



**VOLLEYBALLCLUB  
SARGANS**

**1986/87**

**I ♥ VOLLEYBALL**

# Das Team gilt mehr als jeder Star



## Liebe Volleyballfreunde,

Im Namen des Volleyballclubs Sargans begrüße ich Sie herzlich zur Volleyballsaison 86/87. Der VBC Sargans startet zum ersten Mal mit 8 Mannschaften in den Punktewettkampf.

Damen I (1. Liga), Damen II (3. Liga, Aufsteiger)  
Damen Jun. A und Damen Jun. B

Herren I (2. Liga), Herren II (4. Liga)  
Herren Jun. A<sub>1</sub> + A<sub>2</sub>

Im Weiteren spielt eine Herren Seniorenmannschaft (Plausch), die an verschiedenen Freundschaftsturnieren teilnimmt.

Für einen reibungslosen Meisterschaftsbetrieb werden unzählige Helfer benötigt. Nebst dem Vorstand (siehe Kasten) sind hier vor allem die Schiedsrichter und Schreiber zu erwähnen, die neben Ihrer eigenen Spieltätigkeit viel Zeit für den VBC aufbringen.

Herzlichen Dank

An einigen Samstagnachmittagen unterhalten wir in der RSA wieder eine kleine Festwirtschaft (Kaffee, Kuchen usw.)

Da wir dieses Jahr auf die Werbung in der Halle verzichten müssen (Werbekonzept RSA), sind wir noch vermehrt auf Ihre finanzielle Unterstützung angewiesen.

Verschiedene Aktionen sollen das Loch stopfen helfen:

- Gönnerpass für Fr. 10.- mit sämtlichen Meisterschaftsspieldaten.
- Matchbroschüre für Fr. 5.- mit Info VBC Sargans
- Volleyball-Toto für Fr. 1.- pro Tip sind Sie aufgefordert, die Punktezahl der 8 Mannschaften zu erraten, die in der Vor- (Rück-)runde erkämpft werden (max. 114 Pt.) Die Hälfte der Einnahmen wird wieder ausgeschüttet.
- Jass-Abend (sep. Einladung)

Einen herzlichen Dank möchte ich den Sponsoren (Leibchen) und allen kleinen und grossen Gönnern des VBC Sargans aussprechen, ohne Sie wäre ein solcher Meisterschaftsbetrieb fast nicht mehr denkbar.  
Nun wünsche ich allen Mannschaften des VBC Sargans eine erfolgreiche und unfallfreie Saison.

VBC SARGANS der Präsident  
Reini Schmid

Vorstand VBC Sargans:

Präsident:	Reini Schmid
Vize/2. Beisitzerin:	Regula Mätzler
Kassierin:	Trudi Lamm
Aktuarin:	Esther Kull
Techn. Leiterin:	Susanne Vils
Schiri-Obmann:	Urs Rothenberger
Schreiberobmann/ 1. Beisitzerin:	Sibylle Notari
Werbung/Sponsoren:	Marietta Hartmann
Presse:	Ursi Cina



Elegant schwingende Mode  
Kreatives Kunstgewerbe  
Accessoires

7320 Sargans Schwefelbadplatz Tel. 2 56 46 Frau R Vetsch

## PNEU Sargans Mullis

Spezialwerkstätte für Montieren und Auswuchten  
Schneeketten und Felgen  
Pneusaus-, Neugummierungs-Werk  
Telefon 085 2 29 75  
Pneus kauft man beim Fachmann.

### ING. HTL NEUENSCHWANDER + HEEB

INGENIEURBÜRO

MELS

TRÜBBACH

für

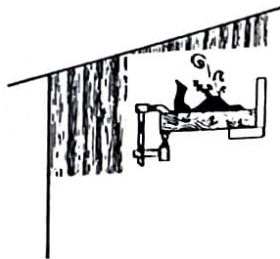
085 / 2 25 24

085 / 5 24 55

TIEF- + HOCHBAU  
STRASSEN- + WASSERBAU  
EISENBETON

## Toni Joghurt. Das im Glas

Milchzentrale 7320 Sargans  
Käse-Spezialgeschäft  
Telefon 085 - 2 13 07



## Holzbau Locher, Sargans

Kassian Locher, 7320 Sargans, Tel. 085 / 2 19 26

RAIFFEISEN – die persönliche Bank,  
die Bank, die noch Zeit für Sie hat!



Raiffeisenbank Mels



- keine Mitgliedschaft erforderlich
- Reservationen jederzeit möglich
- moderne Tennisschule mit dipl. Tennislehrer
- öffentl. Restaurant für jedermann

CH-7310 Bad Ragaz

Telefon 085 / 9 47 45

5 Aussenplätze – 3 Hallenplätze – 2 Squashcourts –  
Sport-Shop – Gruppenunterkunft – Ferienstudios



Restaurant **KRONE**  
Sargans Tel. 085 / 2 11 41

Rustikales, gewölbtes  
Spezialitäten-Restaurant  
mit Ambiance  
Familie Baumann-Wälti  
(Dienstag Ruhetag)



«Warum nimmst du die kleine  
Schwester auf dem Velo mit,  
wenn sie so fürchterlich  
brüllt?» – «Weil meine Klingel  
kaputt ist.»



Die Bank für Ihre Geschäfte:

**Wir geben Ihren Geschäften  
den richtigen Punch.**



St. Gallische  
**KANTONALBANK**



#### Mannschaft Herren 4. Liga

v.l.n.r.

stehend: Jürg Bärtsch (Hauptangreifer), Urs Rothenberger (Passeur), René Waldvogel (Hauptangreifer), Roland Brunner (Passeur), Hermann Gattlen (Hauptangreifer), Alfred Walser (Hauptangreifer) Fredi Wachter (Nebenangreifer)

knieend: Guido Müller (Passeur), René Willi (Nebenangreifer), Jules Broder (Passeur), Matthias Broder (Nebenangreifer)

es fehlen: Daniel Good (Hauptangreifer) und Hermann Gattlen sen. (Coach)

Sponsor:

P. Schweizer, Schlosserei  
Metallbau, Schweissarbeiten

#### Verjüngungskur der 2. Herrenmannschaft!

Wunderbares ist geschehen! Plötzlich trainieren wir in der 2. Herrenmannschaft nicht mehr zu sechst, sondern zu zwölf und mehr - und das, obwohl wieder 3 Stammspieler (Joe Walser, Markus Hüsler, Claudio Kalberer) ihr Glück in der weiten Welt gesucht haben. Neu dabei sind nämlich seit dem Frühling sechs talentierte Junioren (J. Broder, M. Broder, G. Müller, T. Kühne, D. Good, R. Willi) und F. Wachter. Mit viel Elan, angestachelt vom Ehrgeiz der "Alten" und dem Einsatz der "Jungen" versuchen wir uns zu einer neuen Mannschaft zu "verschweissen"

Wie die verschiedenen Trainingsspiele und die 3 Turniere gezeigt haben, ist uns das gar nicht schlecht gelungen. Auch dass uns ein erfahrener, alter Fuchs (Hermann Gattlen sen.) als Coach zu den Spielen begleitet, trägt dazu bei, dass wir die Meisterschaft optimistisch in Angriff nehmen. So wollen wir diese kommende Saison (mit dem Einsatz jedes einzelnen und mit etwas Glück) auf den vordersten Plätzen, wenn möglich als Gruppensieger, beenden.

#### Spielplan Herren 4. Liga 1986/87

24/10/86	KSS	Sargans - Jona	3:2	
4/11/86	RSA	Sargans - March		20.00
22/11/86	Schnegg	Näfels - Sargans		16.00
29/11/86	KSS	Sargans - Glarona		15.30
6/12/86	Heiligkreuz	Mels - Sargans		15.00
13/12/86	Berschis	Walenstadt - Sargans		17.00
20/12/86	RSA	Sargans - Schwanden		15.00
24/01/87	Bollwies	Jona - Sargans		14.00
6/02/87	Siebnen MPS	March - Sargans		20.30
14/02/87	KSS	Sargans - Näfels		17.00
28/02/87	Kanti	Glarona - Sargans		16.00
7/03/87	RSA	Sargans - Mels		14.00
14/03/87	RSA	Sargans - Walenstadt		17.00
21/03/87	alte TH	Schwanden - Sargans		15.00

Trainingszeit:

Donnerstag, 20.00 - 22.00 Uhr RSA

Fuer kleine und grosse Wuensche Ihr :

**OMET**

UHREN- UND BIJOUTERIE-  
FACHGESCHAFT

**pizol park**  
mels-sargans

085 2 44 25  
8887 MELS-SARGANS

**TISSOT  
LANCO  
ORIS  
RADO**

**Für Volleyballsport  
das Fachgeschäft  
im Ort**

**Sport Mullis**  
Bad Ragaz

Telefon 085/ 9 43 47

## DER SPIELGEDANKE IM VOLLEYBALL

In einem Feld von 18 x 9 m stehen sich zwei Mannschaften von je sechs Spielern gegenüber. Dieses Feld wird in der Mitte durch ein straff gespanntes Netz in zwei 9 x 9 m grosse Spielfelder getrennt.

