



**Olga  
Frank**

Pro Trader & Educator



# Trading Futures

Simple and easy

Fill in the registration form in: <https://rg-trading.at>



# Trading Futures

Everything You Need to Know About  
the Futures Market

# Was ist der Futures-Markt?

(einfach erklärt)

**Beim Futures-Trading wettest du auf  
Preisbewegungen –  
du besitzt den Vermögenswert nicht.**

**Du kaufst keine Apple-Aktie.  
Stattdessen handelst du Preis-  
Kontrakte auf Dinge wie:**

**den Aktienmarkt  
(z. B. Nasdaq, S&P 500)  
Gold  
Öl**

**Im Grunde stellst du dir nur eine  
einige Frage:**

**Wird der Preis steigen oder fallen?**

**Mehr nicht.  
Genau darum geht es.**

# **Was ist ein Futures-Kontrakt?**

**Ein Futures-Kontrakt ist eine Vereinbarung, eine Preisbewegung zu handeln.**

**Jeder Kontrakt hat:**

**einen festen Wert pro Punkt  
standardisierte Regeln  
eine hohe Liquidität  
(leichter Ein- und Ausstieg in den Trade)**

**Beispiel:**

**Steigt der Nasdaq um 10 Punkte und dein Kontrakt zahlt 2 \$ pro Punkt, verdienst du 20 \$.**

**Du besitzt dabei nichts.  
Du handelst ausschließlich die Bewegung.**

# Micros vs. Minis

(Das ist wichtig)

**Es gibt zwei gängige Kontraktgrößen im  
Futures-Trading:**

## Micro-Kontrakte

**Geringeres Risiko  
Anfängerfreundlich  
Kleinere Gewinne und Verluste pro Bewegung**

## Mini-Kontrakte

**Deutlich höheres Risiko  
Größere Gewinne – aber auch größere  
Verluste  
Nicht für Anfänger geeignet**

**Faustregel:**

**Wenn du neu bist, trade ausschließlich Micro-  
Kontrakte.**

**Kein „Vielleicht“.  
Kein „nur mal ausprobieren“.  
Micros zuerst. Immer!!!**

## Kontrakte: Punkte vs. Ticks

(Das ist wichtig)

**Im Futures-Trading arbeitet man mit einem  
Punktesystem.**

**1 Punkt besteht aus 4 Ticks  
1 Tick entspricht 0,25 Punkten**

**Das bedeutet:**

$$0,25 \times 4 = 1 \text{ Punkt}$$

## Kontraktgröße (Contract Sizing)

Die Kontraktgröße bestimmt,  
wie viel Geld du pro Punkt bzw. Tick gewinnst  
oder verlierst.

---

### S&P 500 – SPX / ES

- 1 Mini-Kontrakt:  
**50 \$ pro Punkt**  
→ **12,50 \$ pro Tick (0,25)**
  - 1 Micro-Kontrakt:  
**5 \$ pro Punkt**  
→ **1,25 \$ pro Tick (0,25)**
- 

### Dow Jones – US30 / YM

- 1 Mini-Kontrakt:  
**5 \$ pro Punkt**
  - 1 Micro-Kontrakt:  
**0,50 \$ pro Punkt**
- 

### Nasdaq – NAS / NQ

- 1 Mini-Kontrakt:  
**20 \$ pro Punkt**  
→ **5 \$ pro Tick (0,25)**
  - 1 Micro-Kontrakt:  
**2 \$ pro Punkt**  
→ **0,50 \$ pro Tick (0,25)**
- 

### Gold – XAUUSD / GC

- 1 Mini-Kontrakt:  
**10 \$ pro 0,10 Troy-Unzen**  
**( $100 \times 0,1$ )**
  - 1 Micro-Kontrakt:  
**1 \$ pro 0,10 Troy-Unzen**  
**( $10 \times 0,1$ )**
- 

#### Wichtig:

Die richtige Kontraktgröße ist entscheidend  
für dein Risikomanagement.  
Zu große Kontrakte zerstören Konten – nicht  
schlechte Strategien.

# Verfallstermine verstehen

(einfach erklärt)

**Die meisten Futures-Kontrakte laufen nicht  
jeden Monat,  
sondern viermal pro Jahr aus.**

**Die wichtigsten Verfallsmonate sind:**

**März  
Juni  
September  
Dezember**

**Diese nennt man Quartalskontrakte.**

**Was passiert, wenn ein Verfall näher rückt?**

- Das Handelsvolumen verlagert sich in den nächsten Kontrakt
- Ältere Kontrakte werden weniger aktiv

**Was bedeutet das für Daytrader?**

**Ganz einfach:**

- Du handelst immer den aktivsten Kontrakt
- Du hältst keine Trades über den Verfall hinaus
- Du bist im Tagesverlauf rein und wieder raus

**(Mach dir hier keinen Kopf – das ist einfacher,  
als es klingt.)**

## Was du tun musst

**Du musst keine Symbole oder Daten auswendig lernen.**

**Die meisten Trading-Plattformen und Prop-Firms:**

- wechseln automatisch zum aktuell aktiven Kontrakt
- kennzeichnen ihn als „Front Month“ oder „Most Active“

**Falls du es trotzdem prüfen möchtest**

**Wähle immer den Kontrakt mit:**

**dem höchsten Handelsvolumen  
den engsten Spreads**

### Wichtig für Anfänger

**Du handelst Preisbewegung,  
nicht den Verfallstermin.**

### Merke dir nur das:

- Kontrakte wechseln quartalsweise
- Daytrader sind am selben Tag rein und raus
- Handle immer den aktivsten Kontrakt

