

## Saison 2016-2017

<b>2.Liga Herren</b> .....	<b>2</b>
Saisonrückblick Herren 1.....	2
<b>3. Liga Herren</b> .....	<b>3</b>
Saisonrückblick Herren 2.....	3
<b>2. Liga Damen</b> .....	<b>4</b>
Saisonrückblick Damen 1 .....	4
<b>5.Liga Damen</b> .....	<b>5</b>
Saisonrückblick Damen 2 .....	5
<b>U19-Damen</b> .....	<b>6</b>
Saisonrückblick Damen U19.....	6
<b>U23-Damen</b> .....	<b>7</b>
Saisonrückblick Damen U23.....	7
<b>U23-Herren</b> .....	<b>8</b>
Saisonrückblick Herren U23 .....	8
<b>Plausch-Mix (Indoor Easy League – Mixed)</b> .....	<b>9</b>
<b>Minis (U15)</b> .....	<b>9</b>

### Trainerinnen & Trainer



## 2.Liga Herren

Trainer/Coach Sascha Messmer

2L - Männer - 2. Liga Herren

Rangliste

	Spiele	S	S+	S-	N	N+	N-	Sätze	S-Quot.	Bälle	B-Quot.	Punkte
1. <a href="#">Appenzeller Bären 1</a>	18	14	14	0	4	0	4	50:16	3.13	1511:1271	1.19	46
2. <a href="#">VBC Frauenfeld 1</a>	18	14	9	5	4	4	0	44:26	1.69	1611:1454	1.11	37
3. <a href="#">VC Smash Winterthur 2</a>	18	10	9	1	8	6	2	36:31	1.16	1496:1483	1.01	31
4. <a href="#">STV St. Gallen 1</a>	18	10	6	4	8	4	4	39:34	1.15	1561:1525	1.02	30
5. <a href="#">Volley Bütschwil 1</a>	18	10	5	5	8	6	2	38:36	1.06	1620:1578	1.03	27
6. <a href="#">Volley Goldach</a>	18	9	6	3	9	6	3	36:35	1.03	1538:1543	1.00	27
7. <a href="#">Pallavolo Kreuzlingen 2</a>	18	7	3	4	11	4	7	36:42	0.86	1631:1656	0.98	24
8. <a href="#">Volley Amriswil 3</a>	18	7	5	2	11	8	3	30:39	0.77	1467:1544	0.95	22
9. <a href="#">VBC Schaffhausen 1</a>	18	5	3	2	13	10	3	24:45	0.53	1419:1619	0.88	16
10. <a href="#">Audax SSC 1</a>	18	4	1	3	14	13	1	20:49	0.41	1423:1604	0.89	10

### Saisonrückblick Herren 1



### 3. Liga Herren

Trainer/Coach Hari Walz

4L - Männer - 4HB

Rangliste

	Spiele	S	S+	S-	N	N+	N-	Sätze	S-Quot.	Bälle	B-Quot.	Punkte
1. <a href="#">Volley Amriswil 4</a>	12	12	9	3	0	0	0	36:9	4.00	1070:890	1.20	33
2. <a href="#">Audax SSC 2</a>	12	9	8	1	3	2	1	30:13	2.31	1011:877	1.15	27
3. <a href="#">Volley Speicher</a>	12	7	7	0	5	4	1	25:19	1.32	1016:952	1.07	22
4. <a href="#">Rhenovolleyball 2</a>	12	7	6	1	5	3	2	25:20	1.25	1012:971	1.04	22
5. <a href="#">Appenzeller Bären 2</a>	12	4	1	3	8	6	2	18:30	0.60	992:1037	0.96	11
6. <a href="#">Audax SSC 3</a>	12	2	1	1	10	9	1	11:32	0.34	803:1006	0.80	6
7. <a href="#">Volley Bütschwil 3</a>	12	1	1	0	11	9	2	11:33	0.33	834:1005	0.83	5

#### Saisonrückblick Herren 2

Die Vorbereitung auf die 4. Liga-Meisterschaft 2016/2017 verlief für das Herren 2 der Appenzeller Bären intensiv und abwechslungsreich. Abwechslungsreich deshalb, weil Hari Walz in seiner zweiten Saison als Spielertrainer neue Impulse setzte und seine junge Mannschaft einen Schritt weiterbringen wollte. Neue Spielelemente wie der Rückraumangriff und der Aufsteiger, ein Schnellangriff über die Mitteposition, waren neue Bestandteile des Trainings. Mit diesen zusätzlichen Angriffsoptionen setzten sich die Volleyballer ein ambitioniertes Ziel. Hinzu kam die Umstellung auf ein 5-1 Spielsystem, welches der Mannschaft mehr Flexibilität bei der Aufstellung und zu zusätzlichen Varianten im Angriff verhelfen sollte.

