

26/27 MATCHPOINT

Appenzeller Bären©

Volleyballclub Appenzell-Gonten

Oktober 2026

IMPRESSUM

Auflage: 350 Exemplare

Texte: Salome Kuster, Sascha Messmer, Thomas Migge, Nadine Decher, Regula Streule, TrainerInnen

Fotos: Thomas Migge, Raphael Streule

Layout: Raphael Streule

Erscheint: Oktober 2026

www.vbcag.ch

Inhalt

Editorial . . . 3
Unsere Sponsoren . . . 5
Unsere Ballsponsoren . . . 7
Jugendförderung . . . 9
Damen 1 . . . 10
Herren 1 . . . 14
Damen 3 . . . 20
Herren 2 . . . 24
Damen U23/1 . . . 28
Damen U23/2 . . . 29
Damen U20/1 . . . 32
Damen U20/2 . . . 34
Herren U20 . . . 36
Damen U18 . . . 38
Herren U18 . . . 40
Herren U16 . . . 42
Rookie 2 Damen . . . 44
Kids Volley Damen . . . 45
Rookie 2 Herren . . . 46
Plausch . . . 47
Beach U23 . . . 48
Hauptversammlung 2026 . . . 50
Kids-Cup und Mazenauer Beachvolleyball-Cup 2026 . . . 52
Sponsorenapéro 2025 . . . 53
Kids-Trainingstage 2026 . . . 54
Fondueplausch und Vereinsturnier 2025 . . . 56
Trainingslager Kerenzerberg 2026 . . . 58
Christchindlimarkt 2025 . . . 60
Vereinsleitung . . . 61
Organigramm . . . 62
Trainer/innen . . . 64
Team-, Hallen- und Trainingsübersicht . . . 65
Schiedsrichter/innen . . . 66
Galerie . . . 68
Wichtige Termine . . . 70

Appenzeller Kantonalbank

Leene, fotgoh, KB.



Mach' dein Ding, wir erledigen den Rest!
Wir sind immer für dich da. Ein Leben lang.

appkb.ch

Editorial

Wofür stehen wir als Appenzeller Bären?
Im Vereinsalltag richtet sich der Blick meistens auf das, was als Nächstes ansteht: Trainings organisieren, Teams begleiten, Matches planen, Helfereinsätze besetzen und Lösungen für aktuelle Fragen finden.
Ich finde es wichtig, zwischendurch einen Schritt zurückzutreten und den Verein mit etwas Abstand zu betrachten. Wo stehen wir heute? Was läuft gut? Wo müssen wir uns weiterentwickeln? Und vor allem: Wohin wollen wir als Appenzeller Bären?
Um diese Fragen beantworten zu können, müssen wir wissen, was uns wichtig ist. Denn unsere Werte prägen, wie wir miteinander umgehen, Entscheidungen treffen und unseren Verein weiterentwickeln.
Dabei geht es mir nicht um ein fertiges Leitbild oder ein paar schöne Wörter. Werte müssen im Vereinsalltag spürbar sein: wenn jemand Verantwortung übernimmt, Abmachungen einhält, mitanpackt oder auch dann zum Team steht, wenn es einmal nicht rundläuft.
Als Präsidentin ist mir wichtig, dass die Vereinsleitung dabei bei sich selbst beginnt. Gleichzeitig soll auch jedes Team überlegen: Wie wollen wir zämä unterwegs sein? Was erwarten wir voneinander? Und was ist uns im Training, an den Matches und daneben wichtig?
Die Antworten dürfen je nach Team unterschiedlich ausfallen. Trotzdem braucht es etwas, das uns über alle Mannschaften, Altersgruppen und Aufgaben hinweg verbindet.
Genau das möchte ich in nächster Zeit gemeinsam mit euch herausfinden:
Welche Werte machen die Appenzeller Bären für dich aus – und woran sind sie im Vereinsalltag spürbar?

Salome Kuster
Präsidentin Appenzeller Bären

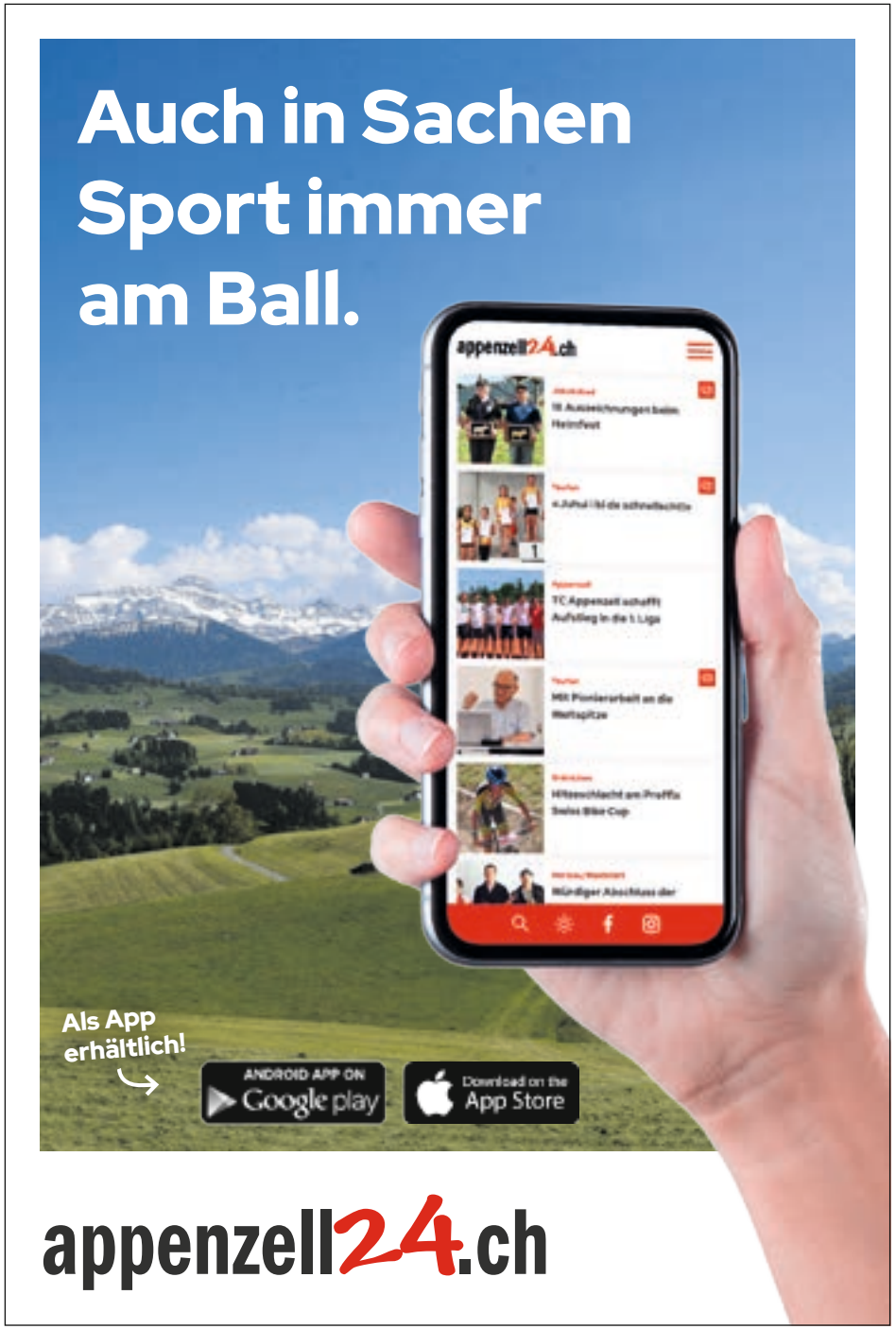
Folge uns auf Instagram!

@APPENZELLER.BAEREN



Unsere Sponsoren

Hauptsponsoren:	Appenzeller Druckerei	Herisau
	Appenzeller Kantonalbank	Appenzell
	Appenzeller Versicherungen	Appenzell
	Brauerei Locher	Appenzell
	Dr. Niedermaier Switzerland AG	Appenzell
Co-Sponsoren:	Elektro Schwizer	Appenzell
	Kühnis Brillen	Appenzell
	Appenzeller Huus	Gonten
Bandenwerbung:	Bischofberger Biber AG	Weissbad
	Kronberg AG	Jakobsbad
	Langenegger Baugeschäft	Appenzell
	newday it	Appenzell
Tenu-Sponsoren:	Die Mobiliar	Appenzell
	Intersport Baumann	Appenzell
	Rusch Bauplanung	Gonten
	bagger schefer	Gonten
	Elektro Bätschmann	Bühler
	GFT Fassaden AG	St.Gallen
	Metzgerei Fässler AG «De Chitzele»	Appenzell
	Baloise Appenzell	Appenzell
Eventsponsor:	M Mazenauer Schreiner, Küchenbau, Innenausbau	Appenzell M'rüte



Ballsponsoren

Berggasthaus Scheidegg AG	9108 Gonten
DROPA Drogerie	9050 Appenzell
Fahrschule Markus Manser	9057 Weissbad
Gasthaus Bären	9050 Appenzell Schlatt
Hotel & Camping Eischen AG	9050 Appenzell
Löwen Drogerie	9050 Appenzell
Malerei Maselli	9050 Appenzell
oekoplan AG	9050 Appenzell
Pizzeria Terra Rossa	9050 Appenzell
Restaurant Bad Gonten	9108 Gonten
Restaurant Bäckerei Schäfli	9050 Appenzell
Restaurant Krone	9064 Hundwil
Restaurant Rank	9050 Appenzell
Restaurant Ruhesitz	9058 Brülisau

Gönner

H&G Motos GmbH	9050 Appenzell





Jugendförderung

Die folgenden Sponsoren unterstützen die Appenzeller Bären im Jugendbereich:

