



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, 14 settembre 2007

A tutti i Soci e Dipendenti

L O R O S E D I

C I R C O L A R E 4 / 2 0 0 7

Carissimi,

L'estate ormai alle spalle, è tempo di programmi per l'ultima parte dell'anno, periodo tradizionalmente dedicato dal nostro Circolo agli appuntamenti di carattere sociale, primo fra tutti la Cena, per ritrovarsi tutti insieme a confrontare le esperienze acquisite durante le iniziative estive. A tal proposito ricordiamo la scadenza dei termini, il prossimo 15 settembre, per la presentazione delle opere partecipanti al nostro concorso fotografico il cui bando è reperibile in sede e sul sito.

L'estate 2007 è stata per il Circolo Ricreativo (il "commerciale") una stagione impegnativa: sono ancora in corso, infatti, i lavori per la realizzazione del nuovo bar che andrà a sostituire lo storico esercizio di "Giurisprudenza". E' stata una scelta concordata con l'Amministrazione per migliorare la qualità dell'offerta e la stessa immagine del nostro Circolo, in grado di realizzare un'opera di pregio a favore di tutta la comunità. In attesa della disponibilità dei nuovi locali, è stato temporaneamente riaperto, dopo opportuna manutenzione, il vecchio esercizio gestito, come lo sarà il nuovo, dalla società "aleallaseconda", costituita dagli ex dipendenti del precedente gestore. Inoltre il giorno 3 settembre è stata aperta la nuova sede del bar del polo Goriziano, la cui conduzione è stata confermata alla società Julia import export. Ai nuovi e vecchi gestori i migliori auguri di buon lavoro. A tutti noi Soci la soddisfazione di vedere il nostro Circolo sempre più attivo nella vita della nostra Università.

Arrivederci nei prossimi appuntamenti da vivere, come sempre, in serenità ed amicizia.

Luciano Frandolig

Sulla pagina "convenzioni" del nostro sito sempre nuove proposte per acquisti e servizi!

A partire dal 25 settembre, ogni martedì presso la nostra sede dalle 12 alle 13 resterà a disposizione dei Soci il sig. Cristiano Cenni, responsabile di zona dell'azienda T gas, azienda presente sulla nostra pagina "convenzioni".

CONTRIBUTI ATTIVITA' INDIVIDUALI

Entro giovedì 18 ottobre

Anche quest'anno il CRUT mette a disposizione dei Soci e familiari un contributo per le attività individuali: abbonamenti teatrali, sportivi, iscrizioni al CAI e soggiorni in alberghi convenzionati. Per ottenere il contributo sarà sufficiente consegnare in sede durante gli orari di segreteria copia dell'abbonamento o prova di iscrizione o ricevuta alberghiera entro giovedì 18 ottobre. Documentazione presentata oltre questo termine non sarà presa in considerazione. L'erogazione del contributo è prevista a fine anno.

Iscrizione al CAI:	€ 10,00	
Abbonamento Teatro Rossetti	€ 20,00	
Abbonamento Teatro La Contrada	€ 20,00	
Abbonamento Teatro Armonia	€ 10,00	
Abbonamento Triestina calcio	€ 20,00	(solo per abbonamenti a prezzo intero)
Abbonamento pallacanestro Trieste	€ 20,00.	
Contributo soggiorni in alberghi convenzionati	€ 5,00	(a socio o familiare/giornata)

I contributi relativi agli abbonamenti teatrali "La Contrada" e "Rossetti" verranno detratti direttamente del costo degli stessi abbonamenti

PREMI DI STUDIO “GIULIO PELLIS”

Disponibile sul sito ed in sede la graduatoria dei “bravissimi” classificatisi in graduatoria in posizione utile a ricevere il premio. Complimenti a loro ed un “bravo” a tutti partecipanti comunque in possesso dei requisiti. La consegna dei premi, avverrà alla presenza del Magnifico Rettore, giovedì 10 ottobre alle ore 16.00 in sala Cammarata.

CORSO DI AEROBICA

Da martedì 2 ottobre ricomincia l'ormai consueto appuntamento con l'aerobica.

