Saison 2022-2023

2.Liga **Herren** **3**
Saisonrückblick Herren 1

2. Liga **Damen** **5**
Saisonrückblick Damen 1

3. Liga **Herren** **7**
Saisonrückblick Herren 2

4.Liga **Damen** **9**
Saisonrückblick Damen 2

3. Liga **Damen** **11**
Saisonrückblick Damen 3

U23(1)**-Damen** **13**
Saisonrückblick Damen U23

U23(2)**-Damen** **14**
Saisonrückblick Damen U23

U19 (1) **Damen** **16**
Saisonrückblick Damen U19 (1)

U19 (2) **Damen** **17**
Saisonrückblick Damen U19 (2)

U20**-Herren** **20**
Saisonrückblick Herren U20

Plausch-Mix (Indoor Easy League – Mixed) **22**

Minis **23**

Trainerinnen & Trainer

2.Liga **Herren**

Trainer/Coach Sascha Messmer

Rang	Team	Spiele	S	S+	S-	N	N-	N+	Sätze	S-Quot.	Bälle	B-Quot.	Punkte
1	VBC Schaffhausen	18	16	15	1	2	1	1	51 : 11	4.64	1498 : 1196	1.25	48
2	Volley Bütschwil 1	18	17	12	5	1	1	0	53 : 17	3.12	1633 : 1392	1.17	47
3	Appenzeller Bären 1	18	13	12	1	5	3	2	45 : 20	2.25	1493 : 1242	1.20	41
4	VBC Wittenbach 1	18	11	10	1	7	1	6	37 : 31	1.19	1531 : 1466	1.04	33
5	Audax SSC 1	18	9	7	2	9	0	9	30 : 34	0.88	1388 : 1448	0.96	25
6	Volley Amriswil 3	18	7	7	0	11	3	8	30 : 38	0.79	1441 : 1522	0.95	24
7	VC Smash Winterthur 2	18	7	7	0	11	1	10	26 : 35	0.74	1312 : 1367	0.96	22
8	STV St. Gallen 2	18	7	7	0	11	0	11	28 : 37	0.76	1431 : 1402	1.02	21
9	VBC Andwil-Arnegg 2	18	3	2	1	15	0	15	18 : 48	0.38	1302 : 1550	0.84	8
10	Pallavolo Kreuzlingen 2	18	0	0	0	18	1	17	7 : 54	0.13	1050 : 1494	0.70	1

Saisonrückblick Herren 1

Mit nur zwei Niederlagen in der gesamten Saison erlangte das Team um Spielertrainer Sascha Messmer den ausgezeichneten zweiten Tabellenrang.

Rein sportlich darf das Herren 1 auf eine äusserst erfolgreiche Saison zurückblicken. Das Team klassiert sich mit nur drei Punkten Rückstand auf Rang 1 auf dem zweiten Tabellenplatz. Die Appenzeller Bären sind das einzige Team, welches den Tabellenleader Smash Winterthur 1 besiegen konnte. Hätten die Bären im Rückrundenspiel nicht so viele Absenzen beklagen müssen, wäre es möglicherweise zu einem Hitchcock-Finale um den ersten Rang gekommen. Das Aus im Cup erfolgte erst nach einem gelungenen Auftritt gegen den nachmaligen Aufsteiger in die Nationalliga B VBC Sursee. Die vielen Absenzen, Unwägbarkeiten und Verschiebungen in der Corona-Saison haben Flexibilität erfordert und Kraft gekostet. Es bleibt zu hoffen, dass das die Begriffe Corona, Schutzmaske, 2G, 3G usw. letzte Mal in einem Matchbericht vorkommen.

2. Liga **Damen**

Trainer/Coach Ivan Kuster

Rang	Team	Spiele	S	S+	S-	N	N-	N+	Sätze	S-Quot.	Bälle	B-Quot.	Punkte
1	VC Kanti Schaffhausen 2	18	16	13	3	2	2	0	52 : 15	3.47	1565 : 1165	1.34	47
2	VBC Aadorf 3	18	12	11	1	6	5	1	46 : 21	2.19	1496 : 1348	1.11	40
3	Appenzeller Bären 1	18	13	10	3	5	2	3	44 : 26	1.69	1573 : 1368	1.15	38
4	Volley Goldach 1	18	11	11	0	7	3	4	39 : 23	1.70	1340 : 1179	1.14	36
5	VC Smash Winterthur 1	18	13	9	4	5	0	5	42 : 27	1.56	1569 : 1441	1.09	35
6	LINDAREN Volley Amriswil 1	18	11	6	5	7	2	5	40 : 34	1.18	1618 : 1534	1.05	30
7	Raiffeisen Volley Toggenburg 3	18	7	5	2	11	2	9	27 : 39	0.69	1292 : 1424	0.91	21
8	Volley Uzwil 1	18	5	3	2	13	1	12	22 : 43	0.51	1265 : 1486	0.85	14
9	VBR Rickenbach 1	18	2	2	0	16	2	14	14 : 49	0.29	1171 : 1481	0.79	8
10	Stadtturnverein Wil 1	18	0	0	0	18	1	17	5 : 54	0.09	985 : 1448	0.68	1

Saisonrückblick Damen 1

Die Frauen des Damen 1 starteten sowohl taktisch als auch physisch gut vorbereitet in die Saison 2022 / 23. Die harte, aber gute Vorbereitung wirkte sich äusserst positiv auf die Fitness der Spielerinnen aus. Auch die taktischen Anpassungen konnten durch viele sorgfältig geplanten und gut durchdachten Trainings eingeübt und automatisiert werden. An dieser Stelle: Danke Coach Ivan! Auch am Teamspirit wurde fleissig gearbeitet. Die Spielerinnen verbrachten ein unvergessliches Wochenende in Luzern, wobei vor allem der SUP-Ausflug im Regen mit einer Yoga-Session in Erinnerung bleiben wird.