Intersport Baumann
9050 Appenzell

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

contreva ag treuhand recht
9050 Appenzell

Rusch Bauplanung GmbH
9108 Gontenbad

Scheidweg-Garage AG
9050 Appenzell

Damen 1

2. Liga



Datum	Zeit	Heimteam	Gastteam	Halle
24.10.26	14:00	Pallavolo Kreuzlingen	**Appenzeller Bären**	Remisberg, Kreuzlingen
31.10.26	18:00	**Appenzeller Bären**	STV St.Gallen Volleyball	Sporthalle Wühre, Appenzell
04.11.26	20:00	Volley Aadorf	**Appenzeller Bären**	Sporthalle Löhracker, Aadorf
14.11.26	15:30	VC Smash Winterthur	**Appenzeller Bären**	Zinzikon 1-2, Winterthur
18.11.26	20:30	Volley Amriswil	**Appenzeller Bären**	Tellenfeld B 3, Amriswil
28.11.26	14:00	VBC Wittenbach	**Appenzeller Bären**	OZ Grünau, Wittenbach
01.12.26	20:30	**Appenzeller Bären**	Volley Toggenburg	Sporthalle Wühre, Appenzell
08.12.26	20:30	**Appenzeller Bären**	VBC Schaffhausen	Sporthalle Wühre, Appenzell
13.12.26	16:00	**Appenzeller Bären**	Volley Amriswil	Gymnasium St. Antonius
17.12.26	20:30	Volley Goldach	**Appenzeller Bären**	Bachfeld 1 Goldach
20.12.26	13:00	**Appenzeller Bären**	VC Smash Winterthur	Gymnasium St. Antonius
16.01.27	18:00	**Appenzeller Bären**	Pallavolo Kreuzlingen	Gymnasium St. Antonius
23.01.27	14:00	STV St.Gallen Volleyball	**Appenzeller Bären**	Schönenwegen, St. Gallen
26.01.27	20:30	**Appenzeller Bären**	Volley Aadorf	Sporthalle Wühre, Appenzell
16.02.27	20:15	**Appenzeller Bären**	VBC Wittenbach	Sporthalle Wühre, Appenzell
28.02.27	14:00	Volley Toggenburg	**Appenzeller Bären**	Rietstein 1-3, Wattwil
06.03.27	14:00	VBC Schaffhausen	**Appenzeller Bären**	BBZ Mühlental, Schaffhausen
13.03.27	16:00	**Appenzeller Bären**	Volley Goldach	Sporthalle Wühre, Appenzell



3 Myriam Baumann

s'Kafi Gonten · praximedico

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



6 Ronja Knechtle

LUX TRANS – Ihr Spezialtransport.

Geburtstag:	**28.08.2006**		
Beruf:	**Studentin**	Grösse:	**165cm**
Position:	**Pass**	Im Verein seit:	**2017**



7 Sophie Manser

CMT

Geburtstag:	**21.03.2008**		
Beruf:	**Lehrperson**	Grösse:	**178cm**
Position:	**Mitte**	Im Verein seit:	**2022**



8 Ariane Schregenberger

HUCAR

Geburtstag:	**13.04.1995**		
Beruf:	**Lehrperson**	Grösse:	**165cm**
Position:	**Aussen**	Im Verein seit:	**2026**



10 Leana Waldburger

Pius Schäfler seit 1965 · Innen Architekten Koch Enzler

Geburtstag:	**03.06.2008**		
Beruf:	**Lernende (Zeichnerin)**	Grösse:	**167cm**
Position:	**Aussen**	Im Verein seit:	**2018**



11 Nadine Decher

elias

Geburtstag:	**03.11.1997**		
Beruf:	**Produktingenieurin**	Grösse:	**182cm**
Position:	**Mitte**	Im Verein seit:	**2022**



12 Anna Alder

AlderKuratli.ch – Decke und Wand aus einer Hand

Geburtstag:	**05.06.2008**		
Beruf:	**Schülerin**	Grösse:	**163cm**
Position:	**Aussen**	Im Verein seit:	**2021**

Ziele und Einschätzungen des Trainers

Neues Kapitel, frischer Wind und jede Menge Motivation. Voller Elan nimmt das Damen 1 ab Oktober trotz reduziertem Kader die Saison in der höchsten regionalen Liga in Angriff. Mit einer vielversprechenden Mischung aus Erfahrung und Nachwuchs sind die Weichen für eine aufregende Meisterschaft gestellt.

Nach der Saison 2025/2026, in der das Damen 1 trotz hart umkämpfter Sätze und einzelner Siege den Ligaerhalt in der 1. Liga knapp verpasst hatte, musste man sich aus verschiedenen Gründen von einigen Spielerinnen sowie dem Coach Hansi verabschieden.

Neben persönlichen Veränderungen und neuen Lebensabschnitten stehen auch schöne Ereignisse an: Kathrin und Sarah dürfen wieder Mutterfreuden entgegensehen und unterstützen die Bärinnen so lange wie möglich von der Seitenlinie aus.

So hat sich ein neues-altes Damen 1 formiert, das eine Mischung aus langjähriger Erfahrung (Ariane, Myriam, Nadine), bereits im Damen 1 etablierten Nachwuchsspielerinnen (Leana, Sophie) und Neuzugängen aus dem eigenen Nachwuchs (Anna, Ronja) vereint. Einige Trainingsgäste ergänzen die Trainingsgruppe. So wird aus dem schmalen Kader eine umso vielseitigere Trainingsgruppe.

Trotz des knappen Kaders blickt das Team mit Zuversicht, Kampfgeist und grosser Vorfreude auf die kommende Saison. Gemeinsam will man auf dem Feld alles geben, sich gegenseitig unterstützen und auch in herausfordernden Situationen als Team zusammenhalten. Das Feuer ist bereits entfacht – nun darf man gespannt sein, welches Potenzial das junge Team in der kommenden Saison entfalten wird.

Das gemeinsame Ziel ist der Ligaerhalt. Dabei sollen neben dem sportlichen Ehrgeiz vor allem die Freude am Volleyball, der Teamgeist und das Miteinander nie zu kurz kommen. Die Bärinnen freuen sich auf eine spannende und intensive Saison sowie zahlreiche bekannte und neue Gesichter am Spielfeldrand. Kommt vorbei und feuert uns an – wir zählen auf euch!





Herren 1

3. Liga



Datum	Zeit	Heimteam	Gastteam	Halle
23.10.26	20:30	Volley Amriswil	**Appenzeller Bären**	Tellenfeld B 1, Amriswil
31.10.26	16:00	**Appenzeller Bären**	VBC Andwil-Arnegg	Sporthalle Wühre, Appenzell
03.11.26	20:45	**Appenzeller Bären**	Volley Goldach	Sporthalle Wühre, Appenzell
13.11.26	20:45	Rheno Volleyball	**Appenzeller Bären**	Kantonsschule, Heerbrugg
18.11.26	20:45	Audax SSC	**Appenzeller Bären**	Tellenfeld B 1-3, Amriswil
29.11.26	17:00	**Appenzeller Bären**	Volley Bütschwil	Sporthalle Wühre, Appenzell
01.12.26	20:45	Volley Bütschwil	**Appenzeller Bären**	Breite, Bütschwil
08.12.26	20:45	**Appenzeller Bären**	Volley Amriswil	Sporthalle Wühre, Appenzell
09.01.27	14:00	VBC Andwil-Arnegg	**Appenzeller Bären**	Doppelturnhalle Ebnet, Andwil
23.01.27	12:00	Volley Goldach	**Appenzeller Bären**	Bachfeld 1, Goldach
31.01.27	17:00	**Appenzeller Bären**	Rheno Volleyball	Sporthalle Wühre, Appenzell
16.02.27	20:45	**Appenzeller Bären**	Audax SSC	Sporthalle Wühre, Appenzell
21.02.27	17:00	Volley Bütschwil	**Appenzeller Bären**	Breite, Bütschwil
02.03.27	20:45	**Appenzeller Bären**	Volley Bütschwil	Sporthalle Wühre, Appenzell



Ronny Spirig

Geburtstag: **10.03.2006**

Beruf:	**Lernender (Schreiner)**	Grösse:	**188cm**
Position:	**Mitte**	Im Verein seit:	**2022**



Marc Messmer

Geburtstag: **19.02.1979**

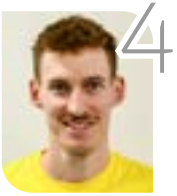
Beruf:	**Elektromonteur**	Grösse:	**176cm**
Position:	**Aussen**	Im Verein seit:	**1990**



Jonas Gründler

Geburtstag: **09.12.1994**

Beruf:	**Hardware Design Engineer**	Grösse:	**186cm**
Position:	**Mitte/Dia**	Im Verein seit:	**2024**



Luca Signer

Geburtstag: **17.06.1997**

Beruf:	**Multimedia-Elektroniker**	Grösse:	**184cm**
Position:	**Mitte**	Im Verein seit:	**2016**



Sascha Messmer

Geburtstag: **16.01.1978**

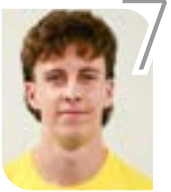
Beruf:	**Lehrer**	Grösse:	**190cm**
Position:	**Coach/Pass**	Im Verein seit:	**1988**



Ramon Mösle

Geburtstag: **12.04.1985**

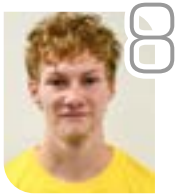
Beruf:	**Berufsbildner**	Grösse:	**183cm**
Position:	**Aussen**	Im Verein seit:	**2020**



Ruven Scheiwiller

Geburtstag: **25.03.2006**

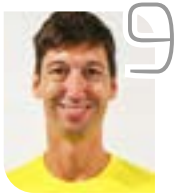
Beruf:	**Geb'technikplaner Lüftung**	Grösse:	**182cm**
Position:	**Pass**	Im Verein seit:	**2022**



8

Johann Küchler

Geburtstag:	**23.12.2008**		
Beruf:	**Schreiner**	Grösse:	**180cm**
Position:	**Aussen/Pass**	Im Verein seit:	**2022**



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:	**Student**	Grösse:	**183cm**
Position:	**Diagonal/Aussen**	Im Verein seit:	**2019**



11

Hansruedi Ebeling

Geburtstag:	**08.05.1979**		
Beruf:	**Ingenieur**	Grösse:	**185cm**
Position:	**Aussen/Libero**	Im Verein seit:	**2004**



13

Erich Flühler

Geburtstag:	**10.10.1982**		
Beruf:	**COO/Betriebsleiter**	Grösse:	**189cm**
Position:	**Aussen**	Im Verein seit:	**2023**



15

Fabio Messmer

Geburtstag:	**08.08.2012**		
Beruf:	**Schüler**	Grösse:	**169 cm**
Position:	**Libero**	Im Verein seit:	**2021**

Ziele und Einschätzungen des Trainers

Vier Nachwuchshoffnungen ergänzen Routiniers zu einem tollen Fanionteam

Die erste Herrenmannschaft der Appenzeller Bären trifft sich jeweils nach Saisonabschluss, um im gemütlichen Rahmen auf die vergangene Saison zurückzublicken und auf die nächste Spielzeit vorauszuschauen. In diesem Frühjahr dauerte der offizielle Teil der Teambesprechung länger als gewohnt. Es wurde bis spät in die Nacht verhandelt und abgewogen, in welcher Zusammensetzung und in welcher Liga man in die nächste Saison gehen möchte. Am Ende der intensiven Diskussionen war man sich einig. Unter der Bedingung, dass eine Gruppe Jugendspieler fest ins Team integriert wird, gehen auch die zahlreichen Routiniers für die Bären eine weitere Saison ans Netz. Damit den Junioren genügend Spielanteile ermöglicht werden können, hatte sich eine Mehrheit im Team für den freiwilligen Abstieg in die 3. Liga ausgesprochen. Ein grosser Einschnitt, hatte sich doch das Team um Spielertrainer Sascha Messmer seit vielen Jahren in der 2. Liga etabliert.

