

Newsletter – Saisonrückblick 2025/2026



Liebe Mitglieder des VBC Triengen

Ein intensives und erfolgreiches Volleyballjahr liegt hinter uns – mit engagierten Spielerinnen und Spielern, spannenden Meisterschaftsspielen, lehrreichen Turnieren, grossem Trainingsfleiss und viel Teamgeist. Besonders erfreulich waren die starken Entwicklungen im Nachwuchs: Die Kids-Teams konnten in zwei Gruppen aufgeteilt und dadurch noch gezielter gefördert werden, das U18-Team schaffte den Aufstieg in die 2. Liga, und auch bei den Aktivteams gab es schöne Erfolge zu feiern. Das Herren-Team schloss die Saison auf dem 2. Rang ab und nimmt den Aufstieg in die 3. Liga an, während das Damen 1 sein Saisonziel mit einem Platz in der Tabellenmitte erreichte.

In diesem Newsletter blicken wir gemeinsam auf die Saison 2025/2026 zurück und geben Einblicke in die Entwicklungen und Highlights der einzelnen Teams.

Euer Vorstand des VBC Triengen

1. Kids

Nach der letzten Saison, in der teilweise fast 20 Kinder gleichzeitig in der Halle trainierten, entschieden sich die Trainerinnen, das Kids-Volley-Team künftig in zwei Gruppen aufzuteilen. Dieses Vorhaben konnte dank der Gewinnung von zwei zusätzlichen Trainerinnen umgesetzt werden: Seline Giger kehrte nach einer Pause wieder ins Kids Volley zurück, und mit Christina Zwimpfer konnte eine neue Trainerin gewonnen werden. Beide verfügen über einen gültigen J+S-Kids-Volley-Kurs. So konnten zwei Trainerteams gebildet werden: Kids 1 mit Caro, Chrise und Mona und Kids 2 mit Jane, Seline und Laura. Mona und Laura haben zudem die Ausbildung *1418-Coach* absolviert und übernehmen bereits viel Verantwortung in den Trainings und innerhalb der Teams.

Durch die Aufteilung in kleinere Gruppen konnten die Leiterinnen in dieser Saison deutlich individueller auf die Leistungsstände der Kinder eingehen und das Trainingsniveau steigern. Gleichzeitig wurde es durch die kleineren Gruppen auch wieder möglich, neue Spielerinnen und Spieler in die Teams zu integrieren. Die jüngeren Kinder trainierten im Kids 1 und spielten auf den Niveaus 1 und 2, während die älteren Kinder im Kids 2 auf den Niveaus 2 und 3 antraten. Beide Mannschaften nahmen gemeinsam am Supercup in Gümligen sowie an drei weiteren Turnieren teil. Der VBC Triengen startete teilweise mit bis zu acht Teams an den Wettkämpfen und gehört damit zu den grossen Vereinen.

Unsere jüngsten Vereinsmitglieder konnten dabei in zahlreichen Spielen eindrücklich zeigen, dass sie bereits über ein gutes Ballgefühl, schnelle Reaktionsfähigkeit und starken Teamzusammenhalt verfügen. Besonders schön zu beobachten ist immer wieder, wie sich die Kinder gegenseitig anfeuern und unterstützen. Alle Beteiligten können auf eine rundum gelungene Saison zurückblicken.

Für die kommende Saison werden die zwei ältesten Jahrgänge des Kids-2-Teams austreten und gemeinsam mit insgesamt elf Spielerinnen ein neues U14-Team bilden. Dort spielen sie erstmals 4 gegen 4 und nach den offiziellen Volleyballregeln. Das Kids-2-Team wird mit einigen Kindern aus dem Kids-1-Team ergänzt und startet mit rund 15 Kindern in die neue Saison. Das Kids-1-Team zählt aktuell 11 Kinder, wobei bereits wieder neue Schnupperanfragen eintreffen. Die Kids-Teams erfreuen sich somit weiterhin grosser Beliebtheit und legen einen wichtigen Grundstein für die sportliche Zukunft und nachhaltige Nachwuchsarbeit unseres Vereins.