Auch die Trainingstage und ein tolles und intensives Trainingslager in Kerenzerberg im neu gebauten Sportzentrum bereiteten das Team optimal auf die neue Saison vor.

Voll motiviert und mit der Blackbox ausgerüstet, konnte es losgehen. Im Cup schaltete das Damen 1 erst den VBC Seuzach 1, dann die Damen des Volley Näfels und in Runde 3 den VBC Mellingen 1 aus. In Runde 4 war nach einem spannenden Spiel gegen den Erstligisten VBC Spada Academica für die Appenzellerinnen Schluss mit einer erfolgreichen Cup-Saison.

Die Meisterschaft war dann bereits in vollem Gange. Nun zahlte sich die gute Vorbereitung aus, denn die Bären mussten gleich in den ersten beiden Spielen gegen die späteren 1. und 2. Platzierten der Liga über fünf Sätze gehen. Gegen VC Kanti Schaffhausen (1. Platzierter) konnte man zu Hause mit 3:2 gewinnen. Auswärts verloren die Bären gegen den VBC Aadorf 3 mit 3:2. Auch im dritten Spiel unterlagen die Appenzellerinnen den Gegnerinnen aus Amriswil in fünf Sätzen mit 3:2. Zusammenfassend war der Start in die Saison etwas harzig und kräfteraubend. Die restlichen Spiele gewannen die Appenzellerinnen ohne Punktverlust. Das führte sogar dazu, dass die Appenzeller Bären als Tabellenleader überwinterten - zwar mit einem Spiel mehr, aber das muss ja keiner wissen… ;-)

Nach der Winterpause stand eine Hammer-Woche an. Am 19. Januar empfing man den VBC Aadorf 3 und am 21. Januar war man in Schaffhausen zu Gast. Leider verloren die Appenzellerinnen die beiden Spiele und somit schmolz der Traum vom ersten Platz dahin… Die Appenzellerinnen trainierten weiter eifrig und durften sich am Valentinstag sogar über Schoggiherzli vom Coach freuen - grazie mille!

Der Fasnachts-Break stand an und das Team traf sich bei Alessia. Da stürzten sich die Volleyballerinnen in fätzige oder eher weniger fätzige Outfits und übten unter anderem die Robbe. Gestärkt durch Pizza und Wasser - viel Wasser - zogen die Sportlerinnen mit den Vokuhilas los und stärkten den Teamgeist weiter. Als die Zwerge schliesslich ausfindig gemacht wurden, war alles im Lot oder auf dem sinkenden Schiff. Zum Glück - oder guter Planung - wurde der Spielbetrieb erst die Woche darauf wieder aufgenommen. Die Spiele nach dem Fasnachts-Break konnten die Bären allesamt für sich entscheiden und legten somit ein perfektes Saisonende hin.

Das letzte Saisonspiel fand am 18. März am Geburtstag von Coach Ivan statt. Im Anschluss an den souveränen Sieg stillten die Bären ihren Bärenhunger in der Pizzeria und feierten Ivans Geburtstag. Irgendwann nach der Vorspeise und vor der Pizza erfuhren die Appenzellerinnen, dass der Volley Goldach 1 gegen VC Smash Winterthur 1 mit 3:0 verloren hatte. Das heisst für uns: PLATZ 3!!!!!!

Danke für die coole Saison!

Trainer & Coach Ivan Kuster

3. Liga **Herren**

Trainer/Coach Sascha Messmer

Rang	Team	Spiele	S	S+	S-	N	N-	N+	Sätze	S-Quot.	Bälle	B-Quot.	Punkte
1	Stadtturnverein Wil 1	14	11	9	2	3	2	1	38 : 17	2.24	1261 : 1075	1.17	33
2	Volley Goldach	14	11	8	3	3	1	2	37 : 17	2.18	1274 : 1104	1.15	31
3	Rheno Volleyball 1	14	9	7	2	5	1	4	29 : 24	1.21	1206 : 1137	1.06	26
4	Audax SSC 2	14	7	7	0	7	1	6	27 : 25	1.08	1123 : 1161	0.97	22
5	Appenzeller Bären 2	14	7	6	1	7	2	5	28 : 26	1.08	1211 : 1205	1.00	22
6	STV St. Gallen 3	14	5	2	3	9	0	9	18 : 34	0.53	1073 : 1199	0.89	12
7	VBC Wittenbach 2	14	4	2	2	10	2	8	22 : 36	0.61	1198 : 1328	0.90	12
8	VBC Andwil-Arnegg 3	14	2	2	0	12	4	8	18 : 38	0.47	1142 : 1279	0.89	10