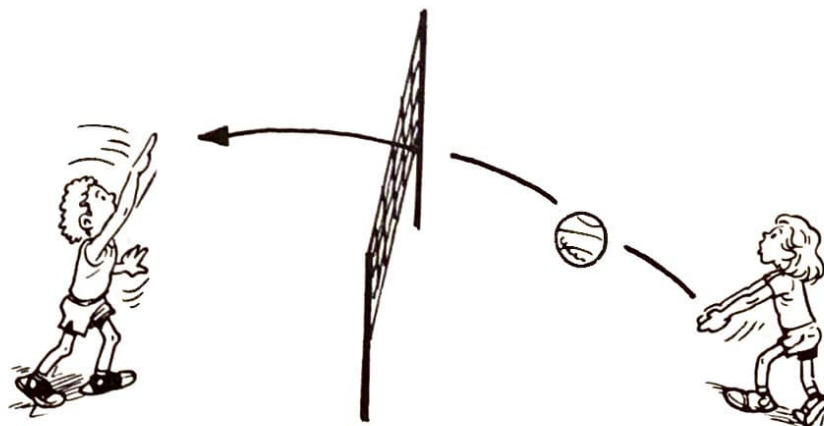
Durch die Aufgabe ( Service ) wird der Ball ins Spiel gebracht und von beiden Mannschaften so im Flug zugespielt, dass er spätestens nach der dritten Berührung das Netz überfliegt.

Jede Mannschaft ist bestrebt, den Ball so in das gegnerische Feld zu spielen, dass er dort zu Boden geht oder nur fehlerhaft weitergespielt werden kann. Der fliegende Ball darf auch ausserhalb der Spielfeldlinien weitergespielt werden.

Ein Spieler darf das erste und dritte Zuspiel durchführen, jedoch nicht zweimal hintereinander ( Ausnahme: Block).

Nur die Mannschaft kann Punkte erzielen, die das Aufgaberecht hat. Gewinnt eine Mannschaft das Aufgaberecht, müssen deren Spieler um eine Position einen Platzwechsel im Uhrzeigersinn vornehmen. Auf diese Weise kommen alle Spieler im Angriff und in der Abwehr zum Einsatz.

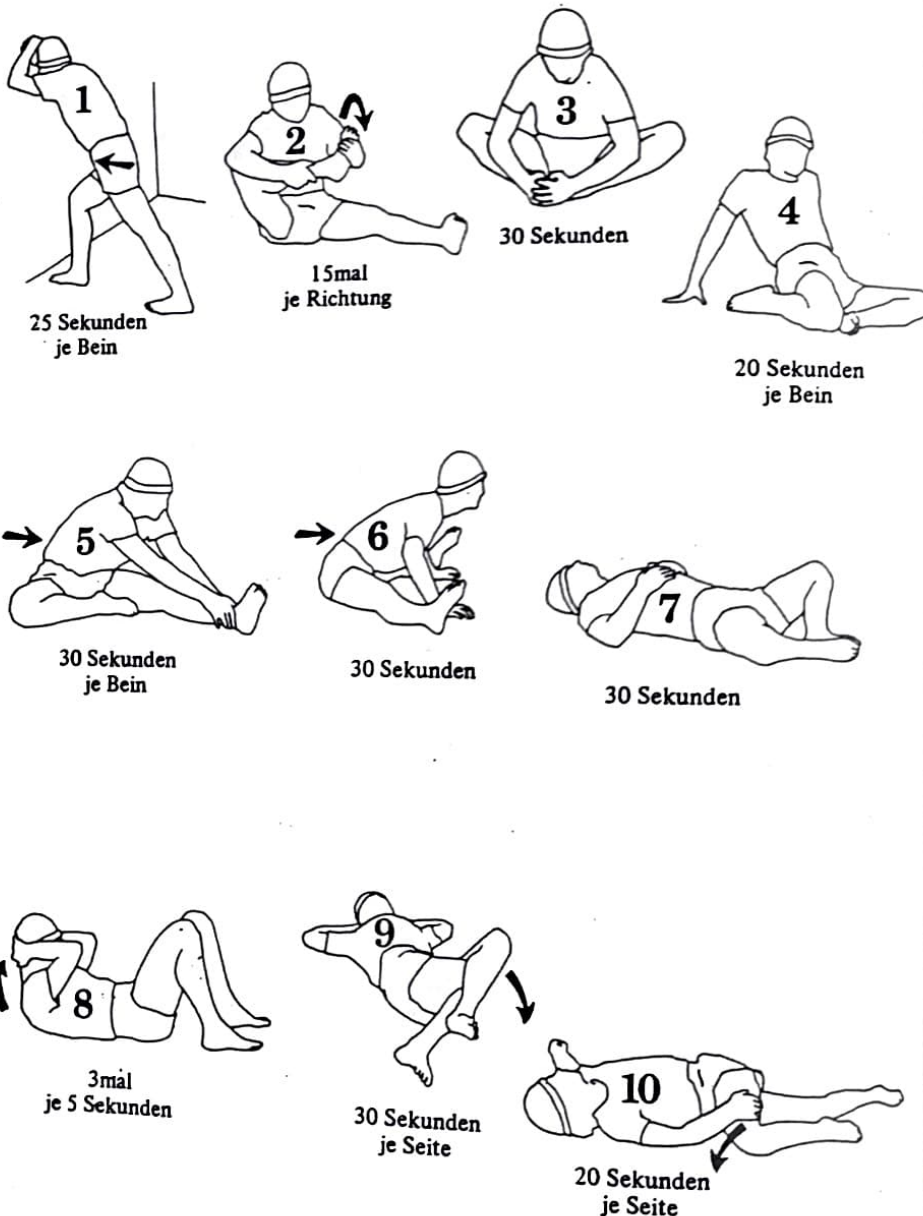
Es wird nach Sätzen gespielt; drei gewonnene Sätze sind zum Sieg nötig. Jeder Satz endet bei 15 Punkten, falls eine Mannschaft der anderen um mindestens 2 Punkte voraus ist.



Vor und nach

## Volleyball :

Ungefähr 14 Minuten



## DEHNEN IM VOLLEYBALL

Dehnen, besser bekannt als Stretching, gehört seit einigen Jahren zu jedem vollständigen, ausgeglichenen Trainingsprogramm.

Gedehnt wird vor und nach einer sportlichen Betätigung. Welche Gründe sprechen für das Stretching?

- Stretching verringert die Muskelanspannung.
- Stretching verhindert Verletzungen: ein starker, bereits gedehnter Muskel verträgt Belastungen besser als ein starker, ungedehnter Muskel.
- Stretching fördert die Koordinierung verschiedener Muskelpartien.
- Stretching erleichtert anstrengende Aktivitäten, wirkt vorbereitend auf das kommende Training.
- Stretching wirkt anregend auf den Körperkreislauf.

WIE wird richtig gedehnt?

Dehne den Muskel kontinuierlich, OHNE zu federn oder nachzuwippen. Die ersten 10-30 Sekunden sollst Du so weit dehnen, bis Du im betroffenen Muskel eine milde Spannung verspürst. Halte diesen Grad der leichten Dehnung, bis die Spannung nachlässt.

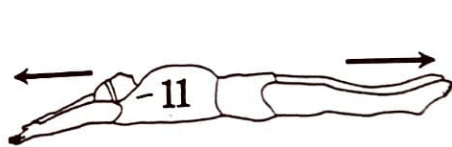
Daran anschliessend folgt das fortschreitende Dehnen: das heisst, dehne millimeterweise weiter, bis Du wieder eine milde Spannung verspürst. Halte diese Dehnung. Auch hier soll die Spannung nachlassen, wenn nicht, gehe etwas zurück. Das fortschreitende Dehnen dauert, wie das leichte Dehnen, ebenfalls 10-30 Sekunden.

Atme langsam, gleichmässig und kontrolliert.

Halte die Luft niemals an. Anhalten der Luft bedeutet, dass Du nicht entspannt bist.

Ein überdehnter Muskel (durch zu starkes Dehnen oder Dehnen mit Wippen) verhärtet, wird unelastisch und schmerzhaft. Stretching, richtig ausgeführt, ist niemals schmerzhaft.

Jede Sportart beansprucht ganz spezielle Muskeln und Muskelpartien besonders stark. Es ist klar, dass wir im Stretching vor und nach einem Training genau diese Muskeln erfassen möchten. Nach dieser allgemeinen Einführung folgt hier ein Stretchingprogramm, das spezifisch für Volleyballspieler ausgearbeitet wurde. (Aus: "Stretching" von Bob Anderson).