Text: Janine Wyss



Folgende Kinder haben im Kids 1 Team gespielt:

Ajrulli Hana, Almeida Luena, Dohnke Marie, Fischer Julia, Fischer Lara, Fischer Ramon, Häfliger Ayme, Hecht Iain, Kaufmann Ronja, Käser Leonie, Küng Lea, Maurer Paula, Milicevic Elena, Samadraxha Medina, Shala Lenia, Unternährer Nino, Wyss Juri, Zimmermann Ria, Zwimpfer Anna

Folgende Kinder haben im Kids 2 Team gespielt:

Avdija Leandra, Berisha Rionita, Fischer Ronja, Gassmann Mattia, Hadzikamber Ena, Hecht Amélie, Horat Nino, Koka Noela, Küng Tobias, Maurer Lia, Milicevic Mia, Naim Shirin, Osmacic Lea, Samadraxha Amira, Sekij Ajla, Wyss Lyla, Wyss Till, Wyss Ursina

2. Mixed U14 & U16

In der Saison 2025/2026 zählte das U14/U16-Mixed-Team 16 Mitglieder: fünf aus der U14, zehn aus der U16 sowie einen Spieler ohne Saisonlizenz. Trainiert wurde einmal pro Woche am Dienstag. Beide Alterskategorien standen dabei gemeinsam in der Halle. Betreut wurde das Team von Janine Fischer und Sarina Illi, unterstützt von engagierten Hilfstrainerinnen und Hilfstrainern.

Zu Beginn der Saison musste sich das Team zuerst finden. Teammitglieder aus zwei Altersstufen und mit unterschiedlichen Erfahrungslevels brauchten etwas Zeit, bis das Zusammenspiel funktionierte. Von Turnier zu Turnier war jedoch eine klare Entwicklung sichtbar: Die Spielerinnen wurden sicherer, das Teamspiel verbesserte sich und die Motivation blieb stets hoch.

Sowohl die U14 als auch die U16 nahmen an je fünf Turnieren teil. Besonders schön war die gegenseitige Unterstützung innerhalb des Teams. Bei den U14-Turnieren halfen Spielerinnen der älteren Kategorie aus, sodass alle Turniere bestritten werden konnten. Die Saison war geprägt von viel Einsatz, Teamgeist und sichtbarem Fortschritt.

In der kommenden Saison können die U14 und die U16 separat trainieren und auch separat an Turnieren teilnehmen. Dies ermöglicht eine noch gezieltere Förderung der Spielerinnen. Zudem können die Jungs künftig ein eigenes Team bilden.

Text: Janine Fischer



Hinten, v.l.n.r.: Elena Himaj, Vera Muff, Olivia Häfliger, Patrick Kaufmann, Lilly Habermacher

Mitte, v.l.n.r.: Elio Hüsler, Emilijan Hecht, Sarah Odermatt, Alina Stadelmann, Timea Jost

Vorne, v.l.n.r.: Emelie Limacher, Rahel Odermatt, Riana Krasniqi, Filip Nikolovski

Es fehlen: Vlera Zajmi, Mael Estermann & das Trainerteam

Trainerteam: Janine Fischer, Sarina Illi, Gabriel Illi, Noah Schmid, Flurin Wyss & Leonora Balaj

3. Juniorinnen U18

Seit den Osterferien bereitete sich das U18-Team des VBC Triengen gemeinsam auf die Saison 2025/2026 vor. Aufgrund einiger Abgänge verkleinerte sich das Team, sodass schliesslich acht motivierte Spielerinnen in die Saison starteten. Daher holten sie sich punktuell Unterstützung aus dem U23-Team. Trotz der kleineren Teamgrösse überzeugten die Juniorinnen von Beginn an mit grossem Einsatz, Teamgeist und viel Freude am Volleyball.