**Das ist alles, was du wissen musst.**

# Wie Futures-Trading wirklich funktioniert

**(Schritt für Schritt)**

**Du wählst einen Markt  
(z. B. Nasdaq, S&P 500, Gold)**

**Du entscheidest dich für eine Kontraktgröße  
(Micro oder Mini)**

**Du handelst den richtigen Chart  
(den aktuell aktiven Kontrakt)**

**Du kaufst, wenn du glaubst, dass der Preis steigt**

**Du verkaufst, wenn du glaubst, dass der Preis fällt**

**Du schließt den Trade**

**Du machst Gewinn oder Verlust**

**Das ist der komplette Ablauf.**

**Nicht mehr.  
Nicht weniger.**

## Was ist ein Broker?

**Ein Broker ist der Ort,  
über den du deine Trades ausführst.**

**Stell es dir so vor:**

**Broker = Trading-Plattform + Orderausführung**

**Broker nutzt du,  
wenn du mit deinem eigenen Geld handelst.**

**Ein Broker übernimmt drei Dinge:**

- **Er verwaltet dein Handelskonto**
- **Er führt deine Trades aus**
- **Er berechnet kleine Gebühren pro Trade**

**Mehr ist es nicht.**

**Kein Geheimnis.  
Keine Magie.**

**Nur die technische Abwicklung deiner Trades.**

## Was ist eine Prop-Firm?

**Eine Prop-Firm stellt dir simuliertes Kapital zum Traden zur Verfügung.**

**Du riskierst dabei nicht dein eigenes Geld.**

**Stattdessen gilt:**

- **Du bestehst eine Challenge**
- **Du hältst dich an klare und strenge Regeln**
- **Du erhältst einen prozentualen Anteil der Gewinne**

**Warum Prop-Firms so beliebt sind:**

- **Geringeres persönliches Risiko**
- **Zugang zu größerem Kapital**
- **Ideal, um Disziplin zu lernen**

## Broker vs. Prop-Firm

(Kurzer Vergleich)

### Broker

- Dein eigenes Geld
- Volle Kontrolle
- Höherer emotionaler Druck

### Prop-Firm

- Kapital der Firma
- Strenge Regeln
- Geringeres emotionales Risiko
- Gewinnbeteiligung (Profit Split)

**Viele Trader starten mit einer Prop-Firm,  
bevor sie mit eigenem Kapital live traden.**

**Was für dich sinnvoll ist,  
hängt von deiner persönlichen Situation  
und deinem Startkapital ab.**

# **Risiko ist alles**

## **(nicht die Strategie)**

**Die meisten Anfänger verlieren Geld wegen:**

- Overtrading (zu viele Trades)
- Zu großer Positionsgröße
- Keinem Stop-Loss
- Emotionalen Entscheidungen

---

**Futures-Trading belohnt Disziplin,  
nicht Schnelligkeit.**

---

**Wenn du dein Risiko meisterst,  
wird jede Strategie einfacher.**

# Was du wirklich brauchst, um zu starten

(nicht eine Strategie)

## Was du NICHT brauchst:

- Mehrere Monitore
- Teure Software
- Komplexe Strategien

## Was du WIRKLICH brauchst:

- Grundverständnis für den Markt
- Sauberes Risikomanagement
- Eine einfache Strategie
- Konsequenz

# Die finale Wahrheit über Futures-Trading

**Futures-Trading ist:**

- Einfach zu verstehen**
- Schwer zu meistern**
- Sehr lohnend für disziplinierte Trader**

**Du musst dich nicht beeilen.**

**Du musst nur richtig lernen!**

# Dein nächster Schritt

**Futures-Trading ist nicht kompliziert.  
Es ist diszipliniert.**

**Die meisten Menschen scheitern nicht,  
weil sie es nicht können.**

**Sie scheitern, weil sie sich hetzen,  
zu viel traden  
oder versuchen, alles alleine herauszufinden.**

---

**Das musst du nicht.**

---

**Wenn du dir kontinuierliche Begleitung,  
täglichen Marktkontext  
und eine Community wünschst,  
die den richtigen Weg in den Fokus stellt,**

**bist du herzlich eingeladen,  
unserer Trading-Community beizutreten.**

---

**Kein Druck.  
Kein Lärm.  
Nur Lernen und Konsequenz.**

# Über mich



Hi, ich bin Olga Frank.

**Ich trade den Futures-Markt seit Januar 2021 und habe seitdem unterschiedlichste Marktphasen erlebt – ruhige Phasen, volatile Phasen und alles dazwischen.**

**Ich bin mehrfach zertifizierte Prop-Traderin, habe mehrere Prop-Firm-Challenges erfolgreich bestanden und bereits zahlreiche Auszahlungen erhalten.**

**Gemeinsam mit meinem Partner Reinhard Grünauer haben wir einen Trading-Kurs entwickelt, der bereits vielen Tradern geholfen hat, mehr Struktur, Klarheit und Kontrolle in ihr Trading zu bringen.**

**Unser Fokus liegt auf Orderflow-Trading (Scalping) – einem Ansatz, der Marktstruktur, Liquidität und Preisverhalten in den Mittelpunkt stellt, statt Indikatoren und Zufall.**

**Wir lehren keinen Hype und keine schnellen Abkürzungen.**

**Wir lehren Verständnis, klare Prozesse und Disziplin.**

**Denn nachhaltiger Erfolg im Trading entsteht nicht durch Glück – sondern durch Struktur und Konsequenz.**



Fill in the registration form in: <https://rg-trading.at>