Saisonrückblick Herren 2

Ein Saisonrückblick aus der vierten Liga in drei Teilen

Kapitel 1: Eine wilde Truppe kommt zusammen

Nach einer coronabedingten Absage der vorletzten Meisterschaftssaison startet das Herren 2 in die erste reguläre Meisterschaft. Mit viel Elan und Zuversicht, jedoch einer Prise Zurückhaltung bereiteten wir uns für die Saison vor. Haben wir genügend Spieler, um ein Team zu stellen? Wie wird Corona die Saison beeinflussen? Fragen, auf die wir alle keine wirkliche Antwort hatten. Mit einigen Routiniers und vielen neuen Kräften besetzt, nutzten wir die ersten Trainings unter anderem um uns in den Positionen zurechtzufinden. Nach einem Turnier in Wattwil, welches wir zur finalen Vorbereitung nutzten, hiess es bald: «Jetzt gilt es ernst!».

Kapitel 2: Der Ball fliegt

Wir starteten an einem trockenen 21. September abends mit dem ersten Spiel in Speicher. Nach einigen Anlaufschwierigkeiten konnten wir uns schliesslich 3:1 durchsetzen. Schlag auf Schlag ging es weiter mit zwei Heimspielen zuerst gegen Volley Bütschwil und einen Monat später gegen den VBC Wittenbach. Beide Spiele konnten wir mit 3:0 deutlich für uns entscheiden. Somit grüssten wir einsam von der Tabellenspitze mit keinem Punkteverlust. Von diesem Zeitpunkt griffen auch die anderen Teams aktiver in die Saison an und langsam konnten wie ahnen, welcher Gegner uns in der laufenden Saison vielleicht noch Kopfschmerzen bereiten konnte. Für uns galt es jedoch Fokus auf unser eigenes Spiel zu setzen, uns stetig zu verbessern und mit dem ganzen Selbstvertrauen aus den ersten drei Spielen die Hinrunde noch zu komplettieren. Mit diesem Elan reisten wir nach Wil und nach einem deutlichen 3:0 war unsere Hinrunde zu Ende.

Mit der dritten angezündeten Adventskerze machten wir uns am Abend auf den Weg nach Bütschwil. Mit weiteren drei gewonnenen Sätzen rutschten wir mit voller Punktzahl ins neue Jahr. So kam es, dass das nächste Spiel gegen den VBC Wittenbach unseren Gruppensieg schon besiegelte. Nach zwei starken Anfangssätzen mussten wir gegen Wittenbach einen Satz abgeben, doch schliesslich konnten wir nach vier Sätzen alles klar machen. Weil der VBC Wittenbach vier Tage später Punkte in Wil liegengelassen hat, kam es, dass wir vorzeitig schon als Gruppensieger feststanden. Somit konnten wir die letzten zwei Runden etwas gelassener angehen. Zwei Monat später durften wir wieder vor heimischem Publikum gegen Wil spielen. Mit einem dezimiertem Team waren wir froh, überhaupt antreten zu können. So waren auf dem Spielblatt sechs Spieler aufgelistet und nach drei Sätzen weitere drei Punkte auf unserem Konto. Sehr ungewiss, ob wir noch das Spiel gegen Speicher noch vor dem Meistertitelspiel austragen, nutzten wir die Trainings, um uns für dieses Spiel vorzubereiten, denn wir alle wussten, dass wir um jeden Punkt werden kämpfen müssen.

Kapitel 3: Grande Finale

Um Viertel vor neun am 31. März war es endlich so weit. Nach einem Tauziehen bezüglich der Spielansetzung durften wir uns schlussendlich freuen, das Wimpelspiel bei uns zu Hause in der Wühre ausspielen zu dürfen. Das Feld bereit, die Lizenzen überprüft und die Muskeln aufgewärmt, pfiff der Schiedsrichter das Spiel an. Nach wenigen Punkten war uns klar, dass hier keine Punkte verschenkt wurden. Wir fanden früh in unseren Rhythmus und konnten den ersten Satz mit 25:19 für uns entscheiden. Im lange stark umkämpften zweiten Satz mussten wir zusehen wie unser Gegner zu Beginn davonziehen konnten. Wir kämpften uns aber immer wieder nahe zum Ausgleich. Mit dem Rücken zur Wand und kurz vor Satzverlust gelang es uns das Momentum noch auf unsere Seite zu reissen und ein 20:23 zu einem 25:23 zu drehen. Im dritten Satz schien alles gut zu laufen, bis wir kurz vor Ende einen vermeintlich schon gewonnenen Satz noch mit 25:27 abgeben mussten. Die Spannung nahm im vierten Satz kaum ab, bis kurz vor Ende konnte es noch auf beide Seiten kippen. Mit lautstarkem Support von der Galerie und auf dem Feld, sammelten wir nochmals unsere ganzen Kräfte und holten Punkt für Punkt und so fliegt kurz vor 23 Uhr der Ball ins Aus. Zwei kurze Pfiffe, und das Spiel war beendet.

