



Leitfaden für Leagues: Mixed-Level Scrimmages



Informationen zusammengetragen vom Ausbildungskoordinator:in Émilie Bigorgne-Röhrig (Pochard) für die Arbeitsgruppe Trainer*innen Lizenz der Sportkommission Roller Derby im Deutschen Rollsport und Inline-Verband (DRIV)

Dieser Leitfaden soll Leagues, Coaches, Officials und Skater*innen dabei unterstützen, Mixed-Level-Spiele sicher, fair und gemeinschaftsfördernd zu planen und durchzuführen. Er schafft ein gemeinsames Verständnis von Verantwortlichkeiten, Begriffen und guter Praxis. Mixed-Level-Formate sind ein wichtiges Werkzeug für Entwicklung, Inklusion und Community-Building. Sie benötigen jedoch klare Rahmenbedingungen.



1. Was bedeutet «Mixed Level »?

Mixed Level bezeichnet Spiele oder Scrimmages, bei denen Skater*innen mit **unterschiedlichen Erfahrungs-, Skill- oder Wettkampfniveaus** gemeinsam spielen.

« Level » kann sich beziehen auf:

- **Skill Level** (Skating, Contact, Gameplay)
- **Erfahrung** (Newbie bis Advanced)
- **Team-Level** (z. B. A/B/C-Teams, MRDA/WFTDA-Erfahrung)
- **Game Readiness** (Return to Play, lange Spielpause, neue Positionen)

Mixed Level ist **kein festes Regelset**, sondern ein bewusst gestaltetes Format.



2. Ziele & Chancen von Mixed-Level-Spielen

Mixed-Level-Spiele verfolgen mehrere sportliche, strukturelle und gemeinschaftliche Ziele. Sie bieten Entwicklungsmöglichkeiten für Einzelpersonen und Leagues, erfordern jedoch eine bewusste Gestaltung.

Förderung von Spielerfahrung

Mixed-Level-Formate ermöglichen Skater*innen mit wenig oder unregelmäßiger Spielpraxis, **reale Spielsituationen** zu erleben. Sie bieten Raum, Regelverständnis, Positionierung, Kommunikation und Entscheidungsfindung unter Spielbedingungen zu erlernen oder zu festigen – ohne den Druck eines leistungsorientierten Wettkampfs.

Nachwuchsentwicklung

Für neue Skater*innen stellen Mixed-Level-Spiele eine Brücke zwischen Training und regulären Spielen dar. Durch das Zusammenspiel mit erfahreneren Skater*innen können sie Sicherheit aufbauen, Rollen kennenlernen und schrittweise Verantwortung übernehmen. Gleichzeitig lernen erfahrene Skater*innen, ihr Spiel anzupassen und Wissen weiterzugeben.

Wiedereinstieg nach Pausen oder Verletzungen

Mixed-Level-Spiele können einen **kontrollierten Wiedereinstieg** nach Verletzungen, Schwangerschaft oder längeren Pausen ermöglichen. Das reduzierte Tempo oder angepasste Intensität bietet einen Rahmen, um Vertrauen in den eigenen Körper und das Spiel zurückzugewinnen – vorausgesetzt, medizinische Freigaben und individuelle Grenzen werden respektiert.

Stärkung der Community & Austausch zwischen Leagues

Gemeinsame Mixed-Level-Formate fördern **Vernetzung, Solidarität und Austausch** innerhalb der Roller-Derby-Community in Deutschland. Sie ermöglichen Begegnungen über League- und Teamgrenzen hinweg, reduzieren Leistungsgefälle zwischen Leagues und stärken ein gemeinsames Verständnis von Spielkultur, Sicherheit und Respekt. Damit wachsen wir als Community.

Niedrigschwellige Spielangebote

Mixed-Level-Spiele schaffen **zugängliche Spielmöglichkeiten** für Skater*innen, die (noch) nicht in regulären Teams spielen, keinen vollständigen Roster haben oder aus strukturellen Gründen wenig Game-Zeit erhalten. Sie senken Einstiegshürden und erweitern die Spielangebote innerhalb der Community.

Wo unterschiedliche Level zusammenkommen, entstehen wertvolle Lernräume – **aber auch potenzielle Spannungsfelder**. Mixed-Level-Spiele funktionieren dann gut, wenn mögliche Risiken frühzeitig erkannt und gemeinsam adressiert werden. Die folgenden Aspekte beschreiben typische Risiken, die auftreten können, wenn Anpassung, Kommunikation oder Erwartungsklärung fehlen.

