

tutto CRAL



QUADRIMESTRALE DEL CIRCOLO RICREATIVO AZIENDALE LAVORATORI - AUTORITÀ PORTUALE DI TRIESTE
ANNO 33 N. 2 - MAGGIO-GIUGNO-LUGLIO-AGOSTO 2024 - Poste Italiane S.p.A. - Sped. in a.p. - 70% - D.C.B. TS



GRAZIE
PRESIDENTE

CIRCOLO RICREATIVO AZIENDALE LAVORATORI - AUTORITÀ PORTUALE DI TRIESTE

INFORMAZIONI

SEDE DEL CRAL-APT

Stazione Marittima
Molo Bersaglieri 3 - 34124 Trieste
Tel. Sede e Fax: 040 300363
www.cralportotrieste.com
cralportotrieste@gmail.com
Presidente: Lorenzo DEFERRI
Tel. 360 791814
Direttore sede: Mario ABASCIA

ORARIO DI SEGRETERIA

lunedì, mercoledì, venerdì 17:00 - 19:00
temporaneamente in
via K.L. von Bruck 5
presso la palestra sociale

ORARIO DI SEGRETERIA DEI GRUPPI AFFILIATI

Gruppo ATTIVITÀ NAUTICHE E BAGNO MARINO SOCIALE

viale Miramare 30 - 34136 Trieste
temporaneamente chiuso
Direttore: Maurizio ARENA
Tel. 331 2404422

Presso la PALESTRA SOCIALE

Torre del Lloyd - mag. 93
via K.L. von Bruck 5
Direttore: incarico vacante

Gruppo PESCA

Tel. 339 6603995
Martedì e giovedì 16:00 - 18:00
Presidente: Bruno VIZZACCARO

Gruppo PODISTICO

Tel. 333 4798063
Martedì e giovedì 16:00 - 18:00
Presidente: Giorgio GRASSI

Gruppo SCI-MONTAGNA

Tel. 040 309892
scimontagna@gmail.com
Lunedì, mercoledì e venerdì 17:00 - 19:00
Presidente: Lorenzo DEFERRI
Tel. 360 791814

Gruppo WINDSURF

Tel. 040 309892
gruppowindsurf.ts@gmail.com
Lunedì e mercoledì 17:00 - 19:00

SOMMARIO

- 3** Il Presidente informa
- 6** 75a Assemblea Annuale Ordinaria dei Soci
Anna Prevedel Lonzar
- 9** L'Assemblea per immagini
- 11** Sezione Sportiva
- 13** Gruppo Podistico
- 15** Gruppo Sci-Montagna
- 18** Gruppo Windsurf
- 19** Gruppo Pesca
- 25** Il Violino
Ambra Cossutta
- 28** Histri in Istria
Marzia Vidulli Torlo
- 31** Arzigogolo sul mese di aprile
Edoarda Grego



N. 2 - MAGGIO - GIUGNO - LUGLIO - AGOSTO 2024

Periodico Quadrimestrale di Informazione CRAL - APT
Circolo Ricreativo Aziendale Lavoratori
Autorità Portuale Trieste
34124 Trieste, Molo Bersaglieri 3 - Tel. 040 300363

Registrazione n. 833/92 del Tribunale di Trieste

Presidente

Lorenzo DEFERRI

Direttore Responsabile

Gilberto PARIS LIPPI

Redazione

Mariagrazia DUSSI
Anna PREVEDEL LONZAR
Paolo RUSGNAK

Supporto informatico

Paolo RUSGNAK

Grafica

Mariagrazia DUSSI
Franco HAN

Editor

Edoarda GREGO

Fotografie

Gruppo Attività Nautiche
Gruppo Pesca
Gruppo Podistico
Gruppo Sci-Montagna
Gruppo Windsurf
Rita Badalucco
Ambra Cossutta
Mariagrazia Dussi
Marzia Vidulli Torlo

Impaginazione

Franco HAN

Stampa

Art Group Graphics
via Malaspina 1
34137 Trieste

Copertina e IV di copertina *Internet*

IL PRESIDENTE

informa



Cari soci ed amici, nel numero precedente di *tuttoCRAL* avevamo dato la notizia che, a partire da quest'anno, il nostro Notiziario non sarebbe stato più trimestrale, ma quadrimestrale. Pertanto questo numero, il secondo dell'anno, si riferisce ai mesi di maggio, giugno, luglio e agosto.

Inizio con un saluto al dott. Zeno D'Agostino, prossimo a lasciare l'incarico di Presidente dell'Autorità Portuale. Sabato 2 marzo scorso, RAI e Televisioni locali hanno dato la notizia delle dimissioni che ha sortito l'effetto di una bomba. "Il Piccolo" titolava "Dimissioni a sorpresa, D'Agostino lascia il porto – il Presidente anticipa l'uscita per motivi personali. Il mandato scadeva il prossimo dicembre".