So kommt es, dass nach 9 Spielen, 1262 Ballwechsel und 30 gespielten Sätzen unsere Saison zu Ende geht. Ein ganz grosser Dank geht an unseren Trainer Sascha Messmer und unseren Assistenztrainer Bruno Rusch, den Schiedsrichterinnen und Schiedsrichter, Schreiberinnen und Schreiber, Zuschauerinnen und Zuschauer, den Sponsoren und zuletzt diesem grossartigen Team für diese unglaubliche Saison.

4.Liga **Damen**

Trainer/Coach Daniel Schudt

Rang	Team	Spiele	S	S+	S-	N	N-	N+	Sätze	S-Quot.	Bälle	B-Quot.	Punkte
1	Volley Goldach 3	12	8	7	1	4	2	2	28 : 19	1.47	1048 : 953	1.10	25
2	Volley Amriswil 2	12	7	7	0	5	0	5	23 : 19	1.21	907 : 899	1.01	21
3	VBC Arbon 2	12	6	4	2	6	2	4	26 : 23	1.13	1039 : 1007	1.03	18
4	Volley Waldkirch	12	7	3	4	5	0	5	23 : 25	0.92	1016 : 1011	1.00	17
5	Rheno Volleyball 2	12	4	4	0	8	4	4	23 : 26	0.88	996 : 1053	0.95	16
6	Appenzeller Bären 2	12	6	2	4	6	1	5	23 : 26	0.88	1024 : 1070	0.96	15
7	VBC Herisau	12	4	4	0	8	2	6	18 : 26	0.69	913 : 950	0.96	14

Saisonrückblick Damen 2

Motiviert haben wir die Saison in Angriff genommen. Mit einer grossen Anzahl an Damen starteten wir in den Spielbetrieb. Gefühlt bei jedem Spiel war eine weniger da. Wir mussten auf Reisende, Familiengründerinnen und Fehlende krankheitshalber verzichten. Im Verlauf der Saison schmolz der Kader. Zum Glück haben uns die Juniorinnen immer bestmöglich unterstützt.

In der Meisterschaft ist es uns gelungen, jeden Gegner einmal zu schlagen. Das leider oft auswärts! An unserer Heimstärke müssen wir sicher noch arbeiten.

Einige Spiele haben wir kreativ (andere Positionen, oder gar im Spielzug die Positionen gewechselt) spielen müssen. Vielfach waren alle Spielerinnen belastbar genug, die schwierigen Situationen zu meistern.

Mit 15 Punkten aus 12 Spielen dürfen wir zufrieden auf diese Saison zurückblicken. Da die Gruppe sehr ausgeglichen ist, erreichten wir den 6. Platz (gerade noch kein Abstiegsplatz). Mit drei Punkten mehr, wäre schon der 3. Platz möglich gewesen…

In der nächsten Saison wollen wir daheim mehr Spiele gewinnen und etwas weniger zittern müssen…

Tanja Schmid
Tamara Bätschmann
Jasmin Schefer

3. Liga **Damen**

Trainer/Coach Stephanie Messmer

Rang	Team	Spiele	S	S+	S-	N	N-	N+	Sätze	S-Quot.	Bälle	B-Quot.	Punkte
1	STV St. Gallen 2	18	17	15	2	1	1	0	53 : 15	3.53	1617 : 1248	1.30	50
2	Appenzeller Bären 3	18	15	15	0	3	0	3	47 : 16	2.94	1524 : 1304	1.17	45
3	Rheno Volleyball 1	18	10	9	1	8	6	2	43 : 30	1.43	1637 : 1518	1.08	35
4	VBC Wittenbach 2	18	10	6	4	8	1	7	36 : 34	1.06	1532 : 1526	1.00	27
5	VBC Andwil-Arnegg 2	18	8	4	4	10	2	8	33 : 39	0.85	1482 : 1566	0.95	22
6	Volley Uzwil 2	18	8	4	4	10	2	8	32 : 41	0.78	1505 : 1595	0.94	22
7	Volley Goldach 2	18	7	3	4	11	2	9	28 : 43	0.65	1411 : 1625	0.87	19
8	Raiffeisen Volley Toggenburg 4	18	6	4	2	12	2	10	27 : 42	0.64	1440 : 1542	0.93	18
9	VBC Arbon 1	18	5	3	2	13	4	9	25 : 45	0.56	1419 : 1556	0.91	17
10	Audax SSC 1	18	4	3	1	14	4	10	26 : 45	0.58	1487 : 1574	0.94	15

Saisonrückblick Damen 3

TEXT

U23(1)-**Damen**

Trainer/Coach Myriam Baumann
Herbstrunde (2. Särkeklasse)

