20/21 MATCHPOINT

Appenzeller Bären©

Volleyballclub Appenzell-Gonten

Oktober 2020

Tragen Sie Sorge zu Ihrem wertvollen Fuder. Das beginnt mit einer fundierten Vorbereitung und der richtigen Strategie. Genau wie bei der Anlageberatung.

appkb.ch

Empfehlenswert. Appenzeller Kantonalbank

Inhalt

Editorial . . . 3
Unsere Sponsoren . . . 5
Unsere Ballsponsoren . . . 7
Jugendförderung . . . 9
Herren 1 . . . 10
Damen 1 . . . 16
Herren 2 . . . 20
Damen 2 . . . 24
Damen 3 . . . 26
Damen U23 . . . 28
Damen U17/1 . . . 30
Damen U17/2 . . . 31
Mini Appenzell . . . 34
Mini Gonten . . . 35
Plausch . . . 36
Trainingslager Stein im Fricktal 2019 . . . 38
J+S Sportwoche 2019 . . . 40
Sponsoren-Apéro 2019 . . . 41
Weihnachtsmarkt 2019 . . . 43
Fondueplausch 28. Dezember 2019 . . . 44
Mazenauer Beachvolleyball-Cup 2020 . . . 45
33. HV der Appenzeller Bären 2020 . . . 46
Unsere Trainer/innen . . . 48
Unsere Schiedsrichter/innen . . . 49
Organigramm . . . 50
Vereinsleitung . . . 51
Trainingsübersicht . . . 52
Teamübersicht . . . 53
Wichtige Termine . . . 54

IMPRESSUM
www.vbcag.ch

Auflage: 350 Exemplare
Texte: D. Bigler, S. Messmer, T. Migge, M. Baumann, TrainerInnen
Fotos: Thomas Migge, Sara Pieli
Layout: Raphael Streule
Erscheint: Oktober 2020

Editorial

Geschichte des Volleyballs

Als Erfinder des heutigen Volleyballs gilt der Amerikaner William G. Morgan, der im Jahre 1895 in Springfield (USA) beim YMCA (Christlicher Verein Junger Männer) das Spiel einführte. Gespielt wurde mit einer Basketball-Blase über ein 1.98 Meter hohes Tennisnetz.

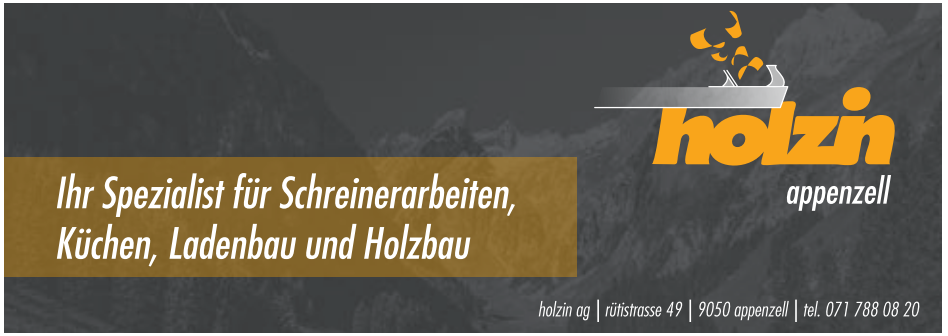
Volleyball wurde bei den Olympischen Spielen 1924 in Paris als Demonstrationssportart vorgestellt. Die Aufnahme ins olympische Programm erfolgte jedoch erst nach dem Zweiten Weltkrieg. Am Rande der 53. IOC-Session 1957 in Sofia veranstalteten die Volleyballer ein Turnier, um auf die Sportart aufmerksam zu machen. Erfunden wurde Volleyball im Jahr 1895 durch William G. Morgan (1870-1942), indem er Elemente von Basketball, Baseball, Tennis und Handball zu einem Spiel verband, das weniger körperlichen Kontakt mit sich brachte als Basketball. Damals hieß das Spiel «Mintonette». Volleyball ist eine olympische Mannschaftssportart aus der Gruppe der Rückschlagspiele.

Witz

Der Teufel besucht Petrus und fragt ihn, ob man nicht mal ein Volleyballspiel Himmel gegen Hölle machen könnte. Petrus hat dafür nur ein Lächeln übrig: «Glaubt ihr, dass ihr auch nur die geringste Chance habt? Sämtliche guten Volleyballspieler aus der Hall of fame sind im Himmel!»

Der Teufel lächelt zurück, «Macht nix, wir haben alle Schiedsrichter!»

Dominique Bigler



Unsere Sponsoren

Hauptsponsoren:	Appenzeller Druckerei	Herisau
	Appenzeller Kantonalbank	Appenzell
	Appenzeller Versicherungen	Appenzell
	Brauerei Locher	Appenzell
Co-Sponsoren:	Elektro Schwizer	Appenzell
	Kühnis Brillen	Appenzell
Bandenwerbung:	Bischofberger Biber	Weissbad
	Langenegger Baugeschäft	Appenzell
	Mosterei Möhl	Arbon
	newday it	Appenzell
Tenu-Sponsor:	Die Mobiliar	Appenzell
Eventsponsor:	M Mazenauer Schreiner, Küchenbau, Innenausbau	Appenzell M'rüte

Auch in Sachen Sport immer am Ball.

appenzell24.ch

Einfach besser informiert.

Unsere Ballsponsoren

Fahrschule Markus Manser	9057 Weissbad
Gasthaus Bären	9050 Appenzell Schlatt
Hotel Appenzell	9050 Appenzell
Hotel & Camping Eischen AG	9050 Appenzell
Löwen Drogerie	9050 Appenzell
Malerei D'Errico GmbH	9050 Appenzell
Pius Schäfler AG	9200 Gossau
Restaurant Bad Gonten	9108 Gonten
Restaurant Bäckerei Schäfli	9050 Appenzell
Restaurant Kaubad	9050 Appenzell
Restaurant Krone	9064 Hundwil
Restaurant Ruhesitz	9058 Brülisau
Wild und Partner AG	9050 Appenzell

APPENZELLER BIER

Quöllfrischer Durstlöscher für bärenstarke Leistungen

appenzellerbier.ch

Jugendförderung

Die folgenden Sponsoren unterstützen die Appenzeller Bären im Jugendbereich:

Intersport Baumann
Appenzell

Koch AG, Strassen- und Tiefbau
Appenzell, St.Gallen, Bischofszell, Gais

LV-St. Gallen Genossenschaft
9001 St. Gallen

moser & hörler ag
Appenzell

Rusch Bauplanung GmbH
9108 Gontenbad

Herren 1

2. Liga

Datum	Zeit	Heimteam	Gastteam	Halle
24.10.20	16:00	**Appenzeller Bären 1**	Volley Amriswil 3	Sporthalle Wühre
07.11.20	14:00	STV St. Gallen 2	**Appenzeller Bären 1**	Alte Kreuzbleiche (grössere)
20.11.20	20:45	Audax SSC 1	**Appenzeller Bären 1**	Sporthalle Tellenfeld
21.11.20	17:00	**Appenzeller Bären 1**	VC Smash Winterthur 1	Gymnasium St. Antonius
28.11.20	16:00	**Appenzeller Bären 1**	Volley Bütschwil 1	Sporthalle Wühre
12.12.20	18:00	Pallavolo Kreuzlingen 2	**Appenzeller Bären 1**	Turnhalle Remisberg
20.12.20	17:00	**Appenzeller Bären 1**	VBC Andwil-Arnegg 2	Sporthalle Wühre
13.01.21	20:45	Volley Amriswil 3	**Appenzeller Bären 1**	Sporthalle Tellenfeld
24.01.21	16:00	VC Smash Winterthur 1	**Appenzeller Bären 1**	Zinzikon
26.01.21	20:45	**Appenzeller Bären 1**	STV St. Gallen 2	Sporthalle Wühre
09.02.21	20:45	**Appenzeller Bären 1**	Audax SSC 1	Sporthalle Wühre
21.02.21	16:00	Volley Bütschwil 1	**Appenzeller Bären 1**	Breite
06.03.21	16:00	**Appenzeller Bären 1**	Pallavolo Kreuzlingen 2	Sporthalle Gringel
13.03.21	14:00	VBC Andwil-Arnegg 2	**Appenzeller Bären 1**	Doppelturnhalle Ebnet

Marc Messmer

Geburtstag:	**19.02.1979**		
Beruf:	**Elektromonteur**	Grösse:	**176cm**
Position:	**Aussen**	Im Verein seit:	**1990**

Jan Fritsche

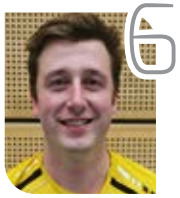
Geburtstag:	**04.07.1996**		
Beruf:	**Student**	Grösse:	**177cm**
Position:	**Aussen/Libero**	Im Verein seit:	**2007**

Luca Signer

Geburtstag:	**17.06.1997**		
Beruf:	**Multimedia-Elektroniker**	Grösse:	**184cm**
Position:	**Aussen/Mitte**	Im Verein seit:	**2016**

Sascha Messmer

Geburtstag:	**16.01.1978**		
Beruf:	**Lehrer**	Grösse:	**190cm**
Position:	**Pass**	Im Verein seit:	**1988**



Ramon Mösle

Geburtstag:	**12.04.1985**		
Beruf:	**Berufsbildner**	Grösse:	**183cm**
Position:	**Aussen/Diagonal**	Im Verein seit:	**2020**

Marco Zehnder

Geburtstag:	**27.07.1985**		
Beruf:	**Schulleiter**	Grösse:	**192cm**
Position:	**Aussen**	Im Verein seit:	**2010**

Lars Signer

Geburtstag:	**20.07.1994**		
Beruf:	**Maurer**	Grösse:	**183cm**
Position:	**Mitte**	Im Verein seit:	**2019**

9 Marco Keller

Geburtstag:	**18.05.1982**		
Beruf:	**Schreiner**	Grösse:	**200cm**
Position:	**Coach/Diagonal**	Im Verein seit:	**1999**

