



## CRUT – Università di Trieste

p.le Europa 1 – 34127 – Trieste  
tel. 040 5583117 – 5587810 - fax 040 350550  
e-mail: [CRUT@univ.trieste.it](mailto:CRUT@univ.trieste.it)

sito web: [www.units.it/crut](http://www.units.it/crut)

Trieste, 14 marzo 2006  
A tutti i Soci e Dipendenti  
LORO SEDI

### CIRCOLARE 2/2006

Carissimi,

Finalmente la primavera è alle porte e dopo l'ultima escursione sulla neve prevista a fine marzo, con buona pace degli appassionati potremo riporre gli sci in cantina e prepararci a gustare la splendida stagione che ci corre incontro. Come anticipato nel numero precedente, riportiamo di seguito le iniziative programmate complete di date e quote. Inoltre, da questo numero, condivideremo lo spazio con le comunicazioni inviateci dalla nostra Polisportiva sugli ultimi successi dei nostri "atleti" alle prese con le più diverse discipline. Buona lettura a tutti e arrivederci in uno dei tanti appuntamenti proposti da godere insieme, in serenità ed amicizia.

Luciano Frandolig

*Le iscrizioni continuano nei consueti orari di segreteria: lunedì e giovedì dalle 13.15 alle 14.45.*

*tra pochi giorni:*

#### **KATSCHBERG**

*Giovedì 30 marzo / domenica 2 aprile*

A conclusione di un inverno particolarmente nevoso, proponiamo un'ultima uscita al Katschberg (Austria) Soggiorno di tre giornate, dal giovedì alla domenica, con trattamento di pensione completa, ospiti dell'albergo Funanimation, tre stelle con ampia zona benessere (<http://www.falckensteiner.com>) .E' un'iniziativa CRUT organizzata in collaborazione con Fitel aperta alla partecipazione dei familiari e dei soci Fitel.

Quote di partecipazione:	Soci CRUT:	110,00 Euro
	Familiari:	130,00 Euro
	Familiari e Fitel nati dopo 1.03.00	Gratis
	Familiari e Fitel nati dopo 1.1.93	110,00 Euro
	Soci Fitel:	170,00 Euro
Supplemento stanza singola tre notti		45,00 Euro

Referente: Paolo Bevilacqua tel. 3445

Iscrizioni da subito a **giovedì 23 marzo** con pagamento intera quota.

## **DJERBA (TUNISIA)**

***Lunedì 26 giugno / lunedì 3 luglio***

A seguito della squadra di tennis iscritta ai campionati nazionali universitari proponiamo una settimana "blu" in una delle più famose località balneari dell'Africa settentrionale. L'iniziativa organizzata dall'Anciu (Associazione Nazionale Circoli Universitari) è aperta alla partecipazione dei Soci, loro Familiari e, localmente, anche ai soci Fitel. Programma del soggiorno ed altre notizie disponibili sul sito ed in sede. Trasferimento da Trieste a Milano in autopullman e volo diretto per destinazione.

Quote di partecipazione:	Soci CRUT:	430,00 Euro	
	Familiari:	500,00 Euro	
	Familiari nati dopo il 1.7.04	Gratis	
	Familiari dal 1.7.98 al 30.6.04	220,00 Euro	Fitel 240,00 Euro
	Soci Fitel:	540,00 Euro	
Supplemento stanza singola		120,00 Euro	
Supplemento camera vista mare (per camera)		65,00 Euro	
Supplemento suite (per camera)		120,00 Euro	

Prenotazioni da subito ed entro **giovedì, 23 marzo** con pagamento intera quota.

## **RIVOLTO**

***Giovedì 13 aprile***

A differenza di quanto anticipato sulla circolare 1/06, la visita alla base aerea è stata fissata per giovedì 13 aprile.