Im Vorbereitungsspiel gegen die VBG Urnäsch zeigte sich, dass die neuen Spielelemente noch nicht so effektiv eingesetzt werden konnten wie erhofft. Insbesondere beim Schnellangriff fehlte den Mitteleckspielern und dem Passeur aufgrund des höheren Spieltempos als noch im Training das nötige Timing. Obwohl das Spiel verloren ging blieben die Bären zuversichtlich, da das 5-1 Spielsystem bereits gut funktionierte. In den ersten Meisterschaftsspielen führten die zusätzlichen Angriffsoptionen jedoch weiterhin eher selten zum Erfolg. Die Bären starteten mit drei Niederlagen in die Saison. Auf die klare Niederlage im ersten Spiel gegen die favorisierten Volleyballer aus Amriswil folgten zwei knappe 2:3 Niederlagen. Die Mannschaft konnte das eigene Spiel nicht über die gesamte Partie durchziehen und fiel immer wieder in zwischenzeitliche Formtiefs. Mit etwas mehr Stabilität wäre in den beiden engen Spielen mehr möglich gewesen. Auch im vierten Meisterschaftsspiel gegen Rheno sah es lange nicht gut aus. Beim 0:2 Satzrückstand reagierte Hari Walz und stellte auf das alte Spielsystem 4-2 um. Nach einer kurzen Eingewöhnungsphase wurden die Bären mit zunehmender Spieldauer immer besser und spielbestimmender. Dank einer Leistungssteigerung konnte das Spiel noch gedreht werden und der erste Saisonsieg war Tatsache. Der Wechsel auf das alte Spielsystem hatte sich somit bewährt und wurde beibehalten. In den kommenden Meisterschaftsspielen folgten gute und auch weniger überzeugende Spiele, wie die unnötige Heimgniederlage im Derby gegen Volley Speicher. Gegen die Mannschaften aus der oberen Tabellenhälfte gab es zwar keine Siege. Die Bären konnten jedoch meistens gut mithalten und von der spielerischen Klasse der Gegner und dem hohen Spielniveau profitieren. Sinnbildlich dafür steht das letzte Spiel gegen Volley Amriswil, als die Bären mit einer kämpferischen Mannschaftsleistung den souveränen Leader aus dem Thurgau an den Rand einer Niederlage brachten. Ein weiteres Saisonhighlight war das Heimspiel gegen Audax 3, als die Bären zur Spielmitte eine Schwächephase hatten und nach diversen Wechsellagen eine reine U23 Mannschaft des Vereins auf dem Feld stand und Verantwortung übernehmen musste. Es war bemerkenswert, mit welcher Unbekümmertheit die junge Mannschaft wieder zurück ins Spiel fand, das Zwischentief überwinden konnte und schlussendlich einen ungefährdeten Sieg einfuhr. Mit dem 5. Schlussrang und somit einem Platz im Mittelfeld hat die Mannschaft ihr sportliches Ziel erreicht. Erfreulich waren die gut besuchten Trainings während der ganzen Saison und der Einsatz des Trainers, welcher mit taktischen Übungen seine Mannschaft immer gut auf den nächsten Gegner vorbereitete. Auch wenn die ambitionierten Ziele aus der Vorbereitung nur teilweise erreicht wurden, konnte damit eine gute Basis für die Weiterentwicklung aller Spieler gelegt werden. Insbesondere das 5-1 Spielsystem und der Rückraumangriff brachte die Mannschaft spielerisch und taktisch einen Schritt weiter.



