, Tryouts in Nachbarstädten auszurichten.

Mindestgröße eines Teams

Die Mindestgröße eines Teams ist primär natürlich von der Spielvariante abhängig. Weitere Faktoren können sein:

- Alter der SpielerInnen
- Größe des festen Kerns
- Länge der Saison
- Anzahl an Spielen

Neben den Vorgaben des Landesverbandes findet sich eine grobe Empfehlung in der folgenden Tabelle.

Variante	Flag Football	Tackle Football
5er	10-15	15-20
7er	14-21	21-28
9er	18-27	27-36
11er	/	44-55

Bindung von Jugendlichen an den Sport, das Team und den Verein

Wer dafür sorgt, dass Jugendliche dem Sport, Team und Verein treu bleiben, muss sich weniger um Nachwuchs bemühen. Folgende Faktoren sorgen dafür, dass Jugendliche sich binden:

- Soziale Einbindung innerhalb des Teams
- Spaß am Training
- Aufzeigen bereits kleiner Erfolge (individuell und mit dem Team)
- Wertschätzung jeden Individuums
- Weiterentwicklung (sportlich, psychisch usw.)
- Feedback des Coaches
- Wettbewerb

- Setzen erreichbarer Ziele
- Vermitteln des Gefühls, dass man sich kümmert „they don't care about what you know, until they know you care“ (Theodore Roosevelt)
- Vermitteln des Gefühls, etwas Besonderes zu sein

(Talent-)förderung

Alle Coaches wünschen sich, mindestens einmal im Leben einen stark umworbenen, erfolgreichen, gegebenenfalls sogar College- oder NFL-Spieler in der Jugend maßgeblich mitgeprägt zu haben. Das gelingt nur, wenn die Aufmerksamkeit vom eigenen Ego in Richtung Spieler gelenkt wird und dafür gesorgt wird, dass die Potentiale der Spieler ausgeschöpft werden. Abseits des Interesses, einzelne „Stars“ zu produzieren, sollte jedoch immernoch die Hauptintention darin bestehen, jeden einzelnen Spieler in seiner Entwicklung zu fördern. Dies gilt für alle Kompetenzbereiche.

Dennoch sollen hier Maßnahmen aufgelistet werden, besondere Talente zu fördern:

- Coachen in Kleingruppen (damit die Talente sichtbar werden und der individuelle Spieler mehr Wiederholungen bekommt)
- Spieler auch an andere Teams vermitteln (Probetrainings usw.)
- Anbieten von Sondertrainings
- Förderung anderer Kompetenzen (z.B. Führungskompetenzen durch Übertragen von Verantwortung)
- Spielesysteme auf (sportliche) Talente aufbauen (Spielsystem auf Spieler anpassen)

Angebote abseits des Trainingsplatzes

Da die meistens Jugendlichen von den Eltern abhängig sind, stellt sich die Frage, wie man die Jugendlichen dennoch erreichen kann und mit Material versorgen kann. Hierzu eignen sich insbesondere vier Medien:

- Videokonferenzen
 - Installation von Spielzügen
 - Sozialer Austausch
 - Weiterbildungen in jeglicher Hinsicht
- Challenges
 - Soziale Projekte (z.B. Müll sammeln, eine Woche kein Fleisch essen usw.)
 - Sportliche Projekte (z.B. jeden Tag 100 Liegestütze machen usw.)
- Videos
 - Videos vom Training / Spiel analysieren und zur Verfügung stellen
 - „Lernvideos“ für das Playbook
- Quizzes (ggfs. live)
 - Abfragen von Wissen

3.2.4 Eltern (für den Sport gewinnen)

Die Eltern gehören per se nicht zum Footballteam dazu. Dennoch sollte allen Coaches klar sein, dass ein erfolgreiches Jugendteam nicht ohne eine aktive Elternarbeit auskommt. Eltern stellen zudem eine reichhaltige Quelle für Staff-Mitglieder dar. American Football hat immer noch nicht die gesellschaftliche Bedeutung, die er haben könnte. So kommt es immer wieder vor, dass sich Eltern nicht für Football begeistern können. Der Sport gilt insbesondere als brutal und als Risikosport in Bezug auf schwere Verletzungen. In diesem Abschnitt sollen verschiedene Dinge aufgezeigt werden, wie Eltern für den Sport gewonnen werden können.

Elternabende veranstalten

Elternabende ermöglichen es, dass die Eltern persönlich Kontakt zum Coach aufbauen können. Eltern kommen zusammen, um sich über verschiedene Dinge auszutauschen, sie lernen sich besser kennen und vernetzen sich untereinander. Auch bieten Elternabende dem Coach die Möglichkeit, seine Ideen und Konzepte stressarm zu vermitteln. Aus gleichem Grund sollte ein Elternabend nicht an einem Trainingstag und in gemüthlicher Atmosphäre stattfinden. Für die Organisation können bereits Eltern genutzt werden. Ein solcher Elternabend sollte mindestens zu Beginn der Preseason, gegebenenfalls ein weiteres Mal zu Beginn der Season stattfinden.