3mal  
je 5 Sekunden



10 Sekunden  
je Bein



25 Sekunden  
je Bein



20 Sekunden



10 Sekunden  
je Arm



30 Sekunden



30 Sekunden



30 Sekunden



20 Sekunden  
je Bein



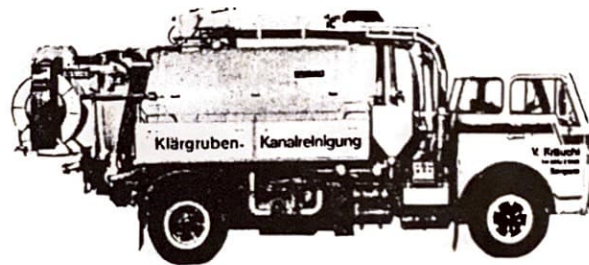
20 Sekunden



10 Sekunden  
je Arm



15 Sekunden  
je Arm



Viktor Kräuchi  
+ Sohn,  
Sargans

Telefon 085 21066

Spezialunternehmen für Kanalreinigungen,  
Strassenschächte- und Grubenentleerungen.  
Spezialgerät für Syphon und WC  
sowie Küchen-, Flachdach- und Terrassenabläufe.

Wir reinigen sämtliche Abwasseranlagen  
mit modernstem Servicewagen.

Rohruntersuch mit TV-Kamera

Werner  
**pfanner**  
7320 Sargans  
Tel. 085 21515

Unsere Spezialitäten:

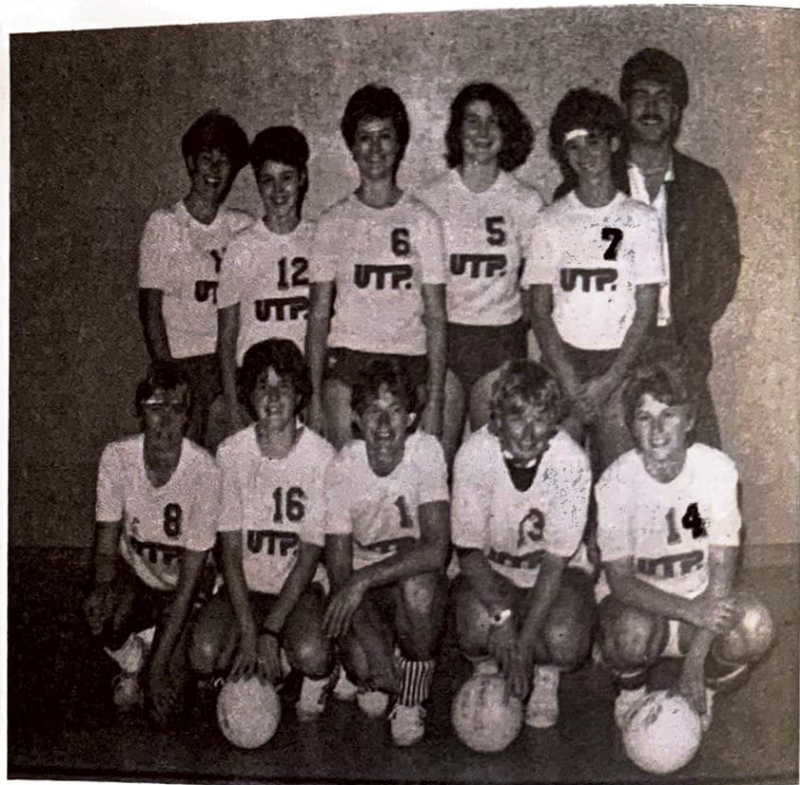
Türen und Tore in Metall

Fenstergitter und Treppengeländer

in Schmiedeisen

Reparaturen aller Art





### DAMEN 1. LIGA

Durch den Abgang zweier Stammspielerinnen war ich gezwungen, drei neue Spielerinnen in die Mannschaft einzubauen. Zu den Trainingsvorbereitungen zählten Trainingslager in Tenero, Turniere, Freundschaftsspiele und verschiedene neue Spielformen. Grossen Wert legte ich besonders auf Sprung- und Schnellkrafttraining sowie auch auf einfache Grundausbildung, da mir diés auch bei den erfahrenen Spielerinnen trotz langjährigem Training noch wichtig erschien. Dennoch glaube ich, dass ich mit meiner Mannschaft recht viele schöne Spiele haben werde und auch einige Siege für uns heimtragen kann. Saisonziel: Mein Wunsch wäre ein Platz unter den ersten 6! (Beda Gattlen, Trainer Damen 1)

Obere Reihe: Dominique Bäscher, Judith Aggeler, Monika Rüegg, Gabi Brandes, Sonja Zorc, Beda Gattlen (Trainer), Untere Reihe: Marianne Fülleemann, Ursula Ruinatscha, Marietta Hartmann, Sibylle Notari, Ariane Thurnheer. Es fehlen: Ursula Cina, Susanne Vils

### Spielplan Damen 1. Liga 1986/87

19/10/86	RSA	Sargans - Wattwil	0:3
23/10/86	RSA	Sargans - Jona	1:3
1/11/86	Kanti	Wetzikon - Sargans	3:0
15/11/86	RSA	Sargans - Kreuzlingen	17.30
16/11/86	RSA	Sargans - St.Gallen	16.00
22/11/86	RSA	Sargans - Spada Academica	15.00
2/12/86	Flös	Buchs - Sargans	20.00
13/12/86	Turnhalle	Steinen - Sargans	17.00
20/12/86	RSA	Sargans - Hydra Zürich	15.00
17/01/87	Rietstein	Wattwil - Sargans	16.30
24/01/87	Bollwies	Jona - Sargans	16.00
31/01/87	RSA	Sargans - Wetzikon	15.30
7/02/87	Kanti	Kreuzlingen - Sargans	16.00
14/02/87	Fluntern	Spada Academica - Sargans	15.30
28/02/87	Kreuzbleiche	St.Gallen - Sargans	15.00
5/03/87	RSA	Sargans - Buchs	20.00
14/03/87	RSA	Sargans - Steinen	17.00
21/03/87	Riesbach	Hydra Zürich - Sargans	16.00

### Trainingszeiten Damen 1. Liga

Dienstag 17.30 - 19.00 Uhr RSA  
 Donnerstag 18.00 - 19.30 Uhr RSA

## **DAMEN I I. LIGA**

# **UTP.**

**UTP-Schweissmaterial AG**  
 4310 Rheinfelden  
 Tel. 061 87 62 22

**NORBERT MÜNSTER**

☉ Tel. 085 236 57

Im Ratell 67

7320 Sargans

GRÜNENFELDER + HOBI AG  
**N NORDIC MELS SPORT**  
 Tel. 085-2 64 80



Neue Öffnungszeiten:

Montag vorm. geschl. nachm. 13.30 - 18.30 Uhr  
 Dienstag - Donnerstag 9.00 - 12.00, 13.30 - 18.30 Uhr  
 Freitag 9.00 - 12.00, 13.30 - 20.00 Uhr  
 Samstag durchgehend offen 8.00 - 16.00 Uhr

Ein Besuch lohnt sich!

**Unser Sortiment:**

- alles für den Läufer
- diverse Fussballecken
- Wanderartikel
- diverse Sportbekleidungen
- grosse Auswahl an Sportschuhen

Was immer auch passiert -



**Eines ist sicher:**

Wenn Sie vorher mit uns sprechen, sind wir nachher für Sie da.

**HEINZ MEIER**  
 Inspektor  
 7320 SARGANS  
 Zürcherstrasse 32  
 Tel. 085/2 53 47



Partner: Helvetia-Feuer und Helvetia-Leben

HAUPTAGENTUR BUCHS, Parkhof, 9470 Buchs, Tel. 085/6 28 32

garage sargans  
**KUNN**  
 gebr. kuhn sargans ag  
 tel. 085 - 2 48 68 7320 sargans



**Hauptvertretung**

**Autoreparatur-Werkstätte**

**Tankstelle**  
 Selbstbedienung  
 Kreditkarten- und  
 Notenausomat



**Selbstbedienungs-Waschanlage**



für alle Versicherungen

Luis Liveris  
 Grossfeldstrasse 40, 7320 Sargans (085) 2 40 41  
 od. 2 43 43

CLUB- UND MITGLIEDERUNTERSTÜTZUNG

„GUTES ZUSAMMENSPIEL... FÜLLT AUCH DIE KASSE!“

Denn, je öfter die Volleyball-Club-Mitglieder die GENFER VERSICHERUNGEN als Partner wählen, umso öfter springt die GENFER als Sponsor für den Volleyball-Club und seine Mitglieder ein!



Sponsor: Städtli-Coiffeur Herbi

**STÄDTLI  
COIFFEURE  
HERBI**

DAMEN & HERREN  
STÄDTLISTRASSE  
SARGANS 085-2 10 56

Modebewusste  
kennen uns!  
**Kennen Sie uns?**

«Wie soll ich dir die Haare schneiden?» – «Wie bei Papa, mit einem Tennisplatz in der Mitte.»

Sage mir, was du trinkst. und ich sage dir, was für eine Flasche du bist.