Dopo più di nove anni alla guida del porto, con risultati mai raggiunti prima da nessuno, la notizia delle sue dimissioni, oltre a sorprendere tutti, ha destato molta preoccupazione per il futuro del porto ed ha scatenato molte ipotesi sulla sua successione. Fin qui la cronaca.

Ora parlo da Presidente del CRAL, che ha avuto l'onore di conoscere da vicino il dott. D'Agostino. La prima cosa che mi ha colpito è stata quella di non aver messo barriere o filtri tra me e lui, di avermi ascoltato, di essere stato rassicurante. I lavori al Bagno Marino e la non risolta questione della sede erano i principali motivi dei miei contatti, che io, come una zanzara "benevola", se così si può dire, riproponevo sempre, senza punzecchiare, ma anche senza smettere di comparire.

Grazie Presidente se, prima di lasciarci, vorrà darci segni concreti di aiuto. Il Consiglio Direttivo, i soci ed io nel salutarla, la ringraziamo e le auguriamo un felice proseguimento.

Sabato 23 marzo, ha avuto luogo l'Assemblea Ordinaria Annuale dei soci, alla quale, come da tradizione, è stato invitato il Presidente o persona da lui delegata. Purtroppo, il presidente D'Agostino non ha potuto essere presente ed ha delegato la dottoressa Francesca Trampus – ci piace dirlo – unica dirigente dell'Autorità Portuale ad essere iscritta al CRAL.

Come sappiamo, l'Assemblea, oltre ad essere un espletamento derivante dallo Statuto sociale, è un'occasione di ritrovo tra i soci e un momento festoso pre-pasquale, grazie alla lotteria con un montepremi ricco di uova pasquali e di colombe e ai "pacchi dono" che, quest'anno, erano costituiti da una robusta borsa di carta colore verde – nel rispetto del green – contenente la tradizionale pinza e una confezione di vini.



I punti più importanti, la Relazione finanziaria ed i Bilanci sono stati approvati con qualche astensione e alcuni voti contrari. È stata approvata pure, ma con 5 voti contrari, la Mozione d'ordine con la quale si chiedeva di spostare le elezioni per il rinnovo delle cariche sociali, in scadenza il prossimo 16 novembre ad aprile 2025, per i motivi che di seguito andiamo a spiegare.

Da sempre le elezioni si svolgono in concomitanza con l'Assemblea Annuale Ordinaria dei Soci, che, per tradizione, si tiene il sabato, vigilia della domenica delle Palme. Causa il Covid-2019, siamo stati costretti a rinviare più volte la 72a Assemblea e le concomitanti

elezioni, che avevamo convocato, dapprima, sabato 4 aprile 2020, poi, martedì 24 novembre 2020 ed, infine, martedì 16 novembre 2021, data ormai sicura per quanto riguardava gli impedimenti da Covid. Tutto è documentato nei numeri 1, 2, 3/2020 e 1, 3/2021 di *tuttoCRAL*.

La Mozione d'ordine con cui si chiede lo spostamento di alcuni mesi delle elezioni è dovuta al fatto che si vuole riportare l'evento alla data tradizionale, come spiegato sopra.

Pertanto, approvata la Mozione d'ordine, gli organi collegiali del CRAL restano in carica fino alle prossime elezioni, che avranno luogo sabato 12 aprile 2025, in concomitanza con la 76a Assemblea Annuale Ordinaria dei soci.

È stato pure comunicato ai soci che l'ADRIAFER ha disdetto l'accordo, grazie al quale i soci della stessa erano diventati soci di diritto del CRAL. L'Assemblea ha preso atto di quanto comunicato, per cui, di fatto, con questo adempimento l'ADRIAFER è fuori dal nostro sodalizio.

Prima di chiudere l'argomento Assemblea, la cui cronaca è stata affidata alla penna di Anna Prevedel Lonzar ed è pubblicata alla pagina 6, ringrazio Paolo Rusgnak, che si è sobbarcato, aiutato dall'autista, il pesante lavoro di scarico dei cartoni dal camion, Maurizio Arena, Silvano Colombin, Giorgio Eva, Guido Milocco e Pino Sabadin per il prezioso contributo dato al fine di rendere possibile l'evento. È stato un lavoro faticoso, che ha richiesto molte ore per scaricare le merci, per disimballare i cartoni, per preparare la lotteria e la sala. La foto mostra questo aspetto meno conosciuto del lavoro "dietro le quinte".