Erhöhtes Verletzungsrisiko bei fehlender Anpassung

Unterschiedliche Skill- und Erfahrungslevel können zu **unkontrolliertem Contact, Fehleinschätzungen oder Überforderung** führen, wenn Intensität, Geschwindigkeit und Spielstil nicht aktiv angepasst werden.

Frustration durch Über- oder Unterforderung

Skater*innen können sich überfordert fühlen, wenn Spieltempo oder Contact-Level ihre Fähigkeiten übersteigen, oder unterfordert, wenn sie sich stark zurücknehmen müssen. Beides kann Motivation, Lernprozesse und Spielfreude beeinträchtigen.

Unklare Erwartungen an Spielstil & Intensität

Fehlende Absprachen darüber, **wie hart, schnell oder kompetitiv** gespielt werden soll, können zu Missverständnissen, Konflikten und Unsafe Play führen – sowohl auf Track als auch auf Bench und bei Officials.

- ➡ Ziel ist es, Chancen zu nutzen und Risiken aktiv zu minimieren.



3. Verantwortung der organisierenden League

Vor dem Spiel

- **Format klar definieren**
 - Was bedeutet Mixed Level in diesem Spiel konkret?
 - Zielgruppe & Ausschlüsse benennen
- **Abfrage von Skill & Erfahrung**
 - Kontaktlevel, Spielpraxis
- **Transparente Kommunikation**
 - Erwartungen, Besonderheiten, Abweichungen vom Standard
- **Safety-Rahmen festlegen**
 - Zum Beispiel angepasste Intensität, Einschränkungen, Fokus auf Kontrolle
- **Ausreichende Officials einplanen**
 - Mixed Level erfordert erhöhte Aufmerksamkeit

Am Spieltag

- Ansprechpersonen benennen

- Warm-up & Pausen ausreichend einplanen
- Flexibilität bei Roster, Jams, Spieltempo

Nach dem Spiel

- Feedback einholen (Skater*innen, Coaches, Officials)
- Erkenntnisse dokumentieren



4. Rolle der Coaches und/oder Skater*innen

Verantwortung

- Ehrliche Selbsteinschätzung
- Anpassung von Geschwindigkeit, Kraft & Entscheidungen
- Respekt gegenüber allen Levels
- Aktive Kommunikation

Haltung

- Lernen statt dominieren
- Mixed Level ist kein Leistungsnachweis
- Safety is Teamsport



5. Rolle der Officials

Besonderheiten bei Mixed Level

- Unterschiedliche Regelkenntnis
- Unterschiedliche Reaktions- und Kontrollfähigkeit

Aufgaben

- Konsistente, klare Linie
- Frühzeitiges Eingreifen bei Unsafe Play
- Kommunikationsbereitschaft
- Eigene Belastungsgrenzen berücksichtigen

Officials sind ein zentraler **Sicherheitsfaktor**. Regelkonform bedeutet hier nicht automatisch angemessen und muss klar kommuniziert werden. Kontakt und Intensität sollten situations- und levelangepasst sein.



6. Consent & Sicherheit

Consent und Sicherheit sind zentrale Grundlagen für alle Mixed-Level-Spiele. Sie gehen über Regelkonformität hinaus und betreffen **Haltung, Kommunikation und situative Verantwortung** aller Beteiligten. Ziel ist es, ein Umfeld zu schaffen, in dem sich Skater*innen sicher fühlen, Grenzen respektiert werden und Anpassung jederzeit möglich ist.

Im Roller Derby bedeutet Consent nicht eine einmalige Zustimmung, sondern einen **laufenden, dynamischen Prozess**.

Grundprinzipien:

- Consent ist **situationsabhängig** und kann sich jederzeit ändern
- Regelkonformität bedeutet nicht automatisch Zustimmung
- Unterschiedliche Level erfordern erhöhte Aufmerksamkeit für Macht- und Erfahrungsgefälle

Praktische Leitlinien:

- Kontakt sollte kontrolliert, angepasst und nachvollziehbar sein
- Dominierendes Spielverhalten gegenüber deutlich weniger erfahrenen Skater*innen ist zu vermeiden
- Skater*innen dürfen Kontakt, Rollen oder Jams ablehnen, ohne sich rechtfertigen zu müssen
- Verbale und non-verbale Signale (zum Beispiel Zurückhaltung, Unsicherheit) sind ernst zu nehmen

Sicherheit ist keine Einzelaufgabe, sondern eine kollektive Verantwortung von Skater*innen, Coaches, Officials und Orga.