AEROBICA E STEP: Il corso si suddivide in una fase d'aerobica e/o di step e in una di tonificazione muscolare a medio/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

Quote trimestrale di partecipazione ad un corso settimanale	Soci CRUT	€ 40,00
	Soci FITeL	€ 65,00
Quote trimestrali di partecipazione ad entrambe i corsi sett.	Soci CRUT	€ 65,00
	Soci FITeL	€ 90,00

Le quote di partecipazione vanno versate direttamente all'insegnante con cadenza trimestrale, ottobre/novembre/dicembre – gennaio/febbraio/marzo e aprile/maggio entro e non oltre il 15 del primo mese. Iscrizione al CRUT, Polisportiva e prenotazione visita in Sede CRUT

YOGA

In accordo con la sezione Yoga dell'associazione affiliata FITeL FVG “L'Altro Emisfero” proponiamo corsi di Yoga a prezzi particolarmente vantaggiosi riservati ai soci FITeL. Maggiori informazioni in sede e disponibili sul nostro sito alla voce “convenzioni”.

Visita al parco marino di Miramare

Domenica 23 settembre

In collaborazione con la sezione Attività subacquee della nostra ADS CRUT un'iniziativa rivolta ad esperti e neofiti. Possibilità di immersione (per i brevettati) o snorkeling per tutti in un'area interessantissima nella quale si è sviluppata una notevole presenza di fauna marina.

Quote di partecipazione	Immersione	€ 15,00
	Seawatching - adulti	€ 10,00
	Seawatching – bambini fino a 12 anni	€ 5,00

Prenotazioni in sede da Lunedì 17 settembre – posti limitati

Referente: Guido Travaglia tel 3313 e-mail travaglia@units.it

Info: www.riservamarinamiramare.it

APPUNTAMENTO CON LA SPELEOLOGIA

Un'altra proposta per proseguire l'itinerario alla scoperta dei segreti del nostro Carso. Questa volta il programma prevede la visita di una cavità un po' più tecnica sempre assistiti da un'organizzazione altamente qualificata. La disponibilità è limitata a 10 partecipanti. Il programma preciso è ancora in elaborazione, ma, per saperne di più, il collega Guido Travaglia è a disposizione dei Soci al numero di telefono 3313 ed all'indirizzo e-mail travaglia@units.it. Tra breve anche la data ed il programma per la visita alla grotta Impossibile.

Iniziativa CRUT organizzata in collaborazione con FITeL – Regionale F.V.G. aperta alla partecipazione dei Soci CRUT, dei loro familiari e dei Soci FITeL.

MATTINATE..... A GORIZIA

Domenica 7 e 14 ottobre

Le mattinate si spostano a Gorizia e dintorni. Sempre accompagnati dalla simpaticissima consocia Maria Luisa Bressan, proponiamo per domenica 7 ottobre la visita della vicina città dell'Isonzo attraverso un percorso tra i palazzi storici, la visita guidata di Borgo Castello con il museo etnografico. Al termine, valicato quello che fino a pochi anni addietro era la cicatrice lasciata da tristi vicende belliche e che oggi fortunatamente è solo una pratica amministrativa prossima a scomparire, un interessante percorso nel Collio condurrà in un agriturismo estendendo la conoscenza anche alle tradizioni culinarie.

Domenica 14 il programma prevede la visita del palazzo Coronini – Cromberg con la mostra dei pizzi antichi e le collezioni conservate nella villa, prosecuzione con la visita al parco di Piuma, Oslavia ed infine San Floriano dove è previsto il pranzo.

Iniziativa CRUT organizzata in collaborazione con FITeL – regionale F.V.G. aperta alla partecipazione dei Soci CRUT, loro familiari e dei Soci FITeL F.V.G.