Im Training lag der Fokus neben der technischen Weiterentwicklung und dem sicheren Zusammenspiel insbesondere auf dem Festigen des Läufer-1-Systems. Auch der Spass kam dabei nie zu kurz, was sich positiv auf die Stimmung und den Zusammenhalt im Team auswirkte.

Insgesamt absolvierten die Spielerinnen fünf Turniere in der 3. Liga. Zu Beginn der Saison benötigte das Team noch etwas Zeit, um sich in der neuen Konstellation zu finden. Mit jedem Turnier steigerten sich die Leistungen jedoch sichtbar. Die Triengerinnen platzierten sich regelmässig im vorderen Mittelfeld und konnten teilweise sogar Podestplätze erreichen. Ein besonderes Highlight der Saison war das zweitletzte Turnier. Dort zeigten die Spielerinnen ihre beste Leistung und konnten sämtliche Spiele für sich entscheiden. Mit diesem Erfolg sicherten sie sich den Aufstieg in die 2. Liga. Am abschliessenden Heimturnier in Triengen durfte das Team somit in der höheren Liga antreten. Auch wenn die Spiele dort eine grössere Herausforderung darstellten als erwartet, sammelten die Spielerinnen wertvolle Erfahrungen auf einem neuen Niveau, die sie in die nächste Saison mitnehmen können.

Die Saison war für das U18-Team insgesamt sehr lehrreich und abwechslungsreich. Die Trainerinnen bedanken sich für diese tolle Saison! Leider haben sich einige Spielerinnen aufgrund ihrer Lehre entschieden, mit dem Volleyball aufzuhören. Somit wird das Team noch etwas kleiner, weshalb neue Spielerinnen jederzeit herzlich willkommen sind. In der kommenden Saison wird das U18-Team unter der Leitung von Trainer Paul Stirnimann weitergeführt.

Text: Mara Camenzind



Hinten, v.l.n.r.: Lya Bühlmann, Edisa Demaku, Elina Shala, Jael Bühler, Melina Guerra

Vorne, v.l.n.r.: Mara Camenzind (Trainerin), Laura Graf (Trainerin), Alejna Gervalla, Kaylee Wyss, Lorena Wyss, Rahel Stofer (Trainerin)

4. Junioren U18

Das Junioren-U18-Team des VBC Triengen durfte in der Saison 2025/2026 unter der Leitung von Trainer Patrick Müller eine äusserst erfreuliche Entwicklung erleben. Seit Mai 2025 brachte der erfahrene Trainer neuen Schwung ins Team und sorgte mit engagierter und strukturierter Trainingsarbeit dafür, dass sich sowohl die einzelnen Spieler als auch die gesamte Mannschaft deutlich weiterentwickelten. Besonders bemerkenswert war das Wachstum des Teams: Die Anzahl der Trainingsteilnehmer stieg innerhalb kurzer Zeit von rund sechs bis acht auf 14 bis 16 motivierte Junioren.

Mit gezielten Übungen und einer intensiven Vorbereitung eignete sich das Team rasch das 4-2-Läufersystem an, das bereits früh erfolgreich in den Turnieren umgesetzt werden konnte. Insgesamt absolvierte die Mannschaft fünf Turnierrunden – mit beeindruckendem Verlauf. Bereits in der ersten Runde erreichten die Trienger den 2. Rang in der 3. Liga. In der zweiten Runde folgte ein erstes grosses Erfolgserlebnis: der Gruppensieg in der 3. Liga und damit der verdiente Aufstieg in die 2. Liga.

Auch dort konnten die Junioren überzeugen und sich im vorderen Bereich etablieren. Im Januar gelang schliesslich der nächste Meilenstein: Der Sieg in der 2.-Liga-Gruppe bedeutete den Aufstieg in die 1. Liga. Damit unterstrich das Team eindrücklich die grossen Fortschritte im Verlauf der Saison. In der höchsten Liga wartete zum Abschluss eine anspruchsvolle Herausforderung.

