

## Saison 2009-2010

<b>1. Liga Damen</b> .....	<b>2</b>
Aufstiegsspiele NLB .....	2
<b>NLB Herren</b> .....	<b>3</b>
Aufstiegsspiele NLA .....	3
<b>2. Liga Herren</b> .....	<b>4</b>
<b>3. Liga Herren</b> .....	<b>5</b>
<b>4. Liga Damen</b> .....	<b>6</b>
4. Liga RVNO-Meistertitel.....	6
<b>U21-Damen</b> .....	<b>7</b>
Vorrunde 3. Stärkeklasse .....	7
Frühlingsrunde 3. Stärkeklasse.....	7
<b>U19-Herren</b> .....	<b>8</b>
Vorrunde 1. Stärkeklasse .....	8
Frühlingsrunde 1. Stärkeklasse.....	8
<b>U16-Damen</b> .....	<b>9</b>
Vorrunde 2. Stärkeklasse .....	9
Frühlingsrunde 1. Stärkeklasse.....	9
<b>Plausch-Mix Gonten</b> .....	<b>10</b>
<b>Meisterschaftsfinal der Mini-D und Mini-C</b> .....	<b>11</b>

### 1. Liga Damen

Trainer/Coach Sascha Messmer und Daniel Schudt

	Spiele	SV	SQ	Bälle	BQ	Punkte
1. VBC Volero Zuerich II	18	44:19	2.32	1457:1276	1.14	28
2. VBC Kanti Baden	18	43:24	1.79	1484:1376	1.08	26
3. VBC Zueri Unterland	18	41:24	1.71	1478:1352	1.09	26
4. Appenzeller Bären	18	38:25	1.52	1426:1297	1.10	24
5. Volley Toggenburg II	18	37:25	1.48	1397:1298	1.08	24
6. STV ST. Gallen	18	34:32	1.06	1417:1452	0.98	18
7. VBC Chur I	18	26:47	0.55	1429:1603	0.89	10
8. VC Kanti Schaffhausen II	18	24:46	0.52	1435:1552	0.92	10
9. KSC Wiedikon	18	23:44	0.52	1407:1501	0.94	8
10. VBC Niederlenz 1	18	23:47	0.49	1397:1620	0.86	6

### **Aufstiegsspiele NLB**

VBC Steinhausen - Appenzeller-Bären 3:0

Appenzeller-Bären - VBC Steinhausen 0:3

⇒ **Appenzeller Bären verbleiben in der 1. Liga**

Die Appenzellerinnen dürfen auf eine erfolgreiche Saison zurückblicken. Nachdem sie diese Saison neu in die erste Liga aufgestiegen sind, hatten sie sich den Ligaerhalt bereits vor Weihnachten gesichert und somit das eigentliche Saisonziel erreicht. Dass sie vorne mitspielen konnten und nun sogar an den Aufstiegsspielen teilnehmen durften, war mehr als sie sich erhoffen hatten.

### NLB Herren

Trainer/Coach Sascha Messmer & Reto Schadegg

	Spiele	SV	SQ	Bälle	BQ	Punkte
1. Volley Amriswil II	14	37:16	2.31	1224:1128	1.09	24
2. VBC Galina	14	36:24	1.50	1310:1238	1.06	22
3. Appenzeller Bären	14	31:22	1.41	1220:1138	1.07	16
4. TV Lunkhofen	14	29:24	1.21	1190:1133	1.05	16
5. VBC Zueri Unterland	14	32:23	1.39	1267:1219	1.04	14
6. VBC Andwil-Arnegg I	14	25:32	0.78	1193:1268	0.94	14
7. VBC Einsiedeln	14	14:39	0.36	1083:1233	0.88	4
8. VBC Volero Zuerich I	14	16:40	0.40	1187:1317	0.90	2

### Aufstiegsspiele NLA

	Spiele	SV	SQ	Bälle	BQ	Punkte
1. Volley Amriswil II	10	23:14	1.64	851:804	1.06	14
2. VBC Münchenbuchsee I	10	22:17	1.29	896:840	1.07	14
3. TV Schönenwerd I	10	22:15	1.47	861:807	1.07	12
4. VBC Galina	10	19:17	1.12	789:799	0.99	10
5. Lausanne UC II	10	16:19	0.84	791:784	1.01	8
6. Appenzeller Bären	10	9 :29	0.31	744:898	0.83	2