10 Lino Wenger

Geburtstag:	**07.11.2003**		
Beruf:	**Schüler**	Grösse:	**183cm**
Position:	**Diagonal/Aussen**	Im Verein seit:	**2019**

11 Ivan Kuster

Geburtstag:	**18.03.1992**		
Beruf:	**Student**	Grösse:	**193cm**
Position:	**Mitte**	Im Verein seit:	**2009**

12 Roman Manser

Geburtstag:	**22.06.1968**		
Beruf:	**Spengler**	Grösse:	**188cm**
Position:	**Mitte**	Im Verein seit:	**1996**

13 Domenik Messmer

Geburtstag:	**17.10.1980**		
Beruf:	**Bäcker/Konditor**	Grösse:	**179cm**
Position:	**Pass**	Im Verein seit:	**1991**

14 Raphael Streule

Geburtstag:	**24.03.1978**		
Beruf:	**Typograph**	Grösse:	**174cm**
Position:	**Libero**	Im Verein seit:	**1990**

Ziele und Einschätzungen des Trainers

Kontinuität weiter als Erfolgsrezept - zwei Eigengewächse wieder fix am Start

Studiert man die Kaderliste der ersten Herrenmannschaft der Appenzeller Bären mit einem Blick, kommt ein jeder zum gleichen Schluss, praktisch keine Veränderungen im Vergleich zum Vorjahr. Einige Routiniers bilden zusammen mit einigen jungen Spielern aus dem Appenzellerland eine schlagkräftige Truppe, welche jedem Gegner in der höchsten Regionalliga wird Paroli bieten können. Die kontinuierliche Arbeit von Spielertrainer Sascha Messmer mit seinem Team in den letzten Jahren gepaart mit gleichem oder ähnlichem Personal wie in der Vorsaison garantieren, sofern nicht unvorhersehbare Umstände dazwischenkommen, eine erfolgreiche Saison.

Schaut man jedoch etwas genauer hin, haben sich viele Details im Vergleich zur letzten Spielzeit positiv entwickelt.

Besonders erfreulich ist der Umstand, dass mit Ivan Kuster, welcher in den vergangenen zwei Jahren ein Studium in der Region Bern absolvierte, und Jan Fritsche, der mit einem Studium in Zürich und Kanada beschäftigt war, gleich zwei Eigengewächse wieder fix am Start sind. Sie hatten zwar den Verein und das Team nie verlassen, aber durch ihre Aufenthalte fernab von Innerrhoden, standen sie nur punktuell zur Verfügung.

Ivan Kuster bildet zusammen mit Luca und Lars Signer das schlagkräftige Trio auf der Mitteposition. Wenn man die Situation mit den Vorsaisons vergleicht, in welchen meist höchstens zwei Spieler zur Verfügung standen, ist es schon fast eine Luxussituation. Nicht nur bei Spielen, auch im Training entstehen auf diese Weise reale Spielsituationen. Individuelle Fortschritte und entsprechend auch Fortschritte im Teamgefüge vor allem bei komplexen Spielsituationen sind garantiert. Fällt mal einer der drei Mitteangreifer aus, steht mit Roman Manser ein Routinier in den Startlöchern und schliesst allfällige Lücken.

Jan Fritsche wird man in der Aufstellung auf der Aussenposition antreffen. Da er seit langem wieder einmal eine komplette Meisterschaftsvorbereitung mit dem Team bestreiten kann, wird er seine Annahme weiter stabilisieren. Er wird zusammen mit den beiden Routiniers Marc Messmer und Raphael Streule die Hauptverantwortung in der Annahme übernehmen. Weiter kommen in der Annahme je nach taktischer Aufstellung Marco Zehnder, Ramon Mösle und Lino Wenger zum Einsatz. Das letztgenannte Trio wird auch als Diagonalangreifer auf der rechten Netzseite eingesetzt. Marco Zehnder ist durch seine Angriffspower für das

INTERSPORT®
BAUMANN
Appenzell

Team nahezu unverzichtbar und gleichzeitig ein Vorbild für Youngster Lino Wenger. Der erst 17jährige Wenger hat sein Engagement beim VC Smash Winterthur reduziert und konzentriert sich hauptsächlich auf die Einsätze bei den Appenzeller Bären. Nebst seinen regelmässigen Einsätzen im Herren 2 wird er in der ersten Herrenmannschaft Schritt für Schritt Fuss fassen und mehr Einsatzzeiten erhalten.

Ein Wehrmutstropfen bildet der Umstand, dass Marco Keller nach unzähligen Jahren in der ersten Herrenmannschaft ni cht mehr auf der Spielerliste erscheint. Seine Rückenbeschwerden lassen leider keine wettkampfmässigen Einsätze zu. Glücklicherweise hat er seine Volleyballschuhe deswegen nicht an den Nagel gehängt. Nebst seinem Engagement als Trainer bei der ersten Damenmannschaft, welche er neu zusammen mit Ivan Kuster coacht, unterstützt er das Herren 1 im Training, als Coach und Stimmungsmacher. Als Ersatz für Marco Keller kehrt mit Ramon Mösle ein altbekannter Spieler ins Team zurück. Er stammt aus Oberbüren und ist Präsident von Volley Uzwil. Mit seiner Einstellung und Tätigkeiten für den Volleyballsport und sowie seine Fähigkeiten auf dem Spielfeld, er kann auf verschiedenen Positionen eingesetzt werden, passt er hervorragend zum Verein und ist eine optimale Ergänzung für das Team.

Die zentrale der Stelle des Herren 1 auf und neben dem Spielfeld bildet nach wie vor Sascha Messmer als Trainer, Coach und Zuspieler. Während er bei der Trainingsleitung von Marco Zehnder und beim Coaching durch Marco Keller unterstützt wird, hält ihm sein Bruder Domenik Messmer auf der Zuspielposition den Rücken frei, wenn er aufgrund einer Verletzung oder Krankheit nicht auflaufen könnte. Domenik Messmer trainiert regelmässig mit dem Team und ist auf Abruf bereit, wenn er gebraucht wird.

Der erfolgte detaillierte Blick auf die Teamliste hat gezeigt, dass nicht alles beim Alten geblieben ist. Viele erwähnte Details haben sich im Vergleich zur letzten Saison positiv entwickelt. Nicht nur, dass in jedem Training Spielsituationen trainiert werden können, auch der Umstand, dass alle jungen Spieler regelmässig mindestens zweimal pro Woche trainieren und im Herren 2 Spielerfahrungen sammeln können, wird seine Wirkung nicht verfehlen und ein Mosaikstein für eine gelungene Saison 2020/21 bilden.

Sascha Messmer

Motzer Bäckerei Gonten AG
Dorflädeli
Motzer
9108 Gonten
Tel. 071 794 11 34 · Fax 071 794 11 08
Spezialitäten
Hefestollen · Appenzeller Biber · Fünf-Pfünder-Brot
Jeden Sonntag geöffnet!

Damen 1

2. Liga

Datum	Zeit	Heimteam	Gastteam	Halle
24.10.20	18:00	**Appenzeller Bären 1**	VC Kanti Schaffhausen 2	Sporthalle Wühre
26.10.20	20:15	VBC Aadorf 3	**Appenzeller Bären 1**	Turnhalle Chatzebuggel
06.11.20	20:45	Volley Amriswil	**Appenzeller Bären 1**	Sporthalle Tellenfeld
10.11.20	20:15	**Appenzeller Bären 1**	Volley Goldach 1	Sporthalle Wühre
22.11.20	16:00	Volley Uzwil 1	**Appenzeller Bären 1**	Neuhof
28.11.20	18:00	**Appenzeller Bären 1**	VBR Rickenbach 1	Sporthalle Wühre
04.12.20	20:45	Volley Toggenburg	**Appenzeller Bären 1**	Gill
12.12.20	16:00	Pallavolo Kreuzlingen	**Appenzeller Bären 1**	Turnhalle Remisberg
17.12.20	20:30	Volley Goldach 1	**Appenzeller Bären 1**	Bachfeld
20.12.20	15:00	**Appenzeller Bären 1**	STV Wil 1	Sporthalle Wühre
17.01.21	13:30	VC Kanti Schaffhausen 2	**Appenzeller Bären 1**	BBC-Arena
21.01.21	20:45	**Appenzeller Bären 1**	VBC Aadorf 3	Sporthalle Wühre
28.01.21	20:45	**Appenzeller Bären 1**	Volley Amriswil	Sporthalle Wühre
09.02.21	20:45	**Appenzeller Bären 1**	Volley Uzwil 1	Sporthalle Wühre
17.02.21	20:30	VBR Rickenbach 1	**Appenzeller Bären 1**	Mehrzweckhalle Hofacker
27.02.21	18:00	**Appenzeller Bären 1**	Volley Toggenburg	Gymnasium St. Antonius
06.03.21	18:00	**Appenzeller Bären 1**	Pallavolo Kreuzlingen	Sporthalle Gringel
13.03.21	18:00	STV Wil 1	**Appenzeller Bären 1**	Turnhalle Klosterweg

Fernanda Fischli

Geburtstag:	**19.11.1981**		
Beruf:	**Architektin**	Grösse:	**164cm**
Position:	**Pass**	Im Verein seit:	**2010**

Kathrin Strässle

Geburtstag:	**27.08.1993**		
Beruf:	**Lehrerin**	Grösse:	**164cm**
Position:	**Aussen/Libero**	Im Verein seit:	**2016**

Sarah Riesen

Geburtstag:	**04.08.1991**		
Beruf:	**Lehrerin**	Grösse:	**170cm**
Position:	**Diagonal**	Im Verein seit:	**2011**

Jil Inauen

Geburtstag:	**20.02.1999**		
Beruf:	**FAGE**	Grösse:	**180cm**
Position:	**Aussen**	Im Verein seit:	**2010**

Sara Gähler

Geburtstag:	**06.12.1992**		
Beruf:	**Kauffrau**	Grösse:	**168cm**
Position:	**Aussen**	Im Verein seit:	**2011**

