Circolo Trieste ETS
Corso Italia 35
34122 Trieste
Orari 17-19 Lunedì e mercoledì
e-mail: segreteria@unicreditcircolotrieste.it
www.circolotrieste.unicredit.it

Notiziario 8 del 12 giugno 2026

Carissimi Soci

Anche quest'anno riproporremo per gli adulti principianti il **Corso di Kayak** da mare – singolo e doppio - presso il Circolo Marina Mercantile di Barcola, abbiamo la possibilità di avere due istruttori a disposizione e un corso solo per noi se raggiungiamo il numero di 10 interessati. Il corso, rivolto ad adulti principianti, sarà tenuto da istruttori qualificati del CMM, con orario infrasettimanale nelle giornate di lunedì, mercoledì e venerdì dalle 18 alle 20 per 2 settimane oppure il fine settimana sabato e domenica dalle 9 alle 11 per 3 settimane. Le lezioni totali saranno pertanto sei.

L'obiettivo del corso è di apprendere le basi della tecnica di pagaiata e quelle relative alla sicurezza in mare, attraverso delle uscite guidate tra Miramare e piazza Unità con anche (mare permettendo) l'entrata in canale di Ponterosso per una vista inedita del centro cittadino dall'acqua.

Non è necessario un abbigliamento specifico, il giubbotto salvagente è a disposizione degli iscritti.
Le uscite si svolgeranno esclusivamente con buone condizioni meteo nel tratto di mare tra Piazza Unità d' Italia e il castello di Miramare.

Il costo del corso è di € 140 + € 8 tesseramento FICK, sul quale il Circolo Unicredit interverrà con un contributo.
La struttura è adiacente al parcheggio grande di Barcola, è dotata di spogliatoi con docce utilizzabili dopo le uscite in mare, l'orario serale in questo periodo è particolarmente indicato per le condizioni di luce e climatiche che consentono anche un" toch "al termine dell'uscita in mare.
Gli istruttori Stefano e Sara sono molto bravi a trasmettere le nozioni primarie per potersi divertire in sicurezza durante le uscite, ci auguriamo vivamente di riscontrare il vostro interesse, sia che veniate da soli che in coppia, per questa attività che ci ha fatto molto divertire.

Invitiamo i Soci a voler segnalare il proprio interesse a segreteria@unicreditcircolotrieste.it entro lunedì 27 giugno, inizio del corso lunedì 06 luglio p.v. termine del corso 17 luglio

Ricordiamo che, come per qualsiasi corso, è obbligatorio per legge il certificato medico per attività sportiva non agonistica (secondo la normativa del Ministero della Salute, in vigore da ottobre 2014, con l'indicazione della data dell'ecg e la PA). In alternativa va bene anche il certificato agonistico già fatto per un altro sport, purchè in corso di validità.

Per ogni chiarimento/richiesta potete fare riferimento al 3289148561 Elisabetta

In base alla Legge 675/96 si comunica che i dati personali dei soci in possesso di questo circolo vengono usati esclusivamente per l'invio della

30 luglio - cena degustazione da Antica Trattoria Suban

Giovedì 30 luglio alle ore 20 organizziamo una cena degustazione presso la Antica Trattoria Suban, Via Emilio Comici 2 nel rione di San Giovanni, chi avesse piacere di partecipare può prenotarsi scrivendo alla e mail della segreteria segreteria@unicreditcircolotrieste.it o wup 3289148561 Antole Elisabetta.
Quota di partecipazione € 35, valida per i soli soci ed al massimo un familiare iscritto, da versare sul cc del circolo IBAN IT 20 R 02008 02242 000018397505; il menu degustazione comprende i pasti sottodescritti, vino ¼ e acqua inclusi.
Le prenotazioni verranno accolte fino ad esaurimento dei posti a nostra disposizione, adesioni entro venerdì 17 luglio.