Ringrazio la signora Rita Badalucco, una presenza ormai familiare durante le nostre assemblee, per il bel servizio fotografico.

Ancora un'informazione. Come ogni anno abbiamo devoluto in beneficenza un notevole numero di pinze a istituti che si occupano dei poveri: la Comunità di San Martino al Campo, la Mensa dei poveri dei Frati Minori Cappuccini di Montuzza e le parrocchie di San Pio X e di Muggia.

Avevo preannunciato che questo sarebbe stato il mio ultimo mandato da Presidente, che speravo di lasciare con il CRAL funzionante nella sua sede definitiva. Invece, questo obiettivo a me tanto caro, ne sono certo quanto a voi, non è stato raggiunto. Non mi fa piacere, dopo aver sostenuto tante battaglie, anche in prima persona, dopo aver ricevuto varie promesse, non mantenute, lasciare il CRAL senza aver portato a termine questo aspetto essenziale per la sua sopravvivenza, tanto più che alla questione della sede si è aggiunta quella del Bagno Marino, attualmente distrutto. Per tutte queste ragioni ho deciso di ricandidarmi alle prossime elezioni.

Il Bagno Marino. È una pagina che non vorrei aprire, perché mi addolora vederlo ridotto ad un cumulo di macerie e non solo. Sappiamo che la mareggiata di fine ottobre è stata devastante e si è portata via persino parte delle strutture portanti, ma quello che non prevedevamo era che, con l'arrivo del primo tepore, diventasse terra di nessuno, fosse frequentato di giorno e di notte da persone senza fissa dimora, fosse lordato e derubato. Un dispiacere enorme per noi che, anno dopo anno, vi abbiamo riversato tante energie, tante cure e anche tanti soldi per renderlo funzionale, bello, attrattivo, il nostro "fiore all'occhiello".

Certamente non siamo stati a guardare. Tutta la cittadinanza è stata informata attraverso "Il Piccolo" nelle date: 5 novembre 2023, 21 marzo e 13 e 17 aprile 2024. Le interviste e le riprese sul posto fatte da "Telequattro", l'ultima il 16 aprile, hanno dato testimonianza dello scempio in atto.

Il CRAL non ha la disponibilità finanziaria per poter provvedere agli eccezionali lavori di manutenzione straordinaria richiesti da questa penosa circostanza. Abbiamo più volte chiesto l'aiuto dell'Autorità Portuale, finalmente siamo stati convocati il 13 aprile,

ma l'incontro non si è concluso in maniera positiva a causa delle limitate risorse finanziarie disponibili.

Successivamente, abbiamo saputo dalla stampa locale che il presidente D'Agostino in una recente intervista ha comunicato che sono disponibili 300.000 Euro (sembra derivanti dall'assicurazione fatta dall'Autorità Portuale) per i lavori di ripristino della linea di costa di entrambi gli stabilimenti balneari, quello del Dopolavoro Ferroviario e il nostro. Bene per il ripristino della linea di costa, ma, per il ripristino della funzionalità del nostro stabilimento, i soldi chi ce li dà?

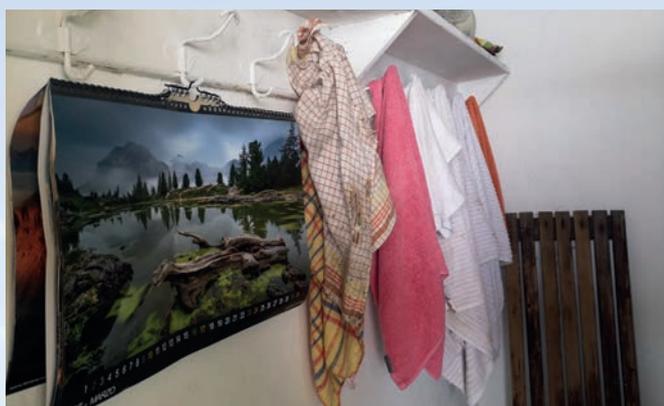
Cabine, docce, servizi igienici, infermeria, ristorazione, lettini, ombrelloni, arredi, campo giochi (riservato nei weekend ai dipendenti in attività di servizio) ecc., tutto è stato rovinato.

Con questo punto interrogativo chiudo la pagina. Cari soci, la questione non è però conclusa, la strada è tutta in salita, ma vi assicuro che da parte nostra sarà intrapresa ogni azione volta a risolverla.

Vi auguro di trascorrere bene i mesi estivi e vi saluto calorosamente.

Lorenzo Deferrì

Aspetti del Bagno Marino distrutto e vandalizzato



75a ASSEMBLEA ANNUALE DEI SOCI

Sabato 23 marzo 2024

Anche quest'anno, nell'attesa di una nuova sede, l'Assemblea si svolge in quella storica alla Stazione Marittima nella Sala Victoria.