Alessia Kölbener

Geburtstag:	**31.10.1990**		
Beruf:	**Lehrerin**	Grösse:	**178cm**
Position:	**Mitte**	Im Verein seit:	**2002**

Myriam Baumann

Geburtstag:	**24.02.1994**		
Beruf:	**Kauffrau**	Grösse:	**173cm**
Position:	**Mitte**	Im Verein seit:	**2007**

9 Regula Streule

Geburtstag:	**15.10.1983**		
Beruf:	**Lehrerin**	Grösse:	**169cm**
Position:	**Aussen/Libero**	Im Verein seit:	**1996**

10 Salome Kuster

Hoher Hirschberg

Geburtstag:	**14.06.1996**		
Beruf:	**Videoproduzentin**	Grösse:	**180cm**
Position:	**Mitte**	Im Verein seit:	**2012**

11 Cédrine Speck

Geburtstag:	**01.08.1999**		
Beruf:	**Grafikerin in Ausb.**	Grösse:	**176cm**
Position:	**Pass**	Im Verein seit:	**2009**

12 Vera Signer

Geburtstag:	**06.04.2003**		
Beruf:	**Lehrling**	Grösse:	**167cm**
Position:	**Libero**	Im Verein seit:	**2016**

14 Dominique Bigler

Geburtstag:	**05.05.1990**		
Beruf:	**med. Praxisassistentin**	Grösse:	**167cm**
Position:	**Libero**	Im Verein seit:	**2010**

15 Livia Fritsche

Geburtstag:	**29.04.1999**		
Beruf:	**Studentin**	Grösse:	**168cm**
Position:	**Aussen**	Im Verein seit:	**2012**

Ziele und Einschätzungen des Trainers

Teamspirit als grosse Stärke

Seit das Team neu zusammengestellt und der Aufstieg aus der 3.Liga in die höchste Regionalliga geschafft wurde, sind schon 6 Jahre vergangen! Dass das Team immer noch in der beinahe selben Zusammensetzung in der Halle steht, besagt in der heutigen schnelllebigen Zeit eigentlich schon alles. Dies ist nur in einer sehr gut funktionierenden Mannschaft möglich! Es wird viel gelacht, mittlerweile sogar getanzt im Training, aber im Fokus steht natürlich das Volleyballspiel. Das Team hat in den letzten Jahren spielerisch grosse Fortschritte gemacht und in der Meisterschaft dreimal hintereinander dem 5. Rang erreicht. Diese Saison darf man gespannt sein wie sich die Bärinnen schlagen werden, da Stephanie und Sascha Messmer zurückgetreten sind. Vor allem in schwierigen Situationen wird, die grosse Routine von Stephanie und das akribische Gegnerstudium von Sascha, vermisst werden. Doch wo sich Türen schliessen gehen auch wieder Türen auf. So wissen alle, dass jeder selbst etwas mehr gefordert sein wird und mehr Verantwortung übernehmen muss.

Auf der Zuspielposition wird diese Verantwortung Cédrine Speck übernehmen. Sie konnte sich die letzten Jahre hinter Stephanie zur festen Grösse im Team entwickeln. Unterstützt wird sie dabei von Fernanda Fischli. Sie ist nach einer Pause seit einem Jahr wieder im Training dabei und spielt diese Saison wieder Meisterschaft. Auf der Mittposition wird das bewährte Trio Myriam Baumann, Salome Kuster und Alessia Kölbener spielen. Sarah Riesen wird weiter auf der Diagonalposition für Punkte sorgen. Auf der Aussenposition werden Kathrin Strässle, Jil Inauen, Sara Gähler und Livia Fritsche angreifen. Regula Streule ergänzt auf die kommende Saison hin unser Aussenangriff. Sie hat letzte Saison schon im Team mittrainiert und wird nun vermehrt das Bärendress tragen. Als Libera drängt sich Vera Signer immer mehr auf, sie wird weiter von der Erfahrung von Dominique Bigler profitieren können.

In die Fussstapfen von Sascha tritt neu Ivan Kuster. Er hat schon einige Jahre als Juniorinnen Trainer geamtet und wird jetzt zusammen mit dem langjährigen Trainer Marco Keller die Fäden ziehen.

Sowohl für die einzelnen Spielerinnen, die beiden Trainer als auch für die Zuschauerinnen und Zuschauer ist eine spannende Saison mit unzähligen knappen Ballwechseln garantiert. Alle sind gespannt, was die Saison bringen wird!

Marco Keller

Herren 2

4. Liga

hinten v.l.n.r.: Sascha Messmer (Trainer und Coach), Bruno Rusch, Luca Signer, Pascal Hasler, Markus Signer, Jan Fritsche
vorne v.l.n.r.: Lino Wenger, Lukas Baumann, Kevin Speck, Lars Signer, Matthias Kuster
es fehlen: Patrick Manini, Yannick Eugster

Datum	Zeit	Heimteam	Gastteam	Halle
22.09.20	20:30	Volley Speicher	**Appenzeller Bären 2**	Zentralschulhaus
24.10.20	14:00	**Appenzeller Bären 2**	VBC Arbon	Sporthalle Wühre
26.10.20	20:45	Audax SSC 3	**Appenzeller Bären 2**	Sporthalle Tellenfeld
29.10.20	20:45	**Appenzeller Bären 2**	VBC Wittenbach 2	Sporthalle Wühre
05.11.20	20:45	**Appenzeller Bären 2**	Volley Bütschwil 3	Sporthalle Wühre
05.12.20	18:00	VBC Wittenbach 2	**Appenzeller Bären 2**	OZ Grünau
14.01.21	20:45	VBC Arbon	**Appenzeller Bären 2**	Bergli
21.01.21	20:45	**Appenzeller Bären 2**	Audax SSC 3	Sporthalle Wühre
21.02.21	14:00	Volley Bütschwil 3	**Appenzeller Bären 2**	Breite
25.02.21	20:45	**Appenzeller Bären 2**	Volley Speicher	Sporthalle Wühre

Vorschau Herren 2

Herren 2 ist wieder am Start - Youngsters und Routiniers bilden ein cooles Team

Erfreulicherweise ist in der nächsten Saison nach zweijährigem Unterbruch wieder eine zweite Herrenmannschaft der Appenzeller Bären am Start. Das Team nimmt bereits im September den Meisterschaftsbetrieb in der 4. Liga auf. Angeführt wird die Mannschaft von Kevin Speck als Kapitän. Er verkörpert die Werte des Vereins durch seinen Einsatz auf und neben dem Spielfeld wie kein anderer. Er ist nicht nur Spieler der zweiten Herrenmannschaft sondern steht dem Verein zusätzlich als Minitrainer und Schiedsrichter zur Verfügung. Kevin Speck bildet zusammen mit Pascal Hasler, welcher als Zuspieler in den letzten Jahren grosse Fortschritte erzielt hat sowie das Spiel der Equipe dirigieren wird, und Matthias Kuster, den Kern des Teams. Matthias Kuster hat bis jetzt nur plauschmässig Volleyball gespielt, ist erst vor kurzem zum Team gestossen und brilliert durch seinen Einsatz und seine Offenheit, in jedem Training etwas Neues zu lernen.
In der Vorrunde wird ein junges Team auflaufen. Das genannte Trio wird durch die vier jüngsten Spieler aus der ersten Herrenmannschaft - Jan Fritsche, Lars Signer, Luca Signer und Lino Wenger- ergänzt. Die Youngsters können einerseits viele Spielerfahrungen sammeln und müssen andererseits Schritt für Schritt mehr Verantwortung übernehmen. Man darf gespannt sein, wie sich das junge, schlagkräftige Team gegen erfahrene Teams behaupten wird.
Ein weiterer wichtiger Mosaikstein für eine gelungene Mission «Herren 2» bildet die dritte Gruppe von Spielern, die Routiniers. Angeführt wird diese Gruppe von Ehrenpräsident Bruno Rusch, gefolgt von den langjährigen Vereinsmitgliedern und Funktionären Patrick Manini und Lukas Baumann.
Neu im Team und im Verein ist Markus Signer. Er bereichert das Team einerseits als zweiter Zuspieler im Training und könnte andererseits Pascal Hasler auf der Zuspielposition ersetzen, wenn Not am Mann ist. Kurz vor Saisonstart konnte mit Yannick Eugster aus Oberegg nicht nur das 12 Mann starke Kader komplettiert werden, auch die Fahrgemeinschaft aus dem Vorderland hat nun mit fünf Spielern keinen Platz mehr im Auto. Yannick Eugster ist in verschiedenen sportlichen Bereichen tätig und trainiert nun regelmässig im Herren 1 oder Herren 2 der Appenzeller Bären. Bereits nach wenigen absolvierten Trainings steht für den Trainer fest, dass er innert kürzester Zeit grosse Fortschritte erzielen wird und es nicht lange dauern wird, bis er an die Türe der ersten Herrenmannschaft anklopfen wird.
Als Trainer und Coach steht dem Team kein geringerer als Sascha Messmer, der Spielertrainer der ersten Herrenmannschaft, zur Verfügung. Die lückenlos positiven Rückmeldungen der einzelnen Teammitglieder zur Projektidee

Textilreinigung
koch ag
Appenzell • Teufen • Altstätten

GILDE
Hotel Landgasthof Fischen
Herzlich Willkommen
Treten Sie ein, spüren Sie die Appenzeller Gastlichkeit, fühlen Sie sich willkommen und lassen sich von uns kulinarisch verzaubern.

Aufschlag, Service, Netzroller:
Wir bleiben für Sie am Ball.