⇒ **Appenzeller Bären verbleiben in der NLB.**

Trotz vielen Niederlagen in der Playoff-Runden konnten die Appenzeller Bären erhobenen Hauptes auf die vergangene Saison zurückblicken. Immerhin gelangten sie als einziger Aufsteiger der 1.Liga in die Playoffrunde und konnten hier zumindest phasenweise überzeugen, auch wenn es am Schluss "nur" zu einem Sieg gegen den zweiten Nationalliga A-Aufsteiger TV Schönenwerd reichte.

## 2. Liga Herren

Trainer/Coach Hari Walz

		Spiele	SV	SQ	Bälle	BQ	Punkte
1.	VBG Klettgau 1	18	52:20	2.60	1671:1416	1.18	32
2.	STV Wil 1	18	47:23	2.04	1600:1450	1.10	30
3.	VBC Frauenfeld 1	18	43:27	1.59	1571:1497	1.05	26
4.	Volley Bütschwil 1	18	37:29	1.28	1495:1422	1.05	20
5.	STV St. Gallen 1	18	40:33	1.21	1634:1546	1.06	18
6.	VC Smash Winterthur 2	18	26:41	0.63	1372:1504	0.91	16
7.	VBC Wittenbach 1	18	30:36	0.83	1445:1507	0.96	14
8.	VBC Arbon 1	18	30:39	0.77	1486:1497	0.99	14
9.	VBC Schaffhausen 1	18	19:46	0.41	1284:1508	0.85	6
10.	Appenzeller Bären 2	18	22:52	0.42	1501:1712	0.88	4

Ein grosses Ziel anfangs Saison war der Einbau von Junioren in eine Mannschaft, die hauptsächlich aus ehemaligen 1.-Liga-Spieler bestand. Mit Samuel Stricker und Ivan Kuster aus den eigenen Reihen sowie Manuel Buschor von Rheno Heerbrugg konnten drei Nachwuchsspieler vollständig in das Kader integriert werden und an das hohe Niveau herangeführt werden.

Am Ende der Meisterschaft resultierte mit nur zwei Siegen aus 18 Spielen der letzte Tabellenplatz und somit der unglückliche Abstieg. Verschieden sind die Gründe. Einerseits trainierte das Team nur einmal die Woche, andererseits häuften sich während der Saison die Ausfälle, welche immer wieder zu veränderten Aufstellungen führten. Dem Team fehlte auch eine Leaderfigur auf der wichtigen Aussenposition, welche in entscheidenden (engen) Spielphasen das Blatt zugunsten der Appenzeller hätte drehen sollen. Hier spricht die Statistik Klartext: 16 Sätze wurden mit zwei Punkten Differenz verloren, sechs Partien gingen mit 3:2 an die Gegner. Gerade nur 10 Sätze (von verlorenen 52) wurden vom Gegner klar dominiert.

### **Ausblick auf die neue Saison**

Es bestehen noch Unsicherheiten, wie es mit dieser Mannschaft weitergeht. Zwischenmenschlich herrschte eine gute Stimmung, der Einsatz war über der ganzen Saison vorbildlich. Trainer Hari Walz ist ebenfalls unsicher, ob und wie er seine Führungsrolle wahrnehmen wird. Jedenfalls haben bereits diverse Spieler angekündigt, den sofortigen Wiederaufstieg anstreben zu wollen.

Die Vereinsleitung wird sich in den nächsten Wochen mit der Planung der neuen Saison befassen.

