



# Giovedì 10 novembre 2022



## Passeggiata sul Carso e tradizionale Castagnata

È previsto il ritrovo presso il ristorante alle ore 10<sup>30</sup> per una sana passeggiata sul carso triestino. Alle 12<sup>45</sup>, ci si ritrova tutti alla

## Trattoria Gostilna «Sardoč» di Precenico, 1

per il convivio che avrà il seguente menu (con eventuali modifiche):

- Bis di primi (pasticcio al ragù e gnocchi con sugo d'arrosto)
- Secondo piatto (arrosto di carne - capel de prete)
- Patate "in tecia" e spinaci
- I famosi "kifeleti" de Siora Silva
- ¼ l. vino, ½ l. minerale (o bibita/birra picc) caffè
- **Torta Castagne e Ribolla Gialla** (Sweet Heart)
- **Tombola e Lotteria con ricchi premi**
- **Musica del XX secolo**

durante il quale il prof. **Andrea Di Lenarda** del Centro Cardiovascolare parlerà sul tema:

*Prendiamoci cura della persona, non della malattia*

## Contributo richiesto ai partecipanti:

*Sarà comunicato a Soci e Simpatizzanti in palestra o in sede appena disponibile*

**Prenotazioni in sede** (telefonando in orario di segreteria)



*Il convivio sarà allietato dalle canzoni cantate dai Soci Roby e Stellio*



Per chi non è automunito, c'è la possibilità di ottenere un passaggio con ritrovo in città o a Prosecco. Parlatene in palestra o in spogliatoio. I ritardatari possono farlo anche telefonicamente telefonando a Stellio al numero 3482283001 mercoledì 09/11 mattina, dalle 9<sup>45</sup> alle 10<sup>45</sup>.

È possibile arrivare anche con i mezzi pubblici

Servizio BUS	Da Piazza Oberdan	Da Cattinara
Per la passeggiata:	Ore 8 <sup>45</sup> Linea 44 scende ad Aurisina Centro alle 9 <sup>26</sup> Ore 9 <sup>30</sup> linea 43 scende a Precenico alle 9 <sup>46</sup>	
Per il pranzo:	Ore 10 <sup>50</sup> <u>Linea 44</u> scende ad Aurisina Municipio alle 11 <sup>34</sup> Ore 12 <sup>05</sup> <u>linea 43</u> scende a Precenico alle 12 <sup>29</sup>	Ore 11 <sup>00</sup> <u>Linea 39/</u> scende ad Aurisina Municipio Ore 12 <sup>13</sup> <u>linea 43</u> scende a Precenico alle 12 <sup>29</sup>
	Ore 11 <sup>30</sup> <u>Linea 44</u> scende ad Aurisina Centro alle 12 <sup>11</sup> Ore 12 <sup>13</sup> <u>linea 43</u> scende a Precenico alle 12 <sup>29</sup>	

Fatevi aiutare dai Consiglieri di Sweet Heart Dolce Cuore