



**Olga  
Frank**

A portrait of Olga Frank, a blonde woman with long hair, wearing a red blazer over a white patterned top. She is smiling and looking towards the camera. The background is dark with a faint candlestick chart and a large blue upward-pointing arrow.

**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

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

# **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  
einzige 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 × 0,1)
  - 1 Micro-Kontrakt:  
1 \$ pro 0,10 Troy-Unzen  
(10 × 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>