### 3. Liga Herren

Trainer/Coach Fritz Keller

	Spiele	SV	SQ	Bälle	BQ	Punkte
1. Rheno Volleyball 1	14	39:15	2.60	1251:1087	1.15	24
2. Audax SSC 1	14	34:23	1.48	1257:1191	1.06	18
3. VBC Wittenbach 2	14	31:23	1.35	1237:1138	1.09	18
4. VBC Arbon 2	14	29:28	1.04	1261:1256	1.00	14
5. Appenzeller Bären 3	14	26:31	0.84	1189:1263	0.94	12
6. VBC Andwil-Arnegg 3	14	23:34	0.68	1204:1312	0.92	10
7. Volley Amriswil 4	14	22:33	0.67	1156:1230	0.94	10
8. Goldach Volley 1	14	20:37	0.54	1226:1304	0.94	6

⇒ **Appenzeller Bären verbleiben in der 3. Liga.**

Da das letztjährige Herren 2 und Herren 3 Team jeweils eine Liga höher aufstiegen, wurde das diesjährige dritte Herrenteam auf mehreren Positionen neu formiert. Zudem wurde das Team ergänzt durch einige U19-Spieler. Die Trainingssituation war die ganze Saison nicht ideal, da die U19-Spieler am gleichen Abend ebenfalls Training hatten. Dieser Umstand wird für die nächste Saison korrigiert, indem das Herren 3- und U21-Training an verschiedenen Abenden stattfinden werden.

Trotz der Neuformierung und den ungünstigen Trainingsbedingungen konnte das Team in der 3. Liga mit dem fünften Platz das Saisonziel klar erreicht werden.

Dieser positive Ausgang kam vor allem zustande, weil man sich gegen die hinteren Teams meistens durchsetzen konnte. Gegen Volley Amriswil durften sogar zwei Siege gefeiert werden. Mit dem Sieg im zweitletzten Spiel gegen Andwil konnte der Abstieg bereits definitiv abgewendet werden. Das letzte Spiel gegen Wittenbach auswärts war dann aber eines der schlechtesten der Saison. Aufgrund der Tatsache, dass nur sechs Spieler zur Verfügung standen, konnten auch keine lohnenden Positionswechsel durchgeführt werden.

#### 4. Liga Damen

Trainer/Coach Catiana Baumgartner und Lucrezia Kuster

	Spiele	SV	SQ	Bälle	BQ	Punkte
1. Appenzeller Bären 2	12	32:14	2.29	1002:890	1.13	20
2. Volley Kirchberg	12	30:13	2.31	1005:792	1.27	18
3. VBC Herisau	12	27:15	1.80	954 :786	1.21	18
4. Volley Uzwil 2	12	24:26	0.92	977:1062	0.92	12
5. Volley Toggenburg 5	12	21:22	0.95	925 :922	1.00	10
6. STV Wil	12	14:30	0.47	843:1014	0.83	4
7. Volley Uzwil 4	12	6 :34	0.18	727 :967	0.75	2

#### 4. Liga RVNO-Meistertitel

Spiel um RVNO-Meister gegen anderen 4. Liga-Gruppenerste:

Appenzeller Bären 2 - VC Vivax W'thur 1 0:3  
 Appenzeller Bären 2 - Volley Amriswil 3 1:3

⇒ **Appenzeller Bären steigen in die 3. Liga auf!**

Die nun auslaufende Hallensaison begann mit einigen unglücklichen Zwischenfällen, wie mit Verletzungen sämtlicher Spielerinnen. Dazu kam, dass sich mehrere Mädels entschieden, eine Auszeit zu nehmen und ins Ausland zu reisen. Somit hatte das Damen 2 Team der Appenzeller Bären einen schwierigen Start in die Saison. Nach holprigem Start in den ersten Spielen fand das 4. Liga Team den richtigen Weg und fand zurück in das Rennen zum Aufstieg in die 3. Liga. Ebenso bekamen sie Unterstützung von neuen Spielerinnen wie auch von den Juniorinnen. Sie etablierten sich mit ansehnlichem Volleyball und schufen sich an die Spitze der Tabelle. Trotz zusätzlichen Ausfällen von Spielerinnen während der Saison, gelang es den Appenzellerinnen ihre Leistungen in jedem wichtigen Spiel abzurufen und sorgten somit für die nötigen Punkte. Somit erreichten sie die Endspiele und durften, wenn auch dieses Mal mit Unterstützung der Juniorinnen, nach Amriswil an die Regionalmeisterschaft fahren. Auch wenn es nicht für den Regionalmeistertitel gereicht hat, haben sie den Aufstieg geschafft und ihr Ziel hiermit erreicht.