Quest'anno per la prima volta, dove c'era il bar e la sede era nostra per tutto l'anno e non solo per un paio di giorni, Paola Corbato, Allen Cerut e Massimiliano Ingrao svolgono il compito di staccare e mettere nell'urna i tagliandi per la lotteria, verificare che tutto sia in regola con la quota sociale per poter ritirare il pacco e mettere in regola chi ha pagato ma non ha ricevuto l'invito o il bollino per il 2024. Un'altra novità: abbiamo firmato un foglio con i nostri nomi per confermare la nostra presenza.

La Sala Victoria, il cuore della nostra sede, è preparata meravigliosamente. Le uova pasquali dai vari colori illuminano la parete accanto al tavolo della presidenza, dove spicca il primo premio: il gigante da 6 kg.

Sul tavolo della presidenza, coperto da una tovaglia verde, fa bella mostra di sé un piccolo tapiro: è stato ricevuto o è destinato a qualcuno? O è stato smarrito? Alle 17 e 15 inizia l'Assemblea. Lorenzo Deferri in

qualità di presidente invita al tavolo la vice Paola Corbato, l'economista-cassiere Paolo Rusgnak e il revisore dei conti Fabio Vatore; a presiedere l'Assemblea viene invitata la dottoressa Francesca Trampus.

Deferri invita, come ogni anno, a commemorare con un minuto di silenzio i nostri colleghi defunti; questo è il momento più toccante, il silenzio in sala è palpabile. Alla fine Paolo Rusgnak legge le due relazioni finanziarie che vengono approvate con qualche astensione e alcuni voti contrari.

Conclusa la parte istituzionale Deferri prende la parola. "Ci sono tanti problemi: la nuova sede promessa e mai data, la mareggiata di novembre che ha distrutto il nostro bagno. In più i vandali hanno rotto cabine, evacuato nei bagni senza acqua, e fuori di essi, bivaccato, lasciando residui di cibo e bottiglie di alcolici di infimo valore, dormito nelle cabine sui nostri lettini prendisole. Ringrazio di cuore Maurizio Arena, direttore del Bagno, per l'aiuto morale e fisico che mi ha dato".

"Con il presidente D'Agostino ho un bel rapporto, ma in questo momento, sapendo che in giugno lascia il suo incarico, non posso e non voglio parlargli dei nostri problemi, dico solo che la tanto agognata sede promessa e mai realizzata, speravo di inaugurarla tagliando il nastro con lui".

"Ringrazio la dottoressa Trampus, sempre disponibile ad ogni nostra richiesta, faccio presente che è la sola super dirigente che paga la quota sociale". Le fa omaggio di un bel mazzo di fiori, la dottoressa, commossa, lo prende e contraccambia con bacio di gratitudine.

"Ho fatto pubblicare un articolo su "Il Piccolo" dicendo che il nostro bagno è il Silos balneare, per questo





sono stato rimproverato e invitato dal Professore Torbianelli a ritrattare le mie affermazioni, ma io sono sicuro di non avere né accusato né offeso nessuno. Purtroppo questa è una brutta realtà.”

Deferrì continua: “Avevo annunciato che questo sarebbe stato il mio ultimo

mandato, in scadenza il 16 novembre 2024 – qualcuno mi ha paragonato a Putin per il mio lungo periodo di presidenza – devo però chiedere un prolungamento dello stesso.” Presenta quindi all’Assemblea una Mozione d’ordine con la quale chiede di prolungare il mandato degli organi collegiali del CRAL di alcuni mesi (dal 16 novembre 2024 al 12 aprile 2025) in modo che la votazione per il rinnovo delle cariche sociali venga effettuata in concomitanza con la prossima Assemblea dei soci che dovrebbe svolgersi il 12 aprile 2025. L’Assemblea approva la proposta. Conclude: “il numero totale dei soci è 500: spero siano tutti presenti alla prossima votazione.”



Ha parlato dell’Adriafer, per ulteriori informazioni leggete “Il Presidente informa”.

“Ringrazio sentitamente Silvano Colombin, Guido Milocco, Maurizio Arena, Giorgio Eva, Giuseppe Sabadin che hanno preparato tutta la Sala Victoria e preparato i pacchi pasquali: senza di loro non so come avrei potuto fare.”

Un forte e caloroso applauso conclude l’Assemblea che termina alle 17 e 45.

Incomincia la lotteria, tre bambini Evelin, Asia e Federico a turno estraggono un tagliando, Paola Corbatta legge il nome del fortunato, la dottoressa Trampus con uno splendido sorriso consegna il premio. Vince l’uovo gigante Adriano Gombac.