Der Trainingsfleiss, der starke Teamzusammenhalt sowie die hohe Motivation und der Ehrgeiz innerhalb der Mannschaft bildeten die Grundlage für diese erfolgreiche Saison. Das Team ist bestrebt, weiterhin konsequent an Technik, Spielverständnis und Zusammenspiel zu arbeiten, mit dem klaren Ziel, auch künftig weitere Fortschritte zu erzielen.



Hinten v.l.n.r.: Ivan Fischer, Besfort Koka, Marco Häfliger, Flurin Wyss, Pashk Hasanaj, Gabriel Illi

Vorne v.l.n.r.: Remo Häfliger, Andrin Riner, Oliver Christen, Yves Troxler, Noah Schmid

Es fehlen: Elias Wyss, Cyrill Schmid, Domenic Troxler, Dario Stirnimann, Arnis Mushkolaj, Nelson Scheuber, Patrick Müller (Trainer)

5. Damen U23

Die Saison 2025/2026 war für die U23-Juniorinnen des VBC Triengen eine äusserst erfolgreiche und zugleich lehrreiche Spielzeit. Das Team zeigte über die gesamte Saison hinweg grossen Einsatz, viel Motivation und einen starken Zusammenhalt.

Nach einer intensiven Vorbereitungsphase gelang es der Mannschaft, gut in die Saison zu starten und früh wichtige Punkte zu sammeln. Dieser positive Auftakt gab dem Team Sicherheit und Selbstvertrauen für den weiteren Verlauf der Meisterschaft.

Ein zentrales Highlight der Saison war der starke 2. Platz in der Gruppe. Mit insgesamt 11 Siegen aus 14 Spielen und 34 Punkten gehört das Team zu den erfolgreichsten der Liga. Besonders beeindruckend war dabei die Konstanz, mit der die Spielerinnen ihre Leistungen abrufen konnten, sowie der Einsatzwille in engen und umkämpften Spielen. Immer wieder gelang es, auch in Drucksituationen ruhig zu bleiben und wichtige Punkte zu sichern.

Diese starke Teamleistung wird zusätzlich mit dem verdienten Aufstieg belohnt, ein grosser Erfolg für die gesamte Mannschaft.

Das Ziel für die nächste Saison wird es sein, sich in der neuen Liga zu etablieren, weitere Fortschritte zu erzielen und als Team weiter zusammenzuwachsen. Mit der gezeigten Einstellung und dem vorhandenen Potenzial darf die Mannschaft zuversichtlich auf die kommenden Herausforderungen blicken.



Hinten, v.l.n.r.: Paul Stirnimann (Trainer), Refija Hadzikamber, Lorena Krasniqi, Bleona Raci, Antonia Stofer, Magda Kaufmann, Mia Wetterwald

Vorne, v.l.n.r.: Laura Stirnimann, Linda Kirchhofer, Flavia Flühler, Alina Gassmann, Luiza Pepaj

6. Damen 1

Das Damen 1 des VBC Triengen startete nach den Osterferien gut aufgestellt in die Vorbereitung für die neue Saison. Das Team war top motiviert, die Saison in der Ranglistenmitte der 3. Liga abzuschliessen. Dies hat man sich als offizielles Saisonziel vorgenommen. Für die Zielerreichung war eine gute Teamdynamik wichtig, weshalb ein Visionboard erstellt wurde, auf dem die wichtigsten Leitgedanken dafür definiert wurden.

Der Saisonauftakt am 17. Oktober 2025 zuhause in Triengen brachte bereits ein erstes spannendes Spiel mit sich, das zugunsten der VBC-Frauen mit einem 3:2-Sieg endete. Der weitere Verlauf der Saison zeigte sich sehr abwechslungsreich mit Höhen und Tiefen und immer wieder hart erkämpften Punkten gegen Mannschaften auf Augenhöhe. Der 3:0-Sieg im letzten Match der Saison am 14. März 2026 war der perfekte Schlusspunkt einer gelungenen Saison. Bei einem anschliessenden Apéro und einem gemeinsamen Abendessen in Sursee wurde die Saison gefeiert. Somit kann das Team die Saison mit einem souveränen 5. Platz in der Rangliste abschliessen – Saisonziel erreicht!