Das Damen 2 Team der Appenzeller Bären bedankt sich bei ihren Trainern und vor allem bei Lucretia, welche trotz dickem Bauch aufs Feld wagte und uns die wichtigen Punkte holte.

## U21-Damen

Trainer/Coach Stefanie Ruef

### Vorrunde 3. Stärkeklasse

	Spiele	SV	SQ	Bälle	BQ	Punkte
1. Rheno Volleyball	6	18:2	9.00	487:339	1.44	12
2. VB Steinach	6	15:8	1.88	510:442	1.15	8
3. VBC Herisau	6	13:7	1.86	467:342	1.37	8
4. Appenzeller Bären	6	10:9	1.11	337:383	0.88	6
5. STV St. Gallen 2	6	10:11	0.91	453:433	1.05	6
6. VBC Arbon 2	6	4 :15	0.27	345:445	0.78	2
7. VBC Rorschach	6	0 :18	-	235:450	0.52	0

### Frühlingsrunde 3. Stärkeklasse

	Spiele	SV	SQ	Bälle	BQ	Punkte
1. VBC Wittenbach	4	12:3	4.00	358:257	1.39	8
2. VBC Arbon 2	5	10:7	1.43	372:370	1.01	6
3. STV St. Gallen 2	4	7 :9	0.78	354:361	0.98	4
4. VB Steinach	5	8 :9	0.89	317:367	0.86	4
5. VBC Rorschach	3	3 :7	0.43	187:183	1.02	2
6. Appenzeller Bären	5	7 :12	0.58	372:422	0.88	2

Mit einem grossen Kader starteten die U21- Damen letzten Herbst in die Saison 2009-10. Das Ziel war klar – man wollte individuelle Fortschritte erzielen und den ein- oder anderen Sieg erzielen. Jede der einzelnen Spielerinnen machte kleiner oder sogar grössere Fortschritte. Darüber bin ich als Trainerin natürlich sehr erfreut. Mit den Siegen klappte es vor allem in der Vorrunde gut. Lediglich zwei Niederlagen musste man hinnehmen. Dies war Motivation für die Rückrunde. Dort konnte man aber nicht an die Erfolge der Vorrunde anknüpfen. Lediglich zwei Siege konnte man feiern. Gegen den Tabelle-Leader Wittenbach gelang den jungen Bärinnen aber im letzten Spiel der Saison eine super Leistung. Nur knapp mit 2:3 musste man sich geschlagen geben und konnte die Saison so mit einem erfreulichen Spiel (trotz misslungenem Ausgang) abschliessen.

Bis zu den Sommerferien wird nun fleissig weiter trainiert. Das Team ist gefestigt und freut sich jetzt schon auf die neue Saison 2010-11.

## U19-Herren

Trainer/Coach Reto Schadegg und Astride Bischof

### Vorrunde 1. Stärkeklasse

	Spiele	SV	SQ	Bälle	BQ	Punkte
1. VBC Frauenfeld	6	18:1	18.00	475 :298	1.59	12
2. Volley Amriswil	6	16:5	3.20	500 :341	1.47	10
3. Appenzeller Bären	6	11:10	1.10	420 :440	0.95	6
4. VC Smash Winterthur	6	11:12	0.92	480 :419	1.15	6
5. VBC Andwil-Arnegg	6	10:13	0.77	460 :471	0.98	4
6. Rheno Volleyball	6	5 :17	0.29	416 :509	0.82	2
7. STV St. Gallen	6	3 :16	0.19	190 :463	0.41	2

### Frühlingsrunde 1. Stärkeklasse

	Spiele	SV	SQ	Bälle	BQ	Punkte
1. Volley Amriswil	7	21:0	-	527 :271	1.94	14
2. VBC Frauenfeld	7	18:3	6.00	515 :361	1.43	12
3. VBC Andwil-Arnegg	7	14:12	1.17	563 :556	1.01	8
4. VR-TV Weinfelden	7	13:14	0.93	555 :579	0.96	8
5. Rheno Volleyball	7	12:13	0.92	512 :530	0.97	8
6. VC Smash Winterthur	7	10:17	0.59	518 :571	0.91	4
7. Appenzeller Bären	7	7 :18	0.39	486 :581	0.84	2
8. VBG Klettgau	7	3 :21	0.14	359 :586	0.61	0