Rang	Team	Spiele	S	S+	S-	N	N-	N+	Sätze	S-Quot.	Bälle	B-Quot.	Punkte
1	Appenzeller Bären 1	6	6	6	0	0	0	0	18 : 5	3.60	557 : 433	1.29	18
2	Volley Bütschwil 1	6	4	4	0	2	0	2	12 : 7	1.71	448 : 373	1.20	12
3	VC Vivax Winterthur 1	6	4	3	1	2	0	2	14 : 9	1.56	521 : 467	1.12	11
4	Volley Goldach	6	3	3	0	3	0	3	12 : 9	1.33	452 : 448	1.01	9
5	VC Smash Winterthur	6	2	1	1	4	1	3	10 : 15	0.67	495 : 548	0.90	6
6	Pallavolo Kreuzlingen	6	2	2	0	4	0	4	7 : 14	0.50	434 : 473	0.92	6
7	VBC Schaffhausen 1	6	0	0	0	6	1	5	4 : 18	0.22	361 : 526	0.69	1

Frühlingsrunde (1. Stärkeklasse)

Rang	Team	Spiele	S	S+	S-	N	N-	N+	Sätze	S-Quot.	Bälle	B-Quot.	Punkte
1	Raiffeisen Volley Toggenburg	3	2	2	0	1	0	1	7 : 4	1.75	256 : 211	1.21	6
2	Volley Bütschwil 1	3	2	1	1	1	0	1	7 : 6	1.17	277 : 277	1.00	5
3	STV St. Gallen 1	3	1	1	0	2	1	1	6 : 7	0.86	270 : 271	1.00	4
4	Appenzeller Bären 1	3	1	1	0	2	0	2	4 : 7	0.57	210 : 254	0.83	3

Saisonrückblick Damen U23

U23(2)-Damen

Trainer/Coach Myriam Baumann
Herbstrunde (3. Stärkeklasse)

Rang	Team	Spiele	S	S+	S-	N	N-	N+	Sätze	S-Quot.	Bälle	B-Quot.	Punkte
1	VBC Gommiswald	5	5	5	0	0	0	0	15 : 0	15.00	375 : 236	1.59	15
2	VBC Andwil-Arnegg 2	5	4	3	1	1	0	1	12 : 7	1.71	411 : 356	1.15	11
3	Stadtturnverein Wil	5	3	3	0	2	0	2	9 : 6	1.50	333 : 300	1.11	9
4	Appenzeller Bären 2	5	2	2	0	3	0	3	7 : 10	0.70	325 : 386	0.84	6
5	Volley Bütschwil 2	5	1	0	1	4	1	3	6 : 14	0.43	377 : 436	0.86	3
6	STV St. Gallen 2	5	0	0	0	5	1	4	3 : 15	0.20	321 : 428	0.75	1

Frühlingsrunde (3. Stärkeklasse)

Rang	Team	Spiele	S	S+	S-	N	N-	N+	Sätze	S-Quot.	Bälle	B-Quot.	Punkte
1	Appenzeller Bären 2	4	3	2	1	1	1	0	11 : 7	1.57	393 : 381	1.03	9
2	Stadtturnverein Wil	4	3	1	2	1	1	0	11 : 8	1.38	396 : 392	1.01	8
3	VBC Andwil-Arnegg 2	4	2	2	0	2	1	1	9 : 7	1.29	353 : 345	1.02	7
4	Volley Bütschwil 2	4	1	0	1	3	1	2	7 : 11	0.64	360 : 384	0.94	3
5	STV St. Gallen 2	4	1	1	0	3	0	3	5 : 10	0.50	332 : 332	1.00	3

Saisonrückblick Damen U23

U19 (1) **Damen**

Trainer/Coach Ivan Kuster

Herbstrunde (2. Stärkeklasse)

Rang	Team	Spiele	S	S+	S-	N	N-	N+	Sätze	S-Quot.	Bälle	B-Quot.	Punkte
1	Appenzeller Bären 1	4	4	4	0	0	0	0	12 : 2	6.00	336 : 252	1.33	12
2	VBC Andwil-Arnegg	4	3	3	0	1	0	1	10 : 3	3.33	302 : 259	1.17	9
3	Volley Goldach	4	1	1	0	3	1	2	5 : 10	0.50	300 : 327	0.92	4
4	STV St. Gallen 2	4	1	1	0	3	0	3	4 : 10	0.40	268 : 315	0.85	3
5	Volley Bütschwil	4	1	0	1	3	0	3	5 : 11	0.45	314 : 367	0.86	2

SM Quali im Dezember 2022 (U17)

Rang	Team	Spiele	S	S+	S-	N	N-	N+	Sätze	S-Quot.	Bälle	B-Quot.	Punkte
1	Volley Toggenburg, nur SM	2	2	2	0	0	0	0	4 : 0	4.00	100 : 46	2.17	6
2	VC Kanti Schaffhausen, nur SM	2	1	1	0	1	0	1	2 : 2	1.00	79 : 76	1.04	3
3	Appenzeller Bären, nur SM	2	0	0	0	2	0	2	0 : 4	0.00	43 : 100	0.43	0

Frühlingsrunde (1. Stärkeklasse)

Rang	Team	Spiele	S	S+	S-	N	N-	N+	Sätze	S-Quot.	Bälle	B-Quot.	Punkte
1	STV St. Gallen 1	4	3	3	0	1	1	0	11 : 4	2.75	340 : 269	1.26	10
2	Raiffeisen Volley Toggenburg	4	3	2	1	1	1	0	11 : 5	2.20	368 : 322	1.14	9
3	Appenzeller Bären 1	4	3	2	1	1	0	1	9 : 7	1.29	343 : 329	1.04	8
4	Volley Amriswil 1	4	1	1	0	3	0	3	5 : 9	0.56	298 : 323	0.92	3
5	VBC Aadorf 1	4	0	0	0	4	0	4	1 : 12	0.08	212 : 318	0.67	0