## 2. Liga Damen

Trainer/Coach Sascha Messmer und Marco Keller

2L - Frauen - 2. Liga Damen

Rangliste

	Spiele	S	S+	S-	N	N+	N-	Sätze	S-Quot.	Bälle	B-Quot.	Punkte
1. <a href="#">VC Smash Winterthur 1</a>	18	16	16	0	2	1	1	51:12	4.25	1537:1260	1.22	49
2. <a href="#">KJS Schaffhausen 1</a>	18	13	11	2	5	4	1	44:23	1.91	1529:1390	1.10	38
3. <a href="#">STV St. Gallen 1</a>	18	13	10	3	5	5	0	42:25	1.68	1537:1405	1.09	36
4. <a href="#">VC Kanti Schaffhausen 2</a>	18	10	8	2	8	8	0	32:31	1.03	1379:1378	1.00	28
5. <a href="#">VBC Aadorf 3</a>	18	9	7	2	9	6	3	36:35	1.03	1559:1538	1.01	28
6. <a href="#">Volley Uzwil 1</a>	18	9	7	2	9	9	0	29:33	0.88	1353:1362	0.99	25
7. <a href="#">Appenzeller Bären 1</a>	18	8	7	1	10	9	1	30:35	0.86	1421:1415	1.00	24
8. <a href="#">VBC Andwil-Arnegg 2</a>	18	5	3	2	13	9	4	29:45	0.64	1537:1613	0.95	17
9. <a href="#">VC Vivax Winterthur 1</a>	18	4	4	0	14	13	1	16:44	0.36	1182:1422	0.83	13
10. <a href="#">Pallavolo Kreuzlingen 2</a>	18	3	3	0	15	12	3	22:48	0.46	1362:1613	0.84	12

### Saisonrückblick Damen 1

Nach dem Aufstieg letzte Saison blieb die erste Damenmannschaft der Bären mehrheitlich zusammen. Man wusste jedoch anfangs Saison nicht genau wo man stand, war es doch für viele Spielerinnen die erste Saison in der 2.Liga. Gleich zu Beginn standen den Bärinnen zwei starke Gegner gegenüber, denen man sich jeweils beugen musste. Umso mehr wurde der erste Sieg gegen Kreuzlingen gefeiert, ein klares 3-0. Doch von den ersten 5 Partien verlor man vier mit 3-0 und war damit am Tabellenende. Das Team, um die beiden Trainer Sascha Messmer und Marco Keller, brach nicht auseinander, sondern kämpfte noch geschlossener um die nötigen Punkte. Siege gegen Andwil, St. Gallen und Vivax halfen vom Tabellenende weg zukommen. Anfang Januar folgte nochmals eine Steigerung. Die Innerrhoderinnen zeigten sehr gutes Volleyball und gewannen auch gegen Mannschaften an der Tabellenspitze. Ausser gegen den späteren klaren Aufsteiger Smash Winterthur konnte gegen alle Teams gepunktet werden. Somit war der Ligaerhalt bereits Anfang Februar sichergestellt! Dies darf als grosser Erfolg gewertet werden. In den letzten vier Spielen zeigten die Gegner der Appenzellerinnen aber mehr Biss, hinzu kamen ein paar Verletzungen und so konnte man leider kein Spiel mehr gewinnen. Das Team beendet die Saison auf dem 7. Platz. Die Mannschaft bleibt grösstenteils zusammen und beginnt schon bald wieder mit dem Training für die nächste Saison.



## 5. Liga Damen

Trainer/Coach Daniel Schudt und Dominique Bigler

Rangliste

	Spiele	S	S+	S-	N	N+	N-	Sätze	S-Quot.	Bälle	B-Quot.	Punkte
1. <a href="#">Appenzeller Bären 2</a>	16	13	11	2	3	1	2	43:17	2.53	1365:1077	1.27	39
2. <a href="#">VBC Arbon 3</a>	16	12	10	2	4	2	2	42:21	2.00	1441:1178	1.22	36
3. <a href="#">Volley Toggenburg 5</a>	16	12	11	1	4	4	0	38:18	2.11	1285: 979	1.31	35
4. <a href="#">STV Wil 2</a>	16	12	9	3	4	4	0	37:19	1.95	1253:1093	1.15	33
5. <a href="#">Rhenovolleyball 2</a>	16	9	8	1	7	6	1	32:24	1.33	1201:1092	1.10	27
6. <a href="#">Volley Toggenburg 4</a>	16	7	5	2	9	8	1	26:31	0.84	1143:1208	0.95	20
7. <a href="#">Volley Amriswil 3</a>	16	4	2	2	12	8	4	22:40	0.55	1206:1319	0.91	14
8. <a href="#">Audax SSC 2</a>	16	3	3	0	13	11	2	15:40	0.38	1004:1193	0.84	11
9. <a href="#">STV Wil 3</a>	16	0	0	0	16	15	1	3:48	0.06	498:1257	0.40	1

