Trainingsübersicht Appenzeller Bären 2026

Team	Trainingshalle Trainingszeiten	Name TrainerIn Bemerkungen zu Trainingseinheit	Strasse Ort	Telefon P Mobil	Telefon G Email
Montag					
Herren U16	TH Gymnasium 17.15 - 18.45 Uhr	Messmer Sascha TH Gymnasium, Montag, 17.15 - 18.45 Uhr	Hostet 16 9050 Appenzell	071-534 43 05 078-843 72 79	071-788 98 09 sportlicherleiter@vbcag.ch
Herren U20	TH Gymnasium 18.45 - 20.15 Uhr	Keller Marco TH Gymnasium, Montag, 18.30 - 20.15 Uhr	Weesenstrasse 12 9050 Appenzell	071-333 58 00 079-425 20 44	 nicole.marco.kk@hotmail.ch
Damen U20-2	TH Gymnasium 20.15 - 22.00 Uhr	Küchler Johann TH Gymnasium, Montag, 20.15 - 22.00 Uhr	Zwislenstrasse 38a 9056 Gais	071-787 02 87 079-510 69 24	 johannkuechler08@gmail.com
Dienstag					
Damen U18-2	TH Wühre 18.30 - 19.45 Uhr	Limacher Kathrin TH Wühre, Dienstag, 18.30 - 19.45 Uhr	Schönenbühl 408 9427 Wolfhalden	 078-656 34 09	 kathrin.straessle@hotmail.com
Damen U18-1	TH Wühre 18.30 - 20.00 Uhr	Gmünder Eliseo TH Wühre, Dienstag, 18.30 - 20.00 Uhr	Unterer Imm 5 9050 Appenzell	 078-209 78 69	 eliseo.karges@gmx.ch
Damen U18-1	TH Wühre 18.30 - 20.00 Uhr	Bloch Ramon TH Wühre, Dienstag, 18.30 - 20.00 Uhr	Gaiserstrasse 39a 9050 Appenzell	071-787 41 08 078-421 24 45	 r.bloch008@gmail.com
Damen U20-1	TH Wühre 18.30 - 20.00 Uhr	Streule Regula TH Wühre, Dienstag, 18.30 - 20.00 Uhr	Bartlimes 2 9108 Gonten	071-780 08 46 078-722 02 87	 regula-h@bluewin.ch
Damen 1	TH Wühre 20.00 - 22.00 Uhr	Decher Nadine TH Wühre, Dienstag, 20.00 - 22.00 Uhr	Jakob-Signerstrasse 12a 9050 Appenzell	 078-947 64 29	 nadine.decher@hotmail.ch
Damen 1	TH Wühre 20.00 - 22.00 Uhr	Baumann Myriam TH Wühre, Dienstag, 20.00 - 22.00 Uhr	Nollenstrasse 42 9050 Appenzell	 078-820 69 87	 myriam.baumann@hotmail.co
Herren 1	TH Wühre 20.00 - 22.15 Uhr	Messmer Sascha TH Wühre, Dienstag, 20.00 - 22.15 Uhr	Hostet 16 9050 Appenzell	071-534 43 05 078-843 72 79	071-788 98 09 sportlicherleiter@vbcag.ch
Mittwoch					
Beachvolleyball	Schaies 18.00 - 20.00 Uhr	Koch Roland Schaies, Mittwoch, 18.00 - 20.00 Uhr	Sonnhaldenstrasse 6 9108 Gonten	071 794 12 63 078-745 78 88	071-794 10 92 info@koch-innenarchitektur.ch
Damen 2	TH Gymnasium 20.00 - 22.00 Uhr	Messmer Stefanie TH Gymnasium, Mittwoch, 20.00 - 22.00 Uhr	Hostet 16 9050 Appenzell	071-534 43 05 078-608 56 63	 js-coach@vbcag.ch