Tutta l’Assemblea viene immortalata dalla fotografa Rita Badalucco.

Mi è dispiaciuto non avere accanto a me la collega Maria Grazia Dussi e la professoressa Edoarda Grego, assenti giustificate.

Concludo con il ringraziare mio figlio Paolo che mi ha portato all’Assemblea perché, dopo l’intervento cardiocirurgico che ho subito, la mia mobilità è ancora ridotta. Mi resta sempre una curiosità cosa faceva il tappeto sul tavolo della presidenza?...



Concludo con gli auguri a tutti di una buona estate - anche se non so come andrà con il nostro bagno - e grazie a Lorenzo per quello che si è dato e continua a darsi da fare.

Anna Prevedel Lonzar

75a ASSEMBLEA ANNUALE DEI SOCI







Proposta di costituzione di una Sezione Sportiva CRAL-AP



Come anticipato durante l'ultima Assemblea Generale dal Presidente, che ringraziamo per lo spazio qui concessoci, abbiamo pensato di scrivere alcune righe per presentare la proposta di costituzione di una nuova Sezione Sportiva del CRAL-AP.

A differenza dei Gruppi - i quali sono aperti anche ai "Soci aggregati" - alla Sezione possono aderire unicamente i soci del CRAL ossia dipendenti ed ex dipendenti, come previsto dall'art. 3 dello Statuto.

La Sezione ha lo scopo di favorire tra gli iscritti un sano ed utile impiego del tempo libero mediante lo sport, stimolando l'affiatamento e la solidarietà tra gli stessi.

In gestazione dal 2021, su iniziativa del socio Maurizio Viler, come ricordato dal Presidente nella rubrica "Il Presidente Informa" di *tuttoCRAL* n. 2/2023, la proposta era stata messa in *stand-by* a causa del COVID.

A novembre 2022, alcuni dipendenti si sono raggruppati in un Comitato Promotore per portare a compimento il lavoro svolto dal collega, raccogliendo l'interesse di più di 80 soci per rendere operativa e ufficiale la citata Sezione.

Dopo una serie di contatti con il Presidente del

CRAL è stato quindi calendarizzato uno specifico Direttivo, in modo da discutere

l'iniziativa, acquisire reciprocamente le necessarie informazioni e indicazioni per la costituzione della Sezione, in conformità alle norme Statutarie e nel rispetto della prassi consolidata.

Nel Consiglio Direttivo del CRAL del 29 giugno 2023, abbiamo illustrato le finalità della Sezione, che è stata accolta con gioia, ma, nel confronto con i Consiglieri, è emersa la necessità - trattandosi di una Sezione - di dare previa comunicazione dell'avvio di tale iniziativa a tutti i soci del CRAL. Pertanto risulta quale migliore soluzione la pubblicazione su *tuttoCRAL* dell'iniziativa, in modo che tutti possano chiedere specifiche informazioni ed eventualmente collaborare nella costituzione della stessa. A tale scopo, e al fine di coinvolgere il maggior numero di soci e favorire un veloce e dinamico confronto tra le parti, è stato attivato il seguente indirizzo *mail*, il quale potrà essere altresì impiegato per l'invio delle richieste di adesione all'iniziativa:

sezionesportivacrallportots@gmail.com

Nella *mail* sarà gradita l'indicazione del nome, cognome, azienda d'appartenenza o *status* di pensionato e l'indirizzo *e-mail* al quale inviare le comunicazioni e l'eventuale recapito telefonico.

In attesa di indire l'assemblea costituente della Sezione Sportiva, dove verrà eletto il Comitato di Sezione ed approvato l'apposito Regolamento, sono stati organizzati presso la nostra palestra sociale dei corsi di Yoga, con la maestra Raffaella, e di Calisthenics (vedi pagina successiva), esercizi ginnici

praticati con l'ausilio di pochissima o nessuna attrezzatura sotto la guida del maestro Elia.

Vi aspettiamo numerosi!

Il Comitato Promotore della Sezione Sportiva

Federico Dose

Stefano Semenic

Fabrizio Deluisa

Carloantonio Tarlao

Davide Belladonna

COS'E' IL CALISTHENICS?

Definizione

La callistenia è una serie di discipline sportive regolarizzate, affini alla ginnastica. La callistenia può essere intesa come sport o come disciplina di *fitness*. Tale sport prevede il raggiungimento di abilità atletiche a corpo libero con il supporto di strutture come sbarre, parallele e anelli della ginnastica ed eventualmente di pesi (chiamati perlopiù *zavorre*), usati come sovraccarico al proprio peso corporeo. Tipicamente la callistenia si divide in allenamenti e discipline volte al potenziamento della forza massimale della resistenza, delle abilità isometriche e dinamiche, o delle evoluzioni libere dinamiche alla sbarra. Come *fitness* la callistenia viene spesso associata all'allenamento funzionale, con la finalità del raggiungimento di prestazioni atletiche di vario genere (forza, flessibilità, equilibrio) o l'incremento della massa muscolare.