Per entrambe le iniziative la partenza è prevista alle ore 09.00 distributore Agip - Università

Quote di partecipazione:	Soci e familiari	Euro	15,00
	Soci FITeL	Euro	20,00

Referente: Roberto Busechian

Iscrizioni da giovedì 27 settembre con pagamento intera quota. Massimo 15 partecipanti

ISONZO E CAPORETTO

Sabato 20 ottobre

Recentemente anche nel programma di visita della Slovenia da parte del nostro Presidente del Consiglio, il museo della Prima Guerra Mondiale di Caporetto rappresenta una meta tanto più significativa per la storia del nostro territorio. Lo spettacolo della valle dell'Isonzo con le sue pittoresche località sarà lo scenario di questa escursione organizzata dal CRUT in collaborazione con FITeL regionale FVG aperta alla partecipazione dei Soci CRUT, loro familiari e dei Soci FITeL F.V.G. Organizzazione tecnica Key Tre viaggi. Programma completo disponibile a breve in sede e sul sito. Prenotazioni da giovedì 4 a lunedì 15 ottobre.

Quote di partecipazione	Soci	Euro	25,00
	Familiari	Euro	30,00
	Soci FITeL	Euro	40,00

Referente: Roberto Busechian. Partecipanti minimo 20, max 50.

CUORE D'ISTRIA

Sabato 10 novembre

Buie, Portole, Montona, Grisignana, Momiano, queste le località toccate nel programma di viaggio organizzato sdal CRUT, in collaborazione con FITeL F.V.G. aperto alla partecipazione dei Soci, loro familiari e dei Soci FITeL. Organizzazione tecnica affidata alla Julia viaggi srl. Programma completo disponibile a breve in sede e sul sito. Prenotazioni da giovedì 25 ottobre a lunedì 5 novembre.

Quote di partecipazione	Soci	Euro	25,00
	Familiari	Euro	30,00
	Soci FITeL	Euro	40,00

Referente: Marina Lazzari. Partecipanti minimo 20, max 50.

FISICA E BICICLETTE

Sabato 22 settembre

In collaborazione con il dipartimento di Fisica, l'Associazione Sportiva Dilettantistica CRUT e l'associazione Ulisse FIAB proponiamo, in occasione della Settimana Europea della Mobilità, l'iniziativa "Pedalata Dei Tre Dipartimenti", aperta alla partecipazione dei Soci CRUT, FITeL FVG, degli utenti dell'Università e di tutta la cittadinanza. Iscrizioni presso l'ASD CRUT – www.units.it/crutsport entro giovedì 20 settembre. Volantino illustrativo in sede e sul sito.

CORSI DI LINGUA TEDESCA

Un' occasione per avvicinarsi o migliorare la conoscenza della lingua tedesca, ma anche un sostegno agli studenti e alle loro famiglie. Proponiamo corsi collettivi o individuali di lingua tedesca multilivello condotti da un insegnante qualificato.

Quote di partecipazione:corsi collettivi	Soci e familiari	Euro	7,00/ora
	Soci FITeL	Euro	9,00/ora
Quote di partecipazione:corsi individuali	Soci e familiari	Euro	14,00/ora
	Soci FITeL	Euro	18,00/ora

Informazioni in sede da giovedì 27 settembre,

CORSI UNIVERSITA' POPOLARE

L'Università Popolare offre uno sconto del 30% sulle proprie tariffe a favore dei Circoli che presentino una lista di almeno 12 soci intenzionati ad iscriversi ai corsi. La nostra segreteria è disponibile nei consueti giorni ed orari alla raccolta dei nominativi per permettere l'ottenimento dell'agevolazione.

SEZIONE TEATRO

Riprendono ad ottobre i lavori della Sezione magistralmente condotta dalla consocia Annamaria Borghese. Prossimamente disponibile in sede e sul nostro sito la presentazione completa di modalità di iscrizione, orari, quote di partecipazione.

.....ed ora spazio alla nostra A.S.D. CRUT

TENNIS

La prima settimana di settembre presso Albarella si è svolto il Campionato Nazionale Universitario di tennis; la nostra rappresentativa formata da Agnoletto Lucia, Dho Giuliana, Sannino Bernardo, Giadrossi Gianfranco e Roccavini Dario ha ottenuto il decimo posto assoluto tra tutti gli Atenei presenti, la squadra femminile si è classificata al quinto posto mentre quella maschile over 55 al quarto posto. Un doveroso ringraziamento a tutti gli atleti partecipanti.

