



CRUT – Università di Trieste

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

sito web: www.units.it/crut

Trieste, 27 ottobre 2006
A tutti i Soci e Dipendenti
LORO SEDI

C I R C O L A R E 5/2006

Carissimi,

Tra le numerose iniziative che caratterizzano questo periodo di attività del Circolo, fa piacere in particolare ricordare il successo riscontrato dal corso d'informatica riservato ai Soci in pensione e gestito con professionalità dal consocio Guido Travaglia, al quale va il nostro ringraziamento.

L'autunno è già da tempo iniziato ed anche se il clima di questi giorni ci regala un ultimo scampolo di fine estate, ormai è tempo di programmare le attività per l'ultima parte dell'anno. Su queste pagine, inoltre, anche un resoconto sull'attività della nostra Polisportiva.

Buon proseguimento a tutti con le nostre proposte da vivere, come sempre, in serenità ed amicizia.

Luciano Frandolig

Cultura

HAPPENING DI DANZA

Giovedì 16 novembre

Con questa proposta inizia una serie di appuntamenti cultura/spettacolo organizzati dal CRUT in collaborazione con varie associazioni culturali, rivolte, oltre che ai Soci, a tutta l'utenza universitaria ed alla cittadinanza. Le rappresentazioni si svolgeranno prevalentemente su quel meraviglioso palcoscenico sulla città che è il piazzale antistante l'edificio principale. La prima proposta è la rappresentazione di una giornata del Danceproject, festival internazionale organizzato dall'ACTIS – Associazione Culturale Teatro Immagine Suono – con il patrocinio della Regione Friuli Venezia Giulia e della Provincia di Trieste. Appuntamento quindi alle ore 12.00 di giovedì 16 novembre con questa nuova iniziativa del nostro Circolo. La manifestazione proseguirà nella hall dell'edificio H3 alle ore 19.00 dello stesso giorno.

Turismo

MERCATINI DI NATALE

Sabato 16 dicembre

Appuntamento con le tradizionali fiere natalizie; quest'anno abbiamo scelto Verona, sede anche, con Padova e Mantova, del trittico di mostre dedicate al Mantegna. Una ragione in più per partecipare a questa simpatica iniziativa organizzata dal CRUT in collaborazione con Fitel e Key Tre Viaggi, aperta alla partecipazione dei familiari e dei Soci Fitel. Programma completo a breve disponibile sul sito ed in sede.

Quote di partecipazione:	Soci e familiari	Euro	30,00
	Soci Fitel	Euro	35,00
	Familiari nati dopo l' 1.1.1994	Euro	20,00
	Soci Fitel nati dopo l' 1.1.1994	Euro	25,00
Biglietti accesso mostra		Euro	5,00.

Referente: Roberto Busechian

Iscrizioni da Lunedì 6 a Giovedì 16 novembre con pagamento intera quota.

Numero massimo partecipanti: 76

L'8 DICEMBRE SULLA NEVE

Giovedì 7 / Domenica 10 dicembre

Prima neve al Katschberg, Austria, ospiti dell'Hotel Cristallo**** dotato di zona wellness e piscine a libero accesso per gli ospiti. Soggiorno di tre notti con trattamento di mezza pensione con piccolo snack a mezzogiorno. Iniziativa CRUT in collaborazione con Fitel aperta alla partecipazione dei familiari e dei Soci Fitel. Programma completo a breve disponibile sul sito ed in sede.

Quote di partecipazione:	Soci	Euro	170,00
	Familiari	Euro	190,00
	Soci Fitel	Euro	215,00
	Familiari e Soci Fitel nati dopo 10.12.2000	Gratis*	
	Familiari nati dopo 10.12.1991	Euro	90,00*
	Soci Fitel nati dopo 10.12.1991	Euro	105,00*
	Socio terzo letto	Euro	150,00*
	Socio Fitel adulto terzo letto	Euro	190,00*
	Supplemento stanza singola	Euro	50,00

* in terzo letto in stanza con due adulti.

Prenotazioni da Lunedì 30 ottobre a Giovedì 9 novembre con anticipo di Euro 100,00 a persona.