Entwerfen eines Handbuchs für Eltern

Eine gute Methode, Eltern mit einzubeziehen, ist die Erstellung eines Handbuchs für Eltern. Inhalte eines solchen Handbuchs könnten unter anderem sein:

- Mögliche Verletzungen (auch im Unterschied zwischen schweren und einfachen Verletzungen)
- Termine (Trainingszeiten, Scrimmages, Camps, Spiele)
- Kosten (Equipment, Camp)
- Football 1x1 (Vokabeln, Regeln, Taktik)
- Aufruf zur Mitarbeit (mit Aufgabenbereichen)
- Kontaktinformationen
- Grobe Übersicht über Philosophie / Mission / Prioritäten des Teams
- Übersicht über zu erwerbende Kompetenzen
- Code of Ethics / Teamregeln usw.
- Persönliche Ansprache / Vorstellung der Coaches

Eltern-Team-Events

Events, bei denen Spielern und Eltern gemeinsam spielen, eignen sich hervorragend dazu, die Eltern und Jugendlichen an den Verein zu binden und für seine Projekte zu begeistern. Solche Events können zum Beispiel kleine Sportturniere sein (z.B. Flag oder Ultimate-Frisbee).

Förderung verschiedener Kompetenzen herausstellen

American Football ist ein Sport, der vielseitige Kompetenzen fördern kann. Insgesamt lässt sich der Kompetenzbegriff folgendermaßen zusammenfassen: „Wissen + Können + Wollen“. Eine Auswahl an Kompetenzen mit Begründungen befindet sich in der Tabelle:

Kompetenzbereich	Kompetenzerwerb
Personale Kompetenzen	Im American Football werden Kinder immer wieder vor herausfordernde Aufgaben gestellt. Insbesondere Erfolge oder das Gefühl, gebraucht zu werden, kann dazu führen, ein souveränes und sicheres Auftreten zu entwickeln.
	American Football ist ein äußerst anstrengender Sport. Wenn das Training Spaß macht und die Jugendlichen sich auch durch anstrengendste Trainingseinheiten quälen, kann dies dazu führen, dass das Ausdauer- und Durchhaltevermögen gefördert wird.
	...

Sozial-kommunikative Kompetenzen	American Football ist das perfekte Beispiel für einen Sport, in dem ein Individuum alleine nichts bewirken kann. Jedes Individuum ist ein Zahnrad einer komplexen Maschine. Jugendliche merken schnell, dass es ohne Team- und Kooperationsfähigkeit nicht klappt.
Aktivitäts- und umsetzungsorientierte Kompetenzen	...
Fachlich-methodische Kompetenzen	...

Kontakt zu Eltern halten

Information und Transparenz sind für Eltern besonders wichtig. Daher sollte es regelmäßige Informationen an die Eltern geben. Dabei sind eine Verbindlichkeit und Regelmäßigkeit von Nutzen. Folgende Dinge sollten allen klar sein:

- Über welches Medium erhalte ich Informationen (E-Mail, Telefon, Brief usw.)?
- Wie oft erhalte ich Informationen (wöchentlich, monatlich, jährlich)?
- Wie erreiche ich den Coach?

Dabei sollte insbesondere Jugendcoaches klar sein, dass die Ansprechbarkeit nach dem Training in gewissem Maße dringend notwendig ist. Es sollte aber auch klar sein, welche Themen hier angesprochen werden können und welche ein gesonderten Gesprächstermin bedürfen.

Des Weiteren kann es von Vorteil sein, von Eltern regelmäßig Feedback einzuholen. Es geht darum, herauszubekommen, was die Eltern an dem Sport / Training schätzen und was sie sich noch wünschen würden. Es muss jedoch immer kommuniziert werden, dass ein Feedback nicht mit einer Handlungsaufforderung gleichzusetzen ist. Ein guter Jugendcoach hört jedoch genau hin und überlegt, welche Kernaussagen in einem Feedback stecken.

3.3 Training

In den Deutschen Vereinen wird Football meist als Sport für das ganze Jahr gesehen, mit meist einer einzelnen, manchmal auch mehreren Saisons pro Jahr (siehe Abschnitt 3.3.4). Das bedeutet, dass Coaches und Betreuer überwiegend mit Planen, Vorbereiten und Durchführen von Trainings beschäftigt sind, und nur vergleichsweise wenig mit Liga-Spielen. Dieser Abschnitt ist grob gegliedert nach der Reihenfolge, die sich für die Einrichtung eines Jugend-Teams anbietet. Zunächst sind die Fragen zur Ausrüstung und dem Trainingsplatz zu klären, ohne die man gar kein Training anbieten kann. Parallel sollte man sich darüber klar werden, für wen man das Training anbietet. Nachdem man sich überlegt hat, wann im Saisonverlauf man beginnt und was die nächsten Wochen bringen werden, lohnt es sich, auf einzelne Trainingseinheiten einzugehen.

3.3.1 Equipment

Football-Equipment ist nicht billig und so lohnt es sich, Prioritäten zu setzen. Die folgende Tabelle gibt einen Überblick, geordnet nach Wichtigkeit.

Tackle Football	Flag Football
Bälle	Bälle
Cones / Hütchen / Scheiben	Cones / Hütchen / Scheiben
Blocking Shields	Flaggen

Hurdles / Stepoovers	Hurdles / Stepoovers
Kamera / Smartphone	Kamera / Smartphone
Tackle Tubes / Tackle Dummies	Blocking Shields (für 7er- oder 9er-Variante)
Matten / Weichodenmatte (Halle)	

Mit Scheiben sind flache runde Gummi-Scheiben gemeint, die auf dem Hallenboden nicht so leicht wegrutschen wie Cones. Man schafft sich einen Satz Cones für draußen an, und einen Satz Scheiben für drinnen. Je 15 sollten es mindestens sein, eher 30. Eine Kamera steht hoch im Kurs, da sie es erlaubt, sich in Ruhe nach dem Training anzusehen, was gut lief und was nicht. Moderne Smartphone-Kameras tun es auch erst mal. Die kleinen Hürden (hurdles) oder Stepoovers können notfalls durch Cones ersetzt werden.