Generalagentur Appenzell
Thomas Rechsteiner

Ziel 23
9050 Appenzell
T 071 788 13 13
appenzell@mobiliar.ch

mobiliar.ch

die Mobiliar

967804

«Herren 2» und der Reiz, aus einem relativ heterogenen Haufen von Volleyballern, ein cooles Team zu formen, welches Spass beim Volleyballspielen hat, haben ihn dazu bewogen, nach dem Rücktritt als Trainer der ersten Damenmannschaft, mit einem zweiten Team zu arbeiten. Sascha Messmer weiss zudem bei Terminkollisionen mit Bruno Rusch, welcher das Team mit Rat und Tat unterstützt, eine hevorragende Stellvertretung in seinem Rücken.
Der Verein und das Team hofft, weitere junge Sportler aus dem Appenzellerland anziehen zu können, welche Gefallen am Volleyball finden und Schritt für Schritt ans Liganiveau herangeführt werden.
Die Voraussetzungen in der aktuellen Team- und Trainingskonstellation sind optimal. Sascha Messmer

Landi
APPENZELL AG
www.landiappenzell.ch
Ihr Partner für:
– Haus und Garten
– Getränke
– Tiernahrung
– Gemüse und Früchte
– Pflanzen und Zubehör

Damen 2

4. Liga

hinten v.l.n.r.: Kathrin Strässle (Coach), Annina Frey, Sara Pieli, Tanja Schmid, Ramona Fässler, Tamara Bätschmann, Daniel Schudt (Trainer)
vorne v.l.n.r.: Jasmin Schefer, Leandra Hörler, Vera Dragomirovic, Riana Hälg
es fehlt: Simona Baumann

Datum	Zeit	Heimteam	Gastteam	Halle
21.10.20	20:30	VBC Andwil-Arnegg 3	**Appenzeller Bären 2**	Doppelturnhalle Ebnet
29.10.20	20:30	**Appenzeller Bären 2**	Volley Uzwil 3	Sporthalle Wühre
08.11.20	14:00	Volley Bütschwil	**Appenzeller Bären 2**	Breite
17.11.20	20:30	VBC Frauenfeld 1	**Appenzeller Bären 2**	Oberwiesen
21.11.20	15:00	**Appenzeller Bären 2**	VBC Aadorf 5	Gymnasium St. Antonius
28.11.20	15:00	**Appenzeller Bären 2**	Volley Toggenburg	Sporthalle Wühre
03.12.20	20:45	Volley Uzwil 3	**Appenzeller Bären 2**	Sek Oberuzwil
13.12.20	15:00	VBC Frauenfeld 2	**Appenzeller Bären 2**	Oberwiesen
17.12.20	20:30	**Appenzeller Bären 2**	VBC Andwil-Arnegg 3	Sporthalle Wühre
13.01.21	19:45	Volley Toggenburg	**Appenzeller Bären 2**	Rietstein
23.01.21	17:00	VBC Aadorf 5	**Appenzeller Bären 2**	Turnhalle Guntershausen
04.02.21	20:45	**Appenzeller Bären 2**	Volley Bütschwil	Sporthalle Wühre
27.02.21	16:00	**Appenzeller Bären 2**	VBC Frauenfeld 2	Gymnasium St. Antonius
06.03.21	15:00	**Appenzeller Bären 2**	VBC Frauenfeld 1	Sporthalle Gringel

Vorschau Damen 2

Mit Stolz dürfen die Bärinnen auf die vergangene Saison zurückblicken. Als Aufsteiger in die vierte Liga wiesen sie am Ende der Spielzeit mehr Siege als Niederlagen auf und klassierten sich dadurch verdient in der vorderen Tabellenhälfte. Es konnten Spiele gegen nominell stärkere Teams gewonnen werden, einige Matches wurden durch den bärinnentypischen Kampfgeist siegreich gestaltet und man wurde auch zweimal ordentlich auseinander genommen und bekam die Grenzen klar aufgezeigt.
Trainer und Team konnten trotz des unglücklichen, käferbedingten Abschlusses der Saison wichtige Schlüsse ziehen, Entwicklungspotential für die neue Spielzeit orten und blicken vorfreudig nach vorne.
Auf das Team wartet die eine oder andere personelle Veränderung. Annina darf mutterfreudentechnisch aussetzen. Mit dem Abgang von Jolanda verliert das Damen 2 ihr Go-to-Girl. Wenn ein Team die statistisch beste Angreiferin ersetzen muss, sind alle gefordert.

Erfreulicherweise haben sich einige «alte» Bärinnen im Sommertraining persönlich positiv weiterentwickelt und scheinen bereit, die Lücke zu füllen. Zudem hat der Trainer Spielerinnen auf eine neue Position beordert und kann so deren Potential noch besser ausschöpfen. Sehr erfreulich sind die Neuzugänge. Auf der Zuspielerinnen-Position können die Bärinnen neu auf die Pässe von Riana zählen. Im Training zeigt sich unter den Girls der U23, welche mit uns trainieren, mehr als nur ein Rohdiamant, welcher bereits in dieser Saison zum einen oder anderen Einsatz kommen wird.
Wenn man nach den Erwartungen für die Spielzeit 20/21 fragt, bekommt unterschiedliche Antworten. Von «Nicht absteigen» über «mindestens so gut wie letztes Jahr» bis hin zu «jedes Spiel gewinnen» sind alle möglichen Ansichten zu hören. Berechtigung haben alle Prognosen. Die Spielerinnen rund um Trainer Dani und Coach Kathrin sind topmotiviert im Training und an den Spielen ihr Bestes zu geben und ihr Potential abzurufen. Wir freuen uns riesig darauf, wenn es im Oktober losgeht und wir den mit Abstand (haha!) tollsten Sport wieder wettkampfmässig betreiben dürfen.

COMBATO!

Damen 3

5. Liga

hinten v.l.n.r.: Stephanie Messmer, Catiana Baumgartner, Lucrezia Kuster, Regina Bruderer, Michèle Messmer
vorne v.l.n.r.: Anita Koster-Rusch, Nadine Waldburger, Evelyne Manser, Ulrike Migge, Astride Bischof
es fehlen: Simone Bigler, Madeleine Ruef, Sina Wetter

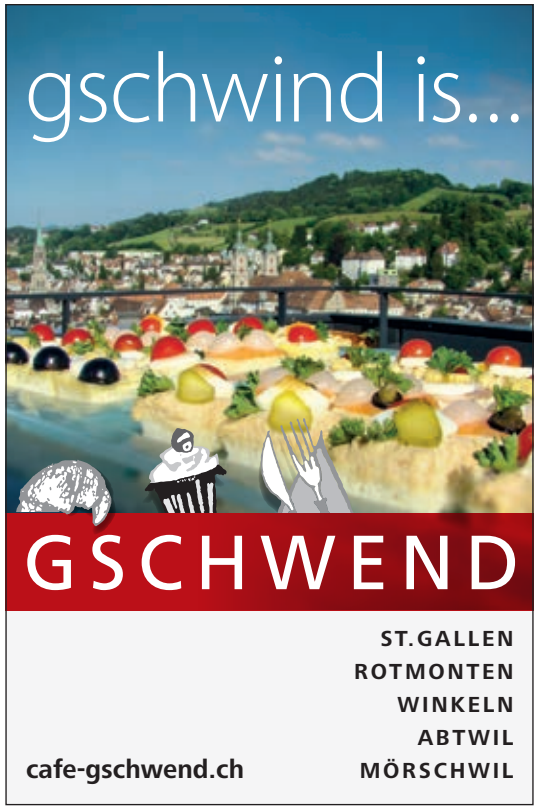
Datum	Zeit	Heimteam	Gastteam	Halle
20.09.20	16:00	VBC Gommiswald	**Appenzeller Bären 3**	OSZ Gommiswald
28.10.20	20:45	**Appenzeller Bären 3**	Volley Flawil	Gymnasium St. Antonius
04.11.20	20:30	**Appenzeller Bären 3**	Volley TSV Engelburg	Gymnasium St. Antonius
11.11.20	19:45	Volley Toggenburg	**Appenzeller Bären 3**	Rietstein
28.11.20	17:00	**Appenzeller Bären 3**	Volley Toggenburg	Sporthalle Wühre
02.12.20	20:45	**Appenzeller Bären 3**	STV St. Gallen 3	Gymnasium St. Antonius
09.12.20	20:45	**Appenzeller Bären 3**	STV Wil 2	Gymnasium St. Antonius
20.12.20	13:00	**Appenzeller Bären 3**	VBC Gommiswald	Sporthalle Wühre
10.01.21	15:00	Volley Flawil	**Appenzeller Bären 3**	Feld
20.01.21	20:30	Volley TSV Engelburg	**Appenzeller Bären 3**	DT Doppelturnhalle
27.01.21	20:45	**Appenzeller Bären 3**	STV Wil 3	Gymnasium St. Antonius
21.02.21	11:00	STV St. Gallen 3	**Appenzeller Bären 3**	alte Kreuzbleiche (kleinere)
27.02.21	16:00	STV Wil 2	**Appenzeller Bären 3**	Turnhalle Klosterweg
06.03.21	16:00	STV Wil 3	**Appenzeller Bären 3**	Turnhalle Klosterweg

Vorschau Damen 3

Neues Team - alte Gesichter

Ein neues Team wird auf die Saison 20/21 den Verein der Appenzeller Bären ergänzen. Die Gesichter dieses Teams sind aber nicht unbekannt. Viele ehemalige Spielerinnen der Appenzeller Bären haben sich zum Damen 3 zusammengeschlossen. Die Leidenschaft für den Volleyballsport, der Spass und vor allem, dass kein Zwang besteht, haben die Spielerinnen zusammengeführt. Einmal in der Woche wird trainiert und in der Meisterschaft wird man das Glück in der 5. Liga versuchen. Wir freuen uns auf das neue Abenteuer.