## Saisonrückblick Damen 2

Die 2. Damenmannschaft hat diese Saison einen Coup gelandet und die Meisterschaft in der 5. Liga für sich entschieden. Nach 16 zum Teil nervenaufreibenden Spielen standen 13 Siege bei nur 3 Niederlagen zu Buche, was zum Gewinn der Meisterschaft mit 3 Punkten Vorsprung reichte.

Blick zurück in den Herbst: die Mädels um Trainer Dani und Coach Dominique bereiteten sich gut auf die Saison vor, mussten aber mit dem verletzungsbedingtem Ausfall von Leonie gleich zu Beginn der Vorrunde einen Dämpfer hinnehmen. Mit diversen Umstellungen auf den Positionen und dem Weiterentwickeln des bis anhin praktizierten Spielsystems waren die Bärinnen gewillt vorne in der Tabelle mitzumischen. Gleich das erste Spiel der Saison sollte sich als wegweisend für die ganze Meisterschaft erweisen, gewann man doch nach hartumkämpften 5 Sätzen auswärts gegen das Team aus Arbon, welches in der Endabrechnung auf dem 2. Platz landete.

Die Zuspielerinnen Jasmin und Vera konnten sich über die ganze Saison auf eine stabile Annahme verlassen und oft über die Mitteposition spielen, wo sich Ramona, Simona und Jolanda immer wieder effektiv durchzusetzen wussten. Auch konnten viele Punkte mit dem gewöhnungsbedürftigen 1-Frau-Block-System erzielt werden.

Grosse Freude bereiteten Trainer und Coach die Juniorinnen, die sowohl im Training als auch an den Matches entscheidend zum Erfolg der Saison beigetragen haben. Hier gilt es insbesondere Cédrine und Kim zu erwähnen. Erstere behielt auf der Passeuseposition auch in turbulenten Situationen die nötige Ruhe und Kim konnte ein ums andere Mal entscheidende Punkte am Block und am Service verbuchen.

Eine Stütze und grossen Verlass war auf die Spielerinnen auf der Aussenposition. Leandra brillierte als wohl beste Annahmespielerin des Teams, wenn nicht gar der ganzen 5. Liga. Annina spornte mit ihrem unermüdeten Kampfgeist das Team immer wieder an. Neu durfte das Damen 2 auf die Dienste von Kathrin zählen, welche im Verlauf der Vorrunde zur Mannschaft stiess. Dass sie bereits in höheren Ligen gespielt und eine fundierte Volleyballausbildung genossen hat, war offensichtlich und nebst den wertvollen Diensten auf dem Feld auch menschlich eine Bereicherung für die ganze Truppe.

Die Erfolge auf dem Feld machten «Gluscht» auf mehr. So konnte der Trainer auch während der Saison die eine oder andere Technikstunde einlegen und die einzelnen Spielerinnen individuell fördern und weiterbringen, was sich als sichtbare Steigerung im Kollektiv wiederum auf dem Feld in wertvolle Punkte ummünzen liess.

2 Spiele vor Ende der Saison, die Bärinnen lagen in der Tabelle gleichauf mit Arbon und Volley Toggenburg, brauchte die Equipe von Dani aber nochmals Unterstützung von aussen. Da einige Leistungsträgerinnen aus unterschiedlichen Gründen abwesend waren, fehlte dem Team ein Go-To-Girl, welches sich dann aber glücklicherweise in Astride Bischof fand. Die routinierte Bärenspielerin löste für zwei Spiele eine Lizenz und verhalf mit ihrem Einsatz die letzten beiden entscheidenden Spiele und somit die Meisterschaft zu gewinnen.