Legende: Hintere Reihe von links:  
R. Schmid (Präsident), U. Trachsel, B. Gattlen,  
Städtli-Coiffeur Herbi (Sponsor), B.Zindel,  
Th. Schwizer, M. Steger (Trainer)

Vordere Reihe von links:  
P. Rupp, St. Gattlen, M. Giordano, C. Gattlen,  
R. Caminada  
Es fehlen: Th. Brauchli, M. John, M. Kolb, M. Helcl

Trainer: Martin Steger

Kapitän: Beat Zindel

Ziele 86/87: - Plausch am Volleyballspielen  
- Einbauen von 5 talentierten Junioren  
- Rangierung im vorderen Mittelfeld

Vorbereitungsspiele: VBCS - VBC Mels 3:2  
VBCS - VBC Vaduz 1:3  
VBCS - VBC Wil 1:3

Trainingszeiten: Montag 19.45-- 22.00 KSS  
Freitag 18.00 - 20.00 RSA

Spielplan Herren 2. Liga 1986/87

16/10/86	Resch	Galina - Sargans	3:0
25/10/86	RSA	Sargans - Jona	1:3
8/11/86	KSS	Sargans - March	15.30
15/11/86	RSA	Sargans - Vaduz	15.30
21/11/86	Dorf	Näfels - Sargans	20.15
1/12/86	Heiligkreuz	Mels - Sargans	20.15
9/1/87	Sand alt	Chur - Sargans	20.00
16/01/87	KSS	Sargans - Galina	20.30
24/01/87	Bollwies	Jona - Sargans	14.00
31/01/87	KSS	Sargans - Chur	13.30
7/02/87	Lachen	March - Sargans	13.30
13/02/87	KSS	Sargans - Näfels	20.30
20/02/87	Ebenholz	Vaduz - Sargans	20.15
6/03/87	KSS	Sargans - Mels	20.30

## Herren Senioren:

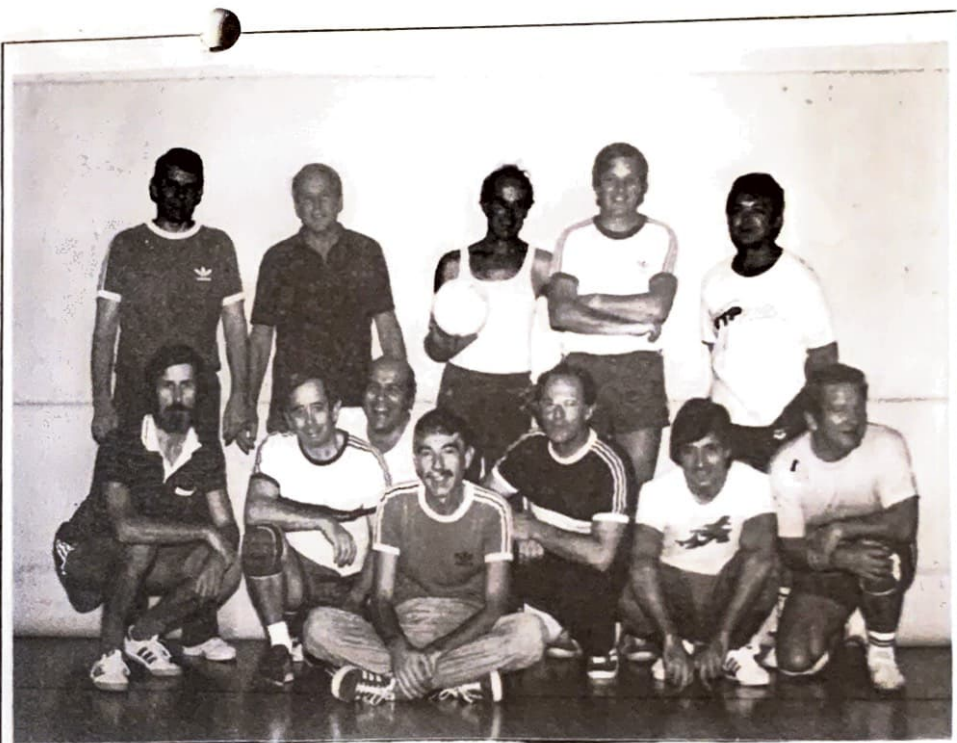
So sehen wir nach einem Training à la Heini aus. Wir die Senioren, spielen zwar zum Plausch Volleyball, ohne Ambitionen auf Ränge Ende Saison. Was wir aber während einer Stunde Training alles üben und wie wir unsere Bäuche und Schenkel quälen, würde ausreichen, in einer höheren Liga mitzumischen.

Wenn dann Heini um 18.30 bereits seine Foltergeräte aufbaut, können wir uns auf etwas gefasst machen und eine halbe Woche den Muskelkater pflegen. Aber auch nur mit dem Ball kommen wir recht ins Schwitzen, wenn es tönt: Höhe! Tiefer! Schneller!

Doch um 19.30 versucht Seniorchef Felix den Trainingsfluss zu unterbrechen. Ein solches Spiel ist auch der Höhepunkt des Abends. Wir sind gewöhnlich 10 - 12 Spieler von den total ca. 15 anwesenden. Eine erste und zweite Mannschaft kennen wir nicht. Der Trainer teilt uns in zwei möglichst gleich starke Gruppen auf. Das Spiel wird dann aber jedesmal sehr ernst geführt. An die verschiedenen "Ausrufe" haben wir uns längst gewöhnt. Dabei sind einige nicht zu überhören und überwiegen fast in jedem Spiel. Hopp Wisi! Du hetscht söllä! oder Hans Messmer: Lueg ne aa! kennt jeder Senior.

Was im Spiel oft recht ernst tönt, ist aber schnell vergessen. Wir haben ja unser Ziel erreicht: geschwitzt und uns am Spiel gefreut. Wer dann wirklich viel Flüssigkeit verloren hat oder die Kameradschaft noch pflegen möchte, trifft sich zu einem Trunk. Unsere Bindung zu den anderer Mannschaften ist recht locker, doch wenn man uns zu einem Spezialeinsatz braucht, sind wir gerne bereit mitzuhelfen. Eine Orientierung über bevorstehende Anlässe könnten uns am schnellsten über einen Anschlag am schwarzen Brett erreichen. Leider fehlt bis jetzt noch Brett und Anschlag. Den übrigen Mannschaften wünschen wir in der Meisterschaft viel Erfolg.

die Senioren



„SO SCHÖN IST DAS KAMMEL!“



„SCHAUO WISSE ICH WIE EIN VOGEL!“

Volleyball schön....!



„EIN SCHWIMMSTAND...“



„UNBESCHULTER TOLK!“



„VOLLEYBALL IM ZOO!“

„DER TRAINER“



### Damen Juniorinnen B

v.l.n.r. hintere Reihe:

R. Schmid (Trainer), Andrea Landolt, Daniela Wildhaber, Martine Bigger, Priska Kocherhans, Katja Glaser, Katja Ackermann, Walter Hobi (Sponsor Nordic Sport)

vordere Reihe:

Doris Walser, Daniela Good, Susanne Dietrich (Cap), Andrea Aggeler, Silva Soylemez (fehlt)

Leibchensponsor:  
Nordic Sport, Mels

### Ziele:

- Für alle Mädchen (Jahrgang 1970 und jünger) ist dies die erste Meisterschaftssaison.
- Erfahrungen sammeln im Spiel um Sieg und Niederlage
- Freude am Volleyballsport

Trainingszeit: Donnerstag 18.00 - 19.30 Uhr RSA

### Spielplan Juniorinnen B 1986/87

25/10/86	RSA	Sargans - Jona	3:0
1/11/86	Turnhalle	Netstal - Sargans	3:0
8/11/86	KSS	Sargans - March	17.30
29/11/86	Bollwies	Jona - Sargans	15.30
6/12/86	KSS	Sargans - Glaronia	14.00
10/12/86	OZ	Vilters - Sargans	18.00
20/12/86	RSA	Sargans - Schwanden	17.00
29/01/87	RSA	Sargans - Netstal	18.30
7/02/87	Lachen	March - Sargans	15.00
28/02/87	Kanti	Glaronia - Sargans	14.00
14/03/87	RSA	Sargans - Vilters	15.00
21/03/87	alte TH	Schwanden - Sargans	13.30





2 absolute Begriffe für Qualität !

- Qualität, welche sich angenehm abhebt vom Üblichen

nicht alltägliche Köstlichkeiten - für den Alltag

..... Weil auch Sie sich öfters etwas Besonderes gönnen sollten !