Stephanie Messmer



Damen U23

hinten v.l.n.r: Myriam Baumann (Trainerin), Sarah Stäger, Seraina Inauen, Joyce Zehnder, Vera Signer
vorne v.l.n.r.: Naomi Hörler, Sina Wetter, Pam Wetter, Alessia Manser
es fehlt: Emilie Cotter, Laura Inauen

Datum	Zeit	Heimteam	Gastteam	Halle
20.09.20	14:00	**Appenzeller Bären**	VBC Arbon	Gymnasium St. Antonius
08.11.20	09:00	STV St. Gallen 2	**Appenzeller Bären**	alte Kreuzbleiche (kleinere)
08.11.20	15:00	**Appenzeller Bären**	VBC Gommiswald	Gymnasium St. Antonius
22.11.20	09:30	VC Vivax Winterthur 2	**Appenzeller Bären**	Sportanlage Rennweg
29.11.20	10:00	Volley Bütschwil	**Appenzeller Bären**	Breite

SÄGEREIWERK FÄSSLER
URBAN FÄSSLER
CH-9108 Gonten Telefon: 071 794 12 19 E-Mail: holz@gmx.ch

Vorschau Damen U23

Nach einem abrupten Saisonende, mit nur zwei gespielten von fünf geplanten Spielen, und anschliessender Trainingspause bis Ende Mai, starteten die Juniorinnen U23 am 8. Juni wieder mit dem Training auf der Beachanlage Schaies und damit auch mit den Vorbereitungen für die neue Saison. Mitte August nahm das Team das Hallentraining auf und feilt fleissig an Technik, Kraft, Koordination und Spielsystem.
Die Mannschaft besteht aus allen letztjährigen Spielerinnen, welche sich bereits in- und auswendig kennen und ein eingeschweisstes Team bilden. Captain und Dia Vera Signer führt die Mannschaft an und sammelt nebenbei Spiel- und Trainingserfahrung im Damen 1. Die Verantwortung der Zuspielposition übernimmt Pam Wetter. Alessia Manser, Naomi Hörler und Sina Wetter agieren auf der Aussenposition. Joyce Zehnder, Seraina Inauen sowie Neuzugang und Austauschschülerin Emilie Cotter mischen als Trio auf der Mitteposition mit. Sarah Stäger komplettiert das Team und kommt als Aussen- oder Diaspielerin zum Einsatz.
Allesamt noch rohe Diamanten, profitieren die jungen Bärinnen von zwei Trainings in der Mannschaft und einem weiteren Trainingsbesuch in einer der Damenmannschaften pro Woche und erhalten wertvolle Inputs von verschiedenen Trainern. Ziele der Saison: Aufstieg in die zweite Stärkeklasse, ranglistenmässig an letzte Saison anzuknüpfen und weiterhin die Freude am Volleyball zu behalten. Jede einzelne Bärin soll sich weiterentwickeln, viel Spielpraxis sammeln und Verantwortung auf dem Feld übernehmen.
Die U23 startet mit einem lautstarken «HOLA» in die neue Saison, blickt gespannt auf interessante, herausfordernde Matches und freut sich über lautstarke Unterstützung mitfiebernder Tribünengäste.

Myriam Baumann

Unternehmensberatung
Rechtsberatung und Beurkundung
Steuerberatung
Buchführung
Wirtschaftsprüfung und Revision
Immobilien
Verwaltung von Liegenschaften

moser & hörler ag, weissbadstrasse 26, appenzell
telefon +41 71 788 10 70, www.moserhoerler.ch

moser & hörler ag
treuhand und rechtsberatung

Damen U17$_1$

hinten v.l.n.r.: Cédrine Speck (Trainerin), Serafina Räber, Lara Signer, Leona Dörig, Riana Hörler
vorne v.l.n.r.: Elisa Limone, Joana Limone, Ladina Bieri, Alina Etter, Ronja Knechtle, Janina Gmünder

Datum	Zeit	Heimteam	Gastteam	Halle
20.09.20	10:00	Volley Amriswil	**Appenzeller Bären**	Sporthalle Tellenfeld
20.09.20	12:00	**Appenzeller Bären**	Volley Goldach 1	Sporthalle Tellenfeld
25.10.20	10:00	STV St. Gallen 1	**Appenzeller Bären**	alte Kreuzbleiche (kleinere)
25.10.20	11:30	**Appenzeller Bären**	Volley Amriswil	alte Kreuzbleiche (kleinere)
29.11.20	10:00	**Appenzeller Bären**	Volley Goldach 1	Gymnasium St. Antonius
29.11.20	14:00	**Appenzeller Bären**	STV St. Gallen 1	Gymnasium St. Antonius

HOTEL
FROHE AUSSICHT
Silvie & Arno Inauen
9057 Schwende / Weissbad
Tel. 071 799 11 74
www.froheaussicht.ch

- **Saisonale Küche**
- **Schöne Gartenterrasse**
- **Geburtstagsfeiern**
- **Taufessen**
- **Familienfeste**

Damen U17$_2$

hinten v.l.n.r.: Ronja Koch, Ejona Aliti, Nina Bartholet, Kevin Speck (Trainer)
mittel v.l.n.r.: Nicole Fässler, Julia Manser, Anna Manser, Aylin Rusch, Maurizia Bless
vorne v.l.n.r.: Cora Dörig, Celina Somm, Leana Waldburger, Jill Inauen, Aline Fässler, Valeria Koster
es fehlt: Garmendia Nerea

Datum	Zeit	Heimteam	Gastteam	Halle
19.09.20	10:00	**Appenzeller Bären**	Volley Goldach 2	Gymnasium St. Antonius
19.09.20	14:00	**Appenzeller Bären**	VBC Wittenbach	Gymnasium St. Antonius
25.10.20	10:30	VBC Wittenbach	**Appenzeller Bären**	OZ Grünau
25.10.20	12:00	**Appenzeller Bären**	Volley TSV Engelburg 1	OZ Grünau
22.11.20	11:00	Volley Goldach 2	**Appenzeller Bären**	DT Doppelturnhalle
22.11.20	12:30	Volley TSV Engelburg 1	**Appenzeller Bären**	DT Doppelturnhalle

Vorschau Damen U17

Nach einer erfolgreichen letzten Saison, die wir mit zwei U15-Teams bestritten, beginnt 2020/21 ein neues Kapitel - sechs gegen sechs. Mittels Einteilung in zwei Leistungsniveaus, wird den Juniorinnen eine sehr individuelle Förderung ermöglicht. Zudem haben die Mädchen die Option bis zu drei Trainingseinheiten in der Woche zu besuchen. Sie profitieren von einem abwechslungsreichen Trainerteam, von dem sie wertvolle Inputs kriegen. Ziele des neuen Nachwuchskonzeptes sind Feinschliff in Grundtechniken, eine erfolgreiche Einführung des neuen Spielsystems, Spielerfahrung sammeln, Ausbau von Kraft, Kondition und Koordination und die Stärkung vom Teamgeist. Wir freuen uns auf eine Saison voller neuer Herausforderungen.

Cédrine Speck und Kevin Speck

SUTTER AG APPENZELL
Bauunternehmung

PATHFINDER CONSULTING

PathFinder Consulting AG
Oberer Gansbach 1
CH-9050 Appenzell
Phone +41 71 780 03 02
info@pfconsulting.ch

Gmünder
Spenglerei + Bedachungen GmbH
9057 Weissbad Tel. 071 799 10 25

Holzbau
P. Manser AG
Rütistrasse 47, 9050 Appenzell
Tel. 071 787 24 64
Fax 071 787 84 23
Internet www.holzbau-manser.ch
E-mail info@holzbau-manser.ch

Mini Appenzell

hinten v.l.n.r.: Ladina Bieri, Lara Signer, Nicole Mösler, Ronja Koch, Celina Somm, Aylin Rusch
mitte v.l.n.r.: Riana Hörler, Elisa Limone, Julia Manser, Jill Inauen, Leana Waldburger, Myriam Baumann (Trainerin)
vorne v.l.n.r.: Janina Gmünder, Valeria Koster, Jana Dörig, Alina Etter
es fehlen: Maurizia Bless, Ronja Knechtle, Annina Manser (Trainerin)

Vorbericht Mini Dienstag / U17

Pünktlich zum Schulbeginn startete der Trainingsbetrieb nach den Sommerferien in einer durchmischten Gruppe mit Minis und U17-Juniorinnen.
Da viele bereits das Minialter überschritten haben, wird diese Saison nur noch ein Miniteam im Einsatz stehen und an drei Turniertagen ihr Können unter Beweis stellen. Daneben haben sich sage und schreibe zwei U17-Mannschaften formiert, welche sich auf die neue Herausforderung 6:6 einlassen. Jede Spielerin hat die Option bis zu drei Trainingseinheiten in der Woche zu besuchen und von einem abwechslungsreichen Trainerteam zu profitieren, von welchem sie wertvolle Inputs erhalten. Durch rege Nutzung des Trainingsangebots, profitieren auch die Kleinsten von bereits fortgeschrittenen Spielerinnen und umgekehrt gewinnen die Grösseren weiterhin Fortschritte in den Grundtechniken. Ziele des neuen Nachwuchskonzeptes sind Feinschliff in Grundtechniken, eine erfolgreiche Einführung des neuen Spielsystems, Spielerfahrung sammeln, Ausbau von Kraft, Kondition und Koordination und die Stärkung vom Teamgeist. Gemeinsames Ziel auch in dieser Saison ist - neben der Freude am Volleyball - die erfolgreiche Teilnahme an den Miniturnieren sowie erste Spielerfahrungen im 6:6 zu sammeln.
Wir freuen uns auf eine Saison voller neuen Herausforderungen.