## **UMBRIA**

***Mercoledì 7 / domenica 11 giugno***

Riproponiamo anche per quest'anno un breve soggiorno nella verde Umbria dove, guidati dall'impareggiabile prof. Rambotti andremo alla scoperta degli angoli più nascosti e suggestivi di questa splendida regione. L'ospitalità dell'azienda Villa della Cupa renderà il soggiorno oltremodo gradevole. Il programma sarà consultabile a breve sul sito e disponibile in sede. E' un'iniziativa CRUT organizzata in collaborazione con FITeL aperta alla partecipazione dei familiari dei soci e degli associati FITel.

Quote di partecipazione:	Soci CRUT:	180,00 Euro	
	Familiari:	200,00 Euro	
	Familiari nati dopo 1.1.93	150,00 Euro	FITeL 180,00 Euro
	Soci Fitel:	240,00 Euro	
Supplemento stanza singola quattro notti		40,00 Euro	

Referente: Luciano Frandolig (tel. 3041)

Iscrizioni da giovedì 13 aprile a giovedì 18 maggio con pagamento intera quota.

## **ALLA SCOPERTA DELLE ERBE**

***12, 13 e 16 /18 giugno***

Consueto appuntamento naturalistico alla scoperta delle infinite risorse che la natura ci offre spontaneamente. L'appuntamento prevede due sedute di preparazione in aula nelle serate di lunedì 12 e martedì 13 ed il consueto soggiorno presso la baita Torino di passo Pura da venerdì 16 pomeriggio a domenica 18, secondo il programma a breve disponibile in sede e sul sito. E' un'iniziativa CRUT organizzata in collaborazione con FITeL aperta alla partecipazione dei familiari dei soci e degli associati FITel.

Quote di partecipazione:	Soci CRUT:	60,00 Euro	
--------------------------	------------	------------	--

Familiari:	70,00 Euro
Soci Fitel:	80,00 Euro
Familiari e FITeL nati dopo 1.1.93	40,00 Euro

Referente: Luciano Frandolig (tel. 3041)

Iscrizioni da giovedì 4 maggio giovedì 8 giugno con pagamento intera quota.

## **IRLANDA**

### ***Sabato 15 / sabato 22 luglio***

La meta dell'estate: l'Irlanda. In collaborazione con FITel, proponiamo la visita a quelle bellissime terre secondo il programma prossimamente disponibile in sede e sul nostro sito. Un'occasione unica ad un prezzo eccezionale! Organizzazione: Boscolo tour – Key Tre viaggi. All'iniziativa sono ammessi i familiari dei soci ed i soci FITel..

Referente: Roberto Busechian

Quote in fase di determinazione.

Iscrizioni da lunedì 20 marzo a giovedì 13 aprile con acconto Euro 200,00

## **PREMI DI STUDIO “GIULIO PELLIS”**

Anche quest'anno il CRUT mette a disposizione ai figli di Soci iscritti a scuole superiori ed università il premio di studio intitolato a Giulio Pellis. Il bando sarà a disposizione degli interessati in sede e sul sito a partire dal prossimo 20 aprile.

## **CULTURA**

Appuntamento alle ore 17.30 di giovedì 4 maggio presso il bar dell'edificio H3 per la presentazione del libro "Dal parco di San Floriano di Polcenigo a Roma – un insolito itinerario sulle orme degli antichi pellegrini" scritto dall'amica e socia Maria Luisa Bressan in collaborazione con Anna Barbarotto ed edito dalla Provincia di Pordenone. Seguirà un brindisi in onore dell'illustre consocia.

## **LABORATORIO TEATRALE**

Tecniche vocali, analisi della postura fisica, coordinazione motoria, dizione, comicità di parola e comicità d'azione, affabulazione – i paradossi del monologo. Corso coordinato dall'attore – regista Giuseppe De Francesco. Il corso si svolgerà tutti i martedì di maggio con orario 17.30 – 19.30. Quote di partecipazione: Soci e Familiari 30,00 Euro, FITeL 40,00 Euro. Referente: Ferdinando Pugliatti tel. 2893

## **POLISPORTIVA**

### **SEZIONE ATTIVITA' DI PALESTRA**

Per contrastare gli ozi invernali, presentiamo, in collaborazione con Fitel, il corso di ginnastica suddiviso in due appuntamenti settimanali distinti in due diverse tipologie d'attività: l'una più intensa, l'altra più adatta ai meno "atletici.". Ambedue ospitate nella palestra del CUS di via Monte Cengio. Iniziativa aperta alla partecipazione dei soci Fitel.