**liberner**  
versicherung

Generalagentur Nikl. Gantenbein  
Bahnhofstrasse 50, Tel. (085) 6 42 48  
9470 Buchs



**FIDEL NIGG** Inspektor  
Ringstrasse, 9477 Trübbach  
Telefon 085 / 5 21 25

HOTEL RESTAURANT

*Garganseehof*

MARKUS KUHN

TEL. 085/22264

SITZUNGSZIMMER  
GEMUETLICHER SPEISESAAL

OBERLÄNDERSTÜBLI  
SCHLOSS-BAR

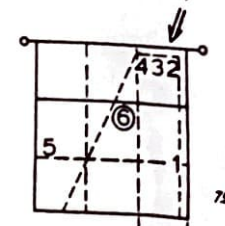
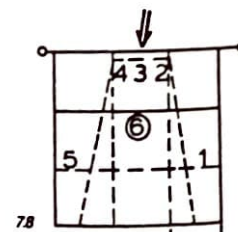
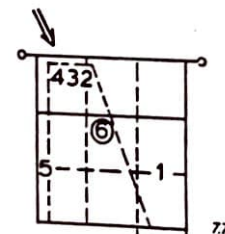
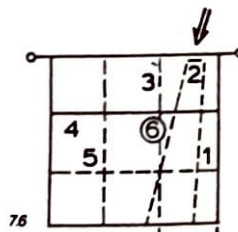
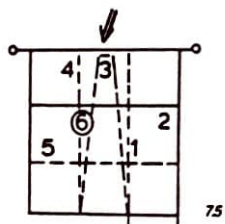
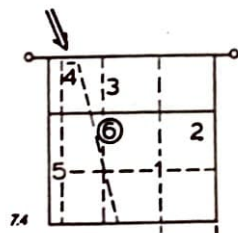
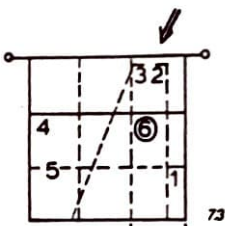
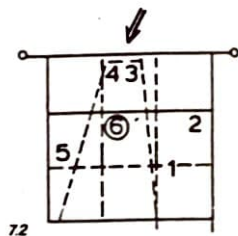
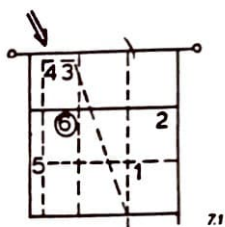
GRILLSPEZIALITÄTEN

SÄLI 25 PLÄTZE

**FOTO** **ALLROUND** **10 Jahre**

Bahnhofstrasse 24, 8887 MELS ☎ 085 2 55 48

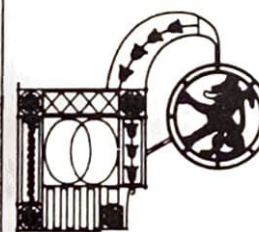
# NETZ - UND FELDVERTEIDIGUNG



Für Ihre modische Frisur



eidg dipl  
7320 SARGANS  
GROSSFELDSTRASSE NAHE VILAN  
TELEFON 085 / 2 18 69



## Zunft Haus zum Löwen im Städtli, Sargans

Telefon 085 / 2 71 03

empfiehlt sich **in der Zunftstube**  
mit Menüs ab Fr. 9.-, Bündner Spezialitäten wie Capuns, Picoccheri usw.

**im Barbarastübli**  
in gediegener Atmosphäre à la Carte, **gross die Qualität, klein der Preis**

**im Knappensaal**  
ein wirklich festlicher Raum für Familienanlässe, Bankette, Sitzungen,  
unterteilbar für 15, 50 bis 120 Personen und bei schönem Wetter unsere  
Gartenwirtschaft unter den Arkaden.

**ab 17.00 Uhr Treffpunkt in der Dixie Bar**

Auf Ihren Besuch freut sich Elisabeth Buner

**Montag Wirtteruhetag**

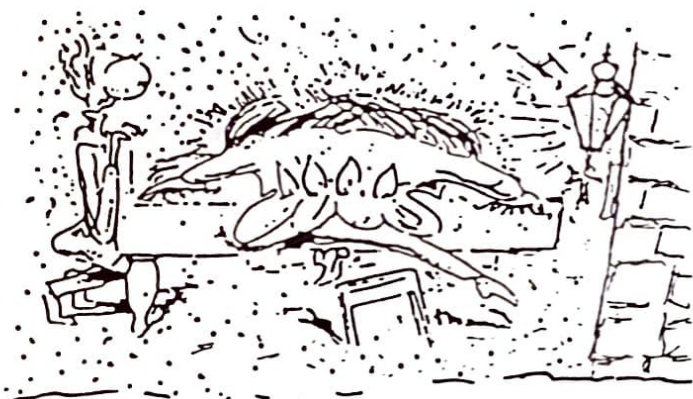
R. und L. Kälin

Zahntechnisches Labor

**TREUHOLZ PETER**

Dammweg 2 7320 Sargans Tel. 085 / 2 59 25

Dr Ton macht d' Musik



und mier z' Elektrisch

## **elektro-planung**

Ernst Peter eidg. dipl. EL. INST.  
Tel.-Konzessionär A + B  
Haus Bergwerk  
7320 Sargans  
Telefon 085/26263

Starkstrom  
Schwachstrom  
Telefon/TV  
Feuer-Einbruch



Peter und Barbisch AG  
Sargans

Elektro- und Telefoninstallationen  
Pizolstrasse  
7320 Sargans  
Telefon 085/26263



## **Restaurant Schützengarten Sargans**

Fam. E. + L. Hegemann  
Telefon 085 2 33 39

Sauber, gemütlich, preiswert!  
Grosser Parkplatz. Dienstag Ruhetag.

rosch,  
sauber,  
preiswert!



Kopierzentrum  
Offset-Schnelldruck  
Repro-Service

**Kopie**  
**Schnelldruck**

E. Göldi

Zurcherstrasse 59  
7320 Sargans  
Telefon 085/26383





Ganzer Tag warme Küche  
 Preiswerte Menus und Kinderteller  
 Reichhaltige Speisekarte  
 Gepflegte Weine  
 Gästezimmer  
 Kleiner und grosser Saal 20-150 Pers.  
 für Anlässe jeder Art  
 Grosser Parkplatz

### Hotel-Restaurant Rose, Sargans

Familie R. Mazenauer,  
 Tel. 085 2 12 35, 7320 Sargans

## KOSMETIK STUDIO SUSANNE



empfehle mich für

- Biologisches Lifting
- Gesichtsmassagen
- Lydia-Dainow-Behandlung  
für Akne, Narben, Falten
- Wimpern-Dauerfärben
- Haarentfernung an den  
Beinen
- Tages- und Abend-Make-up  
sowie Hochzeits-Make-up
- Hautberatung
- Pflege- und Schminkkurse

Dipl. Kosmetikerin, 7320 Sargans  
 Grossfeldstrasse 13, Tel. 085/2 36 94



## BOUTIQUE BORSALINO

Castelsplatz  
 7320 Sargans  
 Tel. 085/2 54 35

vis-à-vis Café Gröger  
 8880 Walenstadt  
 Tel. 085/3 63 25

### Wir haben's

die neue Mode aus Paris

- Pullover-ENSEMBLE
- Sweat-Shirt

unglaublich, wie günstig.

Überzeugen Sie sich bitte selbst.

Auf Ihren Besuch freut sich

Ihr Borsalino-Team

127-329380



## Bébé- Haus



7320 Sargans, Castelsplatz  
 Telefon 085 / 2 58 15

**Bébé-Aussteuern**  
**Kinderwagen**  
**Stubenwagen**  
**Kindermöbel**  
**Bébé-Konfektion**  
**Spielwaren**

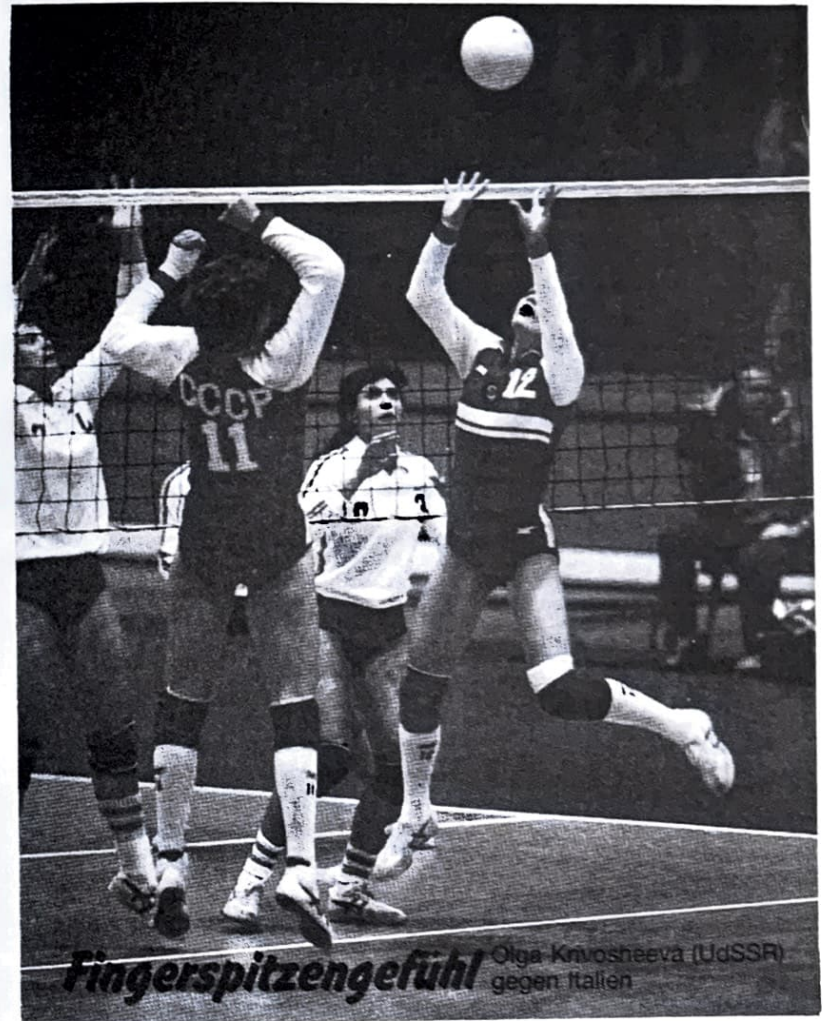
Ein unverbindlicher Besuch lohnt sich  
**Gratis Hauslieferdienst**