Saisonrückblick Damen U19 (1)

Nach einer hervorragenden Vorrunde mit zahlreichen lehrreichen Begegnungen mit anderen Teams mussten sich unsere U19 Damen im letzten Spiel der Vorrunde in Amriswil leider geschlagen geben. Danach startete das U19 Team nach einer kurzen Vorbereitungsphase unter der Leitung von Ivan Kuster in die Rückrunde. Der Umstand, dass sie dort auf neue Teams trafen, motivierte die Spielerinnen sich weiterhin zu verbessern. Nach zwei äusserst erfolgreichen Spielen, in denen die U19 Damen als Sieger vom Feld gehen konnten, kam es zum Derby gegen den STV Gallen. Das Spiel war ausserordentlich spannend und hart umkämpft. Leider musste das U19 Team schlussendlich als Verlierer vom Feld gehen. Diese Niederlage zeigte dem Team jedoch weitere Verbesserungsmöglichkeiten auf. Die Spielerinnen nutzen folglich die letzten Trainings der Saison, um sich den letzten Schliff zu geben. Dieser Einsatz wurde mit einem guten Saisonabschluss gegen Kreuzlingen belohnt, welches gleichzeitig auch das einzige Team war, das den U19 Damen bereits in der Vorrunde begegnete.
Ich möchte mich bei den Eltern sowie den Zuschauern bedanken, welche uns an den Heimspielen lautstark unterstützt haben. Ein weiteres grosses Dankeschön geht an die Spielerinnen. Insbesondere habe ich es sehr geschätzt, dass sie immer zahlreich in den Trainings erschienen sind. Es war für mich persönlich eine interessante Herausforderung alle 12 Spielerinnen individuell zu fördern und sie weiterzubringen. Aus meiner Sicht hat sich jede einzelne Spielerin der U19 Damen sowohl persönlich als auch sportlich weiterentwickelt. Nun steht für das Team eine kurze Pause an. Nach den Frühlingsferien geht es weiter mit dem Training. Voraussichtlich wird es bis dahin noch einige Veränderungen geben. Auf jeden Fall freue ich mich alle Spielerinnen in ein paar Wochen wieder in der Halle spielen zu sehen.

Trainer & Coach Ivan Kuster

U19 (2) **Damen**

Trainer/Coach Annina Manser

Herbstrunde (3. Stärkeklasse)

Rang	Team	Spiele	S	S+	S-	N	N-	N+	Sätze	S-Quot.	Bälle	B-Quot.	Punkte
1	VBC Wittenbach	6	6	6	0	0	0	0	18 : 3	6.00	515 : 373	1.38	18
2	VBC Arbon	6	3	3	0	3	0	3	11 : 11	1.00	472 : 414	1.14	9
3	Rheno Volleyball	6	2	2	0	4	0	4	7 : 13	0.54	289 : 450	0.64	6
4	Appenzeller Bären 2	6	1	1	0	5	0	5	6 : 15	0.40	406 : 445	0.91	3

Frühlingsrunde (3. Stärkeklasse)

Rang	Team	Spiele	S	S+	S-	N	N-	N+	Sätze	S-Quot.	Bälle	B-Quot.	Punkte
1	VBC Arbon	5	5	5	0	0	0	0	15 : 1	15.00	397 : 256	1.55	15
2	Rheno Volleyball	5	4	3	1	1	0	1	12 : 6	2.00	401 : 352	1.14	11
3	Stadtturnverein Wil	5	3	2	1	2	0	2	11 : 8	1.38	423 : 399	1.06	8
4	Uzwil Volley	5	2	2	0	3	1	2	8 : 11	0.73	385 : 430	0.90	7
5	Appenzeller Bären 2	5	1	0	1	4	1	3	6 : 14	0.43	398 : 444	0.90	3
6	Volley Amriswil 2	5	0	0	0	5	1	4	3 : 15	0.20	308 : 431	0.71	1

Saisonrückblick Damen U19 (2)

Fortschritte sind sichtbar

Rückblickend kurz zusammengefasst: Resultatmässig lief die Saison leider nicht so erfolgreich. Stimmungsmässig beendeten wir die Saison aber mit einem guten Gefühl.

Verloren wir im 1.Teil der Herbst-Vorrunde zum Teil klar 0:3, schafften wir es im Rückspiel immerhin, gegen alle Mannschaften zumindest einen Satz zu gewinnen. Wir freuten uns jeweils riesig über den Erfolg des Satzgewinns, konnten nachher aber nicht mehr an die Leistung anknüpfen und wir fielen in ein Loch.

Je länger die Saison dauerte, umso besser entwickelte sich der Teamzusammenhalt. Es war schön zu sehen, wie sie sich gegenseitig motivierten und unterstützten. Einige spielten ihre erste Saison, umso wichtiger war, dass möglichst alle Praxiserfahrung sammeln konnten.