Ganz unter dem Motto «Never change a winning team» bleibt für die Saison 2026/27 einiges beim Alten. Voraussichtlich bleiben alle Teammitglieder erhalten, was sehr erfreulich ist. Das Team strebt wieder einen Platz in der Tabellenmitte an und möchte das letztjährige Resultat egalisieren. Ein Wermutstropfen bleibt: Für Sämi war es die letzte Saison als Trainer des Damen 1. Er wird in der neuen Saison 2026/27 nicht mehr als Coach und Trainer an der Seitenlinie stehen. Für die Spielerinnen ist dies ein grosser Verlust. Danke vielmals, Sämi, für deinen Einsatz als Coach und Trainer des Damen 1! Folglich wird für die neue Saison eine Trainerin oder ein Trainer gesucht. Bis dahin organisiert sich das Team selbst und kann dank vieler erfahrener Spielerinnen weiterhin auf einem hohen Niveau Trainings absolvieren.

Wir freuen uns auf die neue Saison mit neuem Elan.

Text: Chiara Blättler



Hinten, v.l.n.r.: Melanie Rölly, Laura Graf, Mara Camenzind, Lea Kost, Alexandra Hug, Nina Häfliger, Jacqueline Kost, Tanja Fischer

Vorne, v.l.n.r.: Mireille Stucki, Amanda Semaane, Valery Bucheli, Florence Bernet, Priska Zwimpfer, Rahel Stofer, Samuel Kost (Trainer)

Es fehlen: Rahel Wyss, Seline Giger, Livia Häfliger, Chiara Blättler

7. Damen 2

Die Saison des Damen 2 Teams, begann mit frischem Wind und viel Vorfreude. Neue Spielerinnen stiessen zum Team, wodurch sich eine spannende, neu zusammengestellte Mannschaft formierte. Entsprechend stand zu Beginn vor allem das Kennenlernen und Einspielen im Vordergrund.

Im Verlauf der Saison zeigte das Damen 2 immer wieder gute Ansätze. Besonders wertvoll war dabei auch die Unterstützung durch unseren Coach, der uns wichtige Impulse geben konnte. Seine Erfahrung hat uns geholfen, unser Spiel besser zu strukturieren und uns als Team weiterzuentwickeln. Auffällig war zudem, dass viele Spiele hart umkämpft waren und häufig erst in vier oder fünf Sätzen entschieden wurden – leider nicht immer zu unseren Gunsten.

Auch wenn wir schliesslich auf dem letzten Tabellenplatz gelandet sind, lässt sich festhalten, dass sich das Team im Laufe der Saison stetig weiterentwickelt hat. Der Zusammenhalt ist gewachsen und das spielerische Potenzial war in vielen Partien klar erkennbar.

Nun steht der Abstieg in die 5. Liga fest – doch die Stimmung im Team bleibt positiv. Mit den gesammelten Erfahrungen und dem gewachsenen Teamgeist blicken wir zuversichtlich auf die kommende Saison und sind guter Dinge, in der neuen Liga wieder anzugreifen.

Text: Simona Kost



Hinten, v.l.n.r.: Susanne Nell, Ramona Penasa, Christina Zwimpfer, Janine Wyss, Karin Zwimpfer, Janine Fischer
Vorne, v.l.n.r.: Simona Kost, Sereina Enz, Anja Stocker, Caroline Maurer, Sarina Illi

8. Herren 1

Das Herrenteam des VBC Triengen blickt auf eine erfolgreiche Saison zurück. Mit viel Engagement und sehr gut besuchten Trainings konnte vor dem Saisonstart eine gute Basis gelegt werden. Die Mannschaft konnte sich daher schon nach den ersten Spielen in der oberen Tabellenhälfte etablieren.