127-329380

# volleyball in vollendung

AUFNAHMEN VON DER DAMEN-  
WELTMEISTERSCHAFT 1986  
IN DER TSCHECHOSLOWAKEI



**Fingerspitzengefühl** Olga Krivosheeva (UdSSR)  
gegen Italien

Olga Krivosheeva (UDSSR) bei  
einem Sprungpass (gegen Italien)



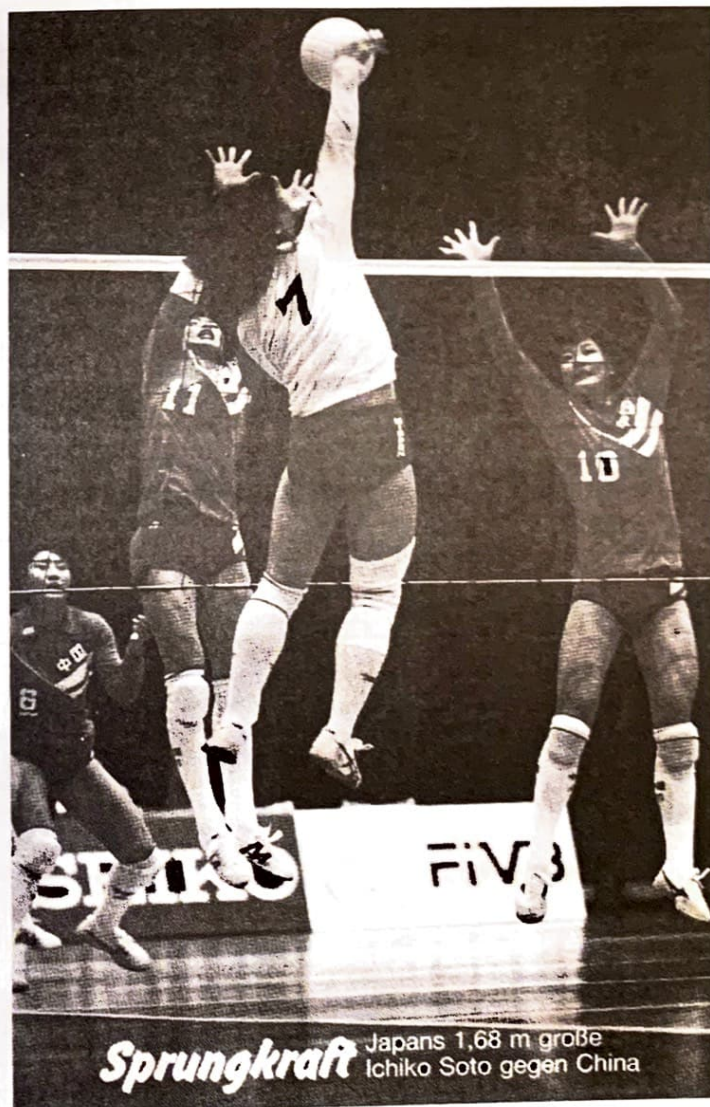
**Schlagkraft**  
Kubas Josefina Capote  
gegen Peru

*Kubas Josefina Capote gegen Peru*



**Witz**  
Dörte Stüdemann (DDR)  
gegen Italien

*Dörte Stüdemann (DDR) bei einer  
akrobatischen Verteidigungsaktion  
gegen Italien*



**Sprungkraft** Japans 1,68 m große  
Ichiko Soto gegen China

*Japans (nur) 1,68 m grosse  
Ichiko Soto gegen China*

Jung – modisch – kreativ

**DAS  
ERLEBNIS**  
Sauna  
Solarium  
Nail Studio  
Pedicure  
Kosmetik

COIFFURE  
KOSMETIK  
**WACHTER**  
KIRCHSTRASSE  
8880 FLUMS  
TELEFON 085-31044

Neu bei uns: Herrensalon

**hüro**  
VISION

Büro Vision AG, Bahnhofstrasse 50, 9470 Buchs Telefon 085/6 13 00

Verkaufsberater:

Benno Beeler, Bad Ragaz

- Büro-System-Möbel
- Büromaterial
- Bürobedarf

Telex 855 337

Telefax 085/6 36 30

# CAFE OBERTOR

Das neue, heimelige Café im Städtli Sargans

\* \* \* \* \*

Wir empfehlen Ihnen unsere hausgemachten  
Glacé-Spezialitäten, Patisserie  
sowie diverse preisgünstige Tellermenüs.

Sitzungszimmer · Haldengutbier · Weine · Spirituosen

Auf Ihren Besuch freuen sich

Rita Good-Widrig  
und Mitarbeiter

Dienstag: Ruhetag

Telefon 085 / 2 72 77

127-489229



## Coop Sarganserland

preisgünstig • aktuell • ganz in Ihrer Nähe • persönlich

Coop-Center Sargans und Filiale Städtli

Mit COOP immer am Ball !



## Coop Sarganserland

### Schulmüde

### Kinder

Das natürliche  
Aufbaupräparat für echte  
Leistungssteigerung

Die Wirksamkeit  
von Bio-Strath ist  
wissenschaftlich erwiesen



Plasmolysierte Hefe  
und Wildpflanzen

## BIO-STRATH

# ANNIG

Apotheke - Drogerie

## zum Schwefelbad

Telefon 2 12 73

## Herren Junioren A I



v.l.n.r. hintere Reihe  
Willi René, Rupp Peter, Caminada Reto, Broder  
Matthias, Broder Jules  
vordere Reihe  
Good Daniel, Grünenfelder Thomas, Kolb Martin,  
Müller Guido  
fehlt: John Marcel

Trainer: Bättscher Walter

Die erste Junioren-A Mannschaft des VBC Sargans spielt die zweite Saison zusammen. Alle Junioren dieses Teams spielen auch in der 2. oder 4. Liga-Mannschaft. Hauptziel dieser Mannschaft dürfte sicher das Erreichen der Finalrunde der besten 4 Juniorenteams unserer Region sein.

Leibchensponsor

Malerwerkstätte  
M. Good, Sargans

## Spielplan Junioren A I 1986/87

18/10/86	Resch	Galina - Sargans I	0:3
25/10/86	RSA	Sargans I - Jona	1:3
29/10/86	KSS	Sargans II - Sargans I	0:3
7/11/86	KSS	Sargans I - Gamprin	20.30
29/11/86	KSS	Sargans I - Näfels	13.30
13/12/86	MZH	Untervaz - Sargans I	13.30
19/12/86	KSS	Sargans I - Schwanden	20.30
17/01/87	RSA	Sargans I - Galina	14.00
24/01/87	Bollwies	Jona - Sargans I	15.30
28/01/87	KSS	Sargans I - Sargans II	18.30
6/02/87	Turnhalle	Gamprin - Sargans I	20.30
2/03/87	Dorf	Näfels - Sargans I	20.15
14/03/87	RSA	Sargans I - Untervaz	15.00
18/03/87	alte TH	Schwanden - Sargans I	19.00

Trainingszeit: Mittwoch 18.00 - 20.00 Uhr KSS



Perfektes Zusammen-  
spiel zwischen  
Passeur und Angrei-  
fer (Brasilien an-  
der WM 1986 in  
Frankreich).