Mit viel Elan starteten die U19 Junioren nach einer gelungenen Vorrunde, in der der 3. Tabellenplatz erreichte wurde, in die Rückrunde. Oft fehlte im entscheidenden Moment in den Rückrundenspielen aber das nötige Spiel- und Wettkampfglück. Zudem zeigte sich das kleine Kader als Nachteil. Oft konnten die Bären nicht in Vollbesetzung trainieren oder zu Meisterschaftsspielen antreten. Leider gingen die Partien gegen die etwa gleichstarken Teams aus Rheno Volleyball, Smash Winterthur, Weinfelden und VBC Andwil-Arnegg teils äusserst knapp an die Gegner. Spielerische Glanzlichter wechselten sich mit mannschaftlicher Ungeschlossenheit ab. So resultierte einzig gegen das Team aus Klettgau ein klares 3:0.

Mit dem altersbedingten Übertritt des 92er Jahrgangs in die nächste höhere Juniorenklasse und in die Aktivmannschaften wird das Team nun verjüngt. Angeführt durch den erfahrenen Captain David Hauri wird die neu formierte Mannschaft ergänzt durch zahlreichen Quereinsteiger. Ziel ist es, in der Vorrunde Erfahrungen zu sammeln und sich als Team zu finden.

Das bewährte Trainergespann Bischof/Schadegg wird sich ein weiteres Jahr um den älteren Nachwuchs der Appenzeller Bären kümmern. Mit Elan versuchen sie den Spielern die Faszination am Volleyball zu vermitteln. Die schwierige Hallensituation, die vorübergehend mit dem Umbau des Gringels noch verstärkt wird, verunmöglicht zusätzliche Trainings. Die altersgemischten Trainingsgruppen fordern Spieler und Trainer. Trotzdem schauen die Trainer zuversichtlich in die Zukunft. Gerade im Teamsport Volleyball steht das gemeinsame Training, sich unterstützen und auch fordern für Erfolg und sportliche Zufriedenheit.



## U16-Damen

Trainer/Coach Marco Keller

### Vorrunde 2. Stärkeklasse

	Spiele	SV	SQ	Bälle	BQ	Punkte
1. Appenzeller Bären	6	18:1	18.00	469:221	2.12	12
2. Volley Toggenburg 1	6	10:11	0.91	447:445	1.00	6
3. Kirchberg Volley	6	7 :13	0.54	284:475	0.60	4
4. Volley Toggenburg 2	6	5 :15	0.33	354:413	0.86	2

In der Vorrunde spielten wir jeweils zweimal gegen Ebnat Kappel, Wattwil und Kirchberg. Da wir mit dem fast selben Team wie letzte Saison antreten konnten, war das Ziel klar: Wir wollten wieder in die 1. Stärkeklasse aufsteigen. Dementsprechend ging es bei den Spielen auch zur Sache. Die Gegner wurden von Anfang an unter Druck gesetzt. So erspielten wir uns stets früh einen Vorsprung, mit dem es sich meist viel einfacher spielen lässt. Wir gewannen schliesslich alle sechs Spiele und verloren dabei nur einen einzigen Satz. Dabei konnten alle Spielerinnen viel Selbstvertrauen tanken und es herrschte jeweils eine sehr gute Stimmung auf dem Feld. Es reichte schlussendlich zum erhofften Aufstieg in die erste Stärkeklasse.