Annina Manser
Myriam Baumann

Mini Gonten

hinten v.l.n.r.: Markus Rusch (Trainer), José Gimenez, Aylin Rusch, Tamara Bätschmann (Trainerin)
vorne v.l.n.r.: Imelda Bolter, Pia Gmünder, Macarena Gimenez, Aline Fässler, Leandra Rusch

Daten Minivolleyball 2020/21

U15 Jg. 07 und jünger (4:4)
Sonntag, 08.11.2020
Sonntag, 13.12.2020 (Turnhalle Wühre)
Sonntag, 14.02.2020
Sonntag, 28.03.2020 (Finalturnier)

Plausch

hinten v.l.n.r.: Karl Koch, Monika Gschwend, Bruno Hörler, Reto Dörig, Ruth Messmer
vorne v.l.n.r.: Bruno Rusch, Maria Hörler, Beatrice Kölbener, Daniela Brülisauer
es fehlen: Harald Sprenger, Petra Mullis, Urs Schrackmann, Markus Stäger

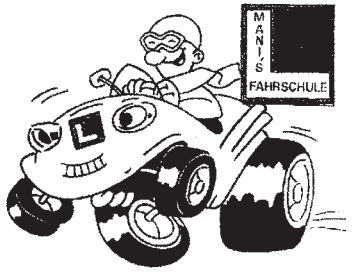
Datum	Zeit	Heimteam	Gastteam	Halle
18.09.20	20.00	**Gonten Plausch**	Verdana	Turnhalle Gonten
28.09.20	20.00	Steinach	**Gonten Plausch**	
23.10.20	20.00	**Gonten Plausch**	Waldkirch	Turnhalle Gonten
04.11.20	19.00	Domschatten	**Gonten Plausch**	
25.11.20	20.00	Altstätten	**Gonten Plausch**	
04.12.20	20.00	**Gonten Plausch**	Mixed Emotion	Turnhalle Gonten
27.01.21	20.00	Widnau	**Gonten Plausch**	
26.02.21	19.30	**Gonten Plausch**	Black Ducks	Turnhalle Gonten

FAHRSCHULE MANFRED NIEDERER

Theorie- und VK-Unterricht
Mo und Do von 19.00 - 21.00 Uhr
ohne Voranmeldung manis.fahrschule@bluewin.ch

Zielstrasse 8
9050 Appenzell

✆ 071/787 41 53
Natel 079/ 414 30 35



Elektro Sonderer AG

9050 Appenzell 071 787 38 71
9056 Gais 071 793 22 37

www.elektro-sonderer.ch

schnell, kompetent und qualitätsbewusst

THOMAS RUSCH BAUPLANUNG GmbH

Projektierung, Planung und Bauleitung bei Neubauten, Umbauten oder Renovationen

Gontenbad, 9108 Gonten
Telefon 071 794 19 90
www.ruschbauplanung.ch

ROLAND KOCH INNEN ARCHITEKTEN

Wir wünschen allen eine bärenstarke Saison.

Trainingslager Stein im Fricktal 2019

Am ersten Oktoberwochenende verbrachten die Appenzeller Bären wieder einmal drei Tage in Stein im Fricktal, um sich ideal auf die bevorstehende Volleysaison vorzubereiten. Das Sportcenter im Aargau, das inzwischen bestens bekannt war, bot abermals optimale Trainingsbedingungen. In intensiven und abwechslungsreichen Trainingseinheiten konnte die erste Damen- sowie Herrenmannschaft täglich zweimal an Technik, Taktik, Koordination und Kondition feilen. Erfreulicherweise waren dieses Jahr auch das Damen 2, und zwei Juniorinnen Teams mit dabei. In verschiedenen Trainingszusammensetzungen, geleitet von unterschiedlichen Coaches, konnten die Spieler extrem viel profitieren, lernen und mit viel Abwechslung trainieren.

Entgegen der Tradition ging es am Samstagabend nicht auf die andere Rhein Seite nach Bad Säckingen. Im Aufenthaltsraum wurden nach dem Abendessen bald Spieltische lanciert. Nach dem einen oder anderen feinen Coupe oder einem kühlen Bier in der Hand ging es dieses Jahr für die Meisten ein wenig früher ins Bett und irgendwann kehrte dann auch bei den Juniorinnen Ruhe ein. Auf das Morgentraining am Sonntag haben es auch noch zwei Nachzügler geschafft. So konnte vor dem Mittagessen traditionsgemäss das Lagerfoti gemacht werden. Stolze 37 Bären haben dieses Jahr am Trainingslager teilgenommen. Noch vor dem Abendessen am Sonntag packten einige bereits wieder ihre Taschen und fuhren zurück nach Hause. Die anderen vergnügten sich nach dem wohlverdienten Schoggimousse mit Jasskarten im «Container», wo die Juniorinnen eine Karaokeparty starteten und für Stimmung sorgten. Spätestens am Montag waren Arme und Beine bei allen etwas schwerer als sonst, und der eine oder andere bisher unbekannte Muskel machte sich spürbar. Trotzdem wurde mit viel Ehrgeiz und Wille weiter trainiert. Am Montagnachmittag schlossen sich die Damen- und Herrenmannschaft zusammen und konnten sich im abschliessenden Training in verschiedenen Spielformen gegenseitig herausfordern.

Die Taschen gepackt und die Busse beladen, nach lustigen gemeinsamen Stunden und bestens für die ersten Meisterschaftsspiele vorbereitet, war das Trainingslager 2019 auch schon wieder zu Ende. Bis zum nächsten Jahr!

TAWA

Albert Weishaupt AG
CH-9108 Gonten
Tel 071 795 40 40
tawa@bluewin.ch

Wir besticken Frottiertücher
Taschentücher
T-Shirts/
Sweatshirts
Abzeichen
Baseballmützen

Der individuelle Werbeträger

Gerne beraten wir Sie bei einem weiteren Gespräch.

J+S Sportwoche 2019

Die J&S-Sportwoche ist fester Bestandteil im Jahresprogramm vieler innerrhoder Familien und ebenso auch seit vielen Jahren vom VBC Appenzell-Gonten. Sie findet jeweils in der ersten Herbstferienwoche statt.
160 Kinder konnten sich in der Woche vom 7. – 11. Oktober 2019 polysportiv oder fussballerisch austoben. Der VBC war an zwei Tagen vertreten und bot den Gruppen drei bis sechs je zwei Lektionen Volleyball. Am Donnerstag durften die grossen Jungs und Mädels bei Stephanie Messmer, am Freitag die kleineren bei Myriam Baumann in die Sportart hineinschnuppern und die Grundtechniken des Volleyballs erlernen. Aufwärmspiele, technische Übungen, Koordination, Stafetten, Schnelligkeit – ein vielseitiges Programm wurde auf die Beine gestellt. Mit verschiedenen Varianten von Ball-über-Schnur und einfachen Spielformen in Gruppen drei und vier und weiteren Spielvariationen in Gruppen fünf und sechs kamen alle Sportlerinnen und Sportler auf ihre Kosten.
Auch der gesellschaftliche Teil liess keine Wünsche übrig und so wurde nach dem Mittagessen das Filmprogramm rege genutzt, wiederum andere verweilten sich mit Karten- und Brettspielen oder tauschten sich bei gemütlichem Beisammensein aus.
Die Sportwoche 2019 war wiederum ein voller Erfolg mit vielen tollen, sportlichen Momenten. Ein herzlicher Dank geht an das Sportamt AI für die Durchführung und Ermöglichung dieses Anlasses und alle freiwilligen Leiterinnen und Leiter, Helferinnen und Helfer.

Sponsoren-Apéro 2019

Für jeden Verein wichtig - Sponsoren! Aus diesem Grund lud der VBC am 23. November 2019 alle Sponsoren und Gönner als Dankeschön für die tolle Unterstützung zum Sponsorenapéro in die Turnhalle Gringel in Appenzell. Mehrere Unterstützer folgten der Einladung und kamen in den Genuss eines mit Liebe vorbereiteten Apéros und vier Heimspiele der ersten beiden Mannschaften, dem Damen 2 und Damen U23.
An dieser Stelle möchten wir uns nochmals recht herzlich bei allen Sponsoren und Gönnern für die Unterstützung unseres Vereins bedanken. Vegöllts Gott!

Streule Raphael

Weihnachtsmarkt Appenzell 2019

Appenzeller Bären am Christchindlimarkt Appenzell 7./.8. Dezember 2019

Der traditionelle Christchindlimarkt in Appenzell fand dieses Jahr nicht wie sonst nur am Sonntag statt, sondern die AustellerInnen konnten neu ihre Ware zwei Tage lang an den liebevoll dekorierten Ständen anbieten. So boten auch die Vereinsmitglieder der Appenzeller Bären sowohl am Samstag als auch am Sonntag fleissig warmen Punsch und Glühwein zum Aufwärmen an. Ausserdem kamen die BesucherInnen in den Genuss der beliebten und schmackhaften Crêpes am VBC-Stand. Trotz mangelndem Schnee am diesjährigen Weihnachtsmarkt, kam durch die Kälte und das angenehme Ambiente eine schöne Weihnachtsstimmung auf. Dazu trugen insbesondere auch die am Samstagabend mit Lichterketten dekorierten Stände bei. Die Neuigkeit über den zweitägigen Markt hat sich schnell herumgesprochen und so war der Christchindlimarkt sowohl am Samstag als auch am Sonntag gut besucht. Der VBC sieht auf zwei erfolgreiche Markttage zurück und freut sich bereits auf das nächste Jahr.

Vera Dragomirovic

Fondueplausch 28. Dezember 2019

Wie jedes Jahr fand auch am Ende dieses Jahres der Fondueplausch der Appenzeller Bären statt. Nach der letztjährigen Organisation durch die Herrenmannschaft, durften diese auch im Jahr 2019 den Anlass organisieren. Dies, obwohl nicht die Herren die Mannschaft waren, welche das erste Saisonspiel verloren hatte.

Um 14.00 Uhr startete das Plauschturnier. 26 Spielerinnen und Spieler versammelten sich in der Halle des Gymnasiums, um den prestigeträchtigen Sieg zu erringen. Darunter fanden sich zum ersten Mal auch sechs Minis ein, welche das Turnier mitbestritten. In fünf Teams wurde um jeden Ball gekämpft und die Spiele gestalteten sich mehrheitlich ausgeglichen. Verletzungsfrei und mit dem nötigen Hunger konnte das Turnier pünktlich abgeschlossen werden.

Wer sich nicht sportlich beteiligen wollte, begab sich gegen 17.00 Uhr ins Foyer des Gymnasiums Appenzell, um den Hunger mit einem feinen Fondue zu stillen.