**SPORT WACHTER**  
**7323 WANGS**  
TELEFON 085/21053

Modische Winterbekleidung

Grosse Auswahl an Ski und Schuhen

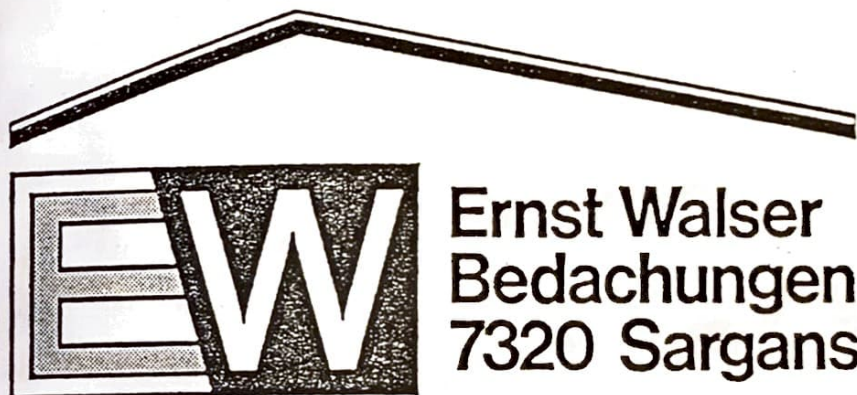
# prefera

Unser erfahrenes Team übernimmt sämtliche  
Treuhandfunktionen:

**Abrechnungen, Statistiken, Buchhaltungen,  
Betriebs-, Finanz-, Steuer- und  
Organisationsberatungen**

Melchior Vogler, eidg. dipl. Buchhalter  
ehem. Kant. Steuerkommissär

**Prefera** Treuhandgesellschaft  
Grossfeldstrasse 40, 7320 Sargans  
Telefon 085/25323



**Ernst Walser  
Bedachungen  
7320 Sargans**



**Mit einem Bankkonto  
sind auch Sie  
bei den Gewinnern.**



**Sarganserländische  
Bank**

Flums · Flumserberg · Tannenheim  
Sargans · Bad Ragaz · Unterterzen



**IHRE SCHWEIZER REGIONALBANK**



### Herren Junioren A II

v.l.n.r. hintere Reihe

Rupp Markus, Walser René, Pfiffner Guido,  
Vesti Markus, Bigger Maurus

vordere Reihe

Keller Martin, Kühne Thomas (Cap), Lutz  
Sebastian, es fehlt: Vesti Bernhard

Trainer: Bättscher Walter

Die zweite Junioren-A-Mannschaft des VBC Sargans spielt ihre erste Meisterschaft. Das Ziel wird sein, den Meisterschaftsbetrieb kennenzulernen, sich zu einer Mannschaft zu finden und diese Saison zufriedenstellend abzuschliessen.

Leibchensponsor  
Malereibetrieb  
Hutter, Sargans

# HOPP JUNIORA!

## Spielplan Junioren A II 1986/87

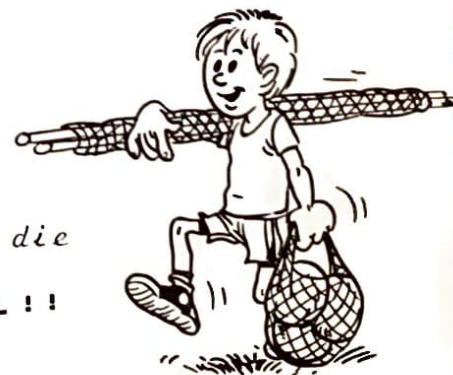
20/10/86	Schnegg	Näfels - Sargans	3:0
29/10/86	KSS	Sargans II - Sargans I	0:3
8/11/86	Resch	Galina - Sargans II	14.30
22/11/86	RSA	Sargans II - Untervaz	17.00
29/11/86	Bollwies	Jona - Sargans II	14.00
6/12/86	KSS	Sargans II - Gamprin	16.00
11/12/86	alte TH	Schwanden - Sargans II	20.30
9/01/87	KSS	Sargans II - Jona	20.30
24/01/87	KSS	Sargans II - Näfels	16.00
28/01/87	KSS	Sargans I - Sargans II	18.30
7/02/87	RSA	Sargans II - Galina	14.00
16/02/87	MZH	Untervaz - Sargans II	20.00
7/03/87	Turnhalle	Gamprin - Sargans II	16.00
13/03/87	KSS	Sargans II - Schwanden	20.30

Trainingszeit: Mittwoch 18.00 - 20.00 Uhr KSS

### **GOLDENE REGEL:**

*Oberstes Gebot bleibt die*

**FREUDE AM SPIEL !!**





## Franz Willi Velos – Motos

Schwefelbadplatz  
7320 Sargans  
Telefon 085 / 2 60 82  
(vormals Bollhalder)

Grosse Auswahl an  
Touren-, Sport- und Rennvelos

## cilo Kristall

Schweizer Qualität

### Mofas

diverse Marken

### Elna Nähmaschinen

Verkauf und Service

Prompter Service



## Das Kleid...

*Noch immer ist es Inbegriff des  
Femininen, des Perfekt-Angezogen-  
Seins. Sie finden bei uns für jeden  
Anlass das richtige Kleid:*

*Neue, sportive Klassik für City und  
Büro*

*Anspruchsvolle Modelle für  
Nachmittag und Besuche*

*Glänzende Ideen für Cocktail und  
Abend.*

### Haus der Mode

Schäpper & Co., Bahnhofstrasse 8  
Buchs SG  
Telefon 6 16 22



Fernsehen  
Antennenbau  
Radi•Hi-fi

## Birchmeier

Mels

Bahnhofstrasse 18 ☎ 085/21177

V.A.G

GEBRÜDER HARTMANN

Audi



Garage  
Gebr. Hartmann  
Audi/VW  
7320 Sargans

Telefon 085 / 214 42  
Postscheck 70-4231-2

Ihr V.A.G Partner für Volkswagen und Audi





### Damen Juniorinnen A

v.l.n.r. hintere Reihe:

R. Schmid (Trainer), Catrin Walser, Anita Schenk (Cap) Stefanie Sgier, Judith Stucky, Gisela Bonderer

vordere Reihe:

Nadine Feigenwinter, Barbara Aepli, Monika Giger

Leibchensponsor:

Raiffeisenbank Sargans

Rückschau: 85/86 12. Rang (von 16 Mannschaften)  
Die Hälfte der letztjährigen Mannschaft musste ersetzt werden.

Ziele:

- Heranreifen zu einer homogenen Mannschaft, die um jeden Punkt kämpft
- Gute Stimmung in der Mannschaft
- Wir sind in die stärkste "A"-Gruppe eingeteilt worden. Ein Mittelfeldplatz sollte demnach erreicht werden.

### Spielplan Juniorinnen A 1986/87

21/10/86	Tircal	Domat-Ems - Sargans	3:0	
25/10/86	RSA	Sargans - Jona	3:1	
1/11/86	Giacometti	Chur - Sargans	3:0	
8/11/86	KSS	Sargans - March		14.00
15/11/86	RSA	Sargans - Vaduz		13.30
29/11/86	Bollwies	Jona - Sargans		14.00
16/12/86	KSS	Sargans - Schwanden		20.00
17/01/87	RSA	Sargans - Domat-Ems		14.00
31/01/87	KSS	Sargans - Chur		15.30
7/02/87	Lachen	March - Sargans		17.00
19/02/87	Ebenholz	Vaduz - Sargans		20.00
7/03/87	RSA	Sargans - Davos		16.00
18/03/87	neue TH	Schwanden - Sargans		17.30
21/03/87	Vaduz Gymn.	Davos - Sargans		16.00

Trainingszeit: Donnerstag 18.00 - 19.30 Uhr RSA

Täglich ab 14.00 Uhr

Treffen Sie sich  
ungezwungen mit  
Ihren Freunden  
und Kollegen  
an der Bar  
zum Apéro.  
oder zum  
Bier...



## WINDSOR PUB

an der Zürcherstr.31,  
Sargans

H.R.Pfiffner, Tel. 2 69 07

Dartš-Bahn und Billardtisch

WIR  
FREUEN  
UNS  
AUF  
IHREN  
BESUCH...



# RENAULT



**auto Brühlmann**

Alte Landstrasse

8881 Tschlerlach bei Walénstadt

Tel. 085/ 3.62 24

IHR AUTOSPEZIALIST FUER SAEMTLICHE MOTORFAHRZEUGE

NEUHEIT IN SARGANS



Schönheits-Studio  
Kosmetik · Pflege  
Make up · Beratung · Sauna

☎ 2 60 50

Geh mit Top-Bräune erfolgreich durch  
den Herbst!

## Bräunen mit Mass

mit der neuesten Schnellbräunungsanlage  
Super Nova 8000 klimatisiert

Wir freuen uns auf Ihren Anruf!

Juvena Salon de Beaute  
Grossfeldstrasse 40 beim Rest. Tandem

## Sportliche mit Freiheit TE Kontakt- linsen

Die neuen,  
unsichtbaren  
TE Kontakt-  
linsen -  
spontan-  
und langzeit-  
verträglich.  
Besser sehen  
natürlich  
aussehen.



TE  
Tépus  
Eurocon



pizol  park

Mels - Sargans  
Tel. 065 / 2 42 33

Elég. dipl. Augenoptiker



## Wie die Großen...

# LAUFBODENSTÜBLI PKT. 2222

BAD RAGAZ - PIZOL

IM WINTER, WENN'S ISCH CHALT,  
MACH IM LAUFBODASTÜBLI AN HALT!

Toni Rupp und sein Team - freuen sich auf Ihren  
Besuch!