Blick nach vorn: Der erste Tabellenrang berechtigt zum direkten Aufstieg in die 4. Liga. Nach eingehenden Besprechungen untereinander und mit den Vereinsverantwortlichen entschieden sich die Bärinnen aber in der 5. Liga zu verbleiben. Die Gründe sind vielfältig und wurden sorgfältig gegeneinander abgewogen. An Herausforderungen wird es den Girls aber kaum fehlen. Der Abgang von Kathrin in die erste Damenmannschaft gilt es wettzumachen, sie wird dem Team aber als Coach weiterhin zur Seite stehen. Dem Trainer schwebt ein weiterer grosser Schritt im Spielsystem vor. Und zu guter Letzt wollen wir neuen, motivierten Spielerinnen die Möglichkeit geben sich aktiv in der Meisterschaft zu bewähren.

Bis zu den Sommerferien nutzt das Team nun die Zeit sich polysportiv zu betätigen und bei unterschiedlichen Aktivitäten den Teamgeist zu erhalten und sich ab und an stolz an die erbrachten Leistungen zu erinnern und daran zu freuen. Im August geht es dann wieder los mit der Saisonvorbereitung 17/18.

Wir danken allen, die uns in irgendeiner Form unterstützt haben und uns unser Hobby ermöglichen und freuen uns schon auf die nächste Saison. Speziellen Dank gilt allen Schiris und Schreibern, ohne die wir nicht spielen könnten, Jasmin für ihren unermüdeten Einsatz als Captain und nicht zuletzt Sascha Messmer, der mit seinem Herzblut den Verein am Laufen hält.

In diesem Sinne ein letztes, lautes «COMBATO!».



## U19-Damen

Trainer/Coach Ivan Kuster

### Herbstrunde

U19 3. Stkl. - Frauen - U19D3B

#### Rangliste

	Spiele	S	S+	S-	N	N+	N-	Sätze	S-Quot.	Bälle	B-Quot.	Punkte
1. <a href="#">Appenzeller Bären</a>	4	4	4	0	0	0	0	12:0	12.00	303:212	1.43	12
2. <a href="#">STV St. Gallen 2</a>	4	1	1	0	3	3	0	4:9	0.44	256:309	0.83	3
3. <a href="#">Rhero Volleyball</a>	4	1	1	0	3	3	0	3:10	0.30	275:313	0.88	3

### Frühlingsrunde

U19 2. Stkl. - Frauen - U19D2B

#### Rangliste

	Spiele	S	S+	S-	N	N+	N-	Sätze	S-Quot.	Bälle	B-Quot.	Punkte
1. <a href="#">STV St. Gallen 1</a>	5	5	4	1	0	0	0	15:2	7.50	401:269	1.49	14
2. <a href="#">VBC Gommiswald 1</a>	5	3	3	0	2	1	1	11:8	1.38	403:389	1.04	10
3. <a href="#">Volley Goldach</a>	5	3	2	1	2	2	0	10:8	1.25	363:385	0.94	8
4. <a href="#">Appenzeller Bären</a>	5	2	1	1	3	0	3	12:11	1.09	475:462	1.03	8
5. <a href="#">Volley Toggenburg 2</a>	5	2	1	1	3	3	0	7:12	0.58	381:434	0.88	5
6. <a href="#">VBC Andwil-Arnegg 2</a>	5	0	0	0	5	5	0	1:15	0.07	319:403	0.79	0

## Saisonrückblick Damen U19

Nach der erfolgreichen Vorrunde könnte sich die motivierten jungen Spielerinnen entscheiden ob sie in der gespielten Stärkeklasse bleiben möchten oder den Aufstieg in Betracht ziehen.

Alle waren sich einig und wir wagten den Schritt für eine neue Herausforderung. Wir wussten, dass es für die jungen unerfahrenen Spielerinnen nicht einfach werden würde.

Wir setzten unsere Ziele bei jedem Match/ Training in Technik und Bewegungsabläufe zu steigern. Sehr zur Freude des Trainers konnten die älteren Spielerinnen immer mehr Verantwortung übernehmen und die Mannschaft wuchs von Spiel zu Spiel immer mehr zu einer Einheit zusammen. Das Zusammenspiel auf dem Feld harmonisiert und wir dürften einige Siege feiern.