Trainingsübersicht Appenzeller Bären 2026

Team	Trainingshalle Trainingszeiten	Name TrainerIn Bemerkungen zu Trainingseinheit	Strasse Ort	Telefon P Mobil	Telefon G Email
Donnerstag					
Damen Rookie 2	TH Wühre 17.15 - 18.30 Uhr	Bartholet Emma TH Wühre, Donnerstag, 17.15 - 18.30 Uhr	Gass 23 9050 Appenzell Steinegg	077-433 07 93 079-303 38 90	 emmabartholet@icloud.com
Damen Rookie 2	TH Wühre 17.15 - 18.30 Uhr	Manser Noé TH Wühre, Donnerstag, 17.15 - 18.30 Uhr	Sonnenfeldstrasse 12 9050 Appenzell	 077-504 99 81	 noe.manser@gmail.com
Damen Rookie 2	TH Wühre 17.15 - 18.30 Uhr	Manser Sophie TH Wühre, Donnerstag, 17.15 - 18.30 Uhr	Schönenbüel 35 9050 Appenzell Steinegg	 078-216 80 85	 sophie.manser@icloud.com
Damen Rookie 2	TH Wühre 17.15 - 18.30 Uhr	Alder Anna TH Wühre, Donnerstag, 17.15 - 18.30 Uhr	Osteregg 1844 9107 Urnäsch	077-494 34 39 	 s.alder@gmx.ch
Herren Rookie 2	TH Gymnasium 17.15 - 18.45 Uhr	Speck Kevin Gymnasium, Donnerstag, 17.15 - 18.45 Uhr	Wolfganghof 6 9014 St. Gallen	 079-605 24 47	 kevinspeck11@gmail.com
Damen U23-2	TH Wühre 18.30 - 19.45 Uhr	Baumann Myriam TH Wühre, Donnerstag, 18.30 - 19.45 Uhr	Nollenstrasse 42 9050 Appenzell	 078-820 69 87	 myriam.baumann@hotmail.co
Damen U23-2	TH Wühre 18.30 - 19.45 Uhr	Decher Nadine TH Wühre, Donnerstag, 18.30 - 19.45 Uhr	Jakob-Signerstrasse 12a 9050 Appenzell	 078-947 64 29	 nadine.decher@hotmail.ch
Kids Volley	TH Wühre 18.30 - 19.45 Uhr	Etter Alina TH, Wühre, Donnerstag, 18.30 - 19.45 Uhr	Sälde 1 9050 Appenzell	 079-815 20 98	 alina.etter@gmx.ch
Kids Volley	TH Wühre 18.30 - 19.45 Uhr	Manser Alessia TH Wühre, Donnerstag, 18.30 - 19.45 Uhr	Zidler 42 9057 Weissbad	 075-417 57 01	 alessia.manser@outlook.com
Damen U23-1	TH Wühre 18.30 - 20.00 Uhr	Waldburger Nadine TH Wühre, Donnerstag, 18.30 - 20.00 Uhr	Dorfstrasse 74 9108 Gonten	071-794 10 44 078-751 40 13	071-787 35 45 waldburger-streule@bluewin.c
Herren U18	TH Gymnasium 18.45 - 20.15 Uhr	Messmer Stefanie TH Gymnasium, Donnerstag, 18.45 - 20.15 Uhr	Hostet 16 9050 Appenzell	071-534 43 05 078-608 56 63	 js-coach@vbcag.ch
Damen 1	TH Wühre 20.00 - 22.00 Uhr	Baumann Myriam TH Wühre, Donnerstag, 20.00 - 22.00 Uhr	Nollenstrasse 42 9050 Appenzell	 078-820 69 87	 myriam.baumann@hotmail.co
Damen 1	TH Wühre 20.00 - 22.00 Uhr	Decher Nadine TH Wühre, Donnerstag, 20.00 - 22.00 Uhr	Jakob-Signerstrasse 12a 9050 Appenzell	 078-947 64 29	 nadine.decher@hotmail.ch
Herren 2	TH Gymnasium 20.15 - 22.00 Uhr	Signer Luca TH Gymnasium, Donnerstag, 20.15 - 22.00 Uhr	Ullmannstrasse 13b 9014 St. Gallen	 078-843 91 97	 luca.signer1706@gmail.com
Freitag					
Plausch Mixed Gonten	TH Gonten Winter: 19.30-21.00 Uhr,	Messmer Ruth TH Gonten, Freitag, Winter: 19.30 - 21.00 Uhr, Sommer: 20.00 - 21.30 Uhr	Dürrhalde 15 9107 Urnäsch	071 364 24 64 077-406 81 18	 rumessmer@hotmail.com