Nachwuchsspieler machen grosse Fortschritte

Das Projekt mit der schrittweisen Integration von mehreren Jugendspielern in die erste Herrenmannschaft ist sehr gut angelaufen. Ruven Scheiwiller, Ronny Spirig, Johann Küchler und Fabio Messmer sind bereit und motiviert, mehrmals pro Woche zu trainieren und ihren Fokus aufs Volleyball zu legen. Für Trainer Sascha Messmer ist es eine grosse Freude, die vier Nachwuchsspieler zu begleiten. Fast wöchentlich sind neue Fortschritte zu erkennen.

Ruven Scheiwiller, welcher bereits in der letzten Saison erste Spielerfahrungen im Fanionteam sammeln konnte, dann aber in den Militärdienst einrücken musste, agiert auch in der kommenden Saison auf der wichtigen Zuspielposition. So kann er nicht nur Urgestein Sascha Messmer entlasten, sondern er ermöglicht dem Team auch die taktische Variante, im System 6-2 mit zwei Zuspielern zu agieren. Der fliegende Wechsel vom System 5-1 zu 6-2 oder umgekehrt bildete ein Schwerpunkt in der Saisonvorbereitung. Johann Küchler trainiert ebenfalls als Passeur. Der äusserst zuverlässige und mannschaftsdienliche Gaiser ist der Allrounder im Team. Er kann mehr oder weniger alle Positionen spielen. Erwähnenswert ist weiter der Umstand, dass Küchler bereits in seinem jungen Alter nicht nur bei mehreren Teams im Einsatz ist, sondern auch im Verein als Trainer der Juniorinnen und in der Kioskplanung Verantwortung übernimmt. Ronny Spi-

rig kommt jeweils aus Oberegg ins Training und hat seine Stärken im Angriff. Er wird im Herren 1 hauptsächlich auf der Mitteposition zum Zug kommen. Er ist sehr lernwillig und lernfähig und wird entsprechend im Block- und Angriffsverhalten in jeder Einheit Fortschritte machen. Der Jüngling im Team ist Fabio Messmer. Dass ein Spieler bereits im Alter von 14 Jahren den Sprung ins Kader des Herren 1 schafft, ist aussergewöhnlich. Es ist ein Lohn für die vielen wöchentlichen Trainingsstunden. Er wird vorwiegend auf der Liberoposition zum Einsatz kommen. Da er noch in drei Jugendteams der Bären und in einem Auswahlteam aktiv ist, gilt es, seine Belastung zu beachten, so dass er noch viele Jahre Freude am Volleyball hat.

Routiniers bleiben dem Team treu

Wie erwähnt ist es aussergewöhnlich, dass ein U16-Junior auf der Teamliste der ersten Herrenmannschaft erscheint. Es ist ebenso aussergewöhnlich, dass komplett alle Kaderspieler der letzten Saison, auch in der neuen Spielzeit dem Team in irgendeiner Form erhalten bleiben. Dieser Umstand freut Spielertrainer und Passeur Sascha Messmer ganz besonders, niemand hat aufgehört, niemand hat den Verein verlassen.

So werden Marco Keller, welcher als U20-Trainer ein wichtiger Baustein zur Integration und Förderung der jungen Spieler bildet, und Lino Wenger, welcher jeweils aus Zürich für die Spiele anreist, weiterhin das äusserst schlagkräftige Duo auf der Diagonalposition bilden. Nebst den erwähnten Youngsters bilden die Routiniers Marc Messmer und Hansruedi Ebeling den Annahmeriegel der Bären. Auch Ramon Mösle, dessen unkomplizierte und freundschaftliche Art von allen Teammitgliedern sehr geschätzt wird, steht dem Team auf der Annahme-Aussen-Position weiter zur Verfügung. Er nimmt für jedes Training einen langen Anfahrtsweg in Kauf. Ähnliches gilt für Erich Flühler. Obwohl er job- und familienbedingt nicht an jedem Training und Match teilnehmen kann, ist er für das Team Gold wert. Durch seine konstanten Leistungen, egal auf welcher Position er eingesetzt wird, und durch seine positive und wertschätzende Einstellung, ist er ein Motivator für die gesamte Mannschaft.

Jonas Gründler, welcher verletzungsbedingt nahezu die ganze letzte Saison verpasst hat und die letzten Monate auf Reisen war, ist just zum Saisonstart wieder zum Team gestossen und ist motiviert, sein Spielniveau wieder schrittweise zu verbessern. Alle freuten sich über seine Rückkehr.

Last but not least ist der Verbleib von Luca Signer bei den Bären als aussergewöhnlich zu erwähnen. Warum aussergewöhnlich, ganz einfach erklärt: Durch seine überdurchschnittliche Angriffshöhe und Schlagstärke ist er für die 3. Liga «überqualifiziert». Gemäss Spielertrainer Sascha Messmer könnte er problemlos zwei Ligen höher agieren. Dass er seine persönlichen Ambitionen zugunsten des eingeschlagenen Weges in den Hintergrund stellt, ist ein Geschenk für das Team und den Verein. Luca Signer bleibt nicht nur als Spieler bei den Bären. Als Trainer der zweiten Herrenmannschaft leistet er aktiv einen grossen Beitrag, dass die jungen Spieler im Herren 1 Fuss fassen können. Zudem leistet er als Schiedsrichter wertvolle Dienste.

Ungewohnt breites Trainings- und Spielkader

Aufmerksame Leser und Fans der Appenzeller Bären haben mit Sicherheit in der obigen Aufzählung den Namen von Raphael Streule vermisst. Er hat während unzähligen Jahren die Annahme der ersten Herrenmannschaft organsiert und auf die neue Saison hin beschlossen, etwas kürzer zu treten. Er ist aus dem Team kaum wegzudenken. Glücklicherweise steht er dem Team als Sparringpartner im Training weiter zur Verfügung. Zudem leistet er in der Vereinsleitung als Sponsoringverantwortlicher äusserst wichtige Dienste. Weil mit Kevin Speck auch der Kapitän des Herren 2 regelmässig mit dem Team trainiert, ergeben sich für das Team und Trainer in dieser Saison ganz neue Möglichkeiten. Spielsituationen können 1 zu 1 trainiert werden. Dies war in den letzten Jahren nur in Ausnahmefällen möglich und erhöht nicht nur das Niveau, sondern ermöglicht auch eine abwechslungsreiche Trainingsgestaltung.

Auch den breiten Kader mit unzähligen Möglichkeiten von verschiedenen Mannschaftsaufstellungen sieht Coach Messmer als grosse Chance. Einerseits können Absenzen und Verletzungen besser kompensiert werden und andererseits kann das Team auf Spielsituationen und Gegner besser reagieren.

Zusammengefasst geht die erste Herrenmannschaft als sehr gefreute Truppe in die nächste Saison.

Erfolge sind vorprogrammiert und bilden ein Versprechen für die Zukunft.

Sascha Messmer

Holzbau
P.Manser AG
Rütistrasse 47 9050 Appenzell
071 787 24 64 info@holzbau-manser.ch
Zimmereiarbeiten - Innenausbau - Umbauten

Damen 3

3. Liga



hinten v.l.n.r.: Regula Streule, Anita Koster, Joyce Zehnder, Astride Bischof, Regina Bruderer, Jil Inauen
vorne v.l.n.r.: Stefanie Messmer, Pam Wetter, Naomi Hörler, Michèle Messmer, Alessia Manser
es fehlen: Catiana Baumgartner, Nadine Waldburger, Janine Rempfler

Datum	Zeit	Heimteam	Gastteam	Halle
24.10.26	18:00	VBC Andwil-Arnegg	**Appenzeller Bären**	Doppelturnhalle Ebnet, Andwil
28.10.26	20:45	**Appenzeller Bären**	Volley Uzwil	Gymnasium St. Antonius
02.11.26	20:30	Volley Goldach	**Appenzeller Bären**	Bachfeld 1, Goldach
11.11.26	20:45	**Appenzeller Bären**	Rheno Volleyball	Gymnasium St. Antonius
14.11.26	18:00	VBC Wittenbach	**Appenzeller Bären**	OZ Grünau, Wittenbach
17.11.26	20:45	Volley Bütschwil	**Appenzeller Bären**	Breite, Bütschwil
25.11.26	20:45	**Appenzeller Bären**	Volley Uzwil	Gymnasium St. Antonius
02.12.26	20:15	VBC Arbon	**Appenzeller Bären**	Bergli unten, Arbon
09.12.26	20:45	**Appenzeller Bären**	VBC Andwil-Arnegg	Gymnasium St. Antonius
20.12.26	15:00	**Appenzeller Bären**	Volley Bütschwil	Gymnasium St. Antonius
07.01.27	20:45	Volley Uzwil 1	**Appenzeller Bären**	Neuhof, Uzwil
20.01.27	20:45	**Appenzeller Bären**	Volley Goldach	Gymnasium St. Antonius
27.01.27	20:45	**Appenzeller Bären**	VBC Wittenbach	Gymnasium St. Antonius
30.01.27	16:00	Rheno Volleyball	**Appenzeller Bären**	Kantonsschule, Heerbrugg
24.02.27	20:45	Volley Uzwil	**Appenzeller Bären**	Neuhof, Uzwil
06.03.27	17:00	**Appenzeller Bären**	VBC Arbon	Gymnasium St. Antonius

Vorschau Damen 3

Das Damen 3 hat die letzte Saison erfolgreich abgeschlossen. Einmal mehr konnte das Team am Ende um den Wimpel spielen. Letztendlich wurde es der 2. Platz.

In der kommenden Saison werden Nina Romer, Madeleine Ruef und Debora Etter leider nicht mehr mit dem Team um Punkte kämpfen. Allegra Jecker legt eine Baby-Pause ein. Herzlichen Glückwunsch an dieser Stelle zum Nachwuchs.

Sandra Zürcher hat die Schweiz verlassen und wird ihre Zukunft in Norwegen gestalten.