Der Abend wurde bei einem Jass, sonstigen Spielen, Tschütteli-Matches oder einem Rundlauf um den Tischtennistisch abgerundet. Das Foyer des Gymnasiums bot für diese Aktivitäten den optimalen Rahmen.

Ein grosses Dankeschön geht an alle, die an diesem Tag im Einsatz waren und für einen gelungenen Anlass sorgten.

Mazenauer Beach-Volleyball-Cup 2020

Bären beachen auch bei Regen

Am Sonntag, bei Regen und kalten 10 Grad, spielten die Bären auf der Beachanlage Schaies um den Sieg des M Mazenauer Beachcups.

Eigentlich hätte der alljährlich stattfindende M Mazenauer Beachcup schon letztes Wochenende über die Bühne gehen sollen. In der Hoffnung auf besseres Wetter wurde er spontan um eine Woche verschoben.

Aber auch an diesem Sonntag sollten Schönwetterbeacher nicht auf ihre Kosten kommen. Die gewohnte Alpsteinkulisse blieb wolkenverhangen, kleine Regenschauer verteilten sich über den ganzen Spieltag.

Nichtsdestotrotz lieferten sich die Spielerinnen und Spieler auf der neuen Beachanlage Schaies in Appenzell umkämpfte Spiele. Acht Mannschaften, darunter Plauschmitglieder, Ehemalige, Aktive und Vereinsfreunde nahmen teil und standen um 11 Uhr startbereit für die ersten Spiele. Am Mittag konnten sich die Sportler in der Badi verpflegen und an einem warmen Kaffee die Finger aufwärmen. Danach ging es zurück in den Sand. Inzwischen war der Ehrgeiz bei der einen oder anderen Mannschaft langsam aber sicher geweckt. Die Spielzüge wurden umkämpfter, enge Duelle versprachen Spannung. Nach den Gruppenspielen, in Anbetracht der

fortgeschrittenen Zeit und stärker einsetzendem Regen, wurde die Siegermannschaft bereits gekürt und den Mannschaften auf dem Siegertreppchen ein schöner Gewinn überreicht: Mit einem Satzgewinn mehr in der Tasche gewann das Team «Bären» knapp vor den Gruppen «Plausch» und «Beachtiger», die sich den zweiten Platz teilten.

33. HV der Appenzeller Bären

Die Bären starten mit gleich vier neuen Teams in die neue Saison

Am 16. September stand die Hauptversammlung der Appenzeller Bären auf dem Programm. Da sich die Bären nicht am regulären Termin im Juni treffen konnten für einmal unmittelbar vor dem Saisonstart.
Nach dem Rückblick der Präsidentin auf das Vereinsjahr und die diversen durchgeführten Anlässe (Weihnachtsmarkt, Spiel- und Fondueplausch, Beachturniere) und dem Dank an die verantwortlichen Personen (Marc Messmer, Salome Kuster, Vera Dragomirovic und Ramona Fässler) konnten Sascha Messmer als Sportlicher Leiter und Myriam Baumann als Jugendverantwortliche die Saison Revue passieren lassen. Bei den Aktivteams konnten praktisch alle Spiele bis zur Corona-Pause absolviert werden. Alle Teams konnten sich in der vorderen Tabellenhälfte platzieren. Die Juniorinnen (U23 und Minis) konnten ihre Saison leider nicht zu Ende spielen, umso mehr sind sie dieses Jahr gewillt gute Leistungen und Ergebnisse abzuliefern.
Aus Vereinssicht sehr erfreulich ist die Zunahme der lizenzierten SpielerInnen von 39 auf 88 in der kommenden Saison. Diese Mehrzahl an Lizenzen ist gleichbedeutend mit einem Aufstocken der Aktivteams der Bären: Neben einem Herren 2 gibt es neu auch ein Damen 3 sowie zwei Juniorinnen U17 Teams. Besonders Stephanie und Sascha Messmer haben sich im Bezug auf das das 3. Damenteam stark gemacht – während der coronabedingten Pause wurden zahlreiche Spielerinnen angefragt, ob sie 2020/21 in einem 5. Ligateam der Bären spielen wollen – alles Spielerinnen, die ihre aktive Karriere mehr oder weniger lang beendet hatten. Ein Kader von 13 Frauen zeigt, dass die Freude am Volleyball immer noch vorhanden ist.
Das Herren 2 Team soll vor allem den jüngeren Spielern die Möglichkeit geben, Erfahrungen zu sammeln und sich an das etwas höhere Niveau in der 2. Liga heranzutasten.
Für die Juniorinnen U17 steht der Wechsel vom Kleinfeld aufs normale Volleyballfeld im Vordergrund, die Mädchen sollen ebenfalls an das Niveau der Aktivmannschaften herangeführt werden. Bei den Kleinsten (Mini) bleibt es bei diversen Trainingsmöglichkeiten in Gonten und Appenzell. Für ein paar motivierte Buben hätte es dort auch noch Platz...

Thomas Migge

Unsere Trainer

hinten v.l.n.r.: Sascha Messmer, Ivan Kuster, Dani Schudt, Marco Keller
vorne v.l.n.r.: Cédrine Speck, Kathrin Strässle, Kevin Speck, Tamara Bätschmann, Myriam Baumann,
es fehlen: Ruth Messmer, Annina Manser, Nina Romer

Baumann Myriam – Damen U23 und Mini Appenzell
Gerbestrasse 4, 9050 Appenzell, 078 820 69 87, jugendfoerderung@vbcag.ch

Bätschmann Tamara – Mini Gonten
Alte Speicherstrasse 9a, 9053 Teufen, 079 385 28 87, tamara.baetschmann@gmx.ch

Keller Marco – Damen 1
Weesenstrasse 12, 9050 Appenzell, 071 333 58 00, 079 425 20 44 nicole.marco.kk@hotmail.ch

Kuster Ivan – Damen 1
Sonnhalde 8a, 9050 Appenzell, 079 718 80 05, ivankuster92@hotmail.com

Messmer Ruth – Plausch Mixed Gonten
Aplis 432, 9107 Urnäsch, 071 364 24 64, 077 406 81 18, rumessmer@bluewin.ch

Messmer Sascha – Herren 1 und Herren 2
Hostet 16, 9050 Appenzell, 071 534 43 05, 078 843 72 79, sportlicherleiter@vbcag.ch

Manser Annina – Mini Appenzell
Huebstrasse 11, 9100 Herisau, 079 298 43 07, annina_schoenenberger@bluewin.ch

Schudt Dani – Damen 2
Lorettoweidli, 9108 Gonten, 071 787 00 08, 078 754 91 23, dschudt@yahoo.com

Speck Cédrine – Damen U17/1
Eggerstandenstrasse 34, 9050 Appenzell, 078 628 22 26, cedrine.speck@gmail.com

Speck Kevin – Damen U17/2
Gadenstatt 11, 9050 Appenzell Meistersrüte, 079 605 24 47, kevinspck@hispeed.ch

Strässle Kathrin – Coach Damen 2
Blumenaustrasse 1, 9410 Heiden, 078 656 34 09, kathrin.straessle@hotmail.com

Unsere Schiedsrichter

Ohne Schiedsrichter keine Meisterschaftsspiele. Für die nächste Saison pfeifen folgen Schiris für die Appenzeller Bären:

Sarah Riesen

N1-Schiedsrichterin

Pfeift seit 2014 für die Appenzeller Bären

Kevin Speck

N1-Schiedsrichter

Pfeift seit 2014 für die Appenzeller Bären

Luca Signer

N2-Schiedsrichter

Pfeift seit 2018 für die Appenzeller Bären

Pascal Hasler

N1-Schiedsrichter

Pfeift seit 2016 für die Appenzeller Bären

Sina Wetter

N1-Schiedsrichter

Pfeift seit 2016 für die Appenzeller Bären

Cédrine Speck

N1-Schiedsrichterin

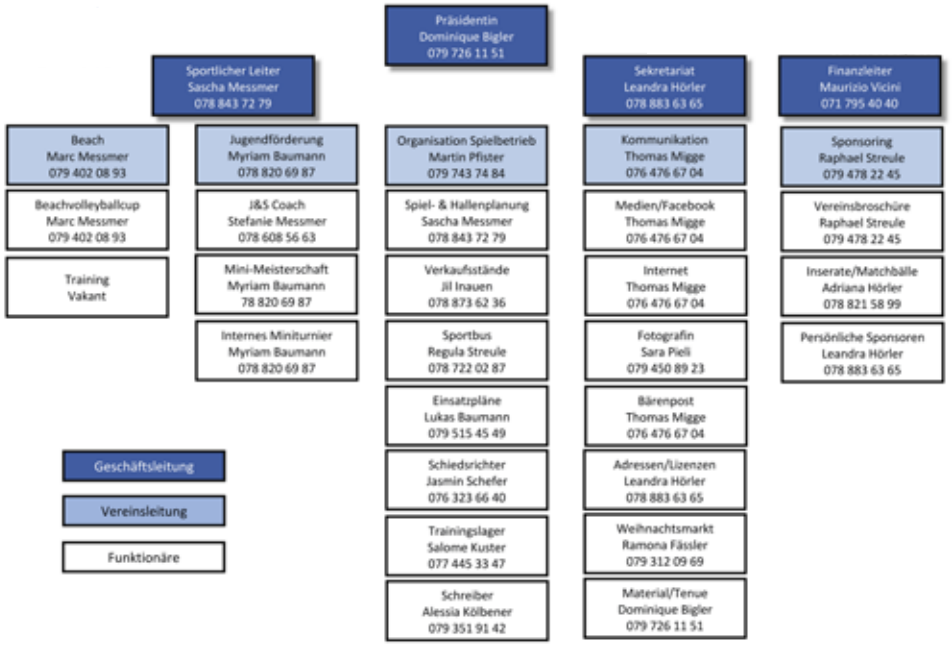
Pfeift seit 2017 für die Appenzeller Bären