Referente: Paolo Bevilacqua

Per il prossimo inverno

SETTIMANA BIANCA

Sabato 17 / Sabato 24 febbraio 2007

L'Hotel Meida ci aspetta anche il prossimo febbraio con la consueta ospitalità e, probabilmente, con una novità: entro il 31 gennaio è prevista l'inaugurazione della nuova piscina realizzata al pianterreno del residence Anda. Naturalmente la nuova struttura sarà liberamente a disposizione degli ospiti. Quest'anno proponiamo come alternativa per il Venerdì sera la cena in

baita con andata in motoslitta e rientro, per i più avventurosi, in slittino lungo la val San Nicolò. Per i partecipanti alla serata in baita l'albergo fornirà il pranzo del venerdì a "cestino". Anche quest'anno consueta gara sociale "Trofeo Giordano Periovizza". Iniziativa CRUT in collaborazione con Fitel aperta alla partecipazione dei familiari e dei Soci Fitel.

Prenotazioni da lunedì 6 a lunedì 27 novembre con acconto di Euro 100,00 pro capite

Quote di partecipazione	Albergo:	Residence	Anda
Soci:	Euro 250,00	Euro	240,00
Familiari	Euro 290,00	Euro	280,00
Soci Fitel	Euro 350,00	Euro	340,00
Supplemento singola	Euro 11,00 a notte		
Adulto in terzo e quarto letto	riduzione 10%		
Bambini in stanza con 2 adulti:			
Da 0 a 2 anni*	Euro 50,00*		
Da 2 a 6 anni*	Euro 210,00*	Euro	200,00*
Da 6 a 12 anni*	Euro 230,00*	Euro	220,00*
*non compiuti alla data di partenza			
Supplemento cena in baita (da prenotare all'atto dell'iscrizione)		Euro	10,00

ATTENZIONE: Anche quest'anno all'atto della prenotazione verrà destinata anche la stanza dell'albergo o del residence, quindi possibilità di scelta per i più solleciti.

Per i nostri bambini

SAN NICOLO' *Mercoledì 6 dicembre*

La festa più amata dai bambini: tanti regali e golosità anche per i genitori e nonni ma soprattutto tanto divertimento nella sala mensa del bar di Ingegneria alle ore 17.30. I genitori potranno scegliere e prenotare il regalo in sede nei consueti giorni ed orari versando un contributo di Euro 3,00 a bambino da Lunedì 30 ottobre a Giovedì 9 novembre Iniziativa CRUT in collaborazione con Fitel aperta alla partecipazione dei familiari e dei Soci Fitel.

Cultura

TEATRI

A riconoscimento delle richieste pervenute da Soci e loro Familiari residenti in altre località regionali, il Consiglio Direttivo ha deciso di erogare il contributo anche per gli abbonamenti di costo pari o superiore a 100,00 Euro stipulati per la stagione 2006/7 presso altri teatri della Regione.

La consegna di fotocopia degli abbonamenti in sede dovrà avvenire tassativamente entro il giorno 13 novembre; l'erogazione dei contributi avverrà dal 7 al 21 dicembre 2006.

Ed ora spazio alla Polisportiva

SEZIONE ATLETICA

Oltre alle gare del Trofeo Provincia di Trieste già definite dal calendario per il 2006, alcuni di noi si stanno allenando per la Cavalcata Carsica che si tiene la prima domenica di dicembre,

lungo tutto il sentiero 3 (circa 53 km), chi fosse interessato a fare qualche uscita domenicale lungo il sentiero 3 (20 - 25 km) assieme a chi si allena per la gara può contattare Roberto Roberti.

Continuano gli allenamenti infrasettimanali in genere il mercoledì e/o il giovedì sera (partenza 18.30 - 19.00) , che si possono fare al Campo Cologna (è illuminato fino alle 21.00) oppure a Barcola, alcuni di noi fanno anche suggestive uscite in Napoleonica con la lampada frontale.

Per il prossimo anno si prevede di iniziare a raccogliere le adesioni alla sezione quanto prima, in modo da fare le visite mediche già a gennaio 2007.

Oltre alle consuete attività (Trofeo Provincia di Trieste, Bavisela, Cortina - Dobbiaco, TransCivetta, 24x1ora, interaziendali, ANCIU, ecc.) dedicate al podismo e alle corse in montagna si pensava di fare anche attività in pista, con distanze più brevi: velocità e mezzofondo veloce. A questo proposito è stato contattato un allenatore che potrebbe essere a disposizione degli atleti ed anche delle altre sezioni sportive che, eventualmente, riscontrino la necessità di un preparatore atletico.

La cena sociale della sezione dovrebbe essere a gennaio 2007, in quella sede oltre alle premiazioni per la stagione 2006, verrà definito in dettaglio il programma del 2007.

Chiunque sia interessato alle attività della sezione può contattare Roberto Roberti (roberti@dic.units.it) tel. 3588.