Mehr als zufrieden durften wir die Saison in der höheren Stärkeklasse im Mittelfeld beenden.



## U23-Damen

Trainer/Coach Ivan Kuster

### Herbstrunde

U23 2. Stkl. - Frauen - U23D2B

#### Rangliste

	Spiele	S	S+	S-	N	N+	N-	Sätze	S-Quot.	Bälle	B-Quot.	Punkte
1. <a href="#">Appenzeller Bären</a>	6	6	4	2	0	0	0	18: 6	3.00	554:456	1.21	16
2. <a href="#">Volley Bütschwil</a>	6	5	5	0	1	0	1	17: 5	3.40	524:397	1.32	16
3. <a href="#">Volley Goldach</a>	6	4	3	1	2	2	0	13: 9	1.44	503:462	1.09	11
4. <a href="#">STV St. Gallen 2</a>	6	3	3	0	3	1	2	14:12	1.17	552:543	1.02	11
5. <a href="#">Volley Toggenburg 2</a>	6	1	1	0	5	4	1	7:16	0.44	437:527	0.83	4
6. <a href="#">VB Steinach</a>	6	1	0	1	5	4	1	7:17	0.41	475:560	0.85	3
7. <a href="#">Rhenovolleyball</a>	6	1	0	1	5	5	0	6:17	0.35	433:533	0.81	2

### Frühlingsrunde

U23 1. Stkl. - Frauen - U23D1

#### Rangliste

	Spiele	S	S+	S-	N	N+	N-	Sätze	S-Quot.	Bälle	B-Quot.	Punkte
1. <a href="#">STV St. Gallen 1</a>	6	6	6	0	0	0	0	18: 2	9.00	498:318	1.57	18
2. <a href="#">VC Smash Winterthur 1</a>	6	4	4	0	2	1	1	14: 6	2.33	461:345	1.34	13
3. <a href="#">Volley Toggenburg 1</a>	6	3	2	1	3	3	0	10:11	0.91	432:429	1.01	8
4. <a href="#">Appenzeller Bären</a>	6	3	2	1	3	3	0	10:12	0.83	420:494	0.85	8
5. <a href="#">STV Wil 1</a>	6	2	2	0	4	3	1	10:13	0.77	451:510	0.88	7
6. <a href="#">Volley Bütschwil</a>	6	2	1	1	4	3	1	9:14	0.64	432:492	0.88	6
7. <a href="#">VBC Schaffhausen 1</a>	6	1	1	0	5	5	0	3:16	0.19	354:460	0.77	3

### Saisonrückblick Damen U23

Wie im Vorbericht bereits erwähnt, war es das Ziel erneut in die 1. Stärkeklasse aufzusteigen. Die Vorrunde ist zu unserer Freude gut gelungen und wir konnten sie auf dem 1. Platz beenden. -> Ziel erreicht.

Die Entscheidung ist gefallen, dass wir die Herausforderung annehmen möchten. Somit wurde uns, bewusst dass wir als aufsteigendes Team noch intensiver und konzentrierter trainieren müssen.

Wir nutzten die kurze Spielpause, um an unseren Bewegungsabläufen, Technik und Taktik zu feilen.

Mit viel Motivation und neu gewonnener Energie reisten wir an unseren 1. Match nach Winterthur. Schon dort bekamen wir zu spüren, dass in dieser Stärkeklasse ein anderes Volleyball gespielt wurde und der erste Match ging klar verloren.

Nach dieser Niederlage weckten wir unseren Teamgeist und wir schweissten uns noch mehr zu einer super Mannschaft zusammen. Der Erfolg liess nicht lange auf sich warten und wir feierten auf und neben dem Feld. Leider reichte diese Energie nicht mehr für den letzten Match gegen Toggenburg und wir mussten uns klar geschlagen geben. Trotzdem gingen wir mit einem guten Gefühl und einem Platz im Mittelfeld der Tabelle in unsere wohl verdiente Sommerpause.