### Frühlingsrunde 1. Stärkeklasse

	Spiele	SV	SQ	Bälle	BQ	Punkte
1. Volley Amriswil 1	6	17:7	2.43	555:491	1.13	10
2. Appenzeller Bären	6	13:12	1.08	548:523	1.05	8
3. VC Kanti Schaffhausen 1	6	10:14	0.71	493:508	0.97	4
4. VC Smash Winterthur	6	8 :15	0.53	441:515	0.86	2

Letztes Jahr noch chancenlos, wurden doch sämtliche Partien verloren. Dies galt es nun zu ändern. Gleich in der ersten Runde rangen wir den letztjährigen Meister Schaffhausen, nach einer super Leistung, mit 3-2 nieder. Der Bann war nun gebrochen und es resultierten zwei knappe Erfolge gegen Winterthur. Trotz kämpferischer Leistung verloren wir zweimal gegen den späteren Leader Amriswil, gewannen aber zum Schluss noch einmal gegen Schaffhausen. Mit vier Siegen und zwei Niederlagen resultierte der hervorragende 2. Rang in der Meisterschaft! Das ganze Team hat seit dem letzten Jahr enorme Fortschritte erzielt, welche nun in Siege umgemünzt wurden. Bleibt zu hoffen, dass dies so weiter geht, denn nächste Saison werden wir altershalber bei den Damen U18 antreten, und müssen bestimmt nochmals einen zacken zulegen. Doch ich bin überzeugt, dass wir auch diese Herausforderung meistern werden.

**Plausch-Mix Gonten**

Trainer/Coach Ruth Messmer

		Spiele	SV	Punkte
1.	Volley Widnau	9	24:6	16
2.	VBC Horn	9	24:11	16
3.	Werdana Buchs 1	9	20:14	12
4.	VBC Altstätten	9	19:17	8
5.	VBC Gossau 1	9	16:15	8
6.	Werdana Buchs 2	9	15:19	8
7.	Volley Kirchberg	9	13:21	8
8.	<b>Appenzeller Bären</b>	<b>9</b>	<b>15:20</b>	<b>6</b>
9.	VBC Rorschach Mixed Emotion	9	12:24	4
9.	VBC Gossau 2	9	11:22	4

### Meisterschaftsfinal der Mini-D und Mini-C

Nach drei Qualifikationsturnieren konnten sich ein Mädchen- und zwei Knabenteams für das Finalturnier der Minivolleyballmeisterschaft im Athletikzentrum in St. Gallen qualifizieren. Wiederum wurde der Grossanlass mit 54 Teams durch den VBC St. Gallen durchgeführt. Zahlreich erschienene Eltern und Fans sorgten für eine tolle Stimmung.

Mit guten Resultaten aus den Qualifikationsturnieren strebten die Mini C Spielerinnen und Spieler einen Platz in der vorderen Ranglistenhälfte an.

Das Knabenteam der Bären erreichte den kleinen Final in der Kategorie Mini C und unterlag in einem spannenden und ausgeglichenen Spiel den Volleyballern aus Altstätten. Der 4. Platz darf als Erfolg gewertet werden. Die Mini-C Spielerinnen klassierten sich in der Mitte des Teilnehmerfeldes auf dem guten 9. Platz. Die Mini-D Knaben starteten als Aussenseiter. Engagiert wurde um jeden Punkt und Satzgewinn gekämpft. Als jüngstes Team in der Gruppe D belegten sie den 6. Schlussrang.

#### **Mini D Herren**

- 1 Volley Amriswil 2
- 2 VBC Aadorf
- 3 Volley Amriswil 1
- 4 VB Steinach
- 5 VBC Tobel
- 6 Appenzeller Bären

#### **Mini C Herren**

- 1 VBC Frauenfeld
- 2 Volley Amriswil 2
- 3 Rheno Volleyball
- 4 Appenzeller Bären
- 5 Volley Amriswil 1
- 6 Pallavolo Kreuzlingen
- 7 VBC Andwil-Arnegg
- 8 STV St. Gallen

#### **Mini C Damen**

- 1 STV St. Gallen 1
- 2 KJS Schaffhausen 1
- 3 VC Kanti Schaffhausen 1
- 4 Volley Amriswil
- 5 VBC Arbon
- 6 VC Kanti Schaffhausen 2
- 7 KJS Schaffhausen 2
- 8 VC Kanti Schaffhausen 4
- 9 Appenzeller Bären
- 10 STV St. Gallen 2
- 11 Volley Goldach
- 12 VBC Heiden
- 13 VBC Aadorf
- 14 VC Kanti Schaffhausen 3
- 15 VBC Andwil-Arnegg
- 16 STV St. Gallen 3