Il corso di aerobica e step si suddivide in una fase d'aerobica e di step e in una di tonificazione muscolare ad alta intensità, il tutto accompagnato da musica coinvolgente!

L'utilizzo di attrezzi come lo step, la corda, i pesetti, le bande elastiche ed il resist-a ball (lavoro sulla palla) permettono di svolgere un'attività fisica completa che migliora la definizione muscolare. Lezione d'intensità medio-alta. Appuntamento il martedì dalle 14.20 alle 15.20.

Il corso di body-tonic o tonificazione muscolare propone una varietà di movimenti che migliorano e tonificano i muscoli. Una lezione musicale di gruppo con esercizi intensi ma controllati, adatto a tutte le età. Si conclude la seduta con un po' di stretching, attività fondamentale per rilassare e distendere i muscoli. Lezione d'intensità media. Appuntamento il mercoledì dalle 14.30 alle 15.30.

Per informazioni, Elena Benedetti (tel. 040 5583182).

### **SEZIONE CALCIO**

L'attività provinciale 2006 è iniziata a settembre 2005 con la partecipazione in serie A al Torneo di Calcio a 7 "Il Golosone" e si concluderà a maggio 2006, salvo poi ricominciare a settembre 2006. Il Torneo è aperto a tutti i soci Fitel.

A livello nazionale, anche quest'anno la Sezione Calcio parteciperà al Torneo di calcio a 5 per dipendenti universitari nel periodo 10/17 giugno a Pugnochiuso(FG), (strutture visionabili al sito [www.pugnochiuso.com](http://www.pugnochiuso.com)). Questo torneo giunto ormai alla XIII edizione, che abbina lo sport alla vacanza balneare, ci ha visto negli ultimi anni piazzarci nelle prime 8 squadre (su 30 partecipanti). Siamo comunque alla ricerca di giocatori nuovi. Ricordiamo che possono giocare solamente dipendenti TA o docenti nonché borsisti, dottorati, titolari di assegno di ricerca e personale a contratto Co.Co.Co, in regola con il tesseramento alla Polisportiva e con la visita medica. Per informazioni sui costi e sulle modalità di partecipazione contattare i responsabili (caposezione Gianfranco Callegaris 040 5587553, referente Paolo Ghezzi 040 5583323) o mandare una mail a [ghezzi@units.it](mailto:ghezzi@units.it). Per i giocatori la prenotazione scade il 30/3/2006.

### **SEZIONE CICLISMO**

Il gruppo dei ciclisti prenderà parte ai campionati nazionali per dipendenti universitari che si svolgeranno ad Urbino il 27 e 28 maggio 2006 ed al campionato triveneto universitario di Asiago in data da definirsi.

Inoltre, molto intenso il calendario regionale e nazionale di cicloturismo con le varie gran fondo: Gran Fondo di Buttrio 2, 3 e 4 maggio 2006, Gran Fondo di Feletto Umberto 7 maggio 2006, Gran Fondo di Trieste in data da definirsi, campionato nazionale in prova unica di cicloturismo che si svolgerà il 10 settembre a Mondragone (CE).

Per informazioni, Rosa Falco (tel. 040 5582598).

### **SEZIONE PALLACANESTRO**

La squadra crut si è classificata al sesto posto su undici circoli cittadini al torneo interaziendale di basket 2006. Complimenti a tutti gli atleti che hanno concorso a tale importante risultato. Si ricorda che fino a tutto maggio continua l'allenamento settimanale presso la palestra cus di Monte Cengio il venerdì dalle 17.30 alle 19.00. Per informazioni, il caposezione è Lorenzo Furlan (tel. 040 5582205).