Ein Tackle-Football-Spieler benötigt natürlich einiges an persönlicher Ausrüstung (Helm, Pads, Hosen, Schuhe), die sollte gerade anfangs aufgrund der hohen Kosten jeder Spieler selbst organisieren. Mit wachsenden Budgets kann man darüber nachdenken, Leihhausrüstungen anzubieten. Hier muss jedoch gewährleistet sein, dass die Ausrüstungen noch einsetzbar sind und nicht bereits durch übermäßige Nutzung Schaden genommen haben. An dieser Stelle ist der Hinweis wichtig, dass vom Lackieren von insbesondere Helmen abgesehen werden sollte. Beim Lackieren wird die Substanz des Helmes durch das Schleifen verletzt und das Material somit geschwächt. Der Sicherheitsaufkleber auf der Rückseite des Helmes sollte immer zu sehen sein und beachtet werden.

Oft gewähren die Händler, über die man die Ausrüstungen anschafft, einmal im Jahr einen kostenfreien Check, ob noch alles in Ordnung ist. Einfach beim Kauf ansprechen! Auch wenn sich Spieler ihre Ausrüstungen selber anschaffen sollte sie regelmäßig von erfahrenem Personal auf Sicherheitsmängel durchgesehen werden.

Gerne vergessen wird übrigens die (absperrbare) Aufbewahrung des Team-Equipments, am besten direkt am Trainingsplatz. Wer an mehreren Plätzen trainiert wird nicht darum herumkommen, die Ausrüstung hin und her zu fahren: ein nicht zu unterschätzender Aufwand.

3.3.2 Trainingsplatz

Viele freie Flächen eignen sich zum Trainieren, es muss nicht immer ein topp gepflegter Fußballplatz sein. Bei der Platzwahl geht es vor allem um Sicherheit. Es sollte genügend Platz zum Werfen, Fangen und danach auch Auslaufen sein. Der Platz darf keine Löcher oder grobe Unebenheiten aufweisen (Maulwurfshügel). Eher offensichtlich sollten keine Hindernisse auf der Fläche herumstehen, also zum Beispiel Masten, Goalposts, Stromverteiler, Eckfahnen, Parkbänke. Auch regelmäßig näheres Inspizieren des Bodens lohnt sich vorab, etwa wegen versteckter Gefahrenquellen wie eiserne Aufnahmen von Pfosten, Flaschen, Scherben, und Häringen des letzten Campings. Höchste Vorsicht ist bei unbekanntem Plätzen geboten, die schon eine Weile nicht mehr gemäht worden sind, denn hier verstecken sich oft Löcher oder andere Überraschungen unter hohem Gras.

Bei Kunstrasenplätzen hat man das Problem der Hindernisse meist nicht, allerdings sollte man auch hier den Untergrund untersuchen. Auf manchen dieser Plätze löst sich der Rasen ab und bildet Löcher. Auch das oft auf solchen Plätzen verwendete Granulat kann unregelmäßig verteilt sein oder nach vielen Jahren der Nutzung ganz fehlen.

Gibt es gar keine Grünfläche, so kann man mit langer Kleidung auch auf einen Hartplatz ausweichen, Spieler im Tackle-Training sind dann aber wie in der Halle mit Matten zu schützen.

Turnhallen sind oft winzig klein, weshalb dort vor allem an Athletik und individueller Technik gefeilt werden kann, weniger am freien Spiel.

Noch ein Tipp für Fußballplätze von Sportvereinen oder der Stadt: Man macht sich den Platzwart sofort zum Feind, wenn Drills mit ordentlich Belastung für den Rasen immer an derselben Stelle ausgeführt werden. Der Rasen und sein Untergrund leidet dort extrem. Das gilt oft schon einfach beim Laufen während der Warm-ups, durch das Trampelpfade entstehen.

Der Coach sollte darauf achten und den Drill auch während des Trainings immer wieder ein paar Meter verlagern und damit einen erzieherischen Impuls setzen.

Es sollte auch selbstverständlich sein, den Platz sauber zu hinterlassen, ggf. auch sauberer als er bei Betreten war. Hier sollten die Coach Vorbild sein und auch darauf achten, dass Equipment, das vor Ort verbleibt, wieder ordentlich aufgeräumt ist.

3.3.3 Kinder und Jugendliche

Die Spanne von Kindern und Jugendlichen ist nicht nur nach der Anzahl der Jahre riesig (6-19 Jahre), sondern auch nach den körperlichen, kognitiven und Verhaltens-Unterschieden. Während die jüngsten zwar gern "harten" Football spielen wollen, aber ohne ihren Teddy nicht ins Bett gehen, kann man die Ältesten kaum mehr von Erwachsenen unterscheiden.