Ein besonderes Augenmerk legt das Team auf die Junioren. Die Junioren werden ins Training integriert und schrittweise in den Meisterschaftsspielen im Herrenteam eingebaut, die Aussichten für die Zukunft sind sehr gut. So darf es weitergehen. Die ersten drei Viertel der Saison sind hervorragend gelungen, was sich auch in der Tabellenlage widerspiegelte. Kurz vor Saisonende belegte das Team den starken 2. Tabellenrang und hatte damit eine ideale Ausgangslage für den Schlusspurt. Auch die letzten Spiele konnten grösstenteils erfolgreich gestaltet werden. Einzig gegen den souveränen Tabellenführer aus Hochdorf musste sich das Team in einer knappen Partie geschlagen geben. Trotz dieser Niederlage konnte die Saison auf dem guten und aufstiegsberechtigten 2. Schlussrang abgeschlossen werden.

Nach Saisonende stand zunächst die Entscheidung im Raum, auf den Aufstieg zu verzichten. Nach einigem Zögern und einer Rückfrage durch den RVI hat sich das Team schliesslich doch für den nächsten Schritt entschieden: Der VBC Triengen wird in der kommenden Saison in der 3. Liga antreten.

Motiviert und voller Vorfreude blickt die Mannschaft nun auf die neue Herausforderung.

Text: Marcel Fischer



Hinten, v.l.n.r.: Celli, Gäbu, Flurin, Sämi, Marco, Padi, Elias, Pashk

Vorne, v.l.n.r.: Cööpi, Oli, Üschu, Sile, Dave, Patrick, Ivan

9. Plixed (Mixed)

Nachdem das Trienger Mixed-Team die Saison 2024-/2025 auf dem 6. Rang abgeschlossen hatte und wieder einmal mit Personalmangel konfrontiert war, schaute man der neuen Saison zwar motiviert, aber doch mit einem mulmigen Gefühl entgegen. Eine unerwartete WhatsApp-Nachricht im Juli veränderte jedoch alles – schlagartig verdoppelte sich die Teamgrösse beinahe.

Das Dagmerseller Mixed-Team litt unter noch grösserer Spielerknappheit und fragte an, ob sich Triengen eine Kooperation vorstellen könne. Diese Idee erhielt sofort grünes Licht.

Ein paar gemeinsame Trainings in Triengen und Altishofen später stand bereits der erste Match der Saison an, den Triengen mit tatkräftiger Unterstützung der Dagmerseller klar gewann. Die restliche Vorrunde verlief eher zäh und brachte nur noch einen weiteren Sieg. So stand das Mixed-Team mit 7 Punkten wieder einmal auf dem zweitletzten Platz. Allen im Team war klar, dass sie in der Rückrunde einen Zacken zulegen und noch besser zu einem Team zusammenwachsen mussten. Neben dem Feld bei Glühwein und Guetzli klappte dies bereits wunderbar. Die Erfolge blieben nicht aus und brachten dem Trienger Plixed-Team wertvolle Punkte. Punktgleich, aber knapp vor Volley Sempach und nur einen Punkt hinter OVSS aus Obwalden schloss das Team die Saison mit 17 Punkten auf dem vierten Platz ab.

Wie und ob die Kooperation weitergeht, steht noch in den Sternen. Spass gemacht hat die gemeinsam verbrachte Volleyballzeit auf jeden Fall. Darum darf auch ein gemeinsamer Team-Event im Mai nicht fehlen, bei dem definitiv alle im selben Boot sitzen werden.

Text: Linda Stadler



Hinten, v.l.n.r.: Daniel Senn, Linda Stadler, Mediha Kaufmann, Fabienne Zimmermann, Julia Hug, Patrick Stirnimann, Marco Müller, Pirmin Schwegler

Vorne, v.l.n.r.: Idris Turan, Nicole Grünig, Dominique Kranz, Rolf Meier, Jürg Perner, Paul Stirnimann

Es fehlen: Corinne Blum, David Pfenniger, Denis Baumgartner