Lars Signer

N2-Schiedsrichter

Pfeift seit 2020 für die Appenzeller Bären

Organigramm



Neubauten

Schwimmbäder

Sichtbeton

Kundenarbeiten

Für alle Baumeisterarbeiten im Appenzellerland

appenzellerbau ag

- Lehnmattstrasse 9, 9050 Appenzell AI
- Schachen 706, 9063 Stein AR
- Telefon 071 795 40 20
- www.appenzellerbauag.ch
- info@appenzellerbauag.ch

Vereinsleitung der Appenzeller Bären

Präsidentin (GL)

Dominique Bigler
Weissbadstrasse 66
9050 Appenzell
Mobile 079 726 11 51
praesidium@vbcag.ch

Sekretariat (GL)

Leandra Hörler
Pöppelstrasse 20
9050 Appenzell
Mobile 078 883 63 65
sekretariat@vbcag.ch

Beach (VL)

Marc Messmer
Bartlimes 6
9108 Gonten
Mobile 079 402 08 93
beach@vbcag.ch

Speaker (VL)

Martin Pfister
Kaustrasse 197
9050 Appenzell
Tel. P. 071 780 07 23
Mobile 079 713 74 84
speaker@vbcag.ch

Sponsoring (VL)

Raphael Streule
Bartlimes 2
9108 Gonten
Tel. P. 071 780 08 46
Mobile 079 478 22 45
sponsoring@vbcag.ch

Finanzleiter (GL)

Maurizio Vicini
c/o Tawa AG
9108 Gonten
Tel P. 071 787 35 43
Tel G. 071 795 40 40
finanzen@vbcag.ch

Sportliche Leitung (GL)

Sascha Messmer
Hostet 16
9050 Appenzell
Tel. P 071 534 43 05
Mobile 078 843 72 79
sportlicherleiter@vbcag.ch

Jugendförderung (VL)

Myriam Baumann
Gerbestrasse 4
9050 Appenzell
Mobile 078 820 69 87
jugendfoerderung@vbcag.ch

Kommunikation (VL)

Thomas Migge
Konradstrasse 2
9450 Altstätten SG
Mobile 076 476 67 04
kommunikation@vbcag.ch

Trainingsübersicht

Team	Trainingshalle Trainingszeiten	Name TrainerIn Bemerkungen zu Trainingseinheit	Strasse Ort	Telefon P Mobil	Telefon G Email
Montag					
Mini Gonten	TH Gonten 17.00-18.30 Uhr	Bätschmann Tamara TH Gonten, Montag, 17.00-18.30 Uhr	Alte Speicherstrasse 9a 9053 Teufen	079-385 28 87	tamara.baetschmann@gmx.cl
Damen U23	TH Gymnasium 20.00-21.30 Uhr	Baumann Myriam TH Gymnasium, Montag, 20.00-20.30 Uhr	Gerbestr. 4 9050 Appenzell	078-820 69 87	jugendfoerderung@vbcag.ch
Dienstag					
Mini Appenzell	TH Wühre 17.15-18.45 Uhr	Baumann Myriam TH Wühre, Dienstag, 17.15-18.45 Uhr	Gerbestr. 4 9050 Appenzell	078-820 69 87	jugendfoerderung@vbcag.ch
Damen 1	TH Wühre 18.45-20.30 Uhr	Keller Marco TH Wühre, Dienstag, 18.45-20.30 Uhr TH Wühre, Donnerstag, 20.00-22.15 Uhr	Weesenstrasse 12 9050 Appenzell	071-333 58 00 079-425 20 44	071-788 38 28 nicole.marco.kk@hotmail.ch
Herren 1	TH Wühre 19.45-22.15 Uhr	Messmer Sascha TH Wühre, Dienstag, 19.45-22.15 Uhr	Hostet 16 9050 Appenzell	071-534 43 05 078-843 72 79	071-788 98 09 sportlicherleiter@vbcag.ch
Mittwoch					
Damen 3	TH Gymnasium 20.00-22.00 Uhr	Messmer Stephanie TH Gymnasium, Mittwoch, 20.00-22.00 Uhr	Hostet 16 9050 Appenzell	071-534 43 05 078-608 56 63	js-coach@vbcag.ch
Donnerstag					
Damen U17a	TH Wühre 18.30-19.45 Uhr	Speck Cédrine TH Wühre, Donnerstag, 18.30-19.45 Uhr	Eggerstandenstr. 34 9050 Appenzell	078-628 22 26	cedrine.speck@gmail.com
Damen U17b	TH Wühre 18.30-19.45 Uhr	Speck Kevin TH Wühre, Donnerstag, 18.30-19.45 Uhr	Gadenstatt 11 9050 Appenzell Meistersr	071-787 14 29 079-605 24 47	kevinspeck@hispeed.ch
Herren 2	TH Wühre 19.45-21.15 Uhr	Messmer Sascha TH Wühre, Donnerstag, 19.45-20.15 Uhr	Hostet 16 9050 Appenzell	071-534 43 05 078-843 72 79	071-788 98 09 sportlicherleiter@vbcag.ch
Damen 2	TH Wühre 20.00-22.00 Uhr	Schudt Daniel TH Wühre, Donnerstag, 20.00-22.00 Uhr	Lorettoweidli 7 9108 Gonten	078-754 91 23	dschudt@yahoo.com
Damen 1	TH Wühre 20.00-22.15 Uhr	Kuster Ivan TH Wühre, Dienstag, 18.45-20.30 Uhr TH Wühre, Donnerstag, 20.00-22.15 Uhr	Sonnhalde 8a 9050 Appenzell	079-718 80 05	ivankuster92@hotmail.com
Freitag					
Plausch Mixed Gonten	TH Gonten 19.30-21.00 Uhr	Messmer Ruth TH Gonten, Freitag, 19.30-21.00 Uhr	Aplis 432 9107 Urnäsch	071 364 24 64 077-406 81 18	rumessmer@bluewin.ch

Teamübersicht

Team	Trainingshalle Trainingszeiten	Name TrainerIn Bemerkungen zu Trainingseinheit	Strasse Ort	Telefon P Mobil	Telefon G Email
Damen 1					
Dienstag	TH Wühre 18.45-20.30 Uhr	Keller Marco TH Wühre, Dienstag, 18.45-20.30 Uhr TH Wühre, Donnerstag, 20.00-22.15 Uhr	Weesenstrasse 12 9050 Appenzell	071-333 58 00 079-425 20 44	071-788 38 28 nicole.marco.kk@hotmail.ch
Donnerstag	TH Wühre 20.00-22.15 Uhr	Kuster Ivan TH Wühre, Dienstag, 18.45-20.30 Uhr TH Wühre, Donnerstag, 20.00-22.15 Uhr	Sonnhalde 8a 9050 Appenzell	079-718 80 05	ivankuster92@hotmail.com
Damen 2					
Donnerstag	TH Wühre 20.00-22.00 Uhr	Schudt Daniel TH Wühre, Donnerstag, 20.00-22.00 Uhr	Lorettoweidli 7 9108 Gonten	078-754 91 23	dschudt@yahoo.com
Damen 3					
Mittwoch	TH Gymnasium 20.00-22.00 Uhr	Messmer Stephanie TH Gymnasium, Mittwoch, 20.00-22.00 Uhr	Hostet 16 9050 Appenzell	071-534 43 05 078-608 56 63	js-coach@vbcag.ch
Damen U17a					
Donnerstag	TH Wühre 18.30-19.45 Uhr	Speck Cédrine TH Wühre, Donnerstag, 18.30-19.45 Uhr	Eggerstandenstr. 34 9050 Appenzell	078-628 22 26	cedrine.speck@gmail.com
Damen U17b					
Donnerstag	TH Wühre 18.30-19.45 Uhr	Speck Kevin TH Wühre, Donnerstag, 18.30-19.45 Uhr	Gadenstatt 11 9050 Appenzell Meistersr	071-787 14 29 079-605 24 47	kevinspeck@hispeed.ch
Damen U23					
Montag	TH Gymnasium 20.00-21.30 Uhr	Baumann Myriam TH Gymnasium, Montag, 20.00-20.30 Uhr	Gerbestr. 4 9050 Appenzell	078-820 69 87	jugendfoerderung@vbcag.ch
Herren 1					
Dienstag	TH Wühre 19.45-22.15 Uhr	Messmer Sascha TH Wühre, Dienstag, 19.45-22.15 Uhr	Hostet 16 9050 Appenzell	071-534 43 05 078-843 72 79	071-788 98 09 sportlicherleiter@vbcag.ch
Herren 2					
Donnerstag	TH Wühre 19.45-21.15 Uhr	Messmer Sascha TH Wühre, Donnerstag, 19.45-20.15 Uhr	Hostet 16 9050 Appenzell	071-534 43 05 078-843 72 79	071-788 98 09 sportlicherleiter@vbcag.ch
Mini Appenzell					
Dienstag	TH Wühre 17.15-18.45 Uhr	Baumann Myriam TH Wühre, Dienstag, 17.15-18.45 Uhr	Gerbestr. 4 9050 Appenzell	078-820 69 87	jugendfoerderung@vbcag.ch
Mini Gonten					
Montag	TH Gonten 17.00-18.30 Uhr	Bätschmann Tamara TH Gonten, Montag, 17.00-18.30 Uhr	Alte Speicherstrasse 9a 9053 Teufen	079-385 28 87	tamara.baetschmann@gmx.ch

Wichtige Termine

Sa/So, 5./6. Dezember 2020
Weihnachtsmarkt, Stand am Chläusler, Appenzell

Sonntag, 27. Dezember 2020
Vereinsturnier mit Fondueplausch, Turnhalle Gymi & Foyer

Donnerstag, 3. Juni 2021
HV VBCAG, Restaurant Freudenberg, Appenzell

Sonntag, 20. März 2021
Stand am Frühlingsmarkt, Appenzell

Sa/So 4./5. September 2021
Jubiläums Schwingfest, Appenzell

9. – 11. Oktober 2021
Trainingslager, Stein im Fricktal