Die Trainings- und Leistungsunterschiede teilen sich in 5 Kategorien⁴:

Kategorie	Schwerpunktsetzung
Ausdauer	Am besten ab dem Beginn des größten Wachstumsschubs (GWS) zu trainieren (Jungen: 13-16, Mädchen: 10-13)
Kraft	Gute Trainingserfolge nach dem GWS (Jungen ab 16, Mädchen ab 12)
Schnelligkeit	Gute Trainierbarkeit bei Jungen zwischen 7 und 9 und dann wieder 13-16, bei Mädchen zwischen 6 und 8 und dann wieder zwischen 11 und 13
Fertigkeiten (Techniken, Koordination)	Bei Jungen zwischen 9 und 12 und Mädchen zwischen 8 und 11 lässt sich dieser Bereich gut entwickeln.
Beweglichkeit	Das optimale Fenster der Trainierbarkeit von Beweglichkeit für beide Geschlechter liegt zwischen dem Alter von 6 und 10 Jahren.

Nur wenn die Athleten altersgemäßen Aktivitäten folgen und in jeder Phase ein Fundament für die nächste aufbauen, können sie sich optimal darauf vorbereiten, ihre Ziele zu erreichen. Hier ein Überblick über die Trainingsziele nach Altersgruppen⁵:

	Alter	
FUNDamentals	6-9	Viele Aktivitäten, nicht nur Football, Zusammensein und Vielfalt erleben
Trainieren lernen	9-12	Die eigenen Fähigkeiten zu entwickeln ist wichtiger als das Gewinnen
Trainieren, um zu trainieren	12-16	Aus Sieg und Niederlage lernen, auf faire, ehrliche Weise trainieren und konkurrieren
Wettkampf lernen	15-18	Der Schwerpunkt liegt auf der Festigung solider Wettbewerbskompetenzen
Für den Wettkampf trainieren	17+	Jedes Programm und jeder Athlet ist der Höchstleistung verschrieben

Abseits der Athletik ist das Kinder- und Jugendalter der Spieler von Selbstzweifeln geprägt. Junge SpielerInnen (7-13 Jahre) sollten daher ohne Druck und mit positiver Motivation gecoacht werden. Druck und Lautstärke, Zucht und Ordnung, militärisches Gehabe und Drill-Mentalität führen eher zu Resignation und Aufgabe des Sports. Die meisten Kinder, die den Football hinter sich lassen und dabei oft den Sport insgesamt, sind zwischen 12 und 14 Jahre alt.

⁴ vgl. BALYI 2005, S. 81 ff.

⁵ vgl. ebd., S. 33 ff.

Dem kann man entgegenwirken, indem man altersgerecht coacht und ein wertebasiertes Umfeld erzeugt. Die Spieler sollen erkennen, was wichtig und richtig ist und worauf sie sich einlassen bzw. verlassen können. Wer das Training mag, kommt auch wieder!

Das ist nicht leicht und erfordert ein gewisses "Händchen" von den Coaches. Die Trainingsmoral bleibt von Anfang an hoch und man muss sich um Nachwuchs keine Sorgen machen, wenn man ein abwechslungsreiches, motivierendes, Spaß machendes Training bietet. Nichts macht erfolgreicher als Erfolg!

Spaß und Spiel sollte in allen Trainingseinheiten vorkommen, etwa zum Aufwärmen und zum Abschluss. Aber auch eine Art "Pause" in der Mitte, in der frei gespielt werden kann, hat sich vor allem bei den Jüngeren bewährt. Die älteren Athleten profitieren vom Formulieren von langfristigen Zielen (fittestes Team der Liga).

Neben Zielen lassen sich auch recht gut Verantwortlichkeiten zwischen Coaches und Spielern vereinbaren, und zwar nicht nur für Verhalten, sondern auch zur Vor- und Nachbereitung des Trainings (Beispiel: wer bringt die einsatzbereite Eisbox mit). Gibt es Verantwortung, sollte es auch Konsequenzen für denjenigen geben, der ihnen nicht gerecht wird. Das dient auch der Erziehung aller Beteiligten im Hinblick auf den Teamkodex.

Finanzielle Strafen für mangelnde Trainingsbeteiligung einzuführen, etwa 5€ für das Zuspätkommen, ergibt bei Kinder- und Jugendteams keinen Sinn, weil die Athleten oft auf Transport durch die Eltern angewiesen sind. Auch von kollektiver Bestrafung am Trainingsende (Push-ups, Suicides) sollte abgesehen werden. Ein Spieler etwa, der die Eisbox wiederholt nicht mitbringt, könnte ein Video über den Zweck der Eisbox zu drehen. Als effektiv gilt auch besonders das persönliche Gespräch nach dem Training. Dabei sollte darauf geachtet werden, eine geeignete Kommunikationskultur zu verwenden.

Ein Strafenkatalog umfasst also Verantwortung und Konsequenzen für Spieler und Coaches, in den unteren Jahrgängen vielleicht auch für Eltern. Er sorgt außerdem für maximale Transparenz und oft auch Spaß, etwa wenn zum x-ten Mal ein Kuchen fällig ist. Ein Strafenkatalog ist nicht zu verwechseln mit Teamregeln. Teamregeln im Gegensatz zum Strafenkatalog sollten immer positiv formuliert werden. Im Folgenden sind eine Liste mit Fehlverhalten und mögliche Konsequenzen aufgelistet.