# damen II 3. liga



In aller Ruhe und Stille bereiten wir uns auf die Meisterschaft 86/87 vor. Doch die Stille trägt, wurde doch eine wichtige Weiche für die Zukunft gestellt: Der Aufstieg in die 3. Liga. Mit intensivem Training (ab Oktober alle 14 Tage zweimal) und Teilnahme an ausgewählten Turnieren hoffen wir, für die kommende Saison gerüstet zu sein. Unsere Mannschaft musste zwei Abgänge von erfahrenen Spielerinnen hinnehmen und zwei neue Mitglieder durften wir begrüßen. So steigen wir mit einigen Veränderungen in die Meisterschaft ein. Mit unserem Trainer Stefan Gattlen haben wir uns ein klares Ziel für die kommende Saison gestellt: Verbleib in der erreichten Spielklasse, wenn möglich im Mittelfeld. Das Gelingen hängt aber nicht nur vom Können, sondern auch etwas vom Spielglück

und vom Verletzungspech ab. Wir müssen uns in dieser Saison bestimmt auch Niederlagen einstecken, befinden wir uns doch in einem Jahr der Bewährung, um die 3. Liga zu halten. Erfahrungen werden gesammelt und Fehler korrigiert. Die Freude und der "Plausch" am Volleyballspiel helfen uns sicher über manche Enttäuschung hinweg. Mit Kampfgeist und einer guten Stimmung in der Mannschaft ist es viel leichter über sich hinauszuwachsen, und es ist möglich, als Team 6 gute Einzelspieler zu schlagen. Wir hoffen, dass wir eine schöne Meisterschaft vor uns haben werden.

Unsere Trainingszeiten: Di 20.00 - 21.45 Uhr  
Fr 19.00 - 21.00 Uhr

jeweils in der KSS. Neue Spielerinnen sind jederzeit willkommen.

Unsere Spielerinnen: Jeannette Beeler, Andrea Gadiant, Klara Good, Esther Kull, Andrea Kurath, Katrin Pfiffner, Marianne Steger, Regula Mätzler, Irene Strauch

ohne Lizenz: Erika Bordin, Trudi Gattlen, Bernadette Schöb

Trainer: Stefan Gattlen

Sponsor: Coiffeur Kosmetik Wachter, Flums

## Spielplan Damen 3. Liga 1986/87

25/10/86	RSA	Sargans - Jona	0:3
4/11/86	KSS	Sargans - Eschenbach	0:3 20.30
15/11/86	Berschis	Walenstadt - Sargans	14.00
22/11/86	Flös	Buchs - Sargans	14.00
28/11/86	KSS	Sargans - Näfels	20.30
6/12/86	Heiligkreuz	Mels - Sargans	13.30
20/12/86	RSA	Sargans - Schwanden	15.00
24/01/87	Bollwies	Jona - Sargans	15.30
26/01/87	Dorf	Näfels - Sargans	20.15
3/02/87	Kirchacker	Eschenbach - Sargans	20.00
10/02/87	KSS	Sargans - Buchs	20.30
7/03/87	RSA	Sargans - Mels	14.00
14/03/87	RSA	Sargans - Walenstadt	15.00
21/03/87	neue TH	Schwanden - Sargans	14.00



## Hotel Pizol Sargans

J. Jäger-Huber  
7320 Sargans Bahnhofstrasse 8  
Telefon 085 2 11 45 und 2 68 78

Ihre Bank



# Sarganserländische Bank

Telefon 2 68 69

das Institut für Handwerk und Detailhandel

Garantie für  
Sicherheit  
Gute Beratung  
Diskretion

Als ältestes Bankinstitut im Bezirk freuen wir uns über das uns  
entgegengebrachte Vertrauen aller Volksschichten.

CAFE KONDITOREI BÄCKEREI,

# Stähli

8890 FLUMS  
Telefon 085-3 11 53

Wir empfehlen uns für sämt-  
liche Bäckerei-Konditorei-  
Erzeugnisse.

Café-Restaurant mit 110 Sitz-  
plätzen.

Seit 25 Jahren im Dienste  
unserer Gäste und Kun-  
den.



## MAX KURATH AG

DIPL. BAUINGENIEUR  
DIPL. EXPERTE

HTL  
STV

## INGENIEURBÜRO

FÜR BRÜCKENBAU, HOCH- UND TIEFBAU  
INGENIEURBIOLOGIE, STRASSENBAU  
GRUND- UND WASSERBAU, EXPERTISEN

7310 Bad Ragaz, Montelunaweg  
Telefon 085 934 86 oder 085 2 18 19

## PAPETERIE SCHEFER

RATHAUSPLATZ

8890 FLUMS

085 / 3 22 08

- BÜROARTIKEL
- SCHULMATERIAL
- GLÜCKWUNSCHKARTEN
- GESCHENKE



IHRE PAPETERIE IM DORF



  
**Schweizerische Mobiliar**  
Versicherungsgesellschaft  
**macht Menschen sicher**  
*...auch in der Freizeit*

Generalagentur Sargans  
Leo Fäh Tel 085 2 42 02

**Wolfgang Egert**  
**Unterlags-Bodenbeläge**  
**Bodenisolationen**  
**Spannteppiche-Möbel**  
7320 Sargans  
085/25919

**Der**  
**Raiffeisen-**  
**Jugendtip:**

**RAIFFEISEN**

**RAIFFEISENBANK SARGANS**

ZÜRCHERSTRASSE 24  
TEL. 085 / 2 13 16

Für Jugendliche ab 15  
gibt's unser tolles  
Jugendkonto mit Banco-  
matkarte und Vorzugs-  
zins!

die Bank, die ihren Kunden gehört.



Ihr Fachgeschäft für alle  
Installationen der Haustechnik:

- Beratung durch eigenes  
technisches Büro
- Sanierungen und Umbauten
- Energiesparende und umweltfreundliche  
Heizungsanlagen und Wassererwärmer
- zuverlässiger 24-Stunden-Service
- über 40 Jahre Erfahrung

**soc** **SCHENK, BRUHIN + CO. AG**  
**SARGANS, TEL. 085/2 02 61**  
**HEIZUNG, LÜFTUNG, SANITÄR**

# VOLLEYBALL

## gestern und heute

Erstmals wurde Volleyball Ende des vergangenen Jahrhunderts an amerikanischen Universitäten gespielt. Damals noch recht primitiv: Als Ball diente die Gummiblase eines Basketballs, während das Tennisnetz für die Zweiteilung des Spielfeldes sorgte.

Nach und nach wurden die Regeln verfeinert, und Volleyball gewann rasch neue Freunde. Doch brauchte es noch mehr als 20 Jahre, bis das Spiel 1917 durch amerikanische Soldaten nach Europa gebracht wurde.

Vorerst nur langsam verbreitete es sich auf dem Kontinent und im Fernen Osten, bis 1947 der Internationale Verband gegründet wurde und gleichzeitig die Regeln eine Vereinheitlichung erfuhren. Damit waren die Voraussetzungen für eine stürmische Entwicklung des Volleyballsports gegeben. Heute zählt der internationale Verband 128 Ländermitglieder auf allen 5 Kontinenten. Man schätzt, dass über 75 Millionen Sportler auf der ganzen Welt Volleyballer sind, was die Statistiker darüber streiten lässt, ob Volleyball nun, gemessen an der Anzahl der Aktiven, den ersten oder zweiten Rang für sich beanspruchen dürfen.

In der Schweiz gehen die Anfänge des wettkampfmässig betriebenen Volleyballs auf das Jahr 1931 zurück. Damals begann im Luzerner Lido eine Serie von inzwischen sporthistorisch gewordenen Volleyball-Cupwettbewerben. Erst 1958 wurde dann mit Unterstützung des ETV der Schweizerische Volleyball Verband (SVBV) gegründet, der 1960 in den SLL aufgenommen wurde und seit 1963 Mitglieder des Nationalen Olympischen Komitees ist.

Volleyball bietet dem Zuschauer viel. Und noch mehr dem Ausübenden selbst. Es verlangt ein hohes Mass an Reaktionsfähigkeit, Schnelligkeit, Sprungkraft, Ballgefühl und technischem Können. Das Volleyballspiel stellt eine hervorragende Körperschule dar und führt gerade die Jugend durch die spielbedingte Mannschaftsleistung zu Fairness und gesunder Kameradschaft.



**Dancing  
zur  
Zinne**

**Sargans**  
Tel. 085/2 66 66

Beliebter Treffpunkt mit  
gemütlicher Atmosphäre

### Speiserestaurant

**Grünau** SARGANS

Besitzerin  
Frau M. Schumacher



Ideal für Familienanlässe und Vereine

Verlangen Sie unverbindlich  
Menüvorschläge

Wir empfehlen unsere günstigen

**Menüs**

Montag Ruhetag

Speiserestaurant Grünau,  
Telefon 2 17 86

Nähe Kantonsschule, grosser Parkplatz

# HOPP

# VBC

# SARGANS



MATCHBÄLLE wurden gestiftet von:

- Restaurant Grünau, Sargans
- Hotel Pizol, Sargans
- Heiri Meier, Fahrschule, Wangs
- Restaurant Ilge, Vilters
- Bernhard Vils, Schulhausstrasse  
Vilters