Storia e diffusione

L'aggettivo *calisthenic* è in uso nella lingua inglese dal 1837, mentre il sostantivo *calisthenics* è in uso dal 1842. I termini inglesi sono derivati dal francese *calisthenie*. La parola francese *calisthenie*, che corrisponde all'italiano *callistenia* è una latinizzazione costruita a partire dalle parole greche *καλός* (*kalós*) che significa 'bello', e *σθένος* (*sthénos*), che significa 'forza'. Il termine *callistenia* designava originariamente un tipo di ginnastica per le donne, il quale aveva lo scopo di sviluppare il fisico e promuovere movimenti aggraziati. Partendo dalle pratiche ginniche degli atleti dell'antica Grecia e da quelle dei soldati, ha ricevuto influenze

a partire dai primi decenni del 1800 da parte di personaggi quali il pedagogista tedesco Friedrich Ludwig Jahn (considerato il padre della ginnastica artistica agli attrezzi), il medico svedese Pehr Henrik Ling (considerato il padre della ginnastica svedese), l'educatrice statunitense Catharine Beecher e l'insegnante francese Georges Hébert (fondatore dell'hebertismo o metodo naturale).

Successivamente il bagaglio tecnico-scientifico di questa disciplina ha potuto arricchirsi delle conoscenze più recenti nell'ambito del *fitness*, in modo da aggiornarne la pratica e razionalizzarla. La diffusione, a partire dagli anni 2000, avviene in Italia soprattutto grazie a Internet, tramite la condivisione su *YouTube*, reti sociali e blog dedicati delle esperienze di allenamento.

Caratteristiche principali

Le caratteristiche distintive della callistenia sono la possibilità di essere praticata con l'ausilio di pochissima o nessuna attrezzatura e di essere adattabile progressivamente a qualsiasi livello atletico. Questo ha portato alla formazione di numerosi gruppi di sportivi amatoriali che si allenano all'aperto nelle spiagge o nei parchi cittadini, usufruendo di strutture pubbliche (allenamento di strada).

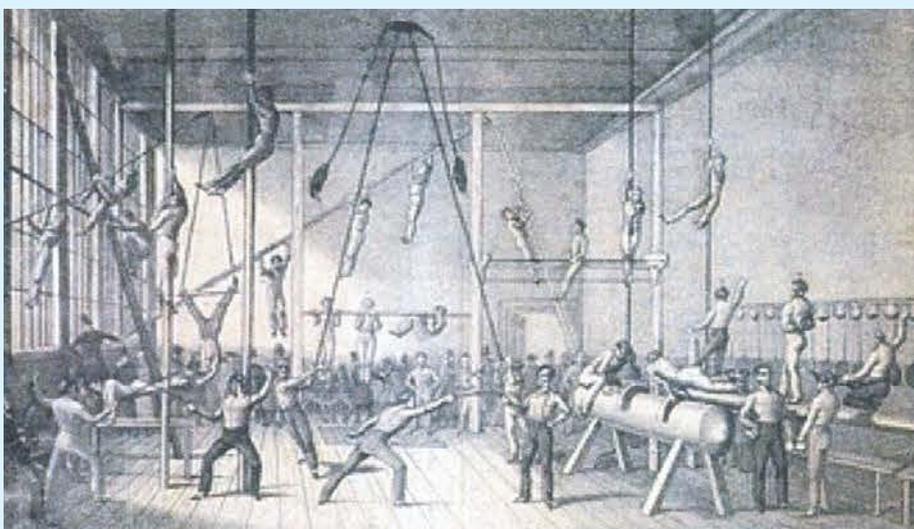
La callistenia può essere divisa in due rami:

- potenziamento della forza: esercizi basati sul potenziamento della forza e sul miglioramento del fisico. Esempi sono i piegamenti, le trazioni alla sbarra, i *muscle-up*, la verticale;

- allenamento dinamico: esercizi spesso basati su movimenti molto veloci, come i *360°*. Di solito gli esercizi dinamici sono delle varianti di quello del primo ramo come lo *swing 360* (una trazione preceduta da uno *swing* col fine di girare di *360°* quando si è in aria) o i "piegamenti pliometrici".

Di solito viene dapprima allenato il primo ramo al fine di aver la forza necessaria per eseguire i movimenti dinamici del secondo ramo.

