

Football Starter-Kit:

1. **Helm** – Sollte man sich für den Sport entscheiden, sollte schnellstens ein neuer Helm herangeschafft werden. Man weiß nie was mit gebrauchten Helmen passiert ist, bzw. weiß man nicht welche Helm, der Kopfform am besten zusagt. Dazu einfach zu unserem Teampartner Doc.A.Sports (www.doca-sports.com) nach Böblingen fahren und Helme anprobieren. Der Helm sollte zwingend in Orange sein. Gegebenenfalls umlackieren lassen. Facemask wird oft gesondert verkauft. Preisspanne reicht von **150 – 300 €**



2. **Mouthguard/Mouthpiece** – Mundschutz ist bei jedem Training Pflicht! Kann man bei uns auch für 2€ kaufen. Preisspanne reicht von **2 – 25 €**
3. **Shoulderpad** – kann man gebraucht kaufen, jedoch hier dasselbe Problem wie beim Helm: Neu ist immer besser! Auf die Position achten, die man spielt! Es gibt für verschiedene Positionen verschiedene Pads. **110 – 300 €**
4. **Hüftpolster & Steißbeinschutz** – Ist bei Freundschaftsspielen, sowie Ligaspielen Pflicht! Anfangs genügt ein einfacher Football-Gürtel, der die 3 Pads zusammenhält. Später kann es dann auch eine bequeme 5-Pocket-Hose werden. **15 €**
5. **Oberschenkel- & Kniepads** - Sind bei Freundschaftsspielen, sowie Ligaspielen Pflicht! **15 €**
6. **Hose** – Fürs erste tut es eine Trainingshose... Farbe egal! Später solltet ihr euch dann eine Spielhose zulegen (65€). Trainingshosen bekommt ihr schon für etwa **25 €** ...Gürtel nicht vergessen.
7. **Trainingsjersey** – Quasi euer „Leibchen“. Sollte Positionsbedingt angeschafft werden. Schwarz = Defensive , Weiß = Offensive. **Etwa 25 €**. Das Spieltrikot bekommt ihr vom Verein gestellt.
8. **Schuhe** - Grundsätzlich kann man Football auch mit Fußballschuhen spielen, wenn diese keine Schraubstollen enthalten. American Football darf nur mit nicht abnehmbaren Plastikstollen gespielt werden. Kosten belaufen sich je nach Marke auf **60 – 130 €**
9. **Handschuhe** – Vorerst kein Muss. Sie dienen jedoch zum Schutz vor Verletzungen, als Polsterung oder auch Stabilisierung. Wide Receiver kaufen sich gerne Handschuhe mit viel "Grip", um besser fangen zu können. O-Liner oder D-Liner meist geposterte, zum Schutz. Hier kann man zwischen **25 und 70 €** ausgeben.

Infos @

<http://www.doca-sports.com/>

Cooler Jungs – manchmal etwas ruppig – nicht ganz ernst nehmen! ;)