Mit der ehemaligen Damen 1 Spielerin, Regula Streule, konnte das Team einen grossartigen Transfer tätigen. Wir freuen uns sehr, dass Regula unser Team ergänzen wird.

Joyce Zender ist nach Abwesenheit in Luzern nach Appenzell zurückgekehrt. Wir freuen uns auf die Zeit mit ihr in und neben der Halle und, dass sie den Weg zu den Bären wieder gefunden hat.

Ebenfalls wird mit Janine Rempfler, eine ehemalige Juniorin, eine weitere Spielerin unser Team verstärken. Janine bringt mit Ihrer Art eine ruhige Atmosphäre ins Team, die unser verrückter Haufen sehr gut gebrauchen kann. Wir freuen uns, dass Janine mit dabei ist.

Die langjährigen Spielerinnen bleiben dem Team erhalten und somit steht einer neuen Saison nichts im Weg.

Im Training sind sie schon wieder fleissig und freuen sich, bis die ersten Spiele Ende Oktober losgehen.

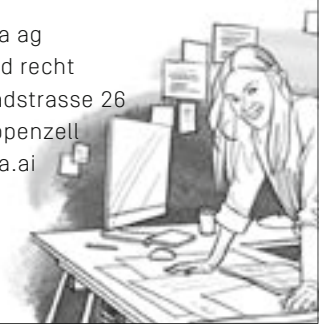
Stefanie Messmer

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

Physio Ziel
Physiotherapie im mza

contreva
treuhand recht

contreva ag
treuhand recht
weissbadstrasse 26
9050 appenzell
contreva.ai





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

WILLI
REINIGUNGEN

Region St. Gallen - Appenzell

www-willi-reinigungen.ch
078 781 60 60
info@willi-reinigungen.ch

Frisch,
flexibel,
unkompliziert.

Herren 2

4. Liga



hinten v.l.n.r.: Gabriel Jeker, Maurin Schmid, Patrick Manini, Ronny Spirig, Luca Signer (Trainer)
vorne v.l.n.r.: Kevin Speck, Ruven Scheiwiller, Noah Ebneter
es fehlen: Johann Küchler, Dario Hunziker, Lukas Baumann, Ramon Bloch, Eliseo Gmünder, Samuel Liu, Bruno Rusch

Datum	Zeit	Heimteam	Gastteam	Halle
17.09.26	20:45	**Appenzeller Bären**	Rheno Volleyball	Gymnasium St. Antonius
24.09.26	20:45	**Appenzeller Bären**	Audax SSC	Gymnasium St. Antonius
18.10.26	13:00	STV St.Gallen Volleyball	**Appenzeller Bären**	Schönenwegen, St. Gallen
26.10.26	20:30	Volley Speicher	**Appenzeller Bären**	Turnhalle Zentral, Speicher
10.11.26	20:45	VBC Herisau	**Appenzeller Bären**	Berufsbildungszentrum, Herisau
19.11.26	20:45	**Appenzeller Bären**	Volley Flawil	Gymnasium St. Antonius
28.11.26	14:00	VBC Wittenbach	**Appenzeller Bären**	OZ Grünau, Wittenbach
06.12.26	18:00	Rheno Volleyball	**Appenzeller Bären**	Kantonsschule, Heerbrugg
13.12.26	18:00	**Appenzeller Bären**	STV St.Gallen Volleyball	Gymnasium St. Antonius
17.12.26	20:45	**Appenzeller Bären**	Volley Speicher	Gymnasium St. Antonius
11.01.27	20:45	Audax SSC	**Appenzeller Bären**	Tellenfeld B 1-3, Amriswil
15.01.27	20:15	Volley Flawil	**Appenzeller Bären**	Botsberg 1-3, Flawil
21.01.27	20:45	**Appenzeller Bären**	VBC Herisau	Gymnasium St. Antonius
18.02.27	20:45	**Appenzeller Bären**	VBC Wittenbac	Gymnasium St. Antonius

Vorschau Herren 2

Nach einer Saison in der Easy League kehrt das Herren 2 auf die neue Saison hin in die 4. Liga zurück. Das Jahr in der Easy League war für das Team eine gute Gelegenheit, Erfahrungen zu sammeln und trotz wechselnder Präsenz regelmässig Spielpraxis zu erhalten.

Bewährt hat sich die Aufteilung der Teamleitung auf mehrere Schultern. Gabriel Jeker bleibt Teamkoordinator, Patrick Manini und Luca Signer teilen sich weiterhin die Trainingsleitung. Auf Spielerseite ist mit Routinier Kevin Speck ein bekanntes Gesicht in die Mannschaft zurückgekehrt. Zudem werden in dieser Saison vermehrt junge Spieler zum Einsatz kommen. Die Mischung aus Erfahrung und jugendlichem Elan soll dem Team neuen Schwung verleihen.

Das Ziel ist klar: Das Herren 2 will sich in der Liga behaupten und an die Leistungen aus der Gruppensieger-Saison vor zwei Jahren anknüpfen. Der Spass am gemeinsamen Spiel bleibt dabei aber weiterhin im Zentrum. Das Team freut sich auf eine spannende Saison und auf zahlreiche Zuschauerinnen und Zuschauer an den Heimspielen.

Luca Signer

D'ERRICO
EIDG. DIPL. MALERMEISTER
RÜTISTRASSE 14
9050 APPENZELL
078 665 31 00
INFO@MALEREI-DERRICO.CH
WWW.MALEREI-DERRICO.CH

Tierisch clevere Lösungen

Geflügelställe | Ventilation
Gewerbe- & Industriebauten
Stalleinrichtungen

inauen Big Dutchman
071 788 39 39 | inauen.ch



Natürlich clevere Lösungen

Photovoltaik für
Gewerbe | Immobilien
Landwirtschaft

natura solar
071 788 33 66 | naturasolar.ch



S'BLÖTERLIWASSER US APPENZELL

FLAUDER.CH





Dr. Niedermaier Pharma
SWITZERLAND

Aktiv. Gesund. Gemeinsam.

Mehr Vitalität für die ganze Familie – ganz natürlich mit unseren Regulatpro®-Bestsellern.



85 JAHRE FORSCHUNG & WISSENSCHAFT FÜR IHRE GESUNDHEIT

Dr. Niedermaier Pharma Switzerland | @drniedermaierswitzerland | drniedermaier.ch

Damen U23$_1$



hinten v.l.n.r.: Nadine Waldburger (Trainerin & Coach), Carla Andermatt, Lia Steingruber, Lara Signer, Sophie Manser, Leana Waldburger
vorne v.l.n.r.: Leonie Dörig, Elina Waldburger, Riana Sutter, Anna Alder, Ronja Knechtle
es fehlen: Leona Dörig, Lorena Inauen

Datum	Zeit	Heimteam	Gastteam	Halle
18.10.26	16:00	VBC Wittenbach	**Appenzeller Bären**	OZ Grünau, Wittenbach
21.10.26	20:30	Volley TSV Engelburg	**Appenzeller Bären**	DTH Engelburg, Engelburg
12.11.26	19:30	**Appenzeller Bären**	Rheno Volleyball	Sporthalle Wühre, Appenzell
21.11.26	13:00	**Appenzeller Bären**	VBC Andwil-Arnegg	Gymnasium St. Antonius
23.11.26	19:45	Volley Toggenburg	**Appenzeller Bären**	Kantonsschule, Wattwil

Damen U23$_2$



hinten v.l.n.r.: Nadine Waldburger (Trainerin), Livia Bänziger, Emilia Assalve, Giannina Koster, Fiona Neff, Myriam Baumann (Coach)
vorne v.l.n.r.: Emma Bartholet, Lara Hoffmann, Noé Manser, Jana Streule, Carina Oberli
es fehlen: Nadine Decher (Coach), Leana Speck

Datum	Zeit	Heimteam	Gastteam	Halle
20.09.26	10:00	VBC Hallau	**Appenzeller Bären**	MZG Oberhallau, Oberhallau
25.10.26	10:00	VBC Seuzach	**Appenzeller Bären**	Birch, Seuzach
31.10.26	15:00	**Appenzeller Bären**	Volley Uzwil	Sporthalle Wühre, Appenzell
07.11.26	10:00	VBC Schaffhausen	**Appenzeller Bären**	Munot 1, Schaffhausen
19.11.26	19:30	**Appenzeller Bären**	STV Berg	Sporthalle Wühre, Appenzell
28.11.26	09:30	VC Vivax Winterthur	**Appenzeller Bären**	Rennweg, Winterthur
03.12.26	19:30	**Appenzeller Bären**	STV St.Gallen Volleyball	Sporthalle Wühre, Appenzell

Vorschau Damen U23

Mit viel Freude und Motivation startet die Damen U23 in die neue Saison. Insgesamt trainieren 23 Spielerinnen gemeinsam und bilden dabei zwei Mannschaften: U23-1 und U23-2. Obwohl die Spielerinnen in zwei Gruppen an den Meisterschaften teilnehmen, steht das gemeinsame Training und der Teamgedanke im Vordergrund.

Alle Spielerinnen sind top motiviert und mit viel Freude dabei. Es macht grossen Spass, mit ihnen zu trainieren, gemeinsame Fortschritte zu machen und als Team weiterzuwachsen.

In dieser Saison liegt unser Fokus darauf, Freude am Volleyball zu haben, technisch besser zu werden und taktische Grundlagen zu erlernen und weiterzuentwickeln. Jede Spielerin soll sich individuell verbessern, Verantwortung übernehmen und gleichzeitig lernen, als Team zusammenzuspielen.

Wir freuen uns auf eine spannende Saison mit viel Einsatz, Teamgeist, Freude und hoffentlich vielen tollen Volleyballmomenten.

Achtung, fertig, los!