Wikipedia



La palestra di Roper, Philadelphia, circa 1831

gruppo PODISTICO



Cari soci ed amici,

il Gruppo Podistico Porto di Trieste continua le sue attività con le marce non competitive e con i due Trofei di Gorizia e Trieste.

Infatti, dopo Gorizia, iniziato già da un mese, è ripartito il Trofeo Trieste con la prima gara “Il Giro di San Giacomo”, svoltasi a Prosecco presso il Centro Lanza. Seguiranno nelle prossime settimane di primavera altre quattro prove, principalmente in provincia di Trieste, con i nostri atleti pronti sulla linea di partenza.

Per le marce FIASP continuano le uscite nelle località in cui si svolgono i vari eventi in calendario con un buon apporto di soci.

I corsi di ginnastica che si svolgono in palestra in via Von Bruck 5 si avviano, con aprile e maggio, alla conclusione di stagione.

Domenica 28 gennaio, si è svolta la nostra corsa sociale “Campestre della Merla”, 26a edizione, con un cambio di località. Infatti quest'anno la gara si è tenuta presso la Foiba di Basovizza con un percorso, preparato da Roberto Purinani, completamente all'interno del Bosco Bazzoni, e sentieri limitrofi, di circa 6 Km. Il clima quasi primaverile ha consentito una buona riuscita dell'evento. Sono intervenuti al completo i nostri soci e un discreto numero di invitati del Gruppo Val Rosandra per circa una quarantina di persone.

Come al solito un banchetto di ristoro con bevande e dolci, preparati da Daniela Camerino, ha allietato i partecipanti alla fine della mattinata.

Sono risultati **“Prima Merla”** la socia **Daniela Travan** con il tempo di 43' 04” e **“Primo Merlo”** il socio **Giampiero Gherbassi** con il tempo di 30' premiati con una medaglia.

Allego le foto dell'evento e il calendario completo del Trofeo Trieste con tutte le gare in programma e le altre marce FIASP al momento disponibili.

Ricordo anche che la segreteria del Gruppo è aperta nei giorni di martedì e giovedì dalle 16:00 alle 18:00.

**Il Presidente
Giorgio Grassi**



Domenica 28 gennaio 2024. Il gruppo dei partecipanti alla “Campestre della Merla”



I vincitori della gara
 Giampiero Gherbassi a sinistra,
 e Daniela Travan a destra

Calendario Marce Fiasp e Corse Fidal

DATA	GARA	KM
7 apr 2024	Sportinsieme Cervignano Fiasp	6-12-21
7 apr 2024	Sagrado tra l'Isonzo e il Carso Fiasp	6-12-17
7 apr 2024	Giro di San Giacomo Trofeo Trieste	8
14 apr 2024	Camminata tra le vigne Pieris Fiasp	7-12
14 apr 2024	Memorial Suplina Basovizza Trofeo Trieste	8
21 apr 2024	Marcia dell'amicizia Gorizia	6-12
21 apr 2024	Mujalonga Muggia Trofeo Trieste	10
25 apr 2024	Marcia di Redipuglia sul Carso Fiasp	6-12-18
1 mag 2024	Monfalcone 5000 in pista Trofeo Gorizia	5
12 mag 2024	Trofeo Parovel San Dorligo Trofeo Trieste	8
2 giu 2024	Napoleonica Prosecco Trofeo Trieste	8
30 giu 2024	Crono della Rocca Monfalcone Trofeo Gorizia	1,350
19 lug 2024	Pavia di Udine Trofeo Gorizia	9
7 set 2024	3000 metri in pista Trieste Trofeo Trieste	3
15 set 2024	Duino Aurisina Trofeo Trieste	8
6 ott 2024	Su e zo pei clanz San Dorligo Trofeo Trieste	9
27 ott 2024	Trofeo Montedoro Muggia Trofeo Trieste	7
24 nov 2024	Carsolina Cross Prosecco Trofeo Trieste	5

gruppo SCI-MONTAGNA

IL SEGRETARIO *informa*

48a ASSEMBLEA ORDINARIA DEI SOCI DEL GRUPPO SCI-MONTAGNA

Il 7 marzo 2024 alle ore 17:30 si è riunita in seconda convocazione l'Assemblea dei Soci del Gruppo Sci-Montagna presso la Stazione Marittima, essendo la prima convocazione andata deserta.

Aperta la seduta, si procede alla nomina del socio Sergio Moratto a Presidente dell'Assemblea e del socio Riccardo Milani a Segretario per la redazione del verbale.