SEZIONE ATTIVITA' DI PALESTRA

La sezione propone due corsi settimanali nella palestra di via Monte Cengio:

AEROBICA E STEP

Il corso 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 14.30 alle 15.30.

BODY-TONIC & G A G (TONIFICAZIONE MUSCOLARE)

Il corso 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.

Dopo la fase GAG (gambe-addominali-glutei) si conclude con lo stretching, attività fondamentale per rilassare e distendere i muscoli.

Lezione d'intensità media. Appuntamento il venerdì dalle 14.30 alle 15.30.

Per informazioni, contattare Elena Benedetti (elena.benedetti@amm.units.it) tel. 3182.

Nella palestra di via Monte Cengio, inoltre, a disposizione dei soci la palestra di muscolazione e pesi, il martedì e venerdì dalle 14.30 alle 15.30.

SEZIONE ATTIVITA' SUBACQUEE

Dopo la bella *settimana blu* della scorsa estate alle isole Tremiti, anche per il 2007 la sezione intende proporre un programma di immersioni in qualche splendida località italiana.

Rimane sempre primario obiettivo della sezione consigliare ed aiutare che volesse intraprendere questa disciplina. Per quanto riguarda l'attività didattica, dopo la scomparsa del nostro amato Moreno - che è stato il nostro istruttore per molti anni - abbiamo trovato in Enrico un valido sostituto: a lui dobbiamo infatti due dei tre colleghi *neo brevettati* cui diamo il benvenuto.

Sempre in quest'ottica di continuo aggiornamento, contiamo nel prossimo anno di proporre sia il corso Advanced Open Water che due specialità: Nitrox e Technical Diver TSA.

Nel prendere in carico la sezione, intendo esprimere in prima persona, ma anche a nome di tutti, un ringraziamento a Luciano che per anni ha saputo gestire e promuovere con entusiasmo questo sport.

Per informazioni rivolgersi a Guido Travaglia (040 558 3313 – travaglia@units.it)

SEZIONE CICLISMO

La Sezione ciclismo può dirsi senz'altro soddisfatta dell'attività svolta nella passata stagione. Non solo ha portato a casa il titolo di Campione Triveneto, conquistato da Claudio Panozzo nella combattutissima cronoscalata disputata il 2 luglio scorso a Tresché Conca, sull'Altopiano di Asiago, ma in quell'occasione ha conquistato anche il titolo di categoria con Angelo Rosano, nonché il 3° posto assoluto (e 1° di categoria) per Matilde Fontanin.

La nostra rappresentativa si è anche distinta durante il XXI Campionato Nazionale di Ciclismo dei Dipendenti Universitari, che si è svolto ad Urbino lo scorso 27-28 maggio, dove abbiamo conquistato il titolo di Campionessa Nazionale di categoria, e il 2° posto assoluto femminile. Il nostro Ateneo si è classificato all'8° posto, contro altre rappresentative ben più numerose.

L'attività ciclistica non si è limitata alla partecipazione alle competizioni universitarie. Oltre a questo siamo stati a Rabac, sulle coste croate, dove in tre giorni abbiamo percorso 390 Km insieme alla carovana della Gran Fondo del Friuli. Inoltre abbiamo scalato il Matajur e abbiamo trascorso un fine settimana sulle montagne della Carnia con "passeggiate" dell'ordine dei 100 Km e dei 1500 metri di dislivello in luoghi davvero meravigliosi.

Abbiamo altresì partecipato al Campionato Nazionale di Cicloturismo, che si è svolto il 10 settembre scorso nella splendida città di Mondragone, nei pressi di Caserta.

Tra gli impegni agonistici vanno ricordate la Corsa per Haiti, la Gran Fondo d'Europa, e la Cronoscalata del Boschetto, tutte portate a termine con ottimi risultati.

Inoltre abbiamo partecipato, come da tradizione, alle gare regionali amatoriali ma soprattutto cicloturistiche, tra le quali vanno segnalate la bellissima Maratona Senza Confini, che con i suoi 100 km si snoda tra Italia e Slovenia, e la cicloturistica di 85 Km che si è svolta l'1 ottobre scorso sul Carso triestino, con partenza da Sistiana, passaggio per la salita di Moccò e vari saliscendi sul bell'Altopiano.

In quell'occasione, con il tradizionale "rebechin" di fine gara, si è chiusa ufficialmente la stagione ciclistica 2006, con l'accento su uno degli aspetti che più ci piace del nostro gruppo: quello del festeggiare in compagnia.

Per il prossimo anno speriamo di poter fare almeno altrettanto, se non di più, e invitiamo chi volesse pedalare in compagnia a contattare la caposezione, Rosa Falco (rosa.falco@amm.units.it) tel. 2598.

