



**ALPINISMO
FRIULANO
TRICESIMO**



AFFILIATO F.I.S.I.

Anno LII notiziario n. 4 del 5/1/2023 dell'Alpinismo Friulano di Tricesimo A.S.D.
Via San Pelagio, 17 Tel. e Fax 0432/852703 con servizio di segreteria telefonica
sito internet www.aftricesimo.it

e-mail: info@aftricesimo.it

 : AF Alpinismo Friulano Tricesimo

 : @aftricesimo

STAGIONE 2022/2023

**ATTENZIONE: PER ESSERE SEMPRE AGGIORNATI CI TROVATE
ANCHE SU FACEBOOK E SU INSTAGRAM**

Se anche voi siete così social, non esitate ad aggiungerci:

Facebook: AF Alpinismo Friulano Tricesimo

Instagram: @aftricesimo

ORARI SEDE GENNAIO

**LA SEDE E' APERTA TUTTI I MERCOLEDI' GIOVEDI' E VENERDI' DALLE
19,00 ALLE 20,30**

ORARI SEDE FEBBRAIO

**LA SEDE E' APERTA TUTTI I GIOVEDI' E VENERDI'
DALLE 19,00 ALLE 20,30**

HAI RINNOVATO LA TESSERA!?!?

Noooo... ma come, siamo già nel 2023, passa in sede!!

Se non rinnovi la tessera non potremo più inviarti la circolare e non potrai godere delle fantastiche agevolazioni a te riservate... con convenzioni in diverse strutture mediche e numerose attività commerciali e polizza R.C.T. nelle manifestazioni da noi organizzate.



TESSERA F.I.S.I.

La sottoscrizione della tessera F.I.S.I. (quest'anno al prezzo di 35€) ti permetterà di avere vantaggiose sconti sui prezzi degli skipass nei poli sciistici regionali e nazionali nonché una copertura assicurativa in caso di infortuni e R.C.T. obbligatoria dal 1/1/2022 (per maggiori informazioni passa in sede oppure consulta il sito www.fisi.org).



I CORSI SCI... Zoncolan il sabato e... Tarvisio la domenica

Queste le news aggiornate sui corsi:

ancora pochissimi posti per le due località previste per i corsi sci di questa stagione con diversi turni già esauriti. Infatti nella località di Tarvisio abbiamo già attivato il 3° turno dalle 13:00 alle 15:00 solo per i baby.

Salvo esaurimento posti, le iscrizioni chiuderanno venerdì 13 gennaio.

Notizia importante sulla distribuzione skipass al nostro gazebo:

chi vorrà acquistare lo skipass sia per il corso che per la giornata libera dovrà, entro il giovedì antecedente l'uscita, prenotarlo tramite email lasciando il nominativo o chiamando i soliti contatti in sede dalle 19:00 alle 20:30.

Per tutte le richieste, oltre che al rispetto delle normative in essere, **è necessario essere soci dello sci club** in quanto con la sottoscrizione della nostra tessera avrete per la giornata di sci usufruita la copertura R.C.T. obbligatoria dal 1° gennaio 2022.

Nei prossimi giorni invieremo ai corsisti il promemoria sulla logistica ed organizzazione del corso.

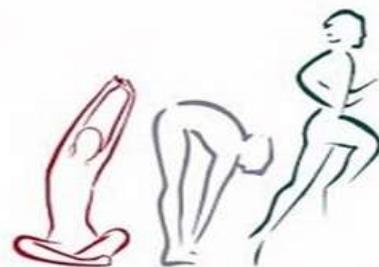


A PROPOSITO VI RICORDIAMO...

GINNASTICA DI MANTENIMENTO

Nella giornata di martedì 10 gennaio inizia il corso di ginnastica di mantenimento con l'ottimo e preparato istruttore/socio Matteo!

Se siete interessati potete iscrivervi esclusivamente in sede.



Lezioni tutti i martedì e i venerdì dalle 19:00 alle 20:00 1° turno e per il 2° turno 20:00 - 21:00.

Il corso avrà una durata di 30 lezioni, terminerà venerdì 28 aprile p.v.

Obbligo di certificato medico da presentare prima dell'inizio del corso. Non si accettano iscrizioni per i soci che hanno partecipato al primo turno e sono ancora sprovvisti di certificato medico

...E ANCHE CORSO DI POWER YOGA

QUANDO: i lunedì dal 10 gennaio al 27 marzo 12 lezioni di 1,5 ore a Savorgnano del Torre presso De Agostini Academy Sala Polifunzionale

OPPURE

i venerdì dal 13 gennaio al 31 marzo 12 lezioni da 1,5 ore presso la Palestra Body&Fitness di Via Costantini a Tricesimo

ISTRUTTORE GABRIELE

Info, iscrizioni e pagamenti in sede negli orari e giornate di apertura.

MATERIALI E GADGET

Vi ricordiamo che in sede sono in visione e a vostra disposizione sia le nuove sacche porta sci (2 paia) che le nuove bandane scaldacollo. Il tutto marchiato con logo AF. Abbiamo inoltre a disposizione dei soci (fino ad esaurimento) alcuni voucher per visite e/o esami da effettuarsi presso la struttura sanitaria Sanirad di Tricesimo a condizioni super agevolate.



CORSO PRIMO SOCCORSO

Vi portiamo a conoscenza che alcuni consiglieri dello sci club con qualche socio hanno partecipato con interesse e successo ad un corso di primo soccorso ed utilizzo del defibrillatore ottenendo, dopo un esame teorico e pratico, l'abilitazione.

Visto il successo e l'importanza della materia ci riproponiamo quanto prima di organizzare un nuovo incontro di formazione, visti anche i contenuti costi di partecipazione.

Vi comunichiamo inoltre che, dopo aver ricevuto da parte del Comune di Tricesimo un contributo straordinario, abbiamo acquistato come associazione un defibrillatore semiautomatico che potremo portare con noi in tutte le attività che svolgeremo fuori dalla nostra sede.

GITA CORVARA MARZO

POSTI ESAURITI

Se ci fosse ancora qualche socio interessato alla gita (con mezzi propri) lo comunichi in sede entro venerdì 13 gennaio p.v., cercheremo di sentire l'hotel per poter avere ancora qualche camera disponibile.



CORSO SCI CARNEVALE

Come avevamo già accennato nelle precedenti circolari, è una nuova idea che si sta concretizzando.

Lunedì 20, martedì 21 e mercoledì 22 febbraio 2023, in occasione del ponte scolastico di carnevale (scuole chiuse), vogliamo organizzare un corso sci intensivo di 10 ore per bambini (lunedì 4 ore, martedì 3 ore, mercoledì 3 ore) sia per principianti che per sciatori avanzati.

Questo corso non ha nessun collegamento con il classico corso sci organizzato nei sabati e nelle domeniche e non preclude la possibilità di poterli svolgere entrambi.

La località comunque sarà o Zoncolan o Tarvisio in base al numero di maestri che ci verranno messi a disposizione.

Siete interessati per i vostri bimbi???

Chiedete in sede o scriveteci una email lasciando un vostro recapito telefonico e sarete richiamati per ricevere tutte le informazioni (località, orari, prezzi, logistica, ecc.)

Già vi anticipiamo che non ci saranno molti posti a disposizione... quindi fate in fretta!!!!