Il torneo sociale singolo femminile e maschile aperto a tutti i soci A.S.D. CRUT in regola con la visita medica, avrà inizio i primi giorni di ottobre. La quota di iscrizione è fissata a 10 Euro. Le adesioni si possono comunicare al responsabile L.Furlan tel.2205 e presso la sede crut.

BASKET

La rappresentativa del CRUT ha partecipato al torneo estivo non tesserati organizzato dalla federazione provinciale arbitri.

Da venerdì 5 ottobre riprenderà l'allenamento settimanale presso la palestra CUS con orario 17.30-19.00.

NOTIZIE DALLA POLISPORTIVA

Carissimi,

ancora qualche notizia da parte della Ass. Sportiva Dilett. C.R.U.T., la polisportiva che cura le attività sportive all'interno del Circolo Ricreativo.

Cordiali saluti.

Daniele Bellini

PALLAVOLO

L'attività della sezione di Pallavolo (mista) inizia martedì 18 settembre p.v. dalle ore 21.00 alle 23.00 presso la palestra Collodi di via San Pasquale.

E' possibile avere dei biglietti a prezzo scontato per la partita di serie A, Treviso-Roma, che sarà disputata lunedì 24 settembre alle 20.40 palazzetto dello sport di Trieste.

Per informazioni rivolgersi al collega Ferdinando Pugliatti (int. 2893).

TENNISTAVOLO

L'attività della sezione di Tennistavolo (mista) inizia mercoledì 3 ottobre p.v. dalle ore 15.30 alle 17.00 presso la palestra del CUS di via Monte Cengio.

Per informazioni rivolgersi al collega Ferdinando Pugliatti (int. 2893).

COLLABORAZIONE CON C.U.S. TRIESTE

Il C.U.S. ci comunica che nei corsi sportivi da loro organizzati vengono riservati alcuni posti anche a disposizione dei soci ASD CRUT in regola con la visita medica.

Informazioni presso segreteria CUS, int. 7651.

SCI

L'ass. sportiva dilettantistica Sci Club 70 ci informa che svolgerà dei corsi di sci su neve plastica, sulle piste dell'Impianto Sportivo di Aurisina a partire dal giorno 15 settembre p.v. per la discesa e dal 13 p.v. per il fondo. Sui prezzi di partecipazione ai corsi saranno praticati sconti particolari per i Soci del CRUT.

Per informazioni, la segreteria dello SCI CLUB 70 è a disposizione dal lunedì al venerdì, presso la sede di via Mazzini 32, dalle ore 17.30 alle ore 19.30. Telefono 040 630626 – 040 3475230.

Prossimamente:

Mese di novembre *Cena sociale Sabato 24 novembre*

Mese di dicembre *Mercatini di Natale a Vienna*

...ed altro ancora!

Ed ora il consueto calendario delle scadenze:

INIZIATIVA	DATA INIZIO ISCRIZIONI	DATA SVOLGIMENTO
<i>Teatri</i>	<i>Vedi avvisi</i>	
<i>Fisica e biciclette</i>		<i>Sabato 22 settembre</i>
<i>Parco marino Miramare</i>	<i>Lunedì 17 settembre</i>	<i>Domenica 23 settembre</i>
<i>Aerobica</i>		<i>Martedì 2 ottobre</i>
<i>Mattinate a Gorizia</i>	<i>Giovedì 27 settembre</i>	<i>Domeniche 7 e 14 ottobre</i>
<i>Consegna premi studio</i>		<i>Giovedì 10 ottobre</i>
<i>Contributi attività individuali</i>	<i>Scadenza: 18 ottobre</i>	
<i>Isonzo e Caporetto</i>	<i>Giovedì 4 ottobre</i>	<i>Sabato 20 ottobre</i>
<i>Cuore d'Istria</i>	<i>Giovedì 25 ottobre</i>	<i>Sabato 10 novembre</i>