SEZIONE SCI NORDICO

Per l'inverno che è oramai alle porte, vengono proposti due corsi di fondo, specialità skating, su due livelli, base (per principianti) ed avanzato.

I corsi collettivi si terranno indicativamente da metà gennaio 2007 a Valbruna, Tarvisio, con i maestri della scuola di sci da fondo Valcanale. Il pacchetto scuola prevede due ore di lezione collettiva al sabato, indicativamente dalle 11.00 alle 13.00, per cinque sabati consecutivi. La scuola è facilmente raggiungibile in quanto ubicata proprio all'uscita dell'autostrada, è dotata di spogliatoi, docce, comodo parcheggio, noleggio attrezzature e servizio sciolinatura. I corsi si svolgeranno con un minimo di 5 partecipanti.

Per chi volesse iniziare questo bellissimo sport adatto a tutte le età ed a tutte le ... "taglie" o chi volesse affinarne la tecnica, si invita a contattare il caposezione Daniele Bellini (bellini@units.it) tel. 3482.

SEZIONE TENNISTAVOLO

La sezione tennistavolo si ritrova per gli allenamenti il mercoledì dalle 15.30 alle 17.00, presso la palestra del cus in via Monte Cengio. Per l'anno 2007 riproporremo il torneo sociale nel mese di giugno, incontri con altri circoli e un torneo con le università di Udine, Lubiana e Venezia.

Per informazioni sull'attività della sezione rivolgersi a Ferdinando Pugliatti (ferdinando.pugliatti@amm.units.it) tel. 2893.

SEZIONE TENNIS

La sezione ha ottenuto un ottimo quarto posto al torneo interaziendale contribuendo al quinto piazzamento generale del nostro Circolo su venticinque partecipanti.

L'attività tennistica è ripresa al coperto presso il tennis Gaja di Padriciano con le seguenti modalità: maschile il lunedì dalle 18 alle 20 referente G. Callegaris tel. 7553

femminile il mercoledì dalle 19 alle 20 referente L. Agnoletto tel. 3229.

In programma lo svolgimento di un torneo di doppio nella giornata di lunedì a partire da metà novembre, adesioni da inviare a L. Furlan tel. 2205(furlan@units.it).

SEZIONE VELA

L'attività velica ci ha visti impegnati nell'organizzazione di corsi per soci adulti principianti ed avanzati e in collaborazione con il CUS per studenti. Alcune imbarcazioni di proprietà di nostri soci hanno partecipato al trofeo INSIEL, regata svoltasi alla fine di settembre e nata come sfida amichevole tra circoli cittadini. Merita una citazione il socio Sinigoj piazzatosi primo di categoria e ottavo assoluto. I corsi e le uscite riprenderanno la prossima stagione. L. Furlan tel. 2205 (furlan@units.it).

SEZIONE BASKET

L'allenamento estivo si è svolto come ogni anno, al mercoledì presso il campo all'aperto del Santos basket presso il quale la squadra ha partecipato al torneo di fine estate organizzato dalla Federazione Arbitri di Trieste. Nel programma autunnale la ripresa dell'allenamento i venerdì dalle 17.30 alle 19 nella palestra CUS di monte Cengio e la partecipazione al torneo Interaziendale ACRAT presso il palasport di Chiarbola a partire dal 7 novembre 2006. L. Furlan tel. 2205(furlan@units.it).

Prossimamente:

Mese di Dicembre:

Gazebo degli auguri

Festa degli auguri

Capodanno

Ed ora il consueto calendario delle scadenze:

INIZIATIVA	DATA INIZIO ISCRIZIONI	DATA SVOLGIMENTO
<i>Cena sociale</i>	<i>Lunedì 16 ottobre</i>	<i>Sabato 18 novembre</i>
<i>Contributi</i>	<i>ENTRO</i> <i>Giovedì 9 novembre</i>	<i>7/21 dicembre</i>
<i>Happening di danza</i>		<i>Giovedì 16 novembre</i>
<i>L'8 dicembre sulla neve</i>	<i>Lunedì 30 ottobre</i>	<i>7 / 10 dicembre</i>
<i>San Nicolò</i>	<i>Lunedì 30 ottobre</i>	<i>Venerdì 6 dicembre</i>
<i>Mercatini di Natale</i>	<i>Lunedì 6 novembre</i>	<i>Sabato 16 dicembre</i>
<i>Settimana bianca</i>	<i>Lunedì 6 novembre</i>	<i>17 / 24 febbraio 2007</i>