Beitrag der Skater*innen:

- Eigene Grenzen realistisch einschätzen und kommunizieren
- Spielstil aktiv anpassen
- Situationen verlassen, wenn sie sich unsicher anfühlen

Beitrag von Coaches & Bench Staff:

- Unsafe Play frühzeitig erkennen und unterbrechen
- Lineups und Matchups aktiv steuern
- Skater*innen Rückhalt geben, wenn sie Grenzen benennen

Beitrag der Officials:

- Unsafe Play konsequent adressieren
- Sicherheit höher priorisieren als Spielfluss
- Kommunikation klar, ruhig und erklärend gestalten

Beitrag der Orga:

- Klare Sicherheit-Rahmen und Eskalationswege definieren
- Ansprechpersonen benennen
- Anpassungs- und Abbruchmechanismen ermöglichen

Mixed-Level-Spiele sollten klare Prozesse haben, um auf Unsicherheit oder Grenzüberschreitungen zu reagieren:

- Niedrigschwellige Möglichkeit, Bedenken zu äußern
- Sofortige Anpassung ohne Schuldzuweisung
- Nachträgliche Reflexion und Unterstützung der betroffenen Personen

Grenzen zu respektieren ist kein Zeichen von Schwäche, sondern von Verantwortung gegenüber sich selbst und der Community.



7. Gute Praxis & Empfehlung

Die folgenden Maßnahmen haben sich als hilfreiche Werkzeuge erwiesen, um Mixed-Level-Spiele sicher, transparent und für alle Beteiligten gewinnbringend zu gestalten. Sie sollten je nach Kontext angepasst und klar kommuniziert werden.

Code of Conduct für Mixed-Level-Formate

Ein spezifischer Code of Conduct (oder Statement) schafft ein gemeinsames Verständnis von Verhalten, Spielkultur und Verantwortung.

Empfohlene Inhalte:

- Erwartung an angepasstes Spieltempo und kontrollierten Contact
- Respektvoller Umgang unabhängig vom Skill- oder Erfahrungslevel
- Priorisierung von Safety vor Ergebnis oder persönlicher Leistung

- Klare Haltung gegen dominierendes oder einschüchterndes Spielverhalten
- Ermutigung zur aktiven Kommunikation (z. B. Grenzen benennen, Feedback geben)

Der Code of Conduct sollte **vor dem Spiel zugänglich** sein und von Skater*innen, Coaches und Officials gleichermaßen getragen werden.

Klare Anpassungs- oder Abbruchmechanismen

Mixed-Level-Spiele benötigen definierte Prozesse, um situationsabhängig reagieren zu können, wenn sich das Spiel als unsicher oder unangemessen entwickelt.

Mögliche Maßnahmen:

- Temporäre Anpassung von Line ups
- Verlängerte Pausen oder zusätzliche Timeouts
- Rückzug einzelner Spieler*innen oder ganzer Line ups
- Klar definierter Spielabbruch als letzte Option

Wichtig ist, dass diese Mechanismen **vorab benannt** werden und allen Beteiligten klar ist, **wer Entscheidungen trifft** und wie diese kommuniziert werden.

Nachbesprechung nach dem Spiel

Ein strukturiertes Nachbesprechung bietet Raum für **Reflexion, Lernen und Weiterentwicklung** und ist ein zentraler Bestandteil guter Mixed-Level-Praxis.

Empfohlene Inhalte:

- Wie wurde Sicherheit wahrgenommen?
- Wo hat die Anpassung gut funktioniert, wo nicht?
- Gab es Situationen von Über- oder Unterforderung?
- Feedback von Skater*innen, Coaches und Officials

Das Debrief sollte wertschätzend, offen und nicht schuldzuweisend gestaltet sein. Erkenntnisse können dokumentiert werden, um zukünftige Mixed-Level-Formate gezielt zu verbessern.

Mixed Level lebt von Vielfalt, Rücksichtnahme und gegenseitigem Vertrauen. Wenn wir Unterschiede als Stärke begreifen und Verantwortung gemeinsam übernehmen, entstehen Räume für Lernen, Wachstum und Verbindung.

**Dieser Leitfaden versteht sich als Orientierung und Einladung,
Verantwortung zu teilen, voneinander zu lernen und Mixed-
Level-Formate sicher, respektvoll und nachhaltig zu gestalten.**