

Regelverstöße beim American Football und die daraus resultierenden Strafen

Bezeichnung	Erklärung	Strafe
Illegal Formation	Beim Snap müssen mindestens sieben Spieler der angreifenden Mannschaft an der Line of Scrimmage postiert sein.	5 Yards und Wiederholung des Versuchs.
Illegal Shift	Die Offense muss vor dem Snap mindestens eine Sekunde in ihrer Formation verharren. Ausnahme: Der Man in Motion der Offense .	5 Yards und Wiederholung des Versuchs.
Illegal Motion	In der Offense darf sich beim Snap nur ein Spieler im Backfield bewegen, der sogenannte Man in Motion . Er darf dies nur parallel zur Line of Scrimmage oder von ihr weg.	5 Yards und Wiederholung des Versuchs.
False Start	Unmittelbar vor dem Snap bewegt sich einer der Offense-Spieler außer dem Man in Motion . Der Down wird (im Gegensatz zu anderen Strafen wie dem Offside) direkt abgebrochen.	5 Yards und Wiederholung des Versuchs.
Offside	Ein Spieler befindet sich beim Snap in oder jenseits der neutralen Zone.	5 Yards und Wiederholung des Versuchs.
Encroachment	Beim Snap befindet sich ein Spieler in oder jenseits der neutralen Zone und/oder berührt einen gegnerischen Spieler oder provoziert, dass dieser eine Abwehrhaltung einnimmt.	5 Yards und Wiederholung des Versuchs.
Holding	Festhalten eines Spielers, der nicht Ballträger ist.	10 Yards und der Versuch wird wiederholt, wenn das Holding durch die Offense geschieht, 5 Yards und Automatic First Down (neuer erster Versuch), wenn das Holding durch die Defense erfolgt.
Pass Interference	Wenn der Ball in der Luft in fangbarer Nähe ist, darf ein Spieler nicht am Fangen gehindert werden. Das betrifft keine Zusammenstöße beim Versuch zu fangen.	Strafe für Offense Pass Interference: 10 Yards vom Previous Spot und der Versuch wird wiederholt. Strafe für Defensive Pass Interference: Automatic First Down , gespielt wird vom Ort des Fouls.
Assisting the Runner	Der Ballträger darf nicht von seinen Teamkameraden vorwärts geschoben oder gezogen werden.	10 Yards (Nur im College ein Foul, nicht in der NFL).
Roughing the Passer/Kicker	Quarterback (oder ein anderer offensichtlicher Passer), Holder und Kicker sind besonders verletzungsgefährdet, da sie sich auf bestimmte Aufgaben konzentrieren und heranstürmende Verteidiger oft nicht wahrnehmen. Sie werden daher vor vermeidbarem Kontakt – insbesondere nach dem Pass bzw. Kick – geschützt. Verbotene Aktionen sind beispielsweise tiefe Blocks oder Tackles gegen den Kopf- und Nackenbereich.	15 Yards und Automatic First Down .
Running into the Kicker	Da der Kicker nach dem Kick kein Gleichgewicht hat und daher auch keine Verteidigungsposition einnehmen kann, wird er auch vor unbeabsichtigtem Kontakt geschützt.	5 Yards.
Facemask	Aufgrund der Verletzungsgefahr ist der Griff ins Gesichtsgitter und jede andere Helmöffnung verboten.	15 Yards (seit 2009 gibt es in Deutschland keine 5 Yards Facemask-Strafe mehr, das bloße Berühren des Gesichtsgitters und/oder das kurze Reingreifen werden nicht mehr geahndet).

Clipping	Blocken von hinten und unterhalb der Gürtellinie; nur in einem eng umgrenzten Bereich erlaubt (sogenannte Clipping-Zone). Blocken unterhalb der Knie von hinten ist generell verboten.	15 Yards.
Chop Block	Ein kombinierter Hoch/Tief-Block durch zwei Spieler,	15 Yards.
Spearing	Illegales Benutzen des Helmes, indem sich ein Spieler aus vollem Lauf mit geradem Körper und gesenktem Kopf, also wie ein Speer ("spear") auf einen Gegenspieler wirft.	15 Yards für beide Seiten, <i>Automatic First Down</i> , wenn durch die Defense verursacht.
Late Hit	Wenn der Spielzug erkennbar beendet ist oder ein Spieler offensichtlich nicht mehr am Spielgeschehen teilnimmt, ist ein <i>Hit</i> nicht mehr erlaubt.	15 Yards für beide Seiten, <i>Automatic First Down</i> , wenn der Hit von der Defense verursacht wird, gegebenenfalls mit Platzverweis und Sperre verbunden.
Unnecessary Roughness	Jede übertriebene Härte, speziell gezielte <i>Hits</i> nach dem Spielzug und in den letzten Jahren verstärkt auch <i>Hits</i> gegen schutzlose Receiver.	15 Yards, <i>Automatic First Down</i> , bei Strafen gegen die Defense, ggf. mit Platzverweis und Sperre verbunden.
Unsportsmanlike Conduct	Unsportliches Verhalten wie Beleidigen oder Verspotten von Gegner oder Referee. Heute in den USA auch oft angewendet bei bestimmten Arten, einen Touchdown zu feiern. Speziell in der NCAA wird jede Art des Feierns, mit der ein Spieler die Aufmerksamkeit auf sich zieht, rigoros geahndet. In Deutschland ist das Feiern auf eine Minute begrenzt, außerdem darf es nicht beleidigend sein. In der NFL gehören solche Aktionen zum alltäglichen Spielgeschehen.	15 Yards, gegebenenfalls mit Platzverweis und Sperre verbunden. Beim Touchdown wird die Strafe beim Kickoff durchgeführt.