Il Presidente del Comitato Direttivo del Gruppo, Lorenzo Deferri, prende quindi la parola per relazionare sulle attività svolte nel decorso esercizio: la bella gita di 2 giorni a San Martino di Castrozza, presso l'Albergo Cimone; le consuete prenotazioni relative alle settimane verdi e bianche; il tesseramento per i corsi di ginnastica presciistica. Purtroppo, per il secondo anno consecutivo non si è potuto organizzare la tradizionale gara sociale di slalom gigante ad Auronzo, per problemi irrisolti con i maestri di sci locali. Vivo è stato il disappunto dell'Albergo Centrale della stessa località.

I corsi di ginnastica presciistica, uno dei fiori all'occhiello del Gruppo, si sono svolti con ottimi risultati. Viene proposto e accettato di rimborsare parte delle spese a due soci che, per gravi motivi, hanno potuto frequentare i corsi solamente per due volte.

Si passa quindi all'esame del Bilancio consuntivo 2022-2023. Dopo un accurato esame delle singole voci, lo stesso viene messo ai voti e approvato all'unanimità. Viene quindi data lettura delle singole voci che compongono il Bilancio preventivo 2023-2024 che, messo ai voti, viene approvato all'unanimità.

Circa l'attività più vicina, si ricorda che sono in corso dei contatti con i proprietari dell'Albergo Orchidea del Passo del Tonale relativi ad un soggiorno di 4 giorni e 3 notti da effettuare nei giorni 27-30 giugno per celebrare in quella occasione il 50° di fondazione del Gruppo. Il viaggio sarà effettuato con un pullman.

Sempre nel mese di giugno si dovrebbero tenere le elezioni per il rinnovo delle cariche sociali del Gruppo, ricordando che l'attuale Direttivo, già da tempo scaduto, è attualmente *in prorogatio*.



Alcuni componenti del Direttivo al lavoro nella sede di via K.von Bruck.
Da sinistra: Walter Pernarcic, Fulvio Ferro, Paolo Rusgnak, Lorenzo Deferri.

Per le varie, il socio Moratto propone di rivedere eventualmente gli orari dei corsi di ginnastica allo scopo di evitare il sovraffollamento che qualche volta, avviene durante il cambio dei turni.

Tale proposta verrà presa in considerazione alla ricerca di una opportuna soluzione per la prossima edizione dei corsi.

SOGGIORNI ESTIVI 2024 PRENOTAZIONI A CONDIZIONI PARTICOLARI PER I SOCI DEL GRUPPO-SCI-MONTAGNA

Le Dolomiti sono considerate le più famose e affascinanti montagne del mondo e custodiscono gelosamente una specie di paradiso, fatto di silenzi e paesaggi da favola. Almeno una volta all'anno tutti cerchiamo di allontanarci dai rumori assordanti della città a cui purtroppo siamo costretti nella nostra vita di cittadini. Desideriamo allora di poter godere di quel paradiso che le nostre montagne possono regalarci e del quale tutti abbiamo bisogno. Il Gruppo Sci-Montagna cerca di realizzare questi nostri sogni e desideri offrendo ai propri soci una vasta e selezionata scelta di alberghi e luoghi di villeggiatura per una indimenticabile "settimana verde". Proporre ai propri soci dei prezzi più che competitivi è sempre più difficile ma gli sforzi per ottenerli risultano ancora una volta premiati. Pertanto sono aperte le prenotazioni per le seguenti località:

**San Candido (appartamenti)
Prato alla Drava, Dobbiaco in Alto Adige**

**Rocca Pietore nel comprensorio
del Civetta e della Marmolada**

Passo del Tonale – Ponte di Legno



Il Consiglio Direttivo del CRAL ha deliberato di riconoscere a tutti i Soci di diritto e loro familiari a carico il contributo dello 0,50 che viene erogato una sola volta nel corso dell'anno e viene prelevato dal Fondo Speciale per le Attività del Tempo Libero. Per rendere più competitive e convenienti tali facilitazioni, per tutti i Soci in attività di servizio viene aggiunta la possibilità di rateizzare la spesa con comode rate mensili (massimo sei) da trattenere sulla busta paga, previo versamento all'atto della prenotazione di un modesto acconto a titolo di caparra.

GITA SOCIALE ESTIVA PASSO DEL TONALE – ALBERGO ORCHIDEA 27-28-29-30 GIUGNO 2024

Per darci la possibilità di trascorrere alcuni giorni quanto mai spensierati e belli, il proprietario dell'Albergo Orchidea e la sua famiglia saranno lieti di dare il meglio e forse più della loro pluriennale e collaudata tradizione nell'ospitarci nei giorni 27-28-29-30 giugno.

La quota di partecipazione comprende il trattamento alberghiero di pensione completa in stanze con servizi privati, