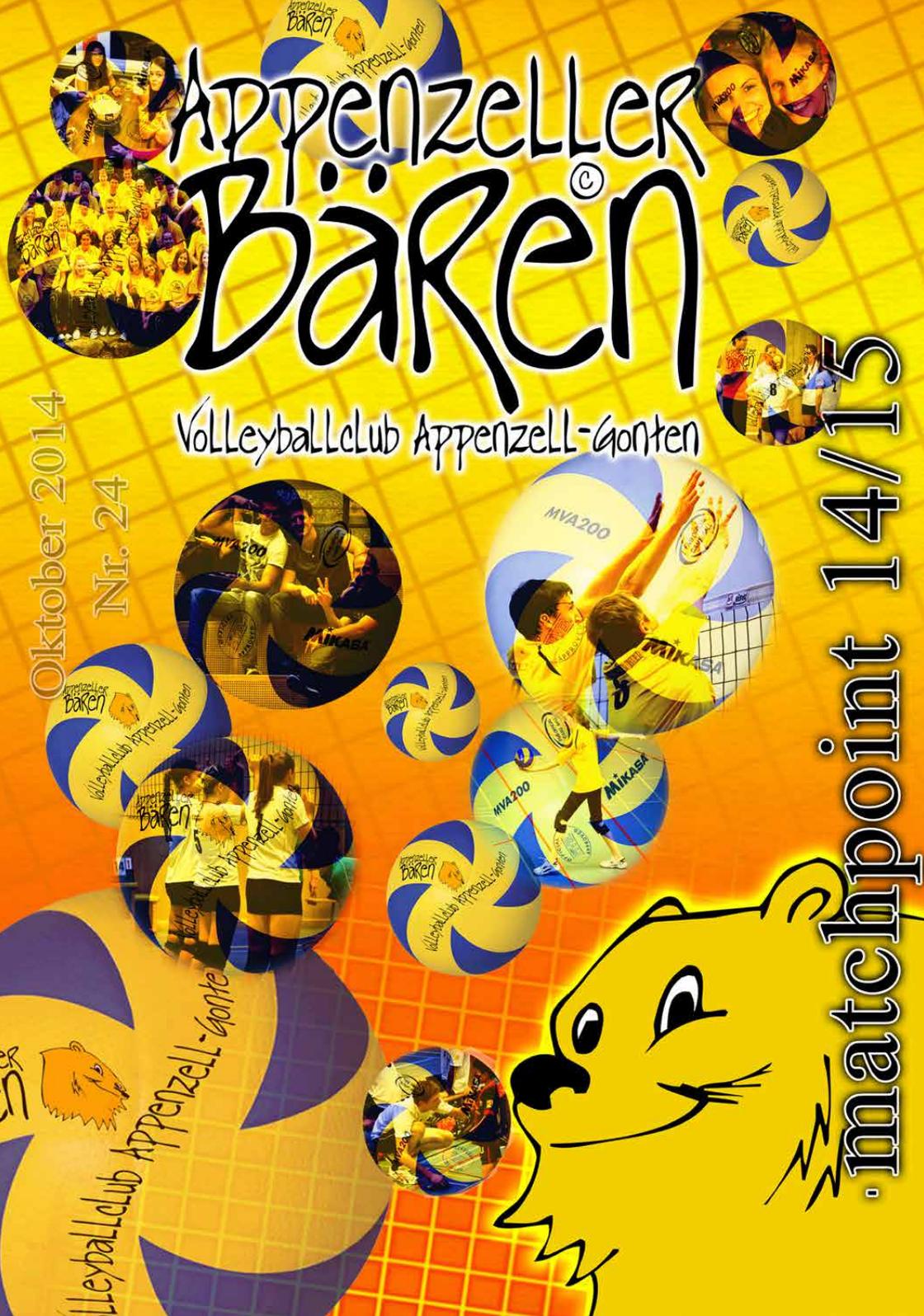


# Appenzeller Bären<sup>®</sup>

Volleyballclub Appenzell-Gonten

Oktober 2014  
Nr. 24

Matchpoint 14/15





ENJOYNEERING

## DER NEUE SEAT LEON CUPRA AB FR. 35'450.-\*

280 PS. ULTIMATIVER ADRENALINKICK.

FOLGEN SIE UNS AUF:     **SEAT.CH**

\*SEAT Leon SC CUPRA 2.0 TSI 265 PS, Listenpreis Fr. 37'950.- ./.. WOW!- Bonus von Fr. 2'500.- = Endpreis Fr. 35'450.-, Verbrauch: 6.6 l/100 km; CO<sub>2</sub>-Emissionen: 154 g/km; Energieeffizienz-Kategorie E. Abgebildetes Modell: Leon SC CUPRA 2.0 TSI 280 PS, Listenpreis Fr. 44'860.- ./.. WOW!- Bonus von Fr. 2'500.- = Endpreis Fr. 42'360.-, Verbrauch: 6.6 l/100 km; CO<sub>2</sub>-Emissionen: 154 g/km; Energieeffizienz-Kategorie E. Durchschnitt der CO<sub>2</sub>-Emission der Fahrzeuge in der Schweiz: 148 g/km. Angebot gültig bis 30.6.14. Weitere SEAT Angebote finden Sie auf seat.ch

### CITY-GARAGE AG

Zürcherstrasse 162 - 9001 St. Gallen - T. 071 274 80 74 - [www.city-garage.ch](http://www.city-garage.ch)

#### Vertriebspartner

St. Galler Strasse 76 - 9403 Goldach - T. 071 844 50 30

Breitestrasse 3 - 9532 Rickenbach b. Wil - T. 071 929 80 30

## Inhalt «Matchpoint» Nr. 24, Oktober 2014

<b>Editorial - Strategie des Vereins</b>	3&4
<b>Unsere Sponsoren</b>	5
<b>Unsere Ballonsponsoren</b>	7
<b>Unsere Gönner</b>	9
<b>Ziele und Einschätzungen des Trainers Herren 1</b>	11&12
<b>Ziele und Einschätzungen der Trainer Damen 1</b>	15&16
<b>Teams</b>	
◆ Herren 1	13
◆ Damen 1	17
◆ Damen 2	19
◆ Herren 2	21
◆ Herren 3	23
◆ Damen 3	25
◆ Damen U23	27
◆ Herren U19	29
◆ Damen U19	31
◆ Damen U17	33
◆ Mini Appenzell	35
◆ Mini Schwende	37
◆ Plausch	39
<b>Plauschtrainingslager</b>	41 - 43
<b>Impressionen der HV</b>	45&47
<b>Vorbereitungsturnier Davos</b>	49
<b>Mazenauer Beachvolleyballcup</b>	50&51
<b>Trainingslager Stein im Fricktal 2014</b>	52-55
<b>Weihnachtsmarkt</b>	56
<b>Spiel- und Fondueplausch</b>	57
<b>Unsere Trainer</b>	58
<b>Unsere Schiedsrichter</b>	59
<b>Vereinsleitung</b>	61
<b>Trainingsübersicht</b>	62
<b>Teamübersicht</b>	63
<b>Organigramm</b>	64

<b>Impressum</b>	Auflage:	400 Exemplare
<a href="http://www.vbcag.ch">www.vbcag.ch</a>	Redaktion:	Patrick Manini
	Texte:	B. Rusch, S. Messmer, T. Migge, TrainerInnen
	Fotos:	Bruno Rusch, Reto Schadegg, Catiana Baumgartner
	Erscheint:	Oktober



**Unsere  
Versicherungen**

Gebäude  
Hausrat  
Privathaftpflicht  
Reisen  
Fahrhabe  
Betriebsunterbruch

Einfach unkompliziert.

[www.appvers.ch](http://www.appvers.ch)



**appenzeller**  
Versicherungen

# Strategie des Vereins

Mitglieder, welche lieber einen höheren Mitgliederbeitrag zahlen, damit sie weniger Einsätze leisten müssen, kann sich in der heutigen Zeit negativ auswirken. Da sagt sich manch einer: „Ich zahle mehr, dafür muss ich nicht mithelfen.“ Wenn die Mehrheit der Mitglieder so denkt, fehlen plötzlich überall HelferInnen und der Vereinsgedanke «Vereint etwas tun» geht verloren!!



Im Jahre 2007 hat die Vereinsleitung die zehn wichtigsten Themen in einem Strategieworkshop definiert und diese mindestens einmal jährlich geprüft. Die nachfolgenden 10 Punkte wurden nach Priorität aufgelistet:

Jugendförderung oberste Priorität. Konzentration auf Anfänger/Minis auch in der Zukunft.

Zwecks einfacherer Einbindung von neuen SpielerInnen sollte mindestens ein Herren- und/oder Damenteam 1. Liga oder höher spielen.

Realisation Beachplätze in Appenzell damit Beachtrainings für Schüler angeboten werden kann. Ziel, neue Mitglieder via Beach in den Verein holen.

Weniger als vier aktive Teams sind für die Aufgabenverteilung innerhalb des Vereines nicht ideal. Die Integration von JuniorenInnen in die aktiven Teams muss in Zukunft noch mehr vorangetrieben werden.

Externe Information unserer Jugendförderung in Zeitungen, Homepage, Sponsorinfos, Speaker an Meisterschaftsspielen usw.

Kontinuität VL/Trainer/Schiedsrichter einbringen. Nachfolgeplanung in der VL längerfristig, damit Know-how Austausch innerhalb VL möglich ist.

Sponsoringkonzept und vor allem Gönnermitglieder erhalten oder sogar ausbauen, damit wir auch in Zukunft qualifizierte Trainer in genügender Anzahl haben.

Ausgaben-, Einnahmenkontrolle, genügend Reserve für allfällige Aufstiege.

Medienpräsenz in der Zukunft erhöhen.

Sponsorenkarte an Vereinsmitglieder abgeben, damit diese an unsere Sponsoren bei jedem persönlichen Kontakt als Dankeschön übergeben werden kann.

Einige Ziele und/oder Prioritäten mussten in den vergangenen Jahren grundsätzlich überdenkt werden. Z.B. konnte die Realisation von Beachplätzen in Appenzell nicht verwirklicht werden, da zu viele externe Einflussfaktoren mitspielten.

Aufgrund des Wegfalls von Anlässen wie Fastnacht oder Beachparty fehlen regelmäßige Einnahmequellen und der Verein muss leider seit zwei Jahren Verluste verbuchen. Die Vereinsrechnung sollte mittel- bis langfristig ausgeglichen sein. Das bedingt eine gewisse finanzielle Planung, die über das Jahresbudget hinausgeht und Weitsicht erfordert. Aus diesem Grund dürfen wir nicht über Jahre mit negativen Zahlen vorlieb nehmen sondern müssen frühzeitig die Ausgaben reduzieren oder mehr Einnahmen erzielen!

Andere Ziele konnten erreicht werden. Vor allem die wichtigen Positionen im Verein werden über Jahre durch die gleichen Personen besetzt. Im Trainerstab dürfen wir auf die langjährige Unterstützung von Sascha Messmer, Marco Keller, Marco Zehnder, Hari Walz, Mirjam Baumann und weitere TrainerInnen zählen. Die Vereinsleitung

# Strategie des Vereins

setzt sich seit 2007 gleich zusammen und wurden durch Rahel Fritsche im Jahr 2011 und durch Thomas Migge im Jahr 2012 verstärkt. Auch bei anderen wichtigen Aufgaben im Verein wie Schreiberverantwortliche mit Tanja Schmid, Sportbuskoordinatorin mit Regula Streule oder Einsatzplanung mit Lukas Baumann dürfen wir auf Mitglieder mit viel Erfahrung in ihren Bereichen zurückgreifen.

Im Oktober 2013 setzte sich die Vereinsleitung wiederum zusammen und überprüfte im Detail die heutige Situation. Vieles wurde seit Gründung des Vereins ausgezeichnet umgesetzt und bedarf keiner Anpassung. Die Organisation darf mit einem KMU verglichen werden. Damit der Verein weiterhin so erfolgreich unterwegs sein kann, müssen die wichtigsten Ziele laufend überprüft werden und allenfalls angepasst werden. Die folgenden Themen wird die Vereinsleitung in Jahr 2014 umsetzen oder hat diese bereits umgesetzt:

## Jugendförderung

Zusammenarbeit mit anderen Vereinen im Jugendbereich (Volleyball- oder Sportvereine)

Anfänger Volleyballkurse (Beach/Halle) 3-4 Weekends anbieten

Volleyballtraining in Schulen, anderen Sportvereinen

Kommunikation (Facebook, Zeitungsinserat etc.) erweitern

Pflicht an der Mini-Meisterschaft

Elterninformationsanlässe je nach Team oder gesamt

Kids-Volley Trainings anbieten

## Beachvolleyball

Turnier in Urnäsch mit Appenzeller Vereinen

Sommerprogramm Gesamtverein in Urnäsch

## Anlässe

Organisierte Besuche von Auswärtsspielen

## Diverses

Traineraus- und Fortbildung forcieren

iPad für Trainingsbeurteilung

Vereinsbroschüre, Berichtsqualität, neues Titelblatt sowie neue Themen wie z.B.

Spielerinterview

Anlässlich der Hauptversammlung im Juni 2014 wurden diese Punkte den Vereinsmitgliedern im Detail erläutert.

Ich hoffe, dass die vorliegende Vereinsbroschüre über viele interessante Berichte und vor allem Fotos verfügt.

Bruno Rusch

## Unsere Sponsoren

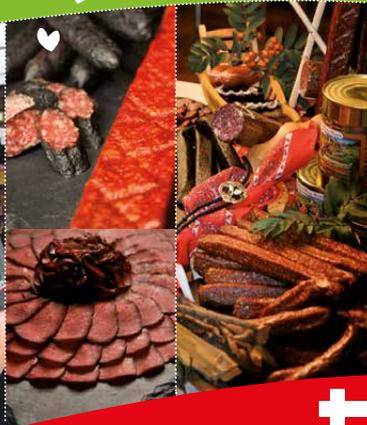
- Hauptsponsoren:** Appenzeller Kantonalbank, Appenzell  
Appenzeller Versicherungen, Appenzell  
Druckerei Appenzeller Volksfreund, Appenzell  
Brauerei Locher, Appenzell  
Sport Baumann, Appenzell
- Co. Sponsoren:** Die Mobiliar Versicherungen&Vorsorge, Appenzell  
Kühnis Brillen, Appenzell  
Bauplanung Rusch, Gontenbad  
Elektro Schwizer, Appenzell  
Garage Waldburger, Hundwil  
Concordia, Appenzell
- Bandenwerbung:** Mosterei Möhl AG, Arbon  
Langenegger Baugeschäft, Appenzell
- Tenuesponsoren:** Appenzeller Holzbau, Appenzell  
Spirig Möbel- und Innenausbau, Oberegg  
Getränkediscount Scheidweg, Appenzell
- Eventsponsor:** M Mazenauer AG, Appenzell

Naturprodukte aus Appenzell  
natürlich & gesund

Spezialitäten-Metzg Wetter



Familie Wetter und ihr Team  
beraten Sie gerne!



Wetter Catering

Wetter Wild

San Vitalis

Appenzeller  
Milch

Wetter Metzger

Spezialitäten Metzger Wetter

Hirschengasse 4 | CH-9050 Appenzell

Tel: +41 (0) 71 787 13 67 | Fax: +41 (0) 71 787 46 21

E-Mail: [info@metzg.ch](mailto:info@metzg.ch) | [www.metzg.ch](http://www.metzg.ch)



## Ihr Reisebüro in Appenzell!



Weissbadstrasse 9  
9050 Appenzell  
Tel. 071 780 05 60  
[www.muellener-touristik.ch](http://www.muellener-touristik.ch)



Landi  
APPENZELL AG  
[www.landiaappenzell.ch](http://www.landiaappenzell.ch)



## Ihr Partner für:

- Haus und Garten
- Getränke
- Gemüse und Früchte
- Pflanzen und Zubehör
- Tiernahrung



LANDI...  
angenehm  
anders!

## Ein herzliches Dankeschön unseren BallSponsoren

KUK Elektronik AG  
Restaurant Hof



Appenzell 2X  
Appenzell 2X

Pius Schäfler AG  
Restaurant Rank  
Centro Italiano  
Restaurant Eischen Kau



Gossau  
Appenzell  
Appenzell  
Appenzell

Restaurant Bäckerei Schäfli  
roland koch innenarchitektur Gmbh

Steinegg  
Gonten

Restaurant Hirschen  
BBT Koller Guido  
Kopp G. Maschinen für Haushalt+Gastgewerbe

Gais  
Gais  
Appenzell

Wild&Partner Heizungen  
Breitenmoser App. Fleischspezialitäten  
Eugster Roman GmbH  
Restaurant Bollenwees



Appenzell  
Appenzell  
Appenzell  
Brülisau

Restaurant Bad Gonten  
Restaurant Kaubad  
Säntis Romantikhôtel



Gontenbad  
Appenzell  
Appenzell

Freudenberg Hotel Panorama  
Restaurant Krone  
Löwen Drogerie

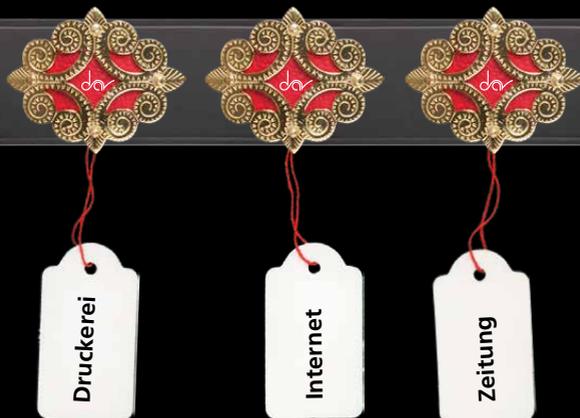


Appenzell  
Hundwil  
Appenzell

Streule Haushalt AG  
Hotel Appenzell



Appenzell  
Appenzell



## Uns kriegen Sie im Multipack

Der Dialog mit Ihren Kunden ist so vielfältig wie eine Appenzeller Bergwiese. Bei uns finden Sie deshalb verschiedene Möglichkeiten aus einer Hand. Angefangen beim Druck über Web-Lösungen bis hin zur Veröffentlichung in Internet und Zeitung.



Druckerei Appenzeller Volksfreund | Engelgasse 3 | 9050 Appenzell

T 071 788 30 00 | [admin@dav.ch](mailto:admin@dav.ch) | [www.dav.ch](http://www.dav.ch)

## Unsere Gönnern

Die folgenden Sponsoren unterstützen die Appenzeller Bären im Jugendbereich:

Landi

Enzler AG Vermögensberatung

Energie- und Wasserversorgung

HUBER+SUHNER AG

Koch & Co, AG Strassenbau

Appenzell

Appenzell

Appenzell

Herisau

Appenzell



de Blacke-Chrömer

Berggasthaus Forelle Seealp

Restaurant Stossplatz

Alpstein Kälte AG

Garage Gmünder AG

Restaurant Greenvieh

Appenzell

Weissbad

Appenzell

Appenzell

Haslen

Gonten

Die Herren 1 Spieler werden von folgenden persönlichen Sponsoren unterstützt:

Philipp Rageth:

SZS AG



A. Lehmann Elektro AG



Marco Zehnder:

Coiffeur Hairpoint



Ivan Kuster:

ORTHO-TEAM ACTIV AG



DIE Zeltvermietung



Sascha Messmer:

Hotel Krone Urnäsch



Adrian Schläpfer

Restaurant Linde



Marc Messmer

Power Cafe Bar



Jan Fritsche

Edelweiss Fenster



Dany Lutz

Huber&Suhner



## Ziele und Einschätzungen des Trainers

### **Einbau junger Spieler und Spitzenplatz realistisch**

Oft ist es so, dass sich ein Team aufgrund von grossen Personalsorgen freiwillig für den Abstieg in eine tiefere Liga entscheidet. Zum Glück ist dies bei den Appenzeller Bären nicht der Fall. Im Gegenteil, nach dem freiwilligen Abstieg ist das Team im grossen und ganzen zusammen geblieben. Zwar treten einige wenige Spieler etwas kürzer, aber auch diese verlassen den Verein nicht, sondern geben ihre Erfahrung an das Herren 2 weiter. Diese Entwicklung und der Umstand, dass die erste Herrenmannschaft von keinerlei Personalsorgen geplagt werden sollte, freut den Spielertrainer und sportlichen Leiter Sascha Messmer ganz besonders. Das routinierte Team konnte mit drei jungen und einem erfahrenen Spitzenspieler ergänzt werden.

Nach dem freiwilligen Rückzug aus der Nationalliga B versuchen die Bären für die Zukunft ein gutes Team zu formen, junge Spieler einzubauen und an das Leistungsniveau der Nationalliga heranzuführen. Ganz klar liegt der Fokus für diese Saison auf einem gezielten Aufbau - die erfahrenen Spieler werden diese Saison nutzen, ihre Erfahrungen weiter zu geben. Mit Marco Keller hat eine langjährige wichtige Stütze des Herren 1 das Team in Richtung Herren 2 verlassen. Auch Hansruedi Ebeling, welcher viele Jahre ein fester Bestandteil des Teams bildete, wird den Bären vorläufig nur als gelegentlicher Trainingspartner zur Verfügung stehen. Er wird sich hauptsächlich auf seine Abendschule konzentrieren. Ramon Mösele, der letzte Saison nur zu Kurzeinsätzen kam, legt sein Hauptaugenmerk wieder auf seinen Heimatverein Volley Uzwil. Michi Duft wird nur sporadisch und kurzfristig zur Verfügung stehen.

### **Backup für Messmer**

Philipp Rageth, welcher bereits in der letzten Saison einmal pro Woche mit dem Team trainiert hat, stösst vom STV St. Gallen fest zum Team. Der 25-jährige Zuspielder hat das Team durch seine Zuverlässigkeit und Einstellung im Training überzeugt. Dass er auf der gleichen Position wie Spielertrainer Sascha Messmer agiert, sehen beide nicht als Konkurrenzsituation sondern vielmehr als Chance. Rageth kann sowohl im Training sowie auch bei Spielen von der riesigen Erfahrung Messmers profitieren. Messmer schätzt die Situation mit einem valablen Ersatz auf der Bank sehr. Einerseits wird er nie mehr gezwungen, angeschlagen einen Match zu bestreiten, andererseits wird es für ihn interessant werden, sein Team von der Bank zu beobachten und zu coachen, ohne direkt im Geschehen involviert zu sein. Auch ihm Training werden der Mannschaft durch zwei Zuspielder neue Möglichkeiten eröffnet.

### **Endlich wieder ein Trio auf der Mitteposition**

In den vergangenen Jahren standen oft nur zwei Mitteleangreifer regelmässig im Kader der Bären. Dies war vor allem im Training nicht optimal und forderte sehr grosse Flexibilität im Team. Wie Rageth stösst auch Dany Lutz vom 2. Liga Team in St. Gallen zu den Innerrhodern. Obwohl er in seinem alten Team einige gute Kollegen verlassen musste, war für ihn schnell klar, dass er die Chance, bei den Appenzeller Bären Fuss zu fassen, packen möchte. Messmer möchte ihn Schritt für Schritt ans Nationalliga Niveau heran führen. Lutz bildet zusammen mit Ivan Kuster und dem Routinier Thomas Migge das Trio auf der Mitteposition. Auch hier finden sich mit zwei jungen aufstrebenden Sportlern und dem erfahrenen Migge, welcher aufgrund von erhöhter Verletzungsanfälligkeit nicht mehr jeden Match bestreiten kann, eine ideale Kombination. Auch für Kuster ist diese Konstellation ideal, um weiter grosse Fortschritte zu erzielen, und später einmal mehr Verantwortung im Team zu übernehmen.

### **Erneute Rückkehr von Adi Schlöpfer**

Auf der Aussenposition darf das Team weiter auf die beiden bewährten Kräfte Marc Messmer und Marco Zehnder zählen. Marc Messmer ist nach einem Kreuzbandriss auf bestem Weg zu alter Stärke. Seine spektakulären Verteidigungsaktionen wurden ge-

## Ziele und Einschätzungen des Trainers

gen Ende der letzten Saison schmerzlich vermisst. Zehnder hat sich in den letzten Jahren mehr und mehr zum Führungsspieler entwickelt und wird durch seine Stabilität im Angriff dafür sorgen, dass sich ein junger Spieler auch mal einen Fehler erlauben kann. Auch auf dieser Position steht dem Coach eine weitere Alternative zur Verfügung. Und diese Alternative ist keine geringere als der langjährige Nationalspieler Adi Schläpfer, welcher nach Abschluss seines Studiums wiederum zu seinem Stammverein zurückgefunden hat. Auch er wird versuchen viele seiner Erfahrungen, welche er in mehreren Jahren NLA bei Volley Amriswil gesammelt hat, an das Team weiter zu geben.

Auf der Diagonalposition steigt Marc Bochsler in seine dritte Saison im Bären dress. Ihm gefällt die Region und die Stimmung im Team, so dass er bereit ist, mehrmals pro Woche die lange Anfahrt von Frauenfeld in Kauf zu nehmen. Da mit Marco Keller ein Diagonalspieler den Schritt ins Herren 2 gemacht hat, wird Bochsler ausschliesslich auf der Diagonalposition zum Einsatz kommen. Die vergangenen zwei Saisons haben gezeigt, dass er alle Angriffspositionen im Team ausfüllen kann, wenn Not am Mann ist. Mit den genannten vier Spielern auf den äusseren Angriffspositionen verfügt das Team wahrscheinlich über den besten Angriffspower der gesamten Liga und wird manch einem Gegner etwas Kopfzerbrechen bereiten.

Jan Fritsche bald in Aktion

Auf der Liberoposition agiert weiterhin Beni Krüsi aus dem eigenen Nachwuchs. Leider hat er sich in der Vorbereitung am Knie verletzt und es ist noch nicht klar, wann er wieder mittun kann. Ebenfalls auf der Liberoposition hat der erst 18-jährige Junior Jan Fritsche aus Steinegg den Sprung ins Kader des 1. Liga Teams geschafft. Er absolviert alle Trainingseinheiten mit dem Fanionteam und glänzt durch tollen Einsatz. Auch er soll Schritt für Schritt ans Nationalliga Niveau heran geführt werden. Da er als Junior noch in mehreren Teams spielen darf, wird er vor allem in der zweiten Saisonhälfte zu Einsätzen im Herren 1 kommen.

Man darf gespannt sein wie sich das Team präsentieren wird. Sollten keine weiteren gravierenden Verletzungen dazu kommen, dürfte sich das Team auch mit dem Ziel des Einbaus von jungen Spielern ziemlich weit vorne in der Tabelle etablieren.

Sascha Messmer

## Herren 1



hinten v.l.n.r.: Bruno Rusch (Präsident), Adrian Schläpfer, Ivan Kuster, Marc Bochsler, Marco Zehnder, Thomas Migge

vorne v.l.n.r.: Philipp Rageth, Dany Lutz, Jan Fritsche, Benjamin Krüsi, Sascha Messmer (Trainer), Marc Messmer

DATUM/ZEIT	HEIM	GAST	HALLE
18.10.14 18:00	VBG Klettgau	— Appenzeller Bären	Zimmerberg
26.10.14 18:00	<b>Appenzeller Bären</b>	— Pallavolo Kreuzlingen	Sporthalle Wühre
01.11.14 16:30	VBC Wittenbach	— <b>Appenzeller Bären</b>	OZ Grünau
08.11.14 16:00	<b>Appenzeller Bären</b>	— Volley Näfels II	Sporthalle Wühre
09.11.14 14:00	Volley Amriswil II	— <b>Appenzeller Bären</b>	Sporthalle Tellenfeld
15.11.14 18:00	VC Smash Winterthur	— <b>Appenzeller Bären</b>	Turnhalle Steinacker
23.11.14 16:00	<b>Appenzeller Bären</b>	— VBC Wetzikon	Sporthalle Wühre
30.11.14 16:00	<b>Appenzeller Bären</b>	— TV Uster	Sporthalle Wühre
06.12.14 16:00	Rätia Volley	— <b>Appenzeller Bären</b>	Mehrzweckhalle
13.12.14 16:00	<b>Appenzeller Bären</b>	— VBG Klettgau	Sporthalle Wühre
20.12.14 14:00	Pallavolo Kreuzlingen	— <b>Appenzeller Bären</b>	Turnhalle Remisberg
10.01.15 16:00	<b>Appenzeller Bären</b>	— VBC Wittenbach	Sporthalle Wühre
17.01.15 14:00	Volley Näfels II	— <b>Appenzeller Bären</b>	Linthalle SGU
24.01.15 16:00	<b>Appenzeller Bären</b>	— Volley Amriswil II	Gymnasium St. Antonius
01.02.15 16:00	<b>Appenzeller Bären</b>	— VC Smash Winterthur	Sporthalle Wühre
07.02.15 18:00	VBC Wetzikon	— <b>Appenzeller Bären</b>	Kanti Zürcher Oberland
21.02.15 18:00	TV Uster	— <b>Appenzeller Bären</b>	Oberuster
01.03.15 16:00	<b>Appenzeller Bären</b>	— Rätia Volley	Sporthalle Wühre

# GARAGE WALDBURGER HUNDWIL

Telefon 071/367 14 14  
[www.garagewaldburger.ch](http://www.garagewaldburger.ch)



Schreinerei Zürcher  
*Innenausbau & Fenster*  
9108 Gonten



Motzer Bäckerei Gonten AG  
Dorflädeli



9108 Gonten  
Tel. 071 794 11 34 · Fax 071 794 11 08

*Spezialitäten*  
Hefestollen · Appenzeller Biber · Fünf-Pfünder-Brot  
Jeden Sonntag geöffnet!

## Ziele und Einschätzungen der Trainer

### Bestätigung der letzten Saison

Nachdem vor gut einem Jahr bei der ersten Damenmannschaft fast kein Stein auf dem andern geblieben war - Abstieg in die 2. Liga, Fusion des Damen 1 und Damen 2, Übernahme durch das Trainerduo Sascha Messmer/Marco Keller - geht das Team ohne ganz grosse Veränderungen in die kommende Saison. Mit dem zweiten Rang und grossem Vorsprung auf das drittplatzierte Team hat die Mannschaft in der letzten Spielzeit wohl das Optimum aus den Voraussetzungen herausgeholt. Ziel für diese Saison wird es sein, die letzte erfolgreiche Saison zu bestätigen und die jungen Spielerinnen weiter ins Team einzubauen.

### Der Kapitän ist zurück

Nachdem Stephanie Messmer in Folge eine Achillessehnenrisses die ganze letzte Saison verpasst hat, ist das ganze Team froh, dass die Spielführerin wieder mit an Board ist. Nebst ihrer Stabilität auf dem Feld ist sie auf und neben dem Platz für jede junge Spielerin ein Vorbild. Umso wichtiger ist die Rückkehr der Zuspielderin, weil Fernanda Fischli dieses Jahr etwas kürzer tritt und eine Wettkampfpause einlegt. Glücklicherweise trainiert sie weiter einmal pro Woche mit dem Team, so dass dem Trainergespann in jedem Training zwei Passeusen zur Verfügung stehen. Erika Marty, welche mit Stephanie Messmer zusammen das routinierte Duo auf der Passposition bildet, kann nur einmal pro Woche trainieren.

### Qual der Wahl auf der Libero-Position

Am meisten Wechsel gibt es im Team auf der Aussenposition. Es ist für das Team eine besondere Freude, dass Debora Etter nach drei Jahren Studium in Zürich den Weg zurück zu ihrem Team gefunden hat. Sie wird zusammen mit Dominique Bigler, welche in der letzten Saison als die wahrscheinlich stabilste Annahmespielerin der ganzen Liga brilliert hat, und Adriana Hörler das Stammtrio in der Annahme bilden. Da alle drei Spielerinnen eine ähnliche Spielanlage haben, wird sich erst in den Vorbereitungsspielen zeigen, wer von den dreien als Libera agieren wird. Adriana Hörler, welche vom Alter her sogar noch im U19 Team mitspielen dürfte, wird nach einem Jahr herantasten im Damen 1 ins kalte Wasser geworfen. Die beiden Trainer freuen sich, dass sie sich entschieden hat, sportlich voll auf die Karte Volleyball zu setzen und sind davon überzeugt, dass sie sich bereits in der ersten Saison bei den Aktiven gut in Szene setzen kann.

Leider hat Danica Kölbener, welche fast zehn Jahre lang ein wichtiger Bestandteil des Teams gebildet hat, das Team verlassen. Erfreulicherweise hat stattdessen Regula Streule nach zwei Jahren Pause den Weg in die Halle zurück gefunden. Sie wird das Team abwechslungsweise mit den beiden Routiniers Irene Duft und Astride Bischof unterstützen. Auch wenn sie nicht immer dabei sind, übernehmen sie zusammen einen wichtigen Part im Team. Einerseits ist es sowohl im Training als auch im Spiel eine Art Sicherheit für die jungen Spielerinnen. Andererseits haben die beiden Coaches mit dem Trio auf der Bank stets eine gute Alternative, was sehr wichtig werden kann, wenn es einmal nicht rund läuft. Daria Hörler kann aus gesundheitlichen Gründen bis auf weiteres noch nicht mit dem Team mittun. Das ganze Team erwartet sehnlichst ihre Rückkehr.

### Kontinuität und Konkurrenz auf der Mitteposition

Nebst Silvia Mettler, welche nach ihrer Babypause nicht wieder einsteigen wird, agieren auf der Mitteposition die gleichen Akteurinnen wie in der vergangenen Saison. Ein Wehrmutstropfen besteht darin, dass Myriam Baumann und Alessia Kölbener jobbedingt nicht mehr so regelmässig trainieren können wie letztes Jahr, in dem sie persönlich riesige Fortschritte erzieht haben. Dafür steht Catiana Baumgartner, nach ihrem Auslandsaufenthalt in der letzten Saison wieder bei al-

len Spielen im Kader. Sie wird mit ihrem Angriffspower eine Schlüsselposition im Team einnehmen. Gut möglich, dass auch Salome Kuster einige Male auf der Mit-teposition zu sehen sein wird. Wie Adriana Hörler stösst sie aus dem U19 Team zur ersten Mannschaft. Weil sie noch nicht so lange Volleyball spielt, wird sie Schritt für Schritt ans Niveau heran geführt. Mit ihrem grossen Potenzial im Block und Angriff wird sie vor allem am Netz auf der Diagonalposition und in der Mitte zum Einsatz kommen.

Sascha Messmer

Die Damen Spielerinnen werden von folgenden persönlichen Sponsoren unterstützt:

Debora Etter: Pub Big Ben Appenzell



Erika Marty: GesundheitsQuelle



UW-Garage



Baumpflege Roth



Adriana Hörler: Medizinisches Zentrum Appenzell



Arztpraxis Roland Neff

## Damen 1



hinten v.l.n.r.: Sascha Messmer (Trainer), Catiana Baumgartner, Myriam Baumann, Salome Kuster, Erika Marti, Irene Duft, Marco Keller (Trainer)

vorne v.l.n.r.: Regula Streule, Debora Etter, Stefanie Messmer, Domi Etter, Alessia Kölbener, Adriana Hörler  
es fehlt: Astride Bischof

DATUM/ZEIT	HEIM	GAST	HALLE
23.10.14 20:45	Volley Uzwil 1	— Appenzeller Bären 1	Neuhof
30.10.14 20:45	<b>Appenzeller Bären 1</b>	— Volley Toggenburg 2	Sporthalle Wühre
09.11.14 16:00	STV St. Gallen 2	— <b>Appenzeller Bären 1</b>	Alte Kreuzbleiche
15.11.14 16:30	VBC Wittenbach 1	— <b>Appenzeller Bären 1</b>	OZ Grünau
23.11.14 18:00	<b>Appenzeller Bären 1</b>	— VC Kanti Schaffhausen 2	Sporthalle Wühre
29.11.14 14:00	Goldach Volley 1	— <b>Appenzeller Bären 1</b>	Bachfeld
04.12.14 20:45	<b>Appenzeller Bären 1</b>	— Pall. Kreuzlingen 2	Sporthalle Wühre
13.12.14 18:00	<b>Appenzeller Bären 1</b>	— VBC Frauenfeld 1	Sporthalle Wühre
20.12.14 16:00	VC Smash Winterthur 1	— <b>Appenzeller Bären 1</b>	Kanti Rychenberg
10.01.15 18:00	<b>Appenzeller Bären 1</b>	— Volley Uzwil 1	Sporthalle Wühre
21.01.15 20:15	Volley Toggenburg 2	— <b>Appenzeller Bären 1</b>	Rietstein
01.02.15 18:00	<b>Appenzeller Bären 1</b>	— STV St. Gallen 2	Sporthalle Wühre
05.02.15 20:45	<b>Appenzeller Bären 1</b>	— VBC Wittenbach 1	Sporthalle Wühre
11.02.15 20:15	VC Kanti Schaffhausen 2	— <b>Appenzeller Bären 1</b>	Neue Kanti Halle
19.02.15 20:45	<b>Appenzeller Bären 1</b>	— Goldach Volley 1	Sporthalle Wühre
28.02.15 16:00	Pallavolo Kreuzlingen 2	— <b>Appenzeller Bären 1</b>	Turnhalle Remisberg
07.03.15 18:00	VBC Frauenfeld 1	— <b>Appenzeller Bären 1</b>	Oberwiesen
15.03.15 16:00	<b>Appenzeller Bären 1</b>	— VC Sm. Winterthur	Sporthalle Wühre

## Damen 2 - Interview mit dem Trainer

### Wie verlief die letzte Saison?

„Die Saison verlief fast perfekt. Das Team entschied sämtliche 12 Meisterschaftsspiele für sich und musste nur einen Punkt für das Maximum von 36 Punkten abgeben. Leider wurde der Meistertitel in der 4. Liga knapp verpasst. Der zweite Aufstieg innerhalb von drei Jahren ist die logische Konsequenz der soliden Trainingsarbeit und der Konstanz im Kader.“

### Welches waren die Höhepunkte?

„Als Saisonziel wurde ein Rang unter den ersten drei Mannschaften angegeben. Dieses Ziel wurde also klar übertroffen. Eine ganze Saison zu spielen, ohne ein Spiel zu verlieren, ist keine Selbstverständlichkeit im Volleyball. Dies sehe ich als Höhepunkt der letzten Saison.“

### Welche Veränderungen sind für die kommende Saison geplant?

„Die grösste Veränderung ist die neue Liga. In der 3. Liga wird das Team in anderen Bereichen neu gefordert. Ein Abgang muss das Team auf kommende Saison verzeichnen. Jedoch stossen vier neue Spielerinnen in die Mannschaft.“

### Welches sind die Ziele für die Saison 2014/15?

„Das Ziel für die kommende Saison ist der Ligaerhalt. Das Team hat das Potenzial, sich im Mittelfeld festzusetzen. Wir werden uns über jeden Sieg freuen.“

Marco Zehnder

**Malergeschäft LANGENAUER GmbH**  
**Malermeister Urnäsch**





Marcel Langenauer

Hofstrasse 1 | 9107 Urnäsch  
 079 383 97 09 | [langenauer@bluewin.ch](mailto:langenauer@bluewin.ch)  
 071 364 17 56 | Fax 071 364 25 19

## Damen 2



hinten v.l.n.r.: Nina Schläpfer, Michaela Baumann, Sarah Riesen, Jasmin Bischof, Marco Zehnder (Trainer)  
 vorne v.l.n.r.: Eliane Nessensohn, Alexandra Wiesli, Lana Leopold  
 es fehlen: Madeleine Ruef, Patricia Zehnder, Jolanda Baumann, Leandra Hörer, Sara Schregenberger

DATUM/ZEIT	HEIM	GAST	HALLE
19.10.14 13:00	Volley Amriswil 1	— Appenzeller Bären 2	Sporthalle Tellenfeld
02.11.14 12:00	<b>Appenzeller Bären 2</b>	— VBC Arbon 1	Sporthalle Wühre
08.11.14 13:00	<b>Appenzeller Bären 2</b>	— VBC Andwil-Arnegg 2	Sporthalle Wühre
12.11.14 20:30	VBC Herisau 1	— <b>Appenzeller Bären 2</b>	Langelen
22.11.14 16:00	Volley Uzwil 2	— <b>Appenzeller Bären 2</b>	Neuhof
27.11.14 20:45	<b>Appenzeller Bären 2</b>	— STV Walzenhausen	Sporthalle Wühre
07.12.14 14:00	Rheno Volleyball 1	— <b>Appenzeller Bären 2</b>	Blattacker
13.12.14 13:00	<b>Appenzeller Bären 2</b>	— Volley Amriswil 1	Sporthalle Wühre
10.01.15 18:00	VBC Arbon 1	— <b>Appenzeller Bären 2</b>	Bergli
25.01.15 17:00	VBC Andwil-Arnegg 2	— <b>Appenzeller Bären 2</b>	Doppelturnhalle Ebnet
01.02.15 13:00	<b>Appenzeller Bären 2</b>	— VBC Herisau 1	Sporthalle Wühre
12.02.15 20:45	<b>Appenzeller Bären 2</b>	— Volley Uzwil 2	Sporthalle Wühre
28.02.15 17:00	STV Walzenhausen	— <b>Appenzeller Bären 2</b>	MZA
05.03.15 20:45	<b>Appenzeller Bären 2</b>	— Rheno Volleyball 1	Sporthalle Wühre

## Herrn 2 - Interview mit dem Trainer

### Wie verlief die letzte Saison?

„Wir haben mit geringen Trainingsaufwand das Maximum aus den Spielen herausgeholt und beendeten die Saison auf Rang 3.“

### Welches waren die Höhepunkte?

„Die Spiele gegen St. Gallen, Heiden und Wittenbach. Alle Spiele versprühen jeweils ein „Derby Charakter“, welcher durch die vielen bekannten Gesichter zusätzlich unterstützt wird.“

### Welche Veränderungen sind für die kommende Saison geplant?

„Wir wollen noch weitere jüngere Spieler einbauen und diese einerseits ans Spielsystem gewöhnen und dass Sie mehr Spielpraxis sammeln können. Daneben ist ein weiteres Ziel, mehr zu trainieren.“

### Welches sind die Ziele für die Saison 2014/15?

„Das die jungen Spieler regelmässig spielen und wir die Saison im vorderen Drittel beenden.“

Hari Walz



**Fässler Gerüstbau AG**  
*Appenzell · St.Gallen*

*Feldstrasse 7  
9050 Appenzell*

*Rorschacher Strasse 184  
9000 St.Gallen*

*T 071 787 16 14  
F 071 787 16 54*

*info@faessler-aeruestbau.ch*

## Herren 2



hinten v.l.n.r.: Daniel Oliveira, Marco Keller, Domi Messmer, Hari Walz (Trainer), Roman Manser  
 vorne v.l.n.r.: Selcuk Taskin, Joel Neff, Khamla Vilaysane  
 es fehlen: Dominik Eicher, Jan Fritsche, Raphael Streule

DATUM/ZEIT	HEIM	GAST	HALLE
19.10.14 13:00	Volley Amriswil 3	— Appenzeller Bären 2	Sporthalle Tellenfeld
30.10.14 20:30	<b>Appenzeller Bären 2</b>	— VBC Arbon 1	Sporthalle Wühre
06.11.14 20:45	<b>Appenzeller Bären 2</b>	— VBC Wittenbach 2	Sporthalle Wühre
16.11.14 14:00	Rheno Volleyball 1	— <b>Appenzeller Bären 2</b>	Blattacker
22.11.14 16:00	STV St. Gallen 2	— <b>Appenzeller Bären 2</b>	Alte Kreuzbleiche
02.12.14 20:30	Rheno Volleyball 2	— <b>Appenzeller Bären 2</b>	Kantihalle
13.12.14 15:00	<b>Appenzeller Bären 2</b>	— Volley Amriswil 3	Sporthalle Wühre
10.01.15 16:00	VBC Arbon 1	— <b>Appenzeller Bären 2</b>	Bergli
24.01.15 14:30	VBC Wittenbach 2	— <b>Appenzeller Bären 2</b>	OZ Grünau
01.02.15 15:00	<b>Appenzeller Bären 2</b>	— Rheno Volleyball 1	Sporthalle Wühre
10.02.15 20:45	<b>Appenzeller Bären 2</b>	— STV St. Gallen 2	Sporthalle Wühre
01.03.15 18:00	<b>Appenzeller Bären 2</b>	— Rheno Volleyball 2	Sporthalle Wühre

# Herren 3 - Interview mit dem Trainer

## Wie verlief die letzte Saison?

«Das wichtigste oder die wichtigsten Spiele wurden wiederum gewonnen, nämlich das erste, damit der Fonduplausch nicht organisiert werden muss. Der Schwung der ersten Spiele konnten wir fast die ganze Saison mitnehmen und glänzten meistens von Platz 1 der Tabelle. Zum Ende der Saison fehlte uns dann etwas die Konstanz und wir verloren 2 wichtige Spiele, so dass wir die erfolgreiche Saison auf Rang 2 beendeten.»

## Welches waren die Höhepunkte?

«Es gab sehr viele. Die unzähligen Siege, die Integration der Jugendlichen, die Konstanz und sichere Spielweise der „reiferen“ Spieler und schlussendlich auch der Platz 2 in der Tabelle.»

## Welche Veränderungen sind für die kommende Saison geplant?

„Das Team bleibt fast gleich bestehen, es kommen mit Kevin und Merlin zwei junge und motivierte Spieler dazu und was mit unserem konstanten Aussenangreifer und Langzeitverletzten Raphael passiert, wissen wir leider noch nicht.“

## Welches sind die Ziele für die Saison 2014/15?

«Wir wollen wieder unter die Top 3 der Tabelle, Spass haben, Gewinnen und alle Spieler sollen Spielzeit erhalten und das wichtigste, es ist zum Glück bereits erreicht, nicht als erste Aktivmannschaft zu verlieren.»

Patrick Manini



**Holzbau  
P. Manser AG**

Rütistrasse 47, 9050 Appenzell

Tel. 071 787 24 64

Fax 071 787 84 23

Internet [www.holzbau-manser.ch](http://www.holzbau-manser.ch)

E-mail [info@holzbau-manser.ch](mailto:info@holzbau-manser.ch)

## Herren 3



hinten v.l.n.r.: Jan Fritsche, Lukas Baumann, Tobias Fritsche, Dominic Eicher  
 vorne v.l.n.r.: Merlin Hochreutener, Patrick Manini (Trainer), Kevin Speck  
 es fehlen: Ulas Tas, Raphael Ernst, Fabian Fiechter, Remo Koller

DATUM/ZEIT	HEIM	GAST	HALLE
15.09.14 20:45	Audax SSC 2	— Appenzeller Bären 3	Egelmoos
17.09.14 20:45	<b>Appenzeller Bären 3</b>	— Volley Amriswil 4	Oberstufenzentrum
15.10.14 20:45	<b>Appenzeller Bären 3</b>	— Audax SSC 3	Oberstufenzentrum
02.11.14 10:00	<b>Appenzeller Bären 3</b>	— Pallavolo Kreuzlingen 3	Sporthalle Wühre
07.11.14 20:45	VBC Heiden	— <b>Appenzeller Bären 3</b>	Gerbe
19.11.14 20:45	<b>Appenzeller Bären 3</b>	— Altnau Volley	Oberstufenzentrum
02.12.14 20:30	Volley Speicher	— <b>Appenzeller Bären 3</b>	Zentralschulhaus
13.12.14 17:00	<b>Appenzeller Bären 3</b>	— VBC Heiden	Sporthalle Wühre
17.12.14 20:45	<b>Appenzeller Bären 3</b>	— Audax SSC 2	Oberstufenzentrum
15.01.15 20:45	Volley Amriswil 4	— <b>Appenzeller Bären 3</b>	Hemmerswil
04.02.15 20:45	<b>Appenzeller Bären 3</b>	— Volley Speicher	Oberstufenzentrum
07.02.15 12:00	Pallavolo Kreuzlingen 3	— <b>Appenzeller Bären 3</b>	Turnhalle Remisberg
12.02.15 20:30	Altnau Volley	— <b>Appenzeller Bären 3</b>	Schwärzi
20.02.15 20:45	Audax SSC 3	— <b>Appenzeller Bären 3</b>	Egelmoos

## Damen 3

Wir wollen diese Saison unser Können und Spiel weiter steigern und die Grundlagen erhärten.

Wichtig ist uns auch die Integration der neuen Spielerinnen, welche aus der Mannschaft U19 zu uns gekommen sind. Sie bringen neue Dynamik ins Team und sind eine Bereicherung zu den übrigen Frauen.

Leider müssen wir auch verschiedene Abgänge verzeichnen. Leandra Hörler und Jolanda Baumann haben zur Mannschaft der Damen 2 gewechselt, während Carina Koller das Volleyball leider ganz aufgegeben hat.

Was uns sicher auch zu schaffen machen wird, ist die Tatsache, dass vereinzelt Spielerinnen aufgrund ihres Studiums an Trainings und Spielen verhindert sind.

Trotzdem erwarten wir in der Liga auf jeden Fall vorne mitzumischen. Das höchste Ziel wäre natürlich ein Aufstieg.

Dani Schudt

**SUZUKI Swift Sergio Cellano & Piz Sulai**



als 4WD bereits ab CHF 18'990.-

**„Inspiration engineered“ – ist keine Frage der Grösse**



Hyundai i10  
bereits ab CHF 10'990.-

**weier auto ag**  
rinkenbach 39, 9050 appenzell  
[www.weiergarage.ch](http://www.weiergarage.ch)

## Damen 3



hinten v.l.n.r.: Dani Schudt (Trainer), Vera Dragomirovic, Myriam Baumann, Jana Naef, Ramona Kölbener, Irina Stefani,

vorne v.l.n.r.: Jasmin Schefer, Annina Schönenberger, Leonie Breitenmoser, Domi Bigler (Coach)

DATUM/ZEIT	HEIM	GAST	HALLE
14.09.14 14:00	Volley Waldkirch	— Appenzeller Bären 3	Turnhalle Bünt
26.10.14 16:00	<b>Appenzeller Bären 3</b>	— Volley Waldkirch	Sporthalle Wühre
02.11.14 13:00	STV St. Gallen 4	— <b>Appenzeller Bären 3</b>	Alte Kreuzbleiche
13.11.14 20:00	<b>Appenzeller Bären 3</b>	— Volley Uzwil 4	Sporthalle Wühre
15.11.14 18:00	VBC Arbon 3	— <b>Appenzeller Bären 3</b>	Bergli
23.11.14 15:00	<b>Appenzeller Bären 3</b>	— Volley Bütschwil	Sporthalle Wühre
06.12.14 14:00	VBC Herisau 2	— <b>Appenzeller Bären 3</b>	Langelen
11.12.14 20:15	<b>Appenzeller Bären 3</b>	— Audax SSC 2	Sporthalle Wühre
13.12.14 13:00	<b>Appenzeller Bären 3</b>	— Volley Amriswil 2	Sporthalle Wühre
10.01.15 13:00	<b>Appenzeller Bären 3</b>	— STV St. Gallen 4	Sporthalle Wühre
14.01.15 20:45	Audax SSC 2	— <b>Appenzeller Bären 3</b>	Egelmoos
22.01.15 20:45	Volley Uzwil 4	— <b>Appenzeller Bären 3</b>	Sek Oberuzwil
29.01.15 20:30	Volley Bütschwil	— <b>Appenzeller Bären 3</b>	Breite
05.02.15 20:00	<b>Appenzeller Bären 3</b>	— VBC Arbon 3	Sporthalle Wühre

## Damen U23

Noch nicht lange ist es her, da hat sich die Mannschaft hervorragend in der 1. Stärkeklasse der U19 geschlagen. Das Potential und das Talent war schon damals vorhanden, der Teamgeist gross und die Motivation beeindruckend. So konnten wir die letzte Saison im guten Mittelfeld abschliessen. Einige Teams konnten wir souverän schlagen. Andere Begegnungen waren hart umkämpft. Insgesamt durften wir mit den Leistungen sehr zufrieden sein

Die neue Saison in der neuen Liga U23 hat bereits begonnen und somit natürlich auch unsere Vorbereitungen und Trainings. Das Team hat sich etwas verändert. Jüngere Spielerinnen sind zum Team gestossen. Nun sind es neun Stammspielerinnen, die jeweils am Montag gemeinsam trainieren. Vorab gilt es die neuen Positionen zu stärken und wieder ein gutes Zusammenspiel zu finden.

Dies scheint schon recht gut zu klappen. Das erste Auswärtsspiel, konnten wir bereits für uns gewinnen. Das war also der perfekte Start in die neue Saison. Wir sind bereit für die neue Herausforderung und werden mit Freude am Spiel, mit vollem Einsatz und in gegenseitigem Respekt miteinander unser Bestes geben. Ein Platz im vorderen Mittelfeld zu belegen wäre unser Ziel. Also packen wirs an.

Ivan Kuster

### Mit uns in die Zukunft.



Plane deine Zukunft mit einer Lehre bei HUBER+SUHNER.  
In der Schweiz bilden wir rund 90 Lernende in elf verschiedenen Berufen aus.

Informiere dich jetzt:  
Lehrlingsausbildung Herisau, [hubersuhner.com/lehre](http://hubersuhner.com/lehre)  
[lehre.ch@hubersuhner.com](mailto:lehre.ch@hubersuhner.com), +41 71 353 40 39



[hubersuhner.com](http://hubersuhner.com)



Hans Möсли  
Weissküferei/ Drechslerei  
Rietli 727 9056 Gais  
Tel. 071 / 793 26 35  
[info@weisskueferi-moesli.ch](mailto:info@weisskueferi-moesli.ch)  
[www.weisskueferi-moesli.ch](http://www.weisskueferi-moesli.ch)

## Damen U23



hinten v.l.n.r.: Chantal Hofstetter, Salome Kuster, Carla Biasotto, Adriana Hörler, Jana Naef  
 vorne v.l.n.r.: Jil Inauen, Julia Kern, Livia Fritsche, Irina Stefani, Ivan Kuster (Trainer)

DATUM/ZEIT	HEIM	GAST	HALLE
14.09.14 11:00	VBC Andwil-Arnegg	— Appenzeller Bären	Doppelturnhalle Ebnet
25.09.14 20:30	<b>Appenzeller Bären</b>	— STV St. Gallen 2	Sporthalle Wühre
07.11.14 20:30	Rheno Volleyball	— <b>Appenzeller Bären</b>	Kantihalle
16.11.14 15:00	Goldach Volley	— <b>Appenzeller Bären</b>	Bachfeld
23.11.14 13:00	<b>Appenzeller Bären</b>	— Volley Bütschwil	Sporthalle Wühre

## Herren U19 - Interview mit dem Trainer

### Wie verlief die letzte Saison?

«Wir konnten die neuen Spieler gut integrieren. Der Abgang von Jan und Dominik konnten wir jedoch nicht ersetzen und so fehlte die Stabilität und Sicherheit im Team.»

### Welches waren die Höhepunkte?

«Das war jeweils die „After Game Party“, also der Besuch der bekannten amerikanischen Fastfood Kette.»

### Welche Veränderungen sind für die kommende Saison geplant?

«Wir gehen zurück zu den Wurzeln des Volleyballs und spielen Systemtechnisch sehr einfach, d.h., kein 4/2 sondern nur Läufer rechts. Die Vereinfachung des System soll die Konzentration auf die wichtigen Elemente bringen (Service, Annahme, Pass und Angriff) und so Erfolg, Siege und Punkte bringen.»

Hari Walz

**Die Mobiliar ist genossenschaftlich verankert: Davon profitieren in erster Linie unsere Versicherten – zum Beispiel mit regelmässigen Auszahlungen aus dem Überschussfonds.**

**Die Mobiliar**  
*Versicherungen & Vorsorge*

Generalagentur Appenzell, Hans Fritsche  
Ziel 23, 9050 Appenzell  
Telefon 071 788 13 13, Fax 071 788 13 14  
appenzell@mobi.ch

## Herren U19



hinten v.l.n.r.: Selcuk Taskin, Pascal Hasler, Tobias Fritsche, Merlin Hochreutener, Gabriel Jeker  
 vorne v.l.n.r.: Konrad Fässler, Michael Bürge, Michael Heinzer, Kevin Speck, Joel Neff  
 es fehlen: Hari Walz (Trainer)

DATUM/ZEIT	HEIM	GAST	HALLE
19.10.14 11:00	Volley Amriswil 1	— Appenzeller Bären	Sporthalle Tellenfeld
01.11.14 12:00	Volley Bütschwil	— Appenzeller Bären	Breite
02.11.14 14:00	VC Smash Winterthur	— Appenzeller Bären	Turnhalle Steinacker
08.11.14 12:00	<b>Appenzeller Bären</b>	— VC Smash Winterthur	Sporthalle Wühre
08.11.14 15:00	<b>Appenzeller Bären</b>	— Volley Bütschwil	Sporthalle Wühre
15.11.14 13:00	VB Steinach	— <b>Appenzeller Bären</b>	Turnhalle
23.11.14 11:00	<b>Appenzeller Bären</b>	— Volley Amriswil 1	Sporthalle Wühre
23.11.14 13:00	<b>Appenzeller Bären</b>	— VB Steinach	Sporthalle Wühre

# Damen U19

## Welches sind die Ziele für die Saison 2014/15?

Ich habe diese junge Truppe auf diese Saison hin übernommen. Mein Ziel ist es jeder Spielerin Einsatz Zeit zu gewähren und die zum Teils 3 Jahre älteren Gegnerinnen möglichst viel zu Ärgeren. Natürlich darf auch der Spass am Volleyball nicht zu kurz kommen. Die ersten beiden Spiele haben wir bereits absolviert und ein Sieg und eine Niederlage haben dabei raus geschaut.

Catiana Baumgartner




**Hotel Landgasthof Fischen**  
Herzlich Willkommen

*Treten Sie ein, spüren Sie die Appenzeller Gastlichkeit, fühlen Sie sich willkommen und lassen sich von uns kulinarisch verzaubern.*

**Sanitär • Heizung • Haustechnik**



**Walter Fuchs**  
CH-9107 Urnäsch



Tel 071 364 15 70  
Fax 071 364 26 70  
Mail [Sanitaer-fuchs@bluewin.ch](mailto:Sanitaer-fuchs@bluewin.ch)



**KOCH MÖBELHANDWERK**  
Dorfstrasse 59  
9108 Gonten  
Tel: 071 794 13 33  
[www.koch-moebel.ch](http://www.koch-moebel.ch)

handwerkskunst design gestaltung  
möbel erleben

## Damen U19



hinten v.l.n.r.: Catiana Baumgartner, Céderin Speck, Kim Inauen, Daria Fässler, Livia Fritsche  
 vorne v.l.n.r.: Chantal Hofstetter, Jil Inauen, Sina Wetter,  
 es fehlen: Carla Biasotto, Isabel Biser, Svenja Graf, Rahel Hautle, Andrina Parpan, Lena Pircher, Sara Stalder,  
 Carol Tanner

DATUM/ZEIT	HEIM	GAST	HALLE
13.09.14 13:00	Goldach Volley	— Appenzeller Bären	Bachfeld
18.09.14 20:00	Appenzeller Bären	— Volley TSV Engelburg	Sporthalle Wühre
27.09.14 10:00	VBC Arbon	— Appenzeller Bären	Bergli
26.10.14 18:00	Appenzeller Bären	— Pallavolo Kreuzlingen	Sporthalle Wühre
02.11.14 12:00	STV St. Gallen 2	— Appenzeller Bären	Alte Kreuzbleiche
23.11.14 11:00	Appenzeller Bären	— Volley Waldkirch	Sporthalle Wühre

# Damen U17 - Interview mit dem Trainer

## Wie verlief die letzte Saison?

«Die Vorrunde verlief sehr gut. Wir beendeten diese auf dem 1. Platz. In der Rückrunde trafen wir auf zwei neue Gegner und konnten spielerisch nicht immer das zeigen, was die Spielerinnen können, doch wir konnten uns dennoch auf dem 2. Platz platzieren. Spielerisch haben alle während der ganzen Saison in verschiedenen Bereichen ihre Fortschritte gemacht.»

## Welches waren die Höhepunkte?

«Die Saisonziele wurden erreicht. Wir konnten uns sowie in der Vor- als auch in der Rückrunde im vorderen Bereich platzieren und die Spielerinnen konnten viel Spielerfahrung sammeln und jede konnte sich in einzelnen Bereichen verbessern. Ein Ziel war auch, Freude am Spiel zu haben, was bei uns im Vordergrund stand. Durch eine gute Atmosphäre im Team ist dies auch gelungen.»

## Welche Veränderungen sind für die kommende Saison geplant?

«Einige Spielerinnen haben uns des Alters wegen verlassen und spielen nun in der U19. Neu spielen Svenja Sutter, Saskia Dähler und Naomi Hörler bei uns, welche vorher in der U15 waren. «

## Welches sind die Ziele für die Saison 2014/15?

«Die Ziele sind, dass sich neuen Spielerinnen gut im Team einleben und wir sie gut im 6:6 integrieren können, welche für sie noch neu ist. Ausserdem wird neu das Läuferssystem dazu kommen und natürlich werden wir wieder an unseren sportlichen und volleyballerischen Fähigkeiten arbeiten.»

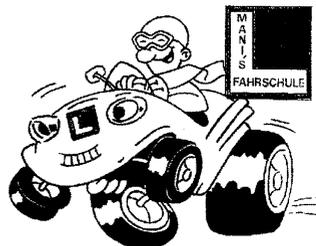
Myriam Baumann

## **FAHRSCHULE MANFRED NIEDERER**

Theorie- und VK-Unterricht  
Mo und Do von 19.00 - 21.00 Uhr  
ohne Voranmeldung [manis.fahrschule@bluewin.ch](mailto:manis.fahrschule@bluewin.ch)

Zielstrasse 8  
9050 Appenzell

☎ 071/787 41 53  
Natel 079/ 414 30 35



# Damen U17



hinten v.l.n.r.: Myriam Baumann, Cédrine Speck, Jil Inauen, Kim Inauen, Marina Legrottaglio, Svenja Sutter, Lena Pircher

vorne v.l.n.r.: Sina Wetter, Svenja Graf, Livia Fritsche, Saskia Dähler, Naomi Hörler

es fehlt: Diana Oberhänsli

DATUM/ZEIT	HEIM	GAST	HALLE
26.10.14 10:00	<b>Appenzeller Bären</b>	— VBC Andwil-Arnegg	Sporthalle Wühre
26.10.14 14:00	<b>Appenzeller Bären</b>	— Volley Waldkirch	Sporthalle Wühre
02.11.14 11:00	VBC Arbon	— <b>Appenzeller Bären</b>	Bergli
02.11.14 13:00	<b>Appenzeller Bären</b>	— Volley Waldkirch	Bergli
22.11.14 15:00	<b>Appenzeller Bären</b>	— VBC Arbon	Doppelturnhalle Ebnet
22.11.14 17:00	VBC Andwil-Arnegg	— <b>Appenzeller Bären</b>	Doppelturnhalle Ebnet



## APPENZELER BIER

Besuchen Sie uns  
im Brauquöll Appenzell



**Im Dorf Appenzell, direkt  
am Fusse des Alpsteins,  
braut die Familie Locher  
ein ganz besonderes Bier.**

Mehr Informationen finden Sie unter [www.appenzellerbier.ch](http://www.appenzellerbier.ch)

## Mini Appenzell



hinten v.l.n.r.: Sonja Schürpf (Trainerin), Michelle Frischknecht, Nina Hasler, Seraina Inauen  
 vorne v.l.n.r.: Joyce Zehnder, Pam Wetter, Noelle Fritsche  
 es fehlt: Janina Schmid

In diese Saison startet das Miniteam aus Appenzell mit 7 Mädchen, die alle Freude am Volleyball spielen haben. Durch die wöchentlichen Trainings versuchen die Girls ihre Volleyballfähigkeiten zu verbessern. Die neue Trainerin hofft auf eine erfolgreiche Saison und darauf, dass die Trainings mit den Minis weiterhin so viel Spass machen. Die Freude am Volleyball spielen soll stets an erster Stelle stehen.

Sonja Schürpf

### Daten Minivolleyball 2014/15

U15 Jg. 01 +jünger 4:4:  
 So 02.11.  
 So 07.12.  
 So 08.02.  
 So 29.03. (Finalturnier)

## Mini Schwende

Sieben motivierte Mädchen mit den Jahrgängen 2002 bis 2005 erlernen das Volleyball-ABC in den Trainings des VBC Appenzell-Gonten in Schwende. Altersgerecht werden ihnen die technischen und taktischen Grundlagen für den Volleyballsport beigebracht und vor allem geübt.

Beim intensiven Volleyballtraining kommen auch die Freude und das Lachen nicht zu kurz. Nicht zu vergessen gilt es dabei natürlich auch den Teamgeist zu fördern und zu pflegen.

Jan Fritsche



**sehvorteil**

**KÜHNIS**

**BRILLEN**

**Service – Ass**

Kühnis – Ihr Spezialist für Kontaktlinsen, Sportbrillen und Augenoptik. Nutzen Sie unsere kompetente Beratung – wir freuen uns auf Sie!

**Kühnis Brillen**  
Appenzell · Zielstrasse 19  
Tel. 071 780 03 50

Altstätten · Buchs · Gossau · Heerbrugg · Pizolpark Mels · Widnau · [www.kuehnis-optik.ch](http://www.kuehnis-optik.ch)

## Mini Schwende



hinten v.l.n.r.: Jan Fritsche (Trainer), Deborah Wild, Larissa Wild, Bettina Fässler, Katerina Patt  
vorne v.l.n.r.: Lilo Patt, Tanja Fässler, Nina Dörig



**Bedachungen  
9108 Gonten**

Dorfstrasse 51

[schnider.bedachungen@bluewin.ch](mailto:schnider.bedachungen@bluewin.ch)

Telefon 071 794 16 09

Fax. 071 794 16 10



# ***sport***baumann

**Qualität aus Leidenschaft.**

Sport Baumann AG, Weissbadstrasse 4, CH-9050 Appenzell  
Telefon +41 71 787 35 45, [info@sportbaumann.ch](mailto:info@sportbaumann.ch),  
[www.sportbaumann.ch](http://www.sportbaumann.ch),  »Like us on Facebook«

EINER DER FÜHRENDEN 200 SPORTFACHHÄNDLER DER SCHWEIZ.

 **INTERSPORT**



hinten v.l.n.r.: Ruth Messmer, Bea Kölbener, Bruno Hörler, Aurèle Meyer, Maria Hörler, Reto Dörig

vorne v.l.n.r.: Bruno Rusch, Karl Koch, Daniele Brülisauer, Monika Fässler, Felix Jurec

es fehlen: Harald Sprenger, Remo Koller



## SÄGEREIWERK FÄSSLER

Sägerei Fässler  
9108 Gonten  
Tel. 071/7941219  
Fax. 071/7941551



**drei starke Marken -  
ein kompetentes Team**

**Z** APPENZEL  
EUGHAUSGARAGE AG  
WWW.ZEUGHAUSGARAGE.CH



 Mercedes-Benz



**Wir betreuen Menschen  
– keine Zahlen**

Wir sind unabhängig und haben nur ein  
Bedürfnis: für Sie die beste Lösung zu finden.  
Entsprechend sind unsere Dienstleistungen:

- Unabhängige Vermögensverwaltung
- Individuelle Vermögensberatung
- Vermögensplanung mit Weitblick

Enzler AG Vermögensberatung • Blattenheimatstrasse 10 • 9050 Appenzell • 071 787 51 54 • [www.enzler-vb.ch](http://www.enzler-vb.ch)

## Plauschtrainingslager



ativ» hochstehendes Trainingslager im Hotel St.Georg Mayrhofen, Tirol.

Wir, damit meine ich:

Karl Koch, der die Idee hatte und vier Wochen vor dem Lager alles re-

kognosziert und alle drei Tage akribisch genau vorbereitet hat.

Bruno Rusch, unseren Präsidenten, der dafür gesorgt hat, dass unser Budget nicht

mit Fahrkosten belastet wurde.

Reto Dörig, unseren Chauffeur, der «wie e Herrgöttli» hin- und zurück gefahren, nie zu nah aufgefah-

ren und nie zu schnell gefahren ist (er konnte nicht: der Motor war zu schwach) und der sich Dank meiner Hilfe nie verfahren hat.

Felix Jurec, der die Jassregeln eigentlich gar nicht kennt und trotz seinem unkonventionellen Jassstil immer gewinnt.

Wir Freitagspläuschler - übrigens die in vielen Belangen talentierteste Mannschaft unseres Volleyballclubs - erlebten vom 15. bis 17. August 2014 ein «quantita-



Aurèle Meyer, der Maria Hörler als seine Trauzeugin auserkoren hat: darauf ist sie sehr stolz.

Bruno Hörler, der nach seiner Kreuzbandoperation im Frühling das erste Mal Volleyball gespielt, sich dabei aber eine Zerrung am anderen Bein geholt hat.

## Plauschtrainingslager

Monika Fässler, die wir sozusagen gezwungen haben, uns für eine Wohnungseinweihung einzuladen.

Bea Kölbener, die unsere dreitägige Jasskasse auf den Rappen genau verwaltet hat.

Ruth Messmer, mit der man Pferde stehlen kann.

Daniela Brülisauer, die morgens um drei für gute Stimmung gesorgt hat, weil sie den Zimmerschlüssel liegengelassen hat.

und meine Wenigkeit Maria Hörler, die sich nie verlaufen und auf einer Gitarre aus Leipzig (ich musste sie zuerst stimmen) viele Schunkellieder gespielt hat.



### Freitag, Augschthägtag

Abfahrt 7.30 Uhr Brauereiplatz, Aurèle bringt ein paar Six-Packs Locher-Bier.

Erster Halt in Oberriet: Pickerl kaufen, mit Weisswein anstossen, Instruktionen von Karl, dabei ist der folgende Satz der wichtigste: «Me häbid niemedem nebes uf». Daran halten sich alle.

Fürstliches Mittagessen kurz vor



Mayrhofen.

Museumsbesuch: wir erfahren, dass Franz Xaver Gruber den Text für das Lied «Stille Nacht» geschrieben hat. Selbstverständlich singen wir dieses Weihnachtslied, denn die Temperaturen stimmen, nur der Monat nicht. Die Museumsleiterin hat

## Plauschtrainingslager

die grösste Freude an uns.

Bezug Hotelzimmer, kurzes Volleyball spielen, langes Jassen.

Nach dem Abendessen: Brückenstadt mit «Die Fetzig'n»

Samstag, 16.8.

ganzer Tag Regen, ausser eineinhalb Stunden am Vormittag, während dieser Zeit beachen wir, gutes Timing.

Mittagessen in Zillergrund Restaurant Klaushof, jassen, jassen, jassen.

Abend in der Sennerei Mayrhofen: «Rita und Andreas» singen,» Öeschs die Dritten» verpassen wir, aber unser Oberhäuptling Karl organisiert ein Plauschfoto mit ihnen.

Wer genaueres über Danielas Schlüsselverlust erfahren will, der soll sie selber fragen.



### Sonntag, 17.8.

Ein UFO ist am Himmel. Ah: die Sonne scheint! Am Vormittag beachen wir fast zwei Stunden! Mit Gondelbahn aufs «Penkenjoch»: jassen, jassen, jassen.

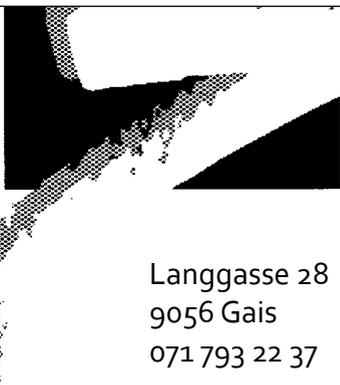
Um ca. 21.00 Uhr kommen wir heil und glücklich in Appenzell an.

Vielen Dank an alle! Es war einfach ober-mega-hammer-cool...!!!

Hasta la próxima!

Maria Hörler





## Elektro Sonderer AG

Langgasse 28  
9056 Gais  
071 793 22 37

Gaiserstrasse 25  
9050 Appenzell  
071 787 38 71



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

Wir besticken Frottiertücher  
Taschentücher  
T-Shirts/  
Sweatshirts  
Abzeichen  
Baseballmützen

Der individuelle Werbeträger

Gerne beraten wir Sie bei  
einem weiteren Gespräch.



## Impressionen der HV



Am 19. Juni 2014 versammelten sich die Appenzeller Bären im Restaurant Freudenberg Appenzell. Nach einigen Jahren mit eher wenigen Aktiven besuchten die diesjährige HV insgesamt 56 Vereinsmitglieder. Nach einem feinen Apéro machte Vereinspräsident Bruno Rusch den Anfang mit einem kurzen Rückblick auf die vergangene

Saison. Besonders die im letzten Vereinsjahr nicht stattfindenden Anlässe wie Beachparty oder Fasnacht stellen den Verein vor Probleme. Zum einen finanziell aufgrund fehlender Einnahmen, zum anderen



auch im Zusammenwirken der Vereinsmitglieder – hier bieten sich nur wenige Möglichkeiten gemeinsam etwas auf die Beine zu stellen. Ganz klar wurde das Ziel formuliert für die nächste Spielzeit einen Anlass auf die Beine zu stellen. Die Ver-

schiebung des Trainingslagers aus den Sommer- in die Herbstferien wird 2014 das





**BREITENMOSER & PRACHT**  
Möbelschreinerei / Innenausbau

20 Jahre  
Handwerk &  
Erfahrung

Als Spezialist für Schreinerarbeiten im Innenausbau lassen wir Ihre Einrichtungswünsche Wirklichkeit werden.

Wir fertigen Möbel, Bäder, Küchen und Türen nach Ihren individuellen Bedürfnissen in Top-Qualität.



*roman eugster gmbh*

Gontenstrasse 4  
9050 Appenzell-Gonten

Telefon 071 787 33 63  
Natel 079 412 35 62  
eugster.parkett@bluewin.ch



**ELEKTRO SCHWIZER AG**

Ihr kompetenter Partner für:

- Telefonanlagen
- Gebäudeautomation
- Elektroplanung
- Installationen – Service

**ASTRA** PARTNER **PARTNER KNX**

[www.elektro-schwizer.ch](http://www.elektro-schwizer.ch) 9050 Appenzell - Tel. 071 787 48 28

## Impressionen der HV



erste Mal versucht.

Aus sportlicher Sicht blickten wie gewohnt Sascha Messmer (Aktivteams) und Reto Schadegg (Juniorenbereich) zurück. Nach einer für die meisten Teams erfolgreichen Saison stand vor allem der freiwillige Abstieg der Herren 1 in die 1.Liga im Zentrum der Ausführungen. Sascha legte die verschiedenen Gründe dar –

Hauptaugenmerk für die Zukunft ist ganz klar der Neuaufbau des Teams mit jungen Spielern, dies in der 1.Liga sicher einfacher als in der Nati B.

Vor allem wird den vielen aktiven Trainern / Coaches / Schreibern / Schiedsrichtern gedankt, die diese Tätigkeiten noch neben ihren eigenen Spielen absolvieren. Am erfolgreichsten dürfte wohl die Saison des Damen 2 gelaufen sein, das Team von Coach Marco Zehnder spielte eine fast perfekte Saison und darf die nächste Spielzeit in der 3. Liga aufschlagen. Viel Erfolg!



Ausser den sportlichen Ereignissen wurden verschiedene Massnahmen aus der Strategiesitzung der Vereinsleitung vorgestellt und über eine Änderung im Punktesystem diskutiert. Bei den Junioren kommt es ausserdem zu einer kleinen Beitragsanpassung.

Die Budgetzahlen für den Verein sehen für die vergangene wie auch die nächste Saison ein kleines Defizit vor, die Rücklagen sind aber vorhanden. Die Vereinsleitung arbeitet mit Hochdruck am Sponsoringkonzept sowie an der Planung eines Anlasses.

Ein feines Nachtessen rundete die Hauptversammlung 2014 ab.

# KOCH

# Hopp!

## KOCH AG

Strassen- & Tiefbau | Kies & Beton

Appenzell | St.Gallen | Bischofszell | Gais

[www.koch-appenzell.ch](http://www.koch-appenzell.ch)



Nef Jakob Holzbau

Saien

9107 Urnäsch

Tel. 071 364 13 46.

[info@jakobnefag.ch](mailto:info@jakobnefag.ch)

*Ihr Spezialist für  
Laden-, Holz-  
und Küchenbau*



holzin AG | rütistrasse 49 | 9050 appenzell | tel. 071 780 08 77 | speicherstrasse 6 | 9053 teufen [www.holzin.ch](http://www.holzin.ch)

## Vorbereitungsturnier Davos

Je ein Herren- und Damenteam der Appenzeller Bären spielten am Wochenende vom 20. und 21.9.2014 das traditionelle Vorbereitungsturnier in Davos. Nachdem besonders bei den Herren Personalprobleme kurzfristig auftraten, verstärkten André Kraft und Roger Forrer aus Andwil das Bären team um Coach Sascha Messmer. Am Samstag gab es gegen zwei Nati-B-Teams gleich echte Prüfsteine, mit je einem 1:1 gegen den VBC Buochs und den VBC Gelterkinden konnte man zufrieden sein. Gegen ein weiteres Erstligateam konnten die Bären einen Sieg einfahren. zum Abschluss des ersten Spieltages gab es als Highlight das Spiel gegen Oberdiessbach. Hier zeigte Appenzell, dass sie rein sportlich mit der Nati-B Spitze mithalten können, mit 27:29 und 35:37 setzte sich nur äusserst knapp der Favorit durch. Die Bären spielten am Sonntag somit um die Plätze 9-12 im 20er Feld. Auch am Sonntag, trotz müder Beine und schwerem Kopf gelangen zwei Siege gegen Kanti Baden und Andwil-Arnegg, immerhin beides Teams aus der Nati B. Knapp verlor man das Schlussmatch gegen Malter. Insgesamt kann man wohl im Lager der Bären zufrieden sein, auch wenn man nur mit vier eigentlichen H1 Spielern in Davos war.

Das Damenteam schlug sich ebenfalls sehr gut, am Samstag verlor man kein Spiel, konnte aus den vier 1:1 auch den 3. Zwischenrang erreichen. Am Sonntag mussten sich die Damen Andwil Arnegg geschlagen geben und zwei weitere Un-



entschieden sorgten für ein insgesamt gutes Abschneiden am Turnier. Für die bevorstehende Saison sollten sich für das Coachduo Sascha Messmer und Marco Keller ein paar neue Optionen zeigen. Mit Salome Kuster und Adriana Hörler konnten zwei junge Spielerinnen Erfahrungen sammeln und sich gut ins Spiel integrieren.

Jetzt heisst es für die Bären teams die noch verbleibenden vier Wochen bis zum Saisonstart mit Training und Trainingslager gut zu nutzen, um dann eine verletzungs freie und erfolgreiche Spielzeit in Angriff zu nehmen.

# Mazenauer Beachvolleyballcup

Bei idealen Wetter spielten am Sonntag 24.8.2014 12 Teams um den Titel in den Kategorien Damen, Mixed und Herren.

In Urnäsch fand der erste Mazenauer Beachvolleyball-Cup für mehr oder weniger ambitionierte VolleyballerInnen statt.



Der Wettergott stand auf der Seite der Teilnehmenden, denn ab Beginn des Turniers begann nämlich die Sonne zu scheinen und es wurde wärmer und wärmer.

Die Spielpausen

wurden mit Jassen und vor allem mit Bräteln genutzt. Natürlich gab es in den verschiedenen Kategorien auch einen Sieger zu küren. Dank den Sponsoren durften alle teilnehmenden Teams einen Preis mit nach Hause nehmen.



Bei den Damen gewann das „s'Udrüezwang“ aus Andwil. Aus den vier Herrenteams schwang am Schluss das Team „Volleyballeurs“ aus Teufen oben aus. Die stark aufspielenden Damen und Herren aus Stein gewannen in der Kategorie Mixed.

Die Appenzeller Bären danken allen



## Markus Fritsche

Hafnermeister

## Mazenauer Beachvolleyballcup



Sponsoren, insbesondere dem Titelsponsor Mazenauer AG, Schreinerei, Innenausbau. Im nächsten Jahr findet das Beachvolleyballturnier bereits am Sonntag 21. Juni statt.



Sieger Herren



Sieger Damen



Sieger Mixed

## Trainingslager Stein im Fricktal



Am Samstagmorgen, dem 4. Oktober, machten sich das Damen 1 und Herren 2 um 6 Uhr früh mit zwei Bussen auf den Weg ins Trainingslager nach Stein im Fricktal. Nach einem etwas unorganisierten Empfang freundenen wir uns schnell



mit der Sportanlage an, bezogen unsere Zimmer und absolvierten das erste Training.  $\frac{1}{3}$ / $\frac{1}{4}$  Stunden später standen dann das Damen 2 und Herren 1, welche etwas später in Appenzell losgefahren waren, zum ersten Mal in der grossen Dreifachturnhalle bereit. Es fanden jeweils täglich zwei Trainingseinheiten statt, welche von verschiedenen Trainern geleitet wurden. Die unter-

## Trainingslager Stein im Fricktal



schiedlichen Trainingsmethoden und Übungen brachten viel Abwechslung, wovon alle Teams profitieren konnten.

Während am Samstagabend die Fussballfans am TV mit dem FC St. Gallen mitfieberten und den Sieg gegen den FC Basel bejubeln konnten, befanden sich die meisten bereits auf der anderen Seite vom Rhein in Bad Säckingen.



dieses deutsche Städtchen mit Stein und ist gut zu Fuss erreichbar. An diesem Abend fand dort eine «Kneipen Nacht» statt, wobei in vielen Restaurants und Bar's live Musik gespielt wurde. Dementsprechend war viel los und einige feierten bis tief in die Nacht hinein.

Am nächsten Morgen standen alle bereits wieder in der Halle. Vollzählig, auch wenn darunter einige müde Gesichter zu erken-



nen waren, wurde fleissig weiter trainiert. Vor dem Mittagessen erhielten wir die Trainingslager T-Shirts und waren bereit für das Gruppenfoto. Nach einem weiteren Training machten sich das Damen 2 und einige Herren-Spieler

am Sonntagabend auf den Rückweg nach Appenzell. Der Abend stand dann ganz im Zeichen vom geselligen Beisammensein und Jassen. Auch sonst bot das Sport-

## Trainingslager Stein im Fricktal



center allerhand Möglichkeiten. Für die unermüdeten Sportler/innen standen Tennisplätze, Badmintonfelder und eine Minigolf-Anlage gratis zur Verfügung.

Mit dem ohrenbetäubendem Geräusch eines Rasenmähers starteten wir in den Montagmorgen. Während der Platzwart direkt

vor unseren Zimmern die letzten Laubblätter vom Tennisplatz entfernte, stärkten wir uns mit einem ausgewogenen Frühstück für den dritten Trainingstag. Nach dem Nachmittagstraining hieß es für das Damenteam Koffer packen. Den Herren jedoch standen noch zwei weitere Trainings am Dienstag bevor. Nach dem Nachtessen begab sich ein Teil der Mannschaft nochmals nach Bad Säckingen, um dort den letzten Abend



ausklingen zu lassen.

Als wir am Dienstagabend bei der Wühre eintrafen, hatten die intensiven Volleyballtage bei allen ihre Spuren hinterlassen. Schon während der Rückfahrt konnten einige Spieler ihre Augen nicht mehr offen halten. Müde aber glücklich und zufrieden über ein gelungenes Lager sagten wir tschüss. Ein herzliches Dankeschön an alle, die das diesjährige

Trainingslager ermöglicht haben!

Fabian Fiechter

## Trainingslager Stein im Fricktal



# Weihnachtsmarkt 2013



## keller automobile ag



9108 Gonten - Dorstrasse 57

Tel 071 795 40 50

[www.kellerautomobile.ch](http://www.kellerautomobile.ch)

**stop+go - bei uns hat es Ihr Auto gut**

Mechanik - Karosserie - Diagnose - Fahrzeugelektrik - Klimaanlage - Reifen - Garantie

**Neuwagen Occasionen Reparatur aller Marken**

## Spiel- und Fondueplausch

Wer darf (muss) den Fondueplausch organisieren... jedes Jahr diesselbe Frage...



## Unsere Trainer



v.l.n. hinten: Ivan Kuster, Sascha Messmer, Hari Walz, Marco Zehnder, Marco Keller

v.l.n.r. vorne Myriam Baumann, Sonja Schürpf, Dominique Bigler, Jan Fritsche, Catiana Baumgartner,

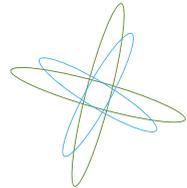
es fehlen: Patrick Manini, Astride Bischof, Dani Schudt, Ruth Messmer

PATHFINDER CONSULTING



me wööschid

viil Kampfgeischt  
am nöchschte Match



PathFinder-Consulting AG  
Hauptgasse 32  
CH-9050 Appenzell  
Phone +41 71 780 03 02  
info@pfconsulting.ch

## Unsere Schiedsrichter

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



**Bochsler Marc**

N2-Schiedsrichter



**Rageth Philipp**

N1-Schiedsrichter



**Hörler Adriana**

N1-Schiedsrichterin



**Kuster Salome**

N1-Schiedsrichterin



**Naef Jana**

N1-Schiedsrichterin



**Bischof Jasmin**

N1-Schiedsrichterin



**Speck Kevin**

Unionren Schiedsrichter



**Riesen Sarah**

N1-Schiedsrichterin



**Stefani Irina**

N1-Schiedsrichterin



**Kern Julia**

N1-Schiedsrichterin



**Krüsi Beni**

N2-Schiedsrichter

**CONCORDIA**

Dir vertraue ich

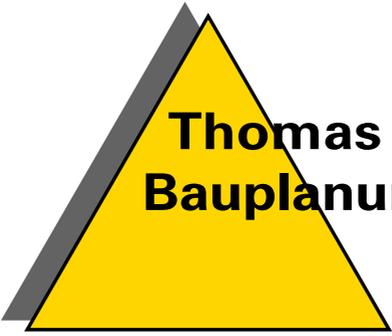


Fairer Partner, bester Service, Versicherungsmodelle zum Prämien sparen. Wechseln Sie zur CONCORDIA. Profitieren Sie von Vergünstigungen und exklusiven Leistungen für Familien.

Mehr bei Ihrer CONCORDIA  
oder unter [www.concordia.ch](http://www.concordia.ch)

**CONCORDIA**

Agentur St. Gallen  
Pier-Luca Basile  
Agenturleiter  
St. Leonhardstrasse 31  
9001 St. Gallen  
Telefon 071 228 20 71  
[stgallen@concordia.ch](mailto:stgallen@concordia.ch)



**Thomas Rusch  
Bauplanung**

Gontenbad, 9108 Gonten  
Tel. 071 794 19 90 Fax 071 794 19 91  
[www.ruschbauplanung.ch](http://www.ruschbauplanung.ch)  
Mail: [info@ruschbauplanung.ch](mailto:info@ruschbauplanung.ch)

Projektierung,  
Planung und Bauleitung bei Neubauten,  
Umbauten oder Renovationen

## Vereinsleitung der Appenzeller Bären



### Präsident (GL)

Bruno Rusch  
Schönenbuel 43  
9050 Appenzell  
Mobil 078 716 57 44  
praesident@vbcag.ch



### Finanzleiter (GL)

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



### Ausbildung (VL)

Reto Schadegg  
Langenegg 890  
Tel. P. 071 367 19 66  
jugendfoerderung@  
vbcag.ch



### Sportliche Leitung (GL)

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



### Marketing (VL)

Patrick Manini  
Dorfstrasse 8  
7074 Malix  
Mobil 076 367 45 43  
sponsoring@vbcag.ch



### Marketing (VL)

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



### Beach (VL)

Rahel Fritsche  
Brülisauerstrasse 22  
9050 Appenzell  
Tel.P. 071 787 35 67  
beach@vbcag.ch



### Kommunikation (VL)

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

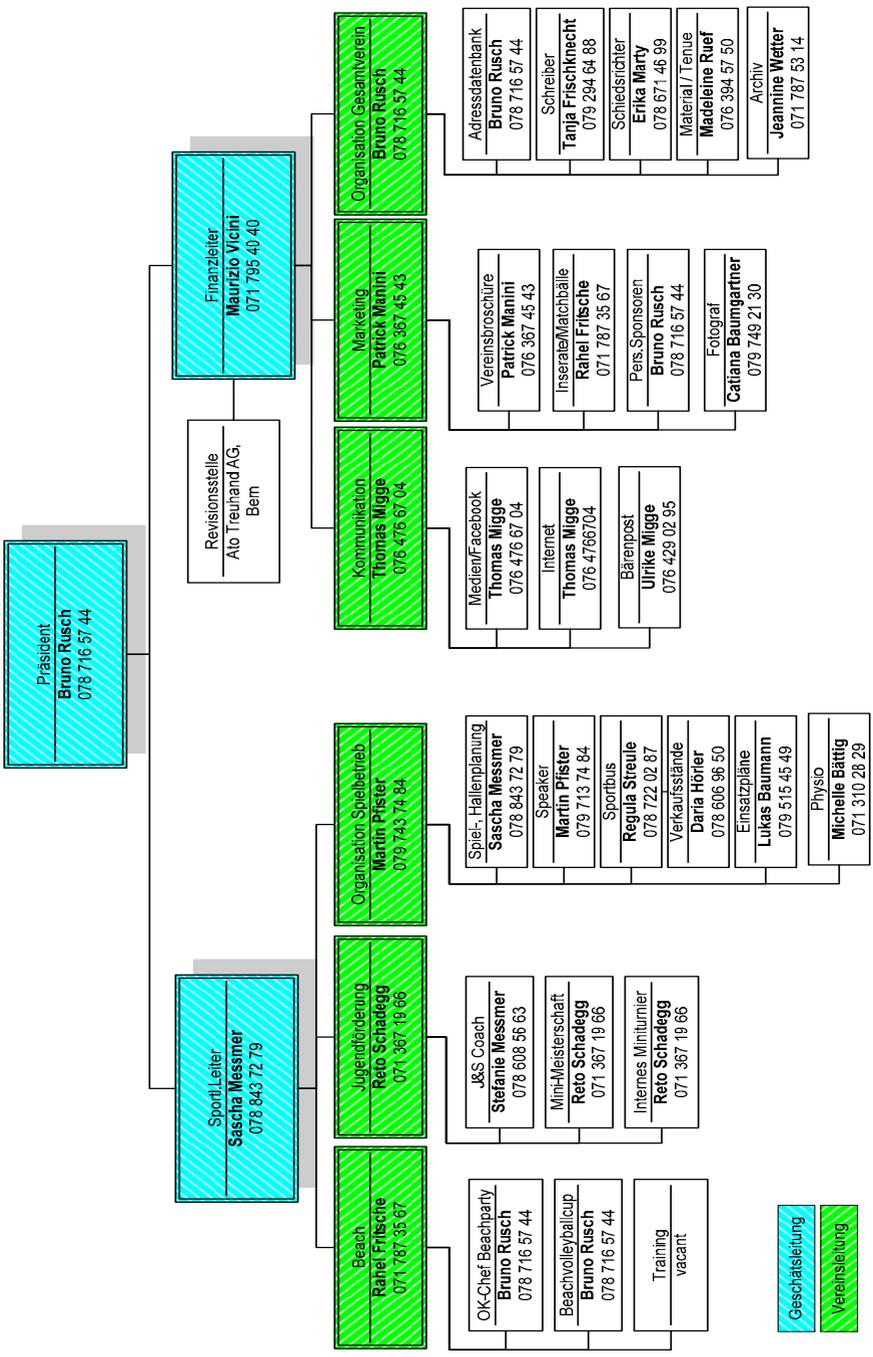
## Trainingsübersicht

<i>Team</i>	<i>Trainingshalle Trainingszeiten</i>	<i>Name TrainerIn Bemerkungen zu Trainingseinheit</i>	<i>Strasse Ort</i>	<i>Telefon P Mobil</i>	<i>Telefon G Email</i>
<b>Montag</b>					
Damen U17	TH Wühre 17.15-18.30 Uhr	Baumann Myriam TH Wühre, Montag, 17.15-18.30 Uhr	Nollenstrasse 15 9050 Appenzell	071-787 31 10 078-820 69 87	myriam.baumann@hotmail.com
Damen U23	TH Gymi 18.30-20.00 Uhr	Kuster Ivan TH Gymi, Montag, 18.30-20.00 Uhr	Rotenwies 43 9056 Gais	071-793 23 03 079-718 80 05	ivankuster92@hotmail.com
<b>Dienstag</b>					
Mini Schwende	TH Schwende 17.00-18.15 Uhr	Fritsche Jan TH Schwende, Dienstag, 17.00-18.15 Uhr	Brüllsauerstr. 22 9050 Appenzell	071-787 35 67 079-852 34 88	janfritsche@bluewin.ch
Mini Appenzell	TH Wühre 17.15-18.45 Uhr	Schürpf Sonja TH Wühre, Dienstag, 17.15-18.45 Uhr	Tonimareies 5 9050 Appenzell	071-787 43 74 079-608 30 12	sonja.schuerpf@bluewin.ch
Damen 1	TH Wühre 18.45-20.30 Uhr	Keller Marco TH Wühre, Dienstag, 18.45-20.30 Uhr TH Wühre, Donnerstag, 20.00-22.00 Uhr	Nollisweid 18 9050 Appenzell	071-333 58 00 079-425 20 44	071-788 38 28 nicole.marco.kk@hotmail.ch
Herren 1	TH Wühre 19.45-22.15 Uhr	Messmer Sascha TH Wühre, Dienstag, 19.45-22.15 Uhr TH Gymi, Freitag, 18.00-20.00 Uhr	Hostet 16 9050 Appenzell	071-534 43 05 078-843 72 79	sportlicherleiter@vbcag.ch
Herren 2	TH Wühre 20.15-22.00 Uhr	Walz Hari TH Wühre, Dienstag, 20.15-22.00 Uhr	Rösslistrasse 36 9056 Gais	071-793 33 89 077-434 59 43	071-242 86 49 hariwalz@bluewin.ch
<b>Mittwoch</b>					
Herren 3	TH Gais 20.00-22.00 Uhr	Manini Patrick TH Gais, Mittwoch, 20.00-22.00 Uhr	Dorfstrasse 8 7074 Malix	071-367 19 17 076-367 45 43	071-314 74 00 sponsoring@vbcag.ch
<b>Donnerstag</b>					
Damen U19	TH Wühre 18.30-20.00 Uhr	Baumgartner Catiana TH Wühre, Donnerstag, 18.30-20.00 Uhr	Zehnstadelstr. 2 9212 Arnegg	071-385 85 48 079-749 21 30	catiana_baumgartner@hotma
Herren U19	TH Wühre 18.30-20.30 Uhr	Walz Hari TH Wühre, Donnerstag, 18.30-20.30 Uhr	Rösslistrasse 36 9056 Gais	071-793 33 89 077-434 59 43	071-242 86 49 hariwalz@bluewin.ch
Damen 3	TH Wühre 18.45-20.30 Uhr	Schudt Daniel TH Wühre, Donnerstag, 18.45-20.30 Uhr	Gaiserstrasse 143 9050 Appenzell	071-787 00 08 078-754 91 23	dschudt@yahoo.com
Damen 1	TH Wühre 20.00-22.00 Uhr	Messmer Sascha TH Wühre, Dienstag, 18.45-20.30 Uhr TH Wühre, Donnerstag, 20.00-22.00 Uhr	Hostet 16 9050 Appenzell	071-534 43 05 078-843 72 79	sportlicherleiter@vbcag.ch
<b>Freitag</b>					
Herren 1	TH Gymi 18.00-20.00 Uhr	Messmer Sascha TH Wühre, Dienstag, 19.45-22.15 Uhr TH Gymi, Freitag, 18.00-20.00 Uhr	Hostet 16 9050 Appenzell	071-534 43 05 078-843 72 79	sportlicherleiter@vbcag.ch
Plausch Mixed Gonten	TH Gonten 19.15-20.45 Uhr	Messmer Ruth TH Gonten, Freitag, 19.15-20.45 Uhr	Aplis 432 9107 Umäsch	071 364 24 64 077-406 81 18	rumessmer@bluewin.ch
Damen 2	TH Teufen 20.30-22.00	Zehnder Marco TH Teufen, Freitag, 20.30-22.00 Uhr	Kurvenstr. 10 9062 Lustmühle	071-330 08 46 078-839 88 08	071-793 35 51 marcozehnder@bluewin.ch

# Teamübersicht

# Team

Team	Trainingshalle Trainingszeiten	Name TrainerIn Bemerkungen zu Trainingseinheit	Strasse Ort	Telefon P Mobil	Telefon G Email
<b>Damen 1</b>					
Dienstag	TH Wühre 18.45-20.30 Uhr	Keller Marco TH Wühre, Dienstag, 18.45-20.30 Uhr TH Wühre, Donnerstag, 20.00-22.00 Uhr	Nollisweid 18 9050 Appenzell	071-333 58 00 079-425 20 44	071-788 38 28 nicole.marco.kk@hotmail.ch
Donnerstag	TH Wühre 20.00-22.00 Uhr	Messmer Sascha TH Wühre, Dienstag, 18.45-20.30 Uhr TH Wühre, Donnerstag, 20.00-22.00 Uhr	Hostel 16 9050 Appenzell	071-534 43 05 078-843 72 79	sportlicherleiter@vbcag.ch
<b>Damen 2</b>					
Freitag	TH Teufen 20.30-22.00	Zehnder Marco TH Teufen, Freitag, 20.30-22.00 Uhr	Kurvenstr. 10 9062 Lustmühle	071-330 08 46 078-839 88 08	071-793 35 51 marcozehnder@bluewin.ch
<b>Damen 3</b>					
Donnerstag	TH Wühre 18.45-20.30 Uhr	Schudt Daniel TH Wühre, Donnerstag, 18.45-20.30 Uhr	Gaiserstrasse 143 9050 Appenzell	071-787 00 08 078-754 91 23	dschudt@yahoo.com
<b>Damen U17</b>					
Montag	TH Wühre 17.15-18.30 Uhr	Baumann Myriam TH Wühre, Montag, 17.15-18.30 Uhr	Nollenstrasse 15 9050 Appenzell	071-787 31 10 078-820 69 87	myriam.baumann@hotmail.com
<b>Damen U19</b>					
Donnerstag	TH Wühre 18.30-20.00 Uhr	Baumgartner Catiana TH Wühre, Donnerstag, 18.30-20.00 Uhr	Zehnstadelstr. 2 9212 Arnegg	071-385 85 48 079-749 21 30	catiana_baumgartner@hotmail.com
<b>Damen U23</b>					
Montag	TH Gymi 18.30-20.00 Uhr	Kuster Ivan TH Gymi, Montag, 18.30-20.00 Uhr	Rotenwies 43 9056 Gais	071-793 23 03 079-718 80 05	ivankuster92@hotmail.com
<b>Herren 1</b>					
Dienstag	TH Wühre 19.45-22.15 Uhr	Messmer Sascha TH Wühre, Dienstag, 19.45-22.15 Uhr TH Gymi, Freitag, 18.00-20.00 Uhr	Hostel 16 9050 Appenzell	071-534 43 05 078-843 72 79	sportlicherleiter@vbcag.ch
Freitag	TH Gymi 18.00-20.00 Uhr	Messmer Sascha TH Wühre, Dienstag, 19.45-22.15 Uhr TH Gymi, Freitag, 18.00-20.00 Uhr	Hostel 16 9050 Appenzell	071-534 43 05 078-843 72 79	sportlicherleiter@vbcag.ch
<b>Herren 2</b>					
Dienstag	TH Wühre 20.15-22.00 Uhr	Walz Hari TH Wühre, Dienstag, 20.15-22.00 Uhr	Rösslistrasse 36 9056 Gais	071-793 33 89 077-434 59 43	071-242 86 49 hariwalz@bluewin.ch
<b>Herren 3</b>					
Mittwoch	TH Gais 20.00-22.00 Uhr	Manini Patrick TH Gais, Mittwoch, 20.00-22.00 Uhr	Dorfstrasse 8 7074 Malix	071-367 19 17 076-367 45 43	071-314 74 00 sponsoring@vbcag.ch
<b>Herren U19</b>					
Donnerstag	TH Wühre 18.30-20.30 Uhr	Walz Hari TH Wühre, Donnerstag, 18.30-20.30 Uhr	Rösslistrasse 36 9056 Gais	071-793 33 89 077-434 59 43	071-242 86 49 hariwalz@bluewin.ch
<b>Mini Appenzell</b>					
Dienstag	TH Wühre 17.15-18.45 Uhr	Schürpf Sonja TH Wühre, Dienstag, 17.15-18.45 Uhr	Tonimareies 5 9050 Appenzell	071-787 43 74 079-608 30 12	sonja.schuerpf@bluewin.ch
<b>Mini Schwende</b>					
Dienstag	TH Schwende 17.00-18.15 Uhr	Fritsche Jan TH Schwende, Dienstag, 17.00-18.15 Uhr	Brüllsauerstr. 22 9050 Appenzell	071-787 35 67 079-852 34 88	janfritsche@bluewin.ch
<b>Plausch Mixed Gonten</b>					
Freitag	TH Gonten 19.15-20.45 Uhr	Messmer Ruth TH Gonten, Freitag, 19.15-20.45 Uhr	Aplis 432 9107 Urnäsch	071 364 24 64 077-406 81 18	rumessmer@bluewin.ch



Geschäftsleitung

Veranstaltung



## Sicherheit geht vor

**Urs Wüstiner**  
Finanz- und Vorsorgeplaner

Waren Sie auch schon in einem Seilpark oder auf einem Klettersteig? Wenn man seine Angst überwindet und sich aufs Seil wagt, tut man dies im Vertrauen, dass die Instruktion gründlich und die Sicherheitsmassnahmen ausreichend sind.

Wenn Sie sich für Ihre Finanz- und Vorsorgeplanung an mich wenden, führe ich Sie sicher durch die vielfältigen Möglichkeiten. Während Sie Ihre finanziellen Ziele erreichen, sorgen unsere Sicherheitsmassnahmen für Ihren Schutz.

[www.appkb.ch](http://www.appkb.ch)



**Appenzeller  
Kantonalbank**

Wir tun etwas für Sie.

## Wichtige Termine der Bären

Sonntag	07.12.2014	Weihnachtsmarkt, Appenzell
Samstag	27.12.2014	Vereinsturnier mit Fondueplausch, TH Gringel Appenzell
Donnerstag	04.06.2015	HVVCAG Restaurant Freudenberg, Appenzell
Sonntag	21.06.2015	Mazenauer Beachvolleyball-Cup, Beachplatz Urnäsch
Juli/August 2015		Sommerprogramm, Beachplatz Urnäsch
Samstag	03.10.2015	Trainingslager, Stein im Fricktal
- Montag	-05.10.2015	(Bustelbach)