## U23-Herren

Trainer/Coach Myriam Baumann

### Frühlingsrunde

U23 2. Stkl. - Männer - U23H2

#### Rangliste

	Spiele	S	S+	S-	N	N+	N-	Sätze	S-Quot.	Bälle	B-Quot.	Punkte
1. <a href="#">VBC Schaffhausen 2</a>	6	6	3	3	0	0	0	18:6	3.00	545:460	1.18	15
2. <a href="#">Appenzeller Bären</a>	6	5	4	1	1	0	1	17:5	3.40	520:383	1.36	15
3. <a href="#">VB Steinach</a>	6	3	3	0	3	1	2	13:11	1.18	531:500	1.06	11
4. <a href="#">STV Wil</a>	6	3	3	0	3	2	1	11:10	1.10	362:448	0.81	10
5. <a href="#">Rheo Volleyball</a>	6	2	2	0	4	4	0	8:12	0.67	420:403	1.04	6
6. <a href="#">STV St. Gallen 2</a>	6	2	2	0	4	4	0	7:13	0.54	441:481	0.92	6
7. <a href="#">VC Smash Winterthur 2</a>	6	0	0	0	6	6	0	1:18	0.06	331:475	0.70	0

### Saisonrückblick Herren U23

Mit einem Kader von neun Spielern meldeten wir ein Team für die Frühlingsrunde in der zweiten Stärkeklasse an. Die Vorrunde wurde genutzt, um sich auf dem Feld noch mehr aneinander zu gewöhnen und um sich technisch, sowie taktisch weiter zu entwickeln. Voller Elan und Vorfreude konnte das Team den ersten Match kaum erwarten.

Das erste Spiel fand in Steinach statt und man kannte den Gegner. Mit einem knappen Kader von nur sechs Spielern reiste das Team an. Durch schöne Annahmen, gute Verteidigungen und starke Aktionen am Netz konnte der erste Sieg mit nach Hause genommen werden. Der nächste Gegner hiess Schaffhausen, welcher auch bereits von letzter Saison bekannt war. Das ganze Spiel durch spielten die beiden Mannschaften sehr ausgeglichen und so kam es zum entscheidenden fünften Satz, welcher der Gegner für sich entschied.

Diese knappe Niederlage wollte keiner der Spieler auf sich sitzen lassen. Die nächsten und letzten vier Spiele gewann das Team souverän mit je 3:0.

Mit einer Bilanz von fünf Siegen und einer Niederlage standen die Bären punktgleich mit Schaffhausen auf dem ersten Platz. Wegen der verlorenen Direktbegegnung gegen Schaffhausen, mussten sich die Junioren mit dem sehr guten zweiten Platz zufrieden stellen. Einige Male spielte das Team mit einem äusserst knappen Kader von sechs oder sieben Spielern am Match. Einige Junioren können sich durchaus für nächste Saison ein Beispiel an den sehr fleissigen Spielern nehmen, die stets im Training und am Match waren.

Jeder der Spieler hat sich im Verlaufe der Saison weiterentwickelt und an seinen Fähigkeiten gearbeitet. Auch die neuen Spieler wurden gut im Team integriert. Der Teamgeist wurde gestärkt und man trat als Einheit auf dem Spielfeld auf.

Auch haben wir Spass und Freude am Volleyball nicht gemisst und das traditionelle Aufwärmen mit Fussball kam nicht zu kurz.



**Plausch-Mix (Indoor Easy League – Mixed)**

Trainer/Coach Ruth Messmer

#	Team	G	Pts	Matches	MW	ML	MQ	Sets	SW	SL	SQ
1	Volley Widnau Mix	9	22	9	7	2	3.5	32	24	8	3.0
2	Team Gassig	10	19	10	6	4	1.5	43	24	19	1.3
3	VBCR Mixed Emo	10	15	10	5	5	1.0	39	19	20	1.0
4	Black Mamba	10	11	10	3	7	0.4	41	16	25	0.6
5	VBC Domschatter	9	10	9	4	5	0.8	36	16	20	0.8
6	Gonten Plausch	10	10	10	4	6	0.7	41	17	24	0.7

**Minis (U15)**

Unsere jüngsten Mädels konnten sich leider dieses Jahr nicht für die Finalsplele in St. Gallen qualifizieren.