Anfang Januar begann für uns die Rückrunde mit teilweise neuen Gegnern. Leider verletzten sich kurz vorher Monja Koller und Andrina Scherrer. Mit dezimiertem Kader traten wir gegen Amriswil an. Es war ein Spiel auf Augenhöhe, welches wir am Schluss glücklich mit 3:2 gewinnen konnten und so die ersten Punkte erspielten. Eine Stunde später traten wir gegen einen weiteren neuen Gegner an. Gegen Uzwil konnten wir den Biss aus dem vorhergehenden Spiel mitnehmen und gewannen den ersten Satz souverän zu 12. Im zweiten Satz steigerte sich der Gegner und wir verloren den Satz ultraknapp zu 23. Nachher war der Energietank leider leer und die folgenden Sätze gingen an Uzwil.

Es folgte eine lange Matchpause, die wir genutzt haben, an der Ballsicherheit, am Service und am Angriff zu arbeiten. Verletzungs- und krankheitsbedingt waren öfters nicht sehr viele im Training. Dazu hatte sich am ersten Matchwochenende auch noch Jill Inauen verletzt, womit über längere Zeit drei Spielerinnen fix ausgefallen sind. An dieser Stelle ein herzliches Dankeschön an Tanja Inauen, die fleissig mittrainierte und mit ihrer positiven Art die Mannschaft im Training unterstützt hat.

Ende Februar spielten wir gegen Rheno. Monja war wieder Einsatzbereit, Jill und Andrina leider noch nicht. Da Leana ebenfalls fehlte und Nicole unerwartet erkrankte, kam kurzerhand Elina Waldburger von den U15 Juniorinnen mit nach Heerbrugg. Sie integrierte sich sehr gut ins Team und konnte gleich Spielpraxis sammeln. Es war ein sehr spannendes Spiel, die ersten drei Sätze endeten alle mit dem knappsten Vorsprung und wir führten 2:1. Im vierten und fünften Satz fehlte uns teilweise die Konzentration und das nötige Glück, so dass wir unglücklich 2:3 verloren.

Gegen Arbon waren wir so wenige, dass mit Jana Dörig eine zweite U15 Juniorin mitkommen durfte. Auch sie stellte sich mutig aufs Feld und unterstützte das Team so gut es ging. Leider war der Gegner an diesem Tag deutlich grösser und spielerisch weiter, was in einer klaren Niederlage endete.

Zu guter Letzt spielten wir gegen Wil. Vorhergehend spielten einige bereits mit den U23-2 Juniorinnen gegen Wil und nachher auch noch das Damen 1.

Den Start erwischten wir recht gut, leider ging der erste Satz knapp an Wil. In den folgenden Sätzen war Wil konstanter. Wir liessen uns nicht unterkriegen und kämpften beherzt und mutig um jeden Ball. Leider reichte es nicht. Wir verloren das Spiel, gaben aber unser Bestes und das war das Wichtigste!

Ausblick: Das Team würde grundsätzlich gerne zusammenbleiben. Altersmässig fallen Valeria und Nicole weg. Ebenso erhalten die vier Gontnerinnen Aline, Monja, Jill und Aylin die Chance, neu das U19-1 Training zu besuchen und das dortige Team zu ergänzen und von derer Spielpraxis zu profitieren.

Das hinterlässt eine grosse Lücke, was die Erfahrung angeht. Während der Rückrunde sind mit Lia Steingruber und Leonie Dörig bereits zwei neue Gesichter im Training gewesen, die nächste Saison sicher auch mit dabei sind. Ebenso hat es im Dienstagstraining und von den U15 Juniorinnen auch noch Spielerinnen, die allenfalls mittrainieren und vielleicht spielen werden, sofern die Trainings nicht mehr zeitgleich angesetzt werden.

Regula Streule.

U20-Herren

Trainer/Coach Marco Keller
Herbstrunde

Rang	Team	Spiele	S	S+	S-	N	N-	N+	Sätze	S-Quot.	Bälle	B-Quot.	Punkte
1	VC Smash Winterthur 1	7	7	6	1	0	0	0	21 : 4	5.25	604 : 444	1.36	20
2	VBC Schaffhausen 1	7	5	4	1	2	0	2	17 : 11	1.55	626 : 603	1.04	14
3	Rheno Volleyball	7	4	4	0	3	2	1	16 : 12	1.33	601 : 593	1.01	14
4	VBR Rickenbach	7	5	3	2	2	0	2	16 : 10	1.60	591 : 550	1.07	13
5	Appenzeller Bären	7	3	2	1	4	2	2	14 : 15	0.93	633 : 647	0.98	10
6	Volley Bütschwil	7	2	2	0	5	0	5	6 : 15	0.40	420 : 480	0.88	6
7	VC Smash Winterthur 2	7	1	1	0	6	2	4	10 : 18	0.56	600 : 628	0.96	5
8	VBC Schaffhausen 2	7	1	0	1	6	0	6	5 : 20	0.25	462 : 592	0.78	2