1865
Antica Trattoria
Suban
di Mario Suban

Aperitivo servito all'aperto

Bollicine di benvenuto con tostini zucchine e brie , prugnetta dorata con guanciale ,sfogliatina con pomodorini e basilico

Degustazione di primi piatti

Palacinka alla Mandriera (Crepe al basilico)
Mezze penne con salsa al pane nero,pomodorini confite Pecorino
Struccolo di patate con ricotta e spinaci

Secondo piatto

Prosciutto cotto in crosta di pane
Insalatina di radicchio con pancia croccante , semi di girasole
Patate in tecia

Dessert a scelta
Caffè
Vini cantina Antonutti

Conto corrente: CIRCOLO UNICREDIT TRIESTE ETS codice IBAN **IT 20 R 02008 02242 000018397505**
Presidente ***ElisabettaAntole*** *cell.328/9148561* ***e-mail: elisabetta.antole@unicredit.eu***
Segretario ***Franco Petronioe-mail:segreteria@unicreditircolotrieste.it***

In base alla Legge 675/96 si comunica che i dati personali dei soci in possesso di questo circolo vengono usati esclusivamente per l'invio della

16 luglio – Cavana stories

Giovedì 16 luglio dalle ore 21 Francesca Pitacco, Presidente dell'Associazione Guide Turistiche FVG, ci accompagnerà in una passeggiata attraverso vicoli e piazzette per restituire la memoria viva di un rione che ancora oggi conserva una sua atmosfera irripetibile. Il quartiere di Cavana è uno dei più antichi e stratificati di Trieste: strade strette, corti nascoste, una storia che mescola marinai, artisti, case chiuse e presenze letterarie straordinarie. James Joyce vi abitò e vi ambientò alcune delle scene più dense dell'*Ulisse*. Ma Cavana è anche il quartiere di Italo Svevo, di Umberto Saba, di Virgilio Giotti, di Pino Roveredo, di Claudio Grisancich — scrittori e poeti che hanno fatto di Trieste una delle città più letterarie d'Europa, e di questi vicoli il loro palcoscenico quotidiano.
Durata della passeggiata 60 minuti circa – costo € 10 per partecipante – al termine gelato offerto dal Circolo. Posti limitati, adesioni a segreteria@unicreditcircolotrieste.it entro il corrente mese di giugno.

1° agosto - a Parenzo con l'aliscafo

Informiamo inoltre i nostri Soci che stiamo organizzando una **gita giornaliera a Parenzo in aliscafo** in data **sabato 1 agosto**. Il programma di massima sarà il seguente:

Ritrovo al molo IV (area partenze presso la biglietteria) alle ore 7.50
Ore 8.10 controllo documenti ed imbarco
Partenza in aliscafo alle ore 8.30
Arrivo a Parenzo ore 10.20

All'arrivo a Parenzo passeggiata nella cittadina e visita della Basilica Eufrasiana, ove disponibile accompagnati da una guida turistica.
Il pranzo sarà libero; nel pomeriggio bagni alla spiaggia Brulo a quindici minuti a piedi dal centro cittadino.
Rientro con partenza da Parenzo in aliscafo alle ore 18.20 (ritrovo ore 18.00), arrivo a Trieste alle ore 20.20.
Quota di partecipazione per persona Euro 15 – l'iniziativa si realizzerà con minimo 12 partecipanti.
Per garantirci i posti sull'aliscafo della Liberty Lines è necessario acquistare con buon anticipo i biglietti, pertanto chi fosse interessato a questa proposta è pregato di scrivere alla mail del Circolo entro il 26 corrente mese, gli interessati saranno successivamente avvisati per le modalità di pagamento e ulteriori dettagli legati all'iniziativa.

Convenzione British School FVG

Si comunica che è stata rinnovata anche per l'anno scolastico 2026-2027 la convenzione con la British School FVG, in base alla quale viene riconosciuto uno sconto sia ai dipendenti/iscritti al CRAL che al proprio nucleo familiare, applicabile a tutti i corsi di gruppo, di qualsiasi livello, tipologia e per qualsiasi età ed in tutte le sedi regionali della scuola.

La sconto riconosciutoci è il seguente:
da 5 a 10 iscritti: 5%
da 11 a 20: 10%
più di 20: 15%

Comunichiamo infine ai Soci che la sede Sociale chiude per il periodo estivo dal prossimo lunedì, per riaprire come di consueto a metà settembre. Eventuali iniziative che verranno realizzate in Sede durante il periodo di chiusura verranno comunicate volta per volta.

UniCredit
Circolo Trieste ETS - la Segreteria

Conto corrente: CIRCOLO UNICREDIT TRIESTE ETS codice IBAN **IT 20 R 02008 02242 000018397505**
Presidente ***ElisabettaAntole*** *cell.328/9148561* ***e-mail: elisabetta.antole@unicredit.eu***
Segretario ***Franco Petronioe-mail:segreteria@unicreditircolotrieste.it***

In base alla Legge 675/96 si comunica che i dati personali dei soci in possesso di questo circolo vengono usati esclusivamente per l'invio della