Fehlverhalten	Konsequenzen
<ul style="list-style-type: none"> - Etwas unordentlich hinterlassen - Unsportliches Verhalten - Equipment liegen gelassen (am Ende des Trainings, da mindestens hier der Jugendliche verantwortlich ist) - ... 	<ul style="list-style-type: none"> - Kuchen backen - Erklärvideo drehen - ...

3.3.4 Saisonplanung

Erwachsene zu coachen hat den Vorteil nur einmal im Jahr durch den Zyklus von *Off-Season*, *Pre-Season* und *In-Season* zu gehen. Im Kinder- und Jugendbereich sind es für Coach und Athleten oft zwei, manchmal drei solcher Zyklen, und man muss außerdem um die Schulferien herum navigieren. Das kommt dann der Quadratur des Kreises gleich, und man muss eine ausführliche Liga-Vorbereitung den Gegebenheiten opfern. Natürlich obliegt es jedem Team, an Liga-Betrieben teilzunehmen oder nicht.

Die nächste Seite zeigt exemplarisch einen Jahresplan der Nürnberg Rams U11/13, in dem die Schulferien grundsätzlich als trainingsfreie Zeit gelten.

Den Zeitraum mit den Liga-Spielen der verschiedenen Altersklassen und Spielvarianten regelt der jeweilige Landesverband. Zu den Angeboten je Bundesland siehe Abschnitt 3.1.1. Meist werden Möglichkeiten ausgeschrieben und man muss bis zu einem Stichtag ein spielfähiges Team melden. Daraus macht der Landesverband dann der Spielplan und ab einer gewissen Anzahl teilnehmender Mannschaften die Einteilung in regionale Gruppen.

Um auf den Punkt vorbereitet zu sein rechnen ältere Teams 6 bis 8, jüngere Teams bis zu 10 Wochen vom ersten Spieltag zurück und haben damit den Beginn ihrer Pre-Season. Geht man im Kalender von diesem Termin weiter zurück bis zum Ende der vorangehenden Saison (letzter Spieltag), so ergibt sich die *Off-Season*. Priorisiert man die Teilnahme am Liga-Betrieb um den Kids mehr Gelegenheit zu geben, das Wettkämpfen zu erfahren, so bleiben pro Jahr oft nur 2-3 Wochen außerhalb der Schulferien übrig, die als *Off-Season* angesehen werden können.

Die folgende Tabelle macht einen Vorschlag, wie man pro Saison die Schwerpunkte im Training setzen könnte.

Phase der Saison	Athletik	Anderes
Offseason	Grundlagenausdauer, Maximalkraftaufbau, Lauschule, Koordination	Grundfertigkeiten je Position: Bewegungen, Techniken (z.B. Fangen, Tacklen, Blocken, Lesen)
Preseason	Intervalle, Schnellkraft und Reaktionsfähigkeit, Lauschule, Laufen gegen Widerstand, Plyometrics	Installation von Offense, Defense und Special Teams
Inseason	High-Intensity Intervall Training (HIIT), Erhalt der Kraft, Koordination (allgemein: eher nur Erhalt statt Aufbau von Fähigkeiten und Fertigkeiten, sonst steigendes Verletzungsrisiko)	Grundlagen, Selbst-Scouting und Scouting des Gegners

Siehe jedoch unbedingt auch die Differenzierung nach Trainings- und Leistungsunterschieden (siehe Abschnitt 3.3.3).

Pro Woche sollten es schon zwei Trainingseinheiten zu je 90 oder maximal 120 Minuten an festen Tagen zu festen Zeiten sein, damit der Abstand zwischen den Trainingseinheiten nicht zu groß wird. Gleichzeitig hat man genug Puffer für Schulverpflichtungen usw. Besteht die Möglichkeit, so kann man gerade für die Altersklassen U13 und höher in einem regelmäßigen Turnus auch ein drittes Training für zum Beispiel einzelne Units oder individuelles Training anbieten. Das hängt oft von der Bereitschaft der Eltern ab, die ihre Kinder zum Training zu bringen. Sobald sich Eltern lieber für die besser passenden zwei von drei Trainings entscheiden, kannibalisiert man sich selber.

Gerade nachdem alle durch Corona geschult sind ist es auch eine gute Variante, wöchentlich kurze Video-Konferenzen abzuhalten. Darin kann man in der *Pre-Season* auf die Theorie des Playbooks eingehen (ab ca 13 Jahre), oder mit Quizspielen das Football-Wissen aufbauen und festigen (z.B. mit kahoot.it). Ältere können sich das Videomaterial des Trainings und der Spiele gemeinsam mit Coaches ansehen, oder das Scout-Tape des nächsten Gegners.

3.3.5 Handbuch / Playbook / Manuals

Spätestens zu Beginn der Pre-Season sollte auch ein Handbuch für Spieler (und Eltern) stehen, falls man so eines herausgeben möchte. Gerade jüngere Kinder werden keine Seitenlangen Erklärungen und die Details zu vielen Formationen der Offense lesen, aber von den Älteren kann man dies durchaus erwarten.

Als praktisch hat sich erwiesen, ein digitales Handbuch in Form von Text und verlinkten Videos aufzubereiten und zum häppchenweisen Konsum anzubieten. Auch Quizformen lassen sich zum Lehren verwenden, ebenso Lückentexte und Raum für Notizen.

Hier beispielhaft eine Gliederung:

- Titelblatt (ev. mit Team-Motto)
- Inhaltsverzeichnis
- Verhaltenskodex
- Xs & Os
- Glossar

Zwar ist die Versuchung groß, bei der Gestaltung der Inhalte sein eigenes Süppchen zu kochen, doch lohnt sich der Austausch mit Coaches anderer Abteilungen im Verein.

3.3.6 Trainingsplan

Das Training richtet man am besten nach einem verbindlichen Rahmenplan, den man auch an Spieler und Eltern kommuniziert. Hinsichtlich der Phasen kann man sich durchaus an Herren-, High School- oder College-Vorbildern orientieren. Nur die Aktivitäten unterscheiden sich: Flag anders als Tackle, U11 anders als U15 usw. Prinzipiell steigert man die empfundene Intensität allmählich und geht vom Einfachen zum Komplexen vor.

Hier exemplarisch je eine Trainingseinheit der Düsseldorf Panther U13 und der Nürnberg Rams U13 für 2 Stunden:

Düsseldorf Panther	Nürnberg Rams (Intensität zw. 1 und 10)
10 Min. Walkthrough	10 Min. Games (4)
20 Min. Warm-up	05 Min. Walkthrough (1)
35 Min. Indis	20 Min Warm-up/Athletics (5)
15 Min. Indis O/D	15 Min. Indis (6)
30 Min. Skelly / Plays / Run usw. O vs. D	20 Min. Skelly / 1on1 (7)
10 Min Cool Down	20 Min. Team (8)
	10 Min. Games (5)
	05 Min. Huddle/Bye (1)

Dieser Plan, also insbesondere die Verteilung der Zeit auf die einzelnen Phasen sollte immer wieder anhand vierer Parameter angepasst werden:

- Altersklasse
- Football-Variante (Tackle, Flag, 5v5-11v11)
- Unterschiede nach Training und Leistung (siehe weiter oben)
- Art der gerade laufenden Saison

Jüngere Spieler profitieren von spielerischen Elementen, besonders für die Ausdauer, etwa durch Spiele wie Ultimate Football. Den Plan für das Training in Papierform oder elektronisch ständig zur Hand zu haben zeugt von strukturiertem Vorgehen und gewissenhafter Vorbereitung.

Nicht zu unterschätzen ist der Einfluss regelmäßiger Theorie- und Fundamentals Einheiten auf den Football IQ der Spieler. Kombiniert man dies mit Quizspielen (etwa per Kahoot!, siehe Abschnitt 5), bekommt man außerdem einen guten Eindruck, was man im Training wiederholen muss.

Um dem Training Abwechslung und den Spielern Orientierung zu geben, kann man jede einzelne Trainingseinheit oder auch einzelne Wochen und Monate unter ein Motto stellen. Damit wird die Absicht hinter bestimmten Schwerpunkten und Übungen klarer. Diese ergeben sich aus einer Vielzahl von Möglichkeiten:

- Trainingsschwerpunkt aufgrund der Saisonplanung
- Studium des Videomaterials von Training und Spielen: wo gibt es Defizite?

- Erproben einzelner Elemente aus der Trainerausbildung der Verbände
- Podcasts, insbesondere “Culture Builders” (siehe Abschnitt 5)

Auch Spieler können Input geben in die Planung von Trainingseinheiten. Allerdings darf man dabei nicht viel voraussetzen. Selbst, wenn die Jugendspieler bereits Football-Erfahrung haben, haben sie oft sehr unterschiedliche, teils verstiegene Vorstellungen von verschiedenen Dingen. Man darf nie davon ausgehen, dass Kinder und Jugendliche wissen, wovon man redet und Gedanken lesen können. Dennoch kann man nach der Einschätzung der Spieler fragen, sei es durch sporadisch ausgeteilte Fragebögen oder auch einfach einer Meinungsumfrage am Ende des Trainings. Die Entscheidung, eine Anregung zu berücksichtigen, bleibt beim Head Coach.

3.3.7 Besondere Begebenheit

Mehrere Altersstufen gleichzeitig

Sind die Kinder oder Jugendlichen bzgl. ihrer Athletik, ihrer Erfahrung und ihres Verhaltens sehr unterschiedlich, so kann man einige Trainingsabschnitte ganz gut gemeinsam (Warm-up, manche Indies), andere besser getrennt (Blocking, Tackling, Spielsituationen) durchführen. Dies richtet sich sehr nach der Anzahl, Qualifikation und Bereitschaft der vorhandenen Coaches. Ziel sollte entweder sein, die Altersstufen zu trennen, oder aber die Positionen. Den Plan für das Training in Papierform oder elektronisch ständig zur Hand zu haben zeugt von strukturiertem Vorgehen und gewissenhafter Vorbereitung. Es gilt, eine klare Entscheidung zu treffen! Halbgares ist die schlechteste Lösung.

Viele Spieler und wenige Coaches gleichzeitig

Hier kommt es darauf an, die einzelnen Übungen geschickt zu koordinieren, sodass der Einzelne nicht lange herumsteht und auf seine nächste Wiederholung wartet. Das erfordert eine sehr genaue Planung und Durchsprache mit den Coaches vorab!

Die Trainings-Steuerung, also das Übergehen von einer Trainingsphase zur nächsten kann übrigens auch gut jemand ohne Trainerausbildung übernehmen. Einfach mal die Eltern einspannen.

Hier einige Möglichkeiten und Parameter:

- Bei mehreren Coaches das Team in kleine Gruppen aufteilen, verschiedene Stationen zuteilen, es wie ein Zirkeltraining laufen lassen und nach einer vorgegebenen Zeit die Stationen wechseln
- Drills in Teilschritte runterbrechen, um die Übungskette “kurz” und effektiv zu halten
- 2x denselben Drill Rücken an Rücken aufbauen. So kann ein Coach nach links coachen, dann wenn die Wiederholung vorbei ist, nach rechts coachen usw.
- Spiel- und Übungsformen “verkleinern”, indem man entweder ein ganzes Spiel mit weniger Spielern spielt (etwa 3v3, dafür aber 2-3 Spiele gleichzeitig), oder nur zu einer Spielfeldseite spielt mit einer unsichtbaren Wand, die den ungenutzten Bereich abtrennt.

Die wahrscheinlich schwierigste Situation für einen Head Coach ist es, ohne weitere Coaches ein Team aus vielen Spielern aus mehreren Altersstufen auf kleinem Raum und wenigen Trainings auf eine Saison vorzubereiten. Wer liebt sie nicht, diese Herausforderungen? 😊 Aber im Ernst, das Gewinnen zusätzlicher Coaches hat dann oberste Priorität.

4 Link- und Materialsammlung

4.1 Football Verbandshomepages

American Football Verband Deutschland	http://www.afvd.de/
American Football Verband Baden Württemberg	https://afcvbw.de/
American Football Verband Bayern	https://afvby.de/
American Football Verband Berlin / Brandenburg	https://afcvbb.de/
American Football Verband Hamburg	https://afcv.hamburg/
American Football Verband Hessen	http://www.afvh.de
American Football Verband Mecklenburg-Vorpommern	http://www.afcv-mv.de
American Football Verband Niedersachsen	http://www.afcvn.de
American Football Verband Nord (Bremen)	http://www.afcv-nord.de
American Football Verband Nordrhein Westfalen	http://www.afcv-nrw.de
American Football Verband Rheinland-Pfalz	http://www.afcv-rlp.de
American Football Verband Saarland	/
American Football Verband Sachsen	http://www.afvs.de
American Football Verband Sachsen-Anhalt	http://www.afvsa.de
American Football Verband Schleswig-Holstein	https://www.afcvsh.de/
American Football Verband Thüringen	http://www.afcv-t.de

4.2 Football Shops

1A-Footballshop (verleihen auch Ausrüstungen)	https://1a-football.de/
AFE Shop	https://www.afe-shop.de/
American-Footballshop	https://www.american-footballshop.de/
American Sports Outlet	https://americansportsoutlet.de
Doca-Sports	https://www.doca-sports.com/football/jerseys/
Futspo	https://www.futspo.de/
MH Footballshop	https://www.mhfs.de/
Ortema (Spezialist für den Bau von Carbonschienen und Anpassungen von Knie-Orthesen)	https://www.ortema.de/
Playmakers Football	https://www.playmakers-football.de/
PT-Hockey	https://www.pt-hockey.de/
Teamzone	https://teamzone.eu/
TMS Footballshop / JumpJump – Boss Cheer Corner	https://tms-footballshop-berlin.de/

4.3 Football News

Football-aktuell	https://www.football-aktuell.de/
------------------	---

4.4 Football Regelwerke

Sammlung	https://www.afcvnrw.de/cms/verband/downloads/category/3-regelwerke.html
----------	---

4.5 Coaching Webseiten

American Football Bavaria Consulting	https://www.afbc.info/
Deutschsprachige Football Coaching Webseite	http://www.gridiron-coach.com/
Clinic Serie und Ressource	https://www.glazierclinics.com/coaching-websites
Coaching Artikel	https://www.xandolabs.com/
Coaching Clinic	https://coaches-clinic.com/
Webseite von Coach Alex	http://coach-alex.info/
Clinic Ressource	https://coachtube.com/

4.6 Facebook-Seiten

American Football Bavaria Consulting	AFBC
Coach P Coaching.	Coach P Coaching.
Coaches des AFVD	Coaches des AFVD
Football-aktuell	Football-aktuell
Footballerei	Footballerei

4.7 Materialeseiten für Coaches

Kostenlose Sammlung an Playbooks, Handouts, Videos usw.	https://drive.google.com/drive/folders/0BwSxtAmlmaFTkllMy0tWXhJYXc?usp=sharing
Krafttrainingsprogramm (USA Weightlifting and Sports Performance Coach Course)	https://drive.google.com/drive/folders/0B8AgINj9rsYbMS01U19kVElJakE?usp=sharing https://kindersport-wissen.de/

4.8 Coaching Tools

Programm zur Videoanalyse und zum Erstellen von Playbooks und Statistiken	https://www.hudl.com/
Programm zur Videoanalyse und zum Erstellen von Playbooks und Statistiken	https://justplaysolutions.com/
Programm zur Videoanalyse	https://www.teamxstream.com/
Programm zur Videoanalyse und zum Erstellen von Playbooks und Statistiken	https://www.goarmyedge.com/football
Programm zum Erstellen von Playbooks	https://www.playmaker.com/
Programm zum Erstellen von Playbooks	https://coachmeapps.com/
Programm zur Videoanalyse	https://www.kinovea.org/
App zum Erstellen von Playbooks	https://coachmeapps.com/
Slow Motion Aufnahmen	Fotoapp auf dem Smartphone. Die meisten Foto-Apps bieten eine Slow Motion Funktion an.
Quiz-App	https://kahoot.com/

4.8 Teammanagement

Programm zur Verwaltung des Teams	https://www.spielerplus.de/
Programm zur Verwaltung des Teams	https://teamer.net/
Programm zur Verwaltung des Teams	https://spond.com/welcome
Chatprogramm	https://discord.com/
Chatprogramm	https://slack.com/intl/de-de

4.9 Podcasts

The Winning Youth Coaching Podcast	https://podcasts.apple.com/us/podcast/winning-youth-coaching-podcast-youth-sports-coaching/id883061940
Just Fly Performance Podcast	https://www.just-fly-sports.com/category/podcast/
Coaching Culture	https://podcasts.apple.com/us/podcast/coaching-culture/id1286560192
Culture Builders	https://theculturebuilders.com/podcasts/
Way of Champions Podcast	https://wayofchampions.libsyn.com/
The Talent Equation Podcast	http://www.thetalentequation.co.uk/podcasts

4.10 Youtube Channels

https://www.youtube.com/channel/UCrFgxlrKXz0tdbfuADddUVg (Stursberg Coaching)
https://www.youtube.com/channel/UCqgA8f925itXFkD-96ObpDw (Chiefpigskin)
https://www.youtube.com/channel/UC7mx56j7cW2uZpfByb7rdwQ (Coach McKie)
https://www.youtube.com/channel/UCWVYA02YA6OXO2cZkXxyH0q (Coach-J-Colonia)
https://www.youtube.com/channel/UChFJT1A4t1Gvn6G1W3cVmTq (K-55-Films)
https://www.youtube.com/channel/UCZUEbp1NktXk6Yxwvk2QySA (Coach Odenthal)
https://www.youtube.com/channel/UCIKw8tpxqRbbK8apRV23Sjw (14-0 Productions)
https://www.youtube.com/channel/UCMMDMadlmu15v-Wo4-c-vOw (iCoachKids EU)
https://www.youtube.com/channel/UC3N2FKr2dTU3sfO4m9OZjpw (Office AFBC)

4.11 Verein

Vereinslexikon	http://www.vereinsknowhow.de/
Leitfaden zum Vereinsrecht	https://www.bmjv.de/SharedDocs/Publikationen/DE/Leitfaden_Vereinsrecht.pdf?__blob=publicationFile&v=14
Vereinslexikon	https://www.vereinswiki.info/
Förderprogramme auf EU-Ebene	http://www.eu-info.de/foerderprogramme/
Förderprogramme auf EU-Ebene	https://www.bmwi.de/Redaktion/DE/Artikel/Mittelstand/europaeische-mittelstandspolitik3.html
Deutscher Olympischer Sportbund	https://www.dosb.de/
Landessportbund	https://www.lsb.nrw/
Deutsche Sportjugend	https://www.dsj.de/
Sportbund Rheinhessen	https://sportbund-rheinhessen.de/

Landessportbund Berlin	https://lsb-berlin.net/aktuelles/
Ehrenkodex für die Jugendarbeit (Beispiel)	https://www.afcvnrw.de/cms/verband/downloads/category/16-ehrenkodex-auswahltrainer.html

4.12 Weitere Nützliche Informationen / Materialien

Dokumente zum Kinderschutz der Deutschen Sportjugend	https://www.dsj.de/kinderschutz/materialien-der-dsj-des-dosb/
Statistiken über Verletzungen im American Football, Baseball usw.	https://nccsir.unc.edu/reports/
Gesellschaft für Sportneuropsychologie (Untersuchungsstellen nach Gehirnerschütterungen)	https://www.gsnp.de/
Materialeseite der VBG für Trainer, Sportstättenverordnung usw.	http://www.vbq.de/DE/3_Praevention_und_Arbeitshilfen/1_Branchen/11_Sport/sport_node.html;jsessionid=B31B3E161371140B47A351F2393C528E.live4
Football-Lexikon	http://www.johntreed.net/fbdictionary.html
USA Football Development Model	https://fdm.usafootball.com/
US-Olympic Committee Development Model	https://www.teamusa.org/About-the-USOPC/Programs/Coaching-Education/American-Development-Model/Stages
Medizinische Formulare (Beispiele)	https://www.afcvnrw.de/cms/verband/downloads/category/25-sportmedizin.html
	https://www.nada.de/nationale-anti-doping-agentur-deutschland/
	https://www.dsj.de/fileadmin/user_upload/Handlungsfelder/Praevention_Intervention/sexualisierte_Gewalt/Safe_Sport_Handlungsempfehlungen_Sportvereine.pdf

5 Quellen

- BALYI, I. / WAY, R. / HIGGS, C. (2005): Long-Term Athlete Development. URL: <https://pdfs.semanticscholar.org/ac56/85cc9db7ace3cfd08a99688e94a67f86e377.pdf> (24.06.2020)
- RIGHI, K. (o.J.): Wann endet die Aufsichtspflicht für Kinder und Jugendliche? URL: <https://www.vereinswelt.de/ende-aufsichtspflicht-kinder>
- ZIEGENHAGEN, U. (o.J.): Aufsichtspflicht in der Jugend. URL: <https://www.badfv.de/service-beratung/jugendarbeit/> (24.06.2020) (prä Download)