### **SEZIONE TENNIS**

Il torneo interaziendale si svolgerà nel mese di aprile con data ancora da decidere mentre il nazionale universitario avrà luogo a Djerba in Tunisia. Per questo appuntamento vi sono notizie più dettagliate nella parte turistica della presente circolare.

In una domenica di maggio verrà organizzato un torneo doppio giallo misto con cena finale. La data precisa verrà comunicata appena possibile a tutti gli interessati. Per informazioni rivolgersi al caposezione Lorenzo Furlan (tel. 040 5582205).

### **SEZIONE TENNISTAVOLO**

Il ritrovo dei giocatori di tennistavolo è fissato al mercoledì presso la palestra del cus in via Monte Cengio dalle 15.30 alle 17.00.

La sezione parteciperà al torneo interaziendale Acrat ed è in preparazione il torneo interno aperto ai soci Fitel della Polisportiva. Per informazioni rivolgersi al caposezione Ferdinando Pugliatti (tel. 040 5582893) od alla referente Elisabetta Rinoldo (040 5587934).

### **SEZIONE VELA**

Con l'arrivo della bella stagione inizieranno i corsi su deriva per adulti con le stesse modalità dello scorso anno. Per informazioni più dettagliate, rivolgersi al caposezione Lorenzo Furlan (tel. 040 5582205).

### **SEZIONE ATTIVITA' SUBACQUEE**

Acque chiare a tutti gli amici subacquei ed a quanti intendono intraprendere questa meravigliosa disciplina: il primo obiettivo della nostra attività è infatti consigliare ed aiutare chi vuole entrare nel mondo della subacquea a farlo in tutta sicurezza e divertimento. Per informazioni ed iscrizioni alla sezione: Luciano Frandolig . [luciano.frandolig@amm.univ.trieste.it](mailto:luciano.frandolig@amm.univ.trieste.it).

#### ***Prossimamente:***

##### ***mese di agosto:***

*Cena estiva: serata di allegria e buona tavola nello spettacolo delle stelle cadenti*

##### ***mese di settembre:***

*Berlino: una città completamente rinnovata e proiettata al futuro*

*Appuntamento micologico*

##### ***mese di ottobre:***

*Tour della Sicilia: otto giorni per scoprirne le tradizioni, la storia, i paesaggi....Programmi, date precise e prezzi sulle prossime Circolari*

*Ed ora il consueto calendario delle scadenze:*

<b>INIZIATIVA</b>	<b>DATA INIZIO ISCRIZIONI</b>	<b>DATA SVOLGIMENTO</b>
<i>Scampagnata primaverile</i>	<i>Giovedì 16 febbraio</i>	<i>Sabato 29 aprile</i>
<i>Sharm el Sheik</i>	<i>Giovedì 23 febbraio</i>	<i>Venerdì 31 marzo</i>
<i>Rivolto</i>	<i>Lunedì 6 marzo</i>	<i>Giovedì 13 aprile</i>
<i>Katschberg</i>	<i>Lunedì 13 marzo</i>	<i>Giovedì 30 marzo</i>
<i>Rovigo</i>	<i>Giovedì 16 marzo</i>	<i>Sabato 6 maggio</i>
<i>Irlanda</i>	<i>Lunedì 20 marzo</i>	<i>Sabato 15 luglio</i>
<i>Postumia</i>	<i>Giovedì 23 marzo</i>	<i>Sabato 13 maggio</i>
<i>Notte al panificio</i>	<i>Lunedì 27 marzo</i>	<i>Mercoledì 24 maggio</i>
<i>Umbria</i>	<i>Giovedì 13 aprile</i>	<i>Mercoledì 7 giugno</i>
<i>Erbe</i>	<i>Giovedì 4 maggio</i>	<i>Lunedì 12 giugno</i>