Frühlingsrunde

Rang	Team	Spiele	S	S+	S-	N	N-	N+	Sätze	S-Quot.	Bälle	B-Quot.	Punkte
1	VC Smash Winterthur 2	6	5	4	1	1	1	0	17 : 6	2.83	536 : 452	1.19	15
2	Volley Bütschwil	6	4	4	0	2	1	1	14 : 8	1.75	506 : 457	1.11	13
3	Appenzeller Bären	6	3	2	1	3	0	3	10 : 12	0.83	466 : 487	0.96	8
4	VBC Schaffhausen 2	6	0	0	0	6	0	6	3 : 18	0.17	400 : 512	0.78	0

Saisonrückblick Herren U20

Bereits Mitte September starteten die U20 Junioren nach wenigen Trainings in ihre erste Meisterschaft. In Winterthur standen gleich zwei Spiele auf dem Programm. Niemand wusste so richtig was uns erwartete, spielten doch alle zum ersten Mal ein 6-6 Meisterschaftsspiel. Der Druck war klein, die anfängliche Nervosität konnte schnell abgelegt werden, die spielerische Qualität stieg mit jedem Satz und so konnte am Schluss ziemlich überraschend über zwei Siege gejubelt werden.

In der Folge wurden im Training verschiedene Laufwege, das Stellungsspiel ohne Ball sowie Penne 1 eingeführt. Dies führte in den kommenden Spielen zu etwas mehr Unsicherheit und Unruhe auf dem Feld, mussten doch immer auch noch die Vorgaben des Trainers umgesetzt werden. Hinzu kam, dass wir gegen deutlich stärkere und erfahrenere Gegner spielten. So resultierten in der Vorrunde schliesslich drei Siege bei vier Niederlagen.

In der Rückrunde spielten wir in der 2. Stärkeklasse. Die Erwartungen stiegen, wollte man doch die Siege der Vorrunde gegen die vermeintlich schwächeren Teams wiederholen. Dies gelang nur bedingt. Mit dem Druck gewinnen zu müssen, konnten nicht immer die besten Leistungen abgerufen werden. So konnten am Schluss drei Siege bejubelt und gleichvielen Niederlagen mussten verarbeitet werden. Wichtig ist jedoch, dass alle grosse Fortschritte erzielten und der Spass nicht zu kurz kam.

Marco Keller

Plausch-Mix (Indoor Easy League – Mixed)

Trainer/Coach Ruth Messmer

#	Team	G	Pts	Matches	MW	ML	MQ	Sets	SW	SL	SQ
1	VBC Werdana Mix	10	25	10	9	1	9.0	41	29	12	2.4
2	BTV Black Ducks	10	21	10	7	3	2.3	41	26	15	1.7
3	Füxxe Gassig	10	16	10	5	5	1.0	35	20	15	1.3
4	VBC Altstätten	10	16	10	5	5	1.0	38	19	19	1.0
5	Gonten Plausch	10	7	10	2	8	0.2	35	10	25	0.4
6	Hossah muunya	10	5	10	2	8	0.2	38	10	28	0.4

Minis

Die erfreulicherweise zahlreichen Mini-Kids – Jungen wie Mädchen - zeigten über die gesamte Saison grossen Einsatzwillen und hatten ihren Spass in den Trainings. Auch bei einigen Wettkämpfen, wie Kids- oder Mini-Turniere durften sie ihr Können zeigen.

Damen Mini U15

“Chönd me scho go ufstelle?” Diese Frage zeigte mir jeden Donnerstag die grosse Freude und Motivation am Volleyball. Nebst dem, dass es die Spielerinnen kaum erwarten konnten, das Netz aufzustellen, schnappten sie sich auch gleich einen Ball und begannen zu spielen. Die Motivation und somit auch der Trainingsbesuch und -einsatz war hoch.

Die laufend dazukommenden neuen Spielerinnen zur ohnehin bereits eher grossen Trainingsgruppe erschwerten aus meiner Sicht als Trainerin eine optimale Förderung im Training.

Die Fortschritte, die jede einzelne Spielerin gemacht hat, waren auch an den Turnieren ersichtlich. Mit zwei Mannschaften nahmen wir an den drei Miniturnieren teil. Die zwei Teams sind zusammengewachsen und haben ihre Leistungen stetig verbessern können. Leider schaffte Team A den Einzug in die Finalrunde knapp nicht. Die gesammelten Spielerfahrungen auf dem kleinen Feld sind sehr wertvoll und werden uns hinsichtlich des Systemwechsels der kommenden Saison, in welcher wir auf das grosse Feld wechseln und somit 6 gegen 6 spielen werden, sicherlich nützlich sein.

Ich freue mich auf die neue Herausforderung und somit auf die nächste Saison.

Hey ho, let’s go.

Kathrin Strässle

Rückblick Mini Appenzell

Wir hatten nach den Ferien wieder einen sehr guten Start mit vielen motivierten Spielerinnen und Spieler. Durch unser Training am Donnerstagabend konnten wir jede Woche an unserer Technik weiterarbeiten und viel Neues dazulernen. Auch die ersten Miniturniere wurden angetreten und wir konnten unser neues Können auf dem Spielfeld zeigen. Wir blicken auf eine lehrreiche Saison zurück und freuen uns auf die nächste.

Alessia & Sarah