Nadine Waldburger
Myriam Baumann
Nadine Decher

Freudenberg
APPENZELL

Panorama Hotel Freudenberg
Fam. Robert Schiegg-Fischli
Riedstrasse 57, 9050 Appenzell
071 787 12 40
info@hotel-freudenberg.ch
www.hotel-freudenberg.ch



SUTTER AG APPENZELL
Bauunternehmung

AlderKuratli.ch
Decke und Wand aus einer Hand

«Pünktlich, sauber und kompetent»

Die Maler Die Trockenbauer Die Gipser

Alder + Kuratli GmbH
Sonnebergstrasse 4
9100 Heisau

Tel: +41 (0)71 351 64 40
info@alderkuratli.ch

Damen U20$_1$



hinten v.l.n.r.: Regula Streule (Trainerin), Riana Sutter, Lia Steingruber, Emilia Assalve
mitte v.l.n.r.: Emma Bartholet, Noé Manser, Lara Hoffmann, Livia Bänziger, Jana Streule
vorne v.l.n.r.: Shanaya Treuter, Elina Waldburger, Anna Alder, Giannina Koster
es fehlen: Sophie Manser, Lorena Inauen, Leana Speck

Datum	Zeit	Heimteam	Gastteam	Halle
18.10.26	13:30	VBC Wittenbach	**Appenzeller Bären**	OZ Grünau, Wittenbach
31.10.26	13:00	**Appenzeller Bären**	Rheno Volleyball	Sporthalle Wühre, Appenzell
15.11.26	10:00	**Appenzeller Bären**	VBC Arbon	Gymnasium St. Antonius
05.12.26	13:00	Volley TSV Engelburg	**Appenzeller Bären**	DTH Engelburg, Engelburg

Vorschau Damen U20$_1$

Mit Teamgeist, Power und viel Freude in die neue Saison

Die Juniorinnen U20-1 der Appenzeller Bären starten mit einem 15-köpfigen, bunt gemischten Kader in die neue Saison. Diese Saison steht wieder Regula Streule als Trainerin und Coach an der Seitenlinie. Das Team ist motiviert und freut sich darauf, gemeinsam und individuell Fortschritte zu machen.

Dabei soll nicht nur die Leistung auf dem Feld stimmen. Spass auf und neben dem Feld gehört genauso dazu. Die erfahrenen Spielerinnen sollen Verantwortung übernehmen, als Leaderinnen vorangehen und mit ihrer Ballkontrolle, Spielübersicht und Angriffspower dem Team Sicherheit und Energie geben. In der U20-Meisterschaft soll möglichst vielen Spielerinnen Einsatzzeit gegeben werden, damit alle wertvolle Erfahrungen sammeln und sich weiterentwickeln können.

Grosses Ziel:
SM-Qualiturnier im November

Ein besonderes Highlight ist das Projekt SM-Qualifikation. Einige Juniorinnen, die bereits mit dem Damen 1 trainieren und noch im U20-Alter sind, sind Teil des Teams. Gemeinsam entstand der Wunsch, sich der Herausforderung des Qualifikationsturniers zu stellen und herauszufinden, wie weit der Weg führt.

Dabei warten starke Gegnerinnen und viele wertvolle Erfahrungen. Rund die Hälfte des Teams wird diese Herausforderung am Qualiturnier bestreiten – mit der hoffentlich lautstarken Unterstützung des ganzen U20-1-Teams.
Gespannt blicken die Girls auf die neue Saison. Am Trainingstag und am Trainingsweekend wurden der Teamzusammenhalt gestärkt, das Spielsystem gefestigt und die Spielstärke weiterentwickelt – auf und neben dem Feld. Die Vorfreude ist gross: Gemeinsam loslegen, lernen, um jeden Ball kämpfen und dabei miteinander Spass haben!

Regula Streule

THOMAS RUSCH BAUPLANUNG GmbH

Projektierung, Planung und Bauleitung bei Neubauten, Umbauten oder Renovationen

Gontenstrasse 56, 9108 Gontenbad
Telefon 071 794 19 90
www.ruschbauplanung.ch

Damen U20$_2$



hinten v.l.n.r.: Carina Oberli, Imelda Bolter, Lisa Menzi, Hannah Baumann, Fiona Neff
vorne v.l.n.r.: Lili Martin, Alisha Signer, Flavia Manser, Larissa Manser, Johann Küchler (Trainer)
es fehlen: Lena Fässler, Livia Inauen, Mara Signer, Anna Turnherr

Datum	Zeit	Heimteam	Gastteam	Halle
24.10.26	14:00	Volley Uzwil	**Appenzeller Bären**	Neuhof, Uzwil
15.11.26	13:00	**Appenzeller Bären**	VBC Arbon	Gymnasium St. Antonius
15.11.26	15:00	**Appenzeller Bären**	VBC Herisau	Gymnasium St. Antonius
28.11.26	14:00	Volley Bütschwil	**Appenzeller Bären**	Breite, Bütschwil
29.11.26	13:00	**Appenzeller Bären**	Volley Toggenburg	Sporthalle Wühre, Appenzell

Vorschau Damen U20$_2$

Mit vielen Veränderungen in der Teamkonstellation starten wir in die neue Saison.
Mit einigen Neuzugängen kommt frischer Wind in die Mannschaft aber auch die Herausforderung von unterschiedlichen Niveaus. Nun gilt es möglichst schnell wieder ein Team zu formen mit dem die nächste Saison bestritten werden kann. Fokus liegt hierbei vor allem auf Technik und auf dem Läufersystem. Spiel und Spass und auch der ein oder andere Lachflash werden aber auch nicht zu kurz kommen. Mit Fokus auf Freude am Volleyball blicken wir der nächsten Saison entgegen und freuen uns sehr über Ihre lautstarke Unterstützung.

Johann Küchler



Herren U20



hinten v.l.n.r.: Lukas Seydel, Noah Ebneter, Maurin Schmid, Noah Keller, Eliseo Gmünder, Johann Küchler
vorne v.l.n.r.: Julian Schoch, Nicola Messmer, Ramon Bloch, Leon Bloch, Fabio Messmer, Marco Keller (Trainer)

Datum	Zeit	Heimteam	Gastteam	Halle
22.10.26	19:15	Volley Bütschwil	**Appenzeller Bären**	Breite, Bütschwil
31.10.26	14:00	**Appenzeller Bären**	Rheno Volleyball	Sporthalle Wühre, Appenzell
21.11.26	15:00	**Appenzeller Bären**	Volley Goldach	Gymnasium St. Antonius
05.12.26	18:00	Stadtturnverein Wil	**Appenzeller Bären**	Turnhalle Klosterweg, Wil

Vorschau Herren U20

Die Junioren U20 starten mit einem praktisch unveränderten Kader bereits in die nächste Saison. Die Mannschaft präsentiert sich als verschworene, eingespielte und treue Truppe. Nach einer kurzen Pause im Frühling begannen die Junioren wieder fleissig mit dem Training. Kondition, Kraft, Ausdauer, Wille und Technik werden trainiert und verbessert. Die jungen Herren wollen an den Erfolgen der letzten Saison anknüpfen und sich stetig weiterentwickeln. Ein grosser Erfolg wäre die Qualifikation für die 1. Stärkeklasse, um sich in der Rückrunde mit den Spitzenteams messen zu können. Alle Spieler nutzen die Möglichkeit ein zweites oder sogar drittes Training zu besuchen, entweder bei den U18, im Herren 2 oder im Herren 1. So sollen doch die jugendlichen Bären möglichst rasch so weit ausgebildet werden, damit sie nachher in der 4. Liga oder in der 1. Mannschaft Fuss fassen können. Ziele der kommenden Saison werden, neben der Festigung des Läufersystems und dem Automatisieren der Laufwege ohne Ball, vor allem das Sammeln von Spielpraxis und die persönliche Weiterentwicklung jedes Volleyballers, wie auch im Team sein. Gemeinsam siegen und verlieren wird den Zusammenhalt im Team stärken und mit einigen erweiterten Aktivitäten kommt auch der Spass bei den Bären sicherlich nicht zu kurz.

Sowohl für die einzelnen Spieler, den Trainer als auch für die Zuschauerinnen und Zuschauer ist eine spannende Saison mit unzähligen knappen Ballwechseln garantiert. Wir sind überzeugt, dass im Vergleich zur letzten Saison eine weitere Steigerung möglich sein wird.

Marco Keller

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

Damen U18



1. Reihe v.l.n.r.: Elin Rusch, Jana Streule, Lina Signer, Delia Koch, Meline Mohler
2. Reihe v.l.n.r.: Ramon Bloch (Trainer), Tiara Mazenauer, Vivien Nef, Lea Seydel, Arsema Teame, Jalina Hollenstein
3. Reihe v.l.n.r: Eliseo Gmünder (Trainer), Seline Fuchs, Emma Gubser, Antonia Manser, Sarah Pfändler, Marharyta Zhelezniak, Kathrin Limacher (Trainerin)
4. Reihe v.l.n.r.: Hana Teame, Milena Inauen, Eloise Lotz
es fehlt: Lorena Gutsche

Datum	Zeit	Heimteam	Gastteam	Halle
17.10.26	12:00	VBC Andwil-Arnegg	**Appenzeller Bären**	Doppelturnhalle Ebnet, Andwil
18.10.26	15:00	Volley Waldkirch	**Appenzeller Bären**	Turnhalle Bünt, Waldkirch
31.10.26	09:00	Volley Goldach	**Appenzeller Bären**	Bachfeld 1, Goldach
21.11.26	11:00	**Appenzeller Bären**	STV Berg	Gymnasium St. Antonius
29.11.26	09:00	**Appenzeller Bären**	VBC Wittenbach	Sporthalle Wühre, Appenzell
29.11.26	11:00	**Appenzeller Bären**	VBC Heiden	Sporthalle Wühre, Appenzell

Vorschau Damen U18

Viele motivierte junge Spielerinnen trainieren voller Vorfreude auf ihre erste Saison auf dem Grossfeld. Endlich zu sechst auf dem Spielfeld zu stehen freut die Spielerinnen. Die Veränderung bringt neue Herausforderungen mit sich. So sind die Distanzen für den Ball weiter, Laufwege verlängern sich und die Kommunikation auf dem Feld nimmt zu. Dies wird fleissig geübt und gleichzeitig wird an den Grundtechniken gefeilt. Einzig das Läufersystem von Position 1 und der Hilfspass auf Position 5 ist vielen bereits ein Begriff und wurde im Kleinfeld schon eingeübt.

Ein Teil der kompletten Trainingsgruppe startet im Herbst in die Meisterschaft und die restlichen haben das Ziel auf die Rückrunde ebenfalls in die Meisterschaft einzusteigen. Dies gibt einigen noch etwas mehr Zeit in der Vorbereitung.

Durch die Umstellung im Nachwuchsbereich, welche weg von der klaren Altersgrenze führte, werden alle Spielerinnen auch nochmals auf dem Kleinfeld an der Rookie-Meisterschaft teilnehmen. So werden alle viel Spielerfahrung sammeln können.

Trainiert wird jeden Dienstag in zwei Trainingsgruppen auf dem Grossfeld und donnerstags besuchen alle Spielerinnen ein zweites Training auf dem Kleinfeld.

Die Motivation ist spürbar und freudig erwarten alle ihr erstes Spiel.

Eliseo Gmünder
Ramon Bloch
Kathrin Limacher



Herren U18



hinten v.l.n.r.: Stefanie Messmer (Trainerin), Leandro Schai, Lukas Seydel, Noah Keller, Noe Kuster, Julian Balg
vorne v.l.n.r.: Nicola Messmer, Fabio Messmer, Julian Schoch, Leon Bloch, Fabian Hollenstein, Laurin Signer
es fehlt: Raoul Kobelt

Turnierdaten Herren U18
13. September 2026
01. November 2026
29. November 2026
10. Januar 2027
07. März 2027 (Finalturnier)

Vorschau Herren U18

Die U18 Herren haben ihre 1. Meisterschaft auf dem Grossfeld super gemeistert.

Nun gehört ein Grossteil der Jungs zu den ältesten und es gilt sich zu beweisen. Das Team wird durch Raoul Kobelt vom STV St. Gallen ergänzt. Er hat sich bestens im Team integriert. Im Training haben wir ebenfalls Zuwachs erhalten, was uns optimale Trainingsbedingungen ermöglicht.

Das 1. Turnier haben wir bereits hinter uns und konnten mit 2 Siegen erfolgreich in die neue Saison starten.

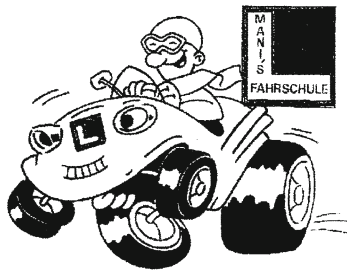
Wir sind gespannt, wo der Weg hinführt und wie sich die Jungs weiterentwickeln. Eines steht fest: Die Jungs sind eine eingeschworene Truppe. Sie lieben den Volleyballsport, sind zuverlässig im Training und haben Freude daran, Neues zu lernen. Auch neben dem Feld unternehmen sie viel zusammen.

Es macht Spass, dieses Team durch die Saison zu begleiten.

Stefanie Messmer

koch kälte ag
Medizintechnik
Rütistrasse 16 | CH – 9050 Appenzell
www.koch-kaelte.ch

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



Herren U16



hinten v.l.n.r.: Sascha Messmer (Trainer), Rouven Studer, Nicola Messmer, Mael Keller, Hannibal Inauen, Fabio Messmer, Lionel Schwizer
vorne v.l.n.r.: Valentin Herger, David Dörig, Jonas Messmer, Noah Koch, Andrin Speck, Laurin Signer, Morice Keller
es fehlt: Tim Vinzent

Turnierdaten Interregio U16
20. September 2026
25. Oktober 2026
20. Dezember 2026
07. Februar 2027
07. März 2027

Turnierdaten Rookie 2
15. November 2026 (Heimturnier)
06. Dezember 2026
10. Januar 2027
21. Februar 2027
21. März 2027 (Finalturnier)

Vorschau Herren U16

Vom 4 -4 zum 6 - 6, erstmals U16-Interregio-Meisterschaft

In der letzten Saison konnten sich unsere beiden Teams für das Finalturnier der regionalen Minivolleyball Meisterschaft qualifizieren. Diesen Erfolg möchten wir in unserer letzten U16-Saison gerne wiederholen. Wir starten wiederum mit zwei Teams bei der Kategorie Rookie 2. Wir gewöhnen uns Schritt für Schritt an die neuen Regeln. Auch das System mit Passeur Penetration 1 wollen wir weiter optimieren.

Neu dürfen wir am Montag eine Viertelstunde länger trainieren. Dieser Umstand ist erfreulich. So können wir nämlich am Schluss bei einem Match länger spielen, und das üben, was wir vorher im Training gelernt haben. Ausser wenn gerade Chilbimontag ist, ist die Trainingsanwesenheit der Jungs vorbildlich.

Ein grosses Ziel in dieser Saison bildet der Wechsel vom 4-4 auf dem kleinen Spielfeld zum 6-6 auf dem grossen, normalen Volleyballfeld. Weil noch nicht alle Spieler gleich viel Kraft haben, wird manchmal die solide Grundtechnik vom kleinen Feld auf dem grossen Feld vernachlässigt. Dies bildet eine Herausforderung bei den ersten Ballwechseln im Spiel 6 gegen 6. Wir haben aber bereits viele Fortschritte erzielt und erste Erfolge gefeiert. Das Training zahlt sich aus.

Neben den Rookie-Turnieren nehmen wir erstmals an der U16-Interregio-Meisterschaft teil. So haben wir zwar einen dicht gedrängten Turnierplan und können dafür allen Spielerinnen genügend Spielminuten ermöglichen. Bleibt zu hoffen, dass die motivierte, engagierte Truppe noch viele Jahre zusammenbleibt. Dann bildet das Team ein Versprechen für die Zukunft.

Sascha Messmer

Neubau

Umbau

Sichtbeton

Renovationen

Für alle Baumeisterarbeiten im Appenzellerland
appenzellerbau ag
° www.appenzellerbauag.ch
° info@appenzellerbauag.ch
Wir sind auch ein Lehrbetrieb!
Melde dich bei uns für einen Kennenlerntag oder eine Schnupperwoche!

Rookie 2 Damen



hinten v.l.n.r.: Marharyta Zhelezniak, Lea Seydel, Arsema Teame, Emma Gubser, Jalina Hollenstein, Anna Alder (Trainerin)
mitte v.l.n.r.: Emma Bartholet (Trainerin) Sophie Manser (Trainerin), Vivien Nef, Lina Signer, Sarah Manser, Mirjam Sutter, Noé Manser (Trainerin)
vorne v.l.n.r.: Tiara Mazenauer, Seline Fuchs, Meline Mohler, Ella Signer
es fehlen: Hana Teame, Elin Rusch, Antonia Manser, Anouk Manser, Eloise Lotz, Delia Koch, Milena Inauen, Lorena Gutsche

Turnierdaten Rookie 2
15. November 2026 (Heimturnier)
06. Dezember 2026
10. Januar 2027
21. Februar 2027
21. März 2027 (Finalturnier)

Kids Volley Damen



1. Reihe: Andrina Dörig, Adriana Inauen
2. Reihe: Emma Mazenauer, Mina Meister, Malin Manser, Malea Neff
3. Reihe: Jelaina Rusch, Arina Fässler, Mila Holderegger, Meret Koller, Ulviye Bakir, Carina Inauen
4. Reihe: Marielle Büchel, Melia Fässler, Jolina Rusch, Carla Bircher, Alina Etter (Trainerin)
5. Reihe: Alessia Manser (Trainerin), Danait Bereket, Hanna Tekie, Hana Teame

Turnierdaten Kids Volley
01. November 2026
13. Dezember 2026
17. Januar 2027
28. Februar 2027
21. März 2027 (Finalturnier)

Rookie 2 Herren



hinten v.l.n.r.: Hannibal Inauen, Kevin Speck (Trainer) Noah Koch, Jonas Messmer, Valentin Herger, Tim Vinzent,
vorne v.l.n.r.: Morice Keller, Andrin Speck, Claudio Koch, Crispin Ebneter, David Dörig

Mit viel Motivation starten unsere U14- und U16-Spieler in die neue Volleyballsaison. In diesem Jahr spielen wir neu im System Rookie 2. Für viele Spieler wird es eine tolle Gelegenheit sein, wertvolle Erfahrungen auf dem Spielfeld zu sammeln. Auch für mich ist die Saison etwas Besonderes, da ich die Mannschaft neu übernommen habe. Ich freue mich sehr darauf, das Team durch die kommenden Trainings und Turniere zu begleiten.
Gemeinsam wollen wir uns spielerisch weiterentwickeln und Neues dazulernen.
Ein wichtiges Ziel ist es zudem, als Mannschaft immer stärker zusammenzuwachsen. Dabei sollen der Teamgeist und die Freude am Volleyball stets im Mittelpunkt stehen. Besonders freuen wir uns auf die verschiedenen Miniturniere und viele spannende Spiele.
Ich bin zuversichtlich, dass uns eine tolle Saison mit vielen schönen gemeinsamen Erlebnissen bevorsteht.

Kevin Speck

Turnierdaten Rookie 2
15. November 2026 (Heimturnier)
06. Dezember 2026
10. Januar 2027
21. Februar 2027
21. März 2027 (Finalturnier)

Plausch



hinten v.l.n.r.: Bruno Hörler, Isabelle Marty, Ruth Messmer, Daniela Brülisauer, Reto Dörig, Hanspeter Gredig
vorne v.l.n.r.: Karl Koch, Beatrice Kölbener, Bruno Rusch, Monika Gschwend, Maria Hörler
es fehlen: Urs Schrackmann, Susanne Schinko-Fischli, Harald Sprenger, Markus Stäger



Beach U23 Appenzell



hinten v.l.n.r.: Fabio Messmer, Ramon Bloch, Nicolas Messmer, Jana Streule, Giannina Koster
vorne v.l.n.r.: Sophie Manser, Leon Bloch, Eliseo Gmünder, Noa Keller

Saisonrückblick Beachvolleyball 2026

Ein herrlicher Beachvolleyball-Sommer geht zu Ende. Bei bestem Sommerwetter konnten wir auf der Sportanlage Schaies zahlreiche coole und abwechslungsreiche Trainings durchführen.

Natürlich stand der Ball im Mittelpunkt: Wir haben viel gespielt, verschiedene Spielsituationen geübt und dabei unsere Technik und unser Zusammenspiel verbessert. Auch Kraftübungen gehörten regelmässig zum Training und sorgten für die nötige Fitness im Sand.

Der Sommer zeigte sich dieses Jahr von seiner besonders heissen Seite. Sonne und hohe Temperaturen begleiteten uns fast durch die ganze Saison. Ausgerechnet an unserem Fototermin erwischten wir dann einen der wenigen Regentage – perfektes Timing! Doch auch davon liessen wir uns die gute Laune nicht verderben.

Besonders erfreulich war, dass sich einige unserer Spieler auch an Turnieren mit anderen Teams messen konnten. Dabei sammelten sie wertvolle Erfahrungen und konnten das im Training Gelernte unter Wettkampfbedingungen anwenden.

Ein besonderes Highlight gelang Fabio Messmer und Gian Ledergerber: Die beiden qualifizierten sich als die jüngsten Spieler der Kategorie für die U16 Junior Beach SM in Luzern. Ein schöner Erfolg und eine tolle Belohnung für ihren Einsatz während der Saison! Ebenfalls sehr erfolgreich war Nelson Regli als Schweizermeister, welcher das Volleyball bei den Appenzeller Bären erlernt hat.

Herzliche Gratulation euch allen!

Bei allem Training und sportlichen Ehrgeiz durfte eines nie fehlen: der Spass am Beachvolleyball! Gemeinsam spielen, sich bewegen, Fortschritte machen und eine gute Zeit im Sand verbringen – genau das machte unsere Beachvolleyball-Saison 2026 aus.

Blick nach vorne

Ganz vorbei ist die Beach-Saison aber noch nicht. Die kommenden sonnigen Herbsttage wollen wir nutzen, um nochmals möglichst viel Zeit im Sand zu verbringen.

Gleichzeitig steigt bereits die Vorfreude auf die Saison 2027. Unser Ziel ist es, noch mehr Jugendliche für den Beachvolleyball zu begeistern, gemeinsam weiter Fortschritte zu machen und vermehrt an Turnieren teilzunehmen. Vielleicht gelingt es uns im nächsten Jahr sogar, mit noch mehr Teams an den Start zu gehen.

Wir freuen uns schon jetzt auf viele Trainings, spannende Spiele, tolle Turniere und vor allem auf ganz viel Beachvolleyball im Jahr 2027!

Roland Koch

KOCH
KOCH AG
Strassen- & Tiefbau | Kies & Beton
Appenzell | St.Gallen | Bischofszell | Gais
www.koch-appenzell.ch
Hopp!

HV 2026

Wechsel in der Vereinsleitung

Am 4. Juni 2026 trafen sich die Appenzeller Bären zur 39. Hauptversammlung.

Vereinspräsidentin Salome Kuster blickte auf die wichtigsten Anlässe und sportlichen Höhepunkte des vergangenen Vereinsjahres zurück. Anschliessend liess der sportliche Leiter Sascha Messmer die Saison der Aktivteams Revue passieren.

Nach mehreren sportlich sehr erfolgreichen Jahren mussten die Bärenteams diesmal auf Meisterehren verzichten. Die erste Damenmannschaft steigt trotz guter Leistungen in der 1. Liga wieder in die 2. Liga ab. Zudem gab Messmer den freiwilligen Rückzug der ersten Herrenmannschaft in die 3. Liga bekannt. Dort wird das Team künftig durch Junioren aus der U18 und U20 verstärkt. Langfristig soll so der Wiederaufstieg in die höchste Regionalliga gelingen.

Doch ein Verein lebt nicht nur von sportlichen Erfolgen. Ebenso wichtig sind Zusammenhalt, Respekt und die Bereitschaft, Verantwortung zu übernehmen – im eigenen Team, als Coach oder Schiedsrichter und beim sorgfältigen Umgang mit Hallen und Material.

Juniorenverantwortliche Myriam Baumann blickte vor ihrer Verabschiedung auf eine erfolgreiche Nachwuchssaison zurück. Neben dem Volleyball standen auch der Teamgeist und das gemeinsame Vereinserlebnis im Mittelpunkt.



Nach elf Jahren in der Vereinsleitung übergibt Myriam Baumann die Verantwortung für die Jugendförderung an Nadine Decher. Mit ihrem grossen Engagement hat Myriam den Nachwuchsbereich und damit den ganzen Verein über viele Jahre mitgeprägt. Entsprechend emotional fiel ihre Verabschiedung aus: Die anwesenden Bären dankten ihr mit einem lang anhaltenden Applaus.



Auch im Sekretariat kommt es zu einem Wechsel: Kathrin Limacher übernimmt die Aufgaben von Riana Hälg. Damit starten Nadine und Kathrin neu in der Vereinsleitung und bringen künftig ihre Ideen und ihre Tatkraft in den Verein ein.



Kids-Cup und M Mazenauer Beachcup 2026

Am 13. und 14. Juni fand erneut das traditionelle M Mazenauer Beach-Volleyball-Turnier statt.
Am Samstagmorgen traten zehn Teams im Modus 2 gegen 2 gegeneinander an. Nach vielen spannenden und hochklassigen Ballwechseln sicherte sich das Team Kraft / Messmer den Sieg. Besonders bemerkenswert: Die beiden spielten nach rund 20 Jahren erstmals wieder zusammen und prägten früher die bekannte Coop Beach Tour auf dem Landsgemeindeplatz.
Am Samstagnachmittag ging es mit dem 4-gegen-4-Turnier weiter, an dem acht Teams teilnahmen. Hier setzte sich das Team Streuler durch und gewann das Turnier.
Der Sonntag stand ganz im Zeichen des Nachwuchses. Trotz starkem Wind zeigten die Kids grossen Einsatz und begeisterten mit tollen Spielen. Am Ende konnten sich die «Hühner vom Strand» durchsetzen.
Besten Dank an alle Teilnehmenden für die grossartige Stimmung und die zahlreichen spannenden Ballwechsel.







DANI'S VELOLADE
Danis Velolade GmbH
Pöppelstrasse 4
9050 Appenzell Steinegg
danisvelolade.ch
raedibikes.ch
RAEDI

Sponsorenapéro 2025

Am 29. November durften wir unsere geschätzten Sponsoren zum alljährlichen Sponsoren-Apéro der Appenzeller Bären begrüssen. Dieser Anlass ist für unseren Verein ein besonderer Moment im Jahreskalender: Er bietet die Gelegenheit, persönlich Danke zu sagen und den direkten Austausch zwischen Partnern, Spielerinnen, Spielern und Vereinsleitung zu pflegen.
Während fünf spannenden Volleyballspielen konnten unsere Gäste die Atmosphäre in der Halle hautnah erleben und gleichzeitig das reichhaltige Apérobuffet geniessen. Die Mischung aus sportlicher Energie, herzlichen Gesprächen und kulinarischem Genuss sorgte für eine warme, familiäre Stimmung, wie sie unseren Verein auszeichnet.
Der Sponsoren-Apéro bleibt ein wertvoller Treffpunkt, der zeigt, wie wichtig die Unterstützung unserer Partner für den Volleyballsport in Appenzell ist. Wir freuen uns bereits auf die nächste Ausgabe und danken allen, die diesen Nachmittag mit uns geteilt haben. Danke!

Raphael Streule

Kids-Trainingstage 26

Am ersten Septemberwochenende fand das alljährliche Trainingslager Kids statt. Aus verschiedenen Gründen wurde auf ein Wochenende mit Übernachtung in Gais wie in den Vorjahren verzichtet und den Junioren- und Juniorinnenteams die Möglichkeit angeboten in der Turnhalle Wühre in Appenzell während zwei Tagen zusätzlich zu trainieren. Einige Teams nutzten die Gelegenheit der Extrastunden Volleyball für den sich nähernden Saisonstart.

Motiviert und fokussiert wurde Bälle serviert, angenommen, zugespielt, geschlagen, geblockt und verteidigt. Am Mittag gab es für alle Pizza im Terra Rossa und am Nachmittag wurden weitere Bälle gespielt, Laufwege eingeübt und Systeme verfeinert. Verschwitzt und müde verabschiedeten sich die Spielerinnen am späten Nachmittag und kehrten nach Hause zurück.

Die Motivation und Freude am Volleyball war spürbar und so freuen sich nun alle auf den kommenden Start in die Meisterschaft.











INNEN
ARCHITEKTEN
KOCH ENZLER

Wir wünschen allen eine bärenstarke Saison.

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

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

Fondueplausch und Vereinsturnier 2025

Traditioneller Spiel- und Fondueplausch mit Rekordbeteiligung

Am Samstag, 27. Dezember 2025 fand der traditionelle Spiel- und Fondueplausch der Appenzeller Bären statt. Der beliebte Jahresabschluss brachte auch in diesem Jahr Jung und Alt zusammen und sorgte für einen sportlichen, geselligen und rundum gelungenen Nachmittag und Abend.

Am Spielplausch nahmen insgesamt 14 Teams teil, womit eine neue Rekordbeteiligung erreicht wurde. In der Halle wurde mit viel Einsatz um jeden Punkt gekämpft, angefeuert und gelacht. Ganz ohne Meisterschaftsdruck, aber mit mindestens ebenso viel Ehrgeiz. Im Vordergrund stand dabei jederzeit die Freude am gemeinsamen Spiel.

Nach dem sportlichen Teil war Zeit für die wohlverdiente Regeneration. Diese fand allerdings weniger mit Stretching statt, sondern ganz gemütlich bei einem Fondue im Foyer des Kollegiums. In geselliger Runde wurde über die laufende Saison sinniert, über gewonnene und verlorene Punkte philosophiert und natürlich auch die eine oder andere Vereinsgeschichte zum Besten gegeben.









Damit war der Abend aber noch lange nicht vorbei. Bei gemeinsamen Spielen, Gesprächen und viel guter Stimmung wurde gejasst, diskutiert und zusammengesessen, bis die letzten Stunden des Abends angebrochen waren.

Der Spiel- und Fondueplausch hat damit einmal mehr gezeigt, was das Vereinsleben der Appenzeller Bären ausmacht. Sportlicher Ehrgeiz, Freude am Volleyball und vor allem ein starker Zusammenhalt über alle Altersklassen hinweg.

Ein herzliches Dankeschön gilt allen Teilnehmenden sowie allen Helferinnen und Helfern, die mit ihrem Einsatz zu diesem gelungenen Jahresausklang beigetragen haben.









Trainingslager 2026

Trainingslager des VBC Appenzell-Gonten im Kerenzerberg

Am vergangenen Wochenende war der VBC Appenzell-Gonten für zwei Tage im Trainingslager im Kerenzerberg. Von der U18 bis zu den Damen und Herren wurde an beiden Tagen viermal trainiert. Es war also ein intensives Wochenende mit vielen Trainingsstunden.

In den verschiedenen Einheiten wurde an unterschiedlichen Bereichen gearbeitet. Neben Technik und Ballkontrolle standen auch Annahme, Service, Angriff, Block und Verteidigung auf dem Programm. Natürlich kamen auch Spielformen nicht zu kurz, bei denen das Gelernte direkt umgesetzt werden konnte. So konnten sich alle Teams auf die kommende Saison vorbereiten und gleichzeitig als Mannschaft weiter zusammenwachsen.

Nach den vielen Trainingseinheiten stand am Abend noch ein kleines Spielturnier mit wild durchmischten Gruppen auf dem Programm. Zum Einwärmen gab es zuerst eine kurze Runde Alaskaball, bevor mit viel Einsatz und Spass um jeden Punkt gekämpft wurde.







Für die Damen 1 stand am Sonntag zusätzlich noch ein Cupspiel gegen Volley Rüschlikon aus der 1. Liga auf dem Programm. Das Spiel ging mit 0:3 verloren, trotzdem konnten die Appenzellerinnen einige gute Ballwechsel zeigen und sich immer wieder erfolgreich gegen die Gegnerinnen behaupten. Vor allem war das Spiel eine gute Gelegenheit, Erfahrungen zu sammeln und einiges für die nächsten Spiele mitzunehmen.

Alles in allem war es ein anstrengendes, aber gelungenes Wochenende mit viel Training, Spass und wertvollen Erfahrungen.

Salome Kuster

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!

Christchindlimarkt 2025

Appenzeller Bären sorgen für süsse Stärkung

Der Duft von frisch gebackenen Crêpes, heissem Glühwein und süssem Punsch gehörte auch 2025 zum Christchindlimarkt in Appenzell. Mittendrin: die Appenzeller Bären, die am 6. und 7. Dezember ihren traditionellen Marktstand betrieben.

Während zwei Tagen wurde Teig angerührt, wurden Crêpes gewendet und Tassen gefüllt. Zahlreiche Besucherinnen und Besucher legten auf ihrem Rundgang einen Zwischenstopp bei den Bären ein – für eine süsse Stärkung, ein warmes Getränk oder einen kurzen Schwatz.

Hinter dem Stand wechselten sich Mitglieder aus verschiedenen Teams ab. Genau das macht den Christchindlimarkt für die Appenzeller Bären besonders: Für einmal zählt nicht, wer auf welcher Position spielt oder in welcher Liga antritt. Entscheidend ist, dass alle gemeinsam anpacken. So wurde der Stand auch 2025 zu einem gelungenen Vereinsanlass und einem lebendigen Treffpunkt mitten im vorweihnachtlichen Appenzell.

Und eines steht bereits fest: Auch 2026 werden die Appenzeller Bären wieder am Christchindlimarkt dabei sein.



Vereinsleitung der Appenzeller Bären



Präsidium
Salome Kuster
Landhausstrasse 6
9000 St. Gallen
Mobile 077 445 33 47
praesidium@vbcag.ch



Vize-Präsidium
Sarah Riesen
Saum 42
9100 Herisau
Mobile 079 759 48 83
praesidium@vbcag.ch



Sekretariat
Kathrin Limacher
Schönenbühl 408
9427 Wolfhalden
Mobile 078 656 34 09
sekretariat@vbcag.ch



Finanzleitung
Maurizio Vicini
Güetlistrasse 2
9050 Appenzell
Tel P. 071 787 35 43
finanzen@vbcag.ch



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



Sportliche Leitung
Sascha Messmer
Hostet 16
9050 Appenzell
Mobile 078 843 72 79
sportlicherleiter@vbcag.ch



Speaker
Martin Pfister
Kaustrasse 197
9050 Appenzell
Mobile 079 713 74 84
speaker@vbcag.ch



Jugendförderung
Nadine Decher
Jakob-Signerstrasse 12a
9050 Appenzell
Mobile 078 947 64 29
jugendfoerderung@vbcag.ch



Sponsoring
Raphael Streule
Bartlimes 2
9108 Gonten
Mobile 079 478 22 45
sponsoring@vbcag.ch



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

Organigramm

Präsidium
Salome Kuster
praesidium@vbcag.ch

Vizepräsidium
Sarah Riesen
praesidium@vbcag.ch

Sportlicher Leiter
Sascha Messmer
sportlicherleiter@vbcag.ch

Finanzleiter
Maurizio Vicini
finanzen@vbcag.ch

Beach
Marc Messmer
beach@vbcag.ch

Jugendleitung
Nadine Decher
jugendfoerderung@vbcag.ch

Speakerwesen
Martin Pfister
speaker@vbcag.ch

Kommunikation
Thomas Migge
kommunikation@vbcag.ch

Sponsoring
Raphael Streule
sponsoring@vbcag.ch

Sekretariat
Kathrin Limacher
sekretariat@vbcag.ch

Beachvolleyballcup
Marc Messmer
079 402 08 93

J+S Coach
Stefanie Messmer
078 608 56 63

Spiel- & Hallenplanung
Sascha Messmer
078 843 72 79

Website
Thomas Migge
076 476 67 04

Vereinsbroschüre
Raphael Streule
079 478 22 45

Adressen / Datenbank
Kathrin Strässle
078 656 34 09

Beach-Training
Roland Koch
078 745 78 88

Miniturniere
Nadine Decher
078 947 64 29

Einsatzplanung
Jonas Gründler
078 610 49 60

Fotos
Thomas Migge
076 476 67 04

Inserate / Matchbälle
Debora Etter
079 259 17 09

Physio / Notfall
Michèle Messmer
079 279 76 68

Kids-Trainingslager
Kathrin Limacher
078 656 34 09

Schiedsrichterwesen
Mark Hersche
077 450 32 60

Infrastruktur / Material
Sascha Messmer
078 843 72 79

Presse
Leana Waldburger
077 261 53 83

Tenu
Dominique Manser
079 726 11 51

Sportbus
Regula Streule
078 722 02 87

Trainingslager
Sophie Manser
078 216 80 85

Schreiberwesen
Astride Bischof
079 504 10 37

Social Media
Lara Hoffmann
079 678 45 19

Kiosk
Johann Küchler
079 757 06 68

Kraftraum
Sascha Messmer
078 843 72 79

Weihnachtsmarkt
Astride Bischof
079 504 10 37

Trainer/innen

Alder Anna
Osteregg 1844, 9107 Urnäsch
077 494 34 39, s.alder@gmx.ch

Baumann Myriam
Gontenstrasse 19, 9050 Appenzell
078 820 69 87, jugendfoerderung@vbcag.ch

Bloch Ramon
Gaiserstrasse 39a, 9050 Appenzell
078 421 24 45, r.bloch008@gmail.com

Decher Nadine
Jakob-Signerstrasse 12a, 9050 Appenzell
078 947 64 29, jugendfoerderung@vbcag.ch

Gmünder Eliseo
Unterer Imm 5, 9050 Appenzell
078 209 78 69, gmuendere@bluewin.ch

Keller Marco
Weesenstrasse 12, 9050 Appenzell M'rüte
079 425 20 44 nicole.marco.kk@hotmail.ch

Koch Roland
Sonnhaldenstrasse 6, 9108 Gonten
078 745 78 88, rk@innenarchitekten-ke.ch

Küchler Johann
Zwislenstrasse 38a, 9056 Gais
079-510 69 24, johannkuechler08@gmail.com

Limacher Kathrin
Schönenbühl 408, 9427 Wolfhalden
078 656 34 09 kathrin.straessle@hotmail.com

Liu Samuel
Büelstrasse 21, 9052 Niederteufen
076 817 21 10, s.liu@gmx.ch

Manser Alessia
Zidler 42, 9057 Weissbad
075 417 57 01, alessia.manser@outlook.com

Manser Sophie
Schönenbüel 34, 9050 Appenzell Steinegg
078 216 80 85, sophie.manser@icloud.com

Messmer Ruth
Aplis 432, 9107 Urnäsch
077 406 81 18, rumessmer@bluewin.ch

Messmer Sascha
Hostet 16, 9050 Appenzell
078 843 72 79, sportlicherleiter@vbcag.ch

Messmer Stefanie
Hostet 16, 9050 Appenzell
078 608 56 63, stephanie_ruef@gmx.ch

Signer Luca
Ullmannstrasse 13b, 9014 St.Gallen
078 843 91 97, luca.signer1707@gmail.com

Speck Kevin
Wolfganghof 6, 9014 St.Gallen
079 605 24 47, kevinspeck11@gmail.com

Streule Regula
Bartlimes 2, 9108 Gonten
078 722 02 87, regula-h@bluewin.ch

Waldburger Nadine
Dorfstrasse 74, 9108 Gonten
078 751 40 13, waldburger-streule@bluewin.ch

Bartholet Emma (Hilfstrainerin)

Etter Alina (Hilfstrainerin)

Manser Noé (Hilfstrainerin)



Team-, Hallen- und Trainingsübersicht

Montag

Gymnasium	17.15-18.45	Herren U16	Sascha Messmer
Gymnasium	18.45-20.15	Herren U20	Marco Keller
Gymnasium	20.15-22.00	Damen U20-2	Johann Küchler

Dienstag

Wühre 1	17.15-18.30		
Wühre 1	18.30-20.00	Damen U20-1	Regula Streule
Wühre 1	20.00-22.00	Damen 1	Myriam Baumann / Nadine Decher
Wühre 2 / 3	18.30-20.00	Damen U18	Eliseo Gmünder / Ramon Bloch Kathrin Limacher
Wühre 2	20.00-22.15	Herren 1	Sascha Messmer

Mittwoch

Schaies	18.00-20.00	Beach U23	Roland Koch
Gymnasium	20.00-22.00	Damen 2	Stefanie Messmer

Donnerstag

Gymnasium	17.15-18.45	Rookie 2	Kevin Speck
Gymnasium	18.45-20.15	Herren U18	Stefanie Messmer
Gymnasium	20.15-22.00	Herren 2	Luca Signer
Wühre 1	17.15-18.30	Rookie 2	Anna Alder / Sophie Manser Emma Bartholet / Noé Manser
Wühre 1	18.30-19.45	Kids-Volley	Alessia Manser / Alina Etter
Wühre 2	18.30-20.00	Damen U23-1	Nadine Waldburger
Wühre 3	18.30-19.45	Damen U23-2	Myriam Baumann / Nadine Decher
Wühre 1	21.00-22.00	Damen 1	Myriam Baumann / Nadine Decher
Wühre 2	20.00-22.00	Damen 1	Myriam Baumann / Nadine Decher
Wühre 3	21.00-22.00		

Freitag

Gonten	19.30-21.00 W 20.00-21.30 S	Plausch	Ruth Messmer

Schiedsrichter/innen

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



Luca Signer

N3-Schiedsrichter

Pfeift seit 2018 für die Appenzeller Bären



Kevin Speck

N4-Schiedsrichter

Pfeift seit 2023 für die Appenzeller Bären



Thomas Simon

N3-Schiedsrichter

Pfeift seit 2021 für die Appenzeller Bären



Mark Hersche

N3-Schiedsrichter

Pfeift seit 2025 für die Appenzeller Bären



Nina Bartholet

N3-Schiedsrichterin

Pfeift seit 2023 für die Appenzeller Bären







Galerie















Wichtige Termine

Sa/So, 5./6. Dezember 2026
Weihnachtsmarkt, Stand am Chläusler, Appenzell

Samstag, 2. Januar 2027
Vereinsturnier mit Fondueplausch, Turnhalle Gymi & Foyer

Donnerstag, 27. Mai 2027
Hauptversammlung VBCAG

Samstag, 12. Juni 2027
M Mazenauer Beachvolleyball-Cup Erwachsene

Sonntag, 13. Juni 2027
M Mazenauer Beachvolleyball-Cup Kids

Sa/So, 16./17. Oktober 2027
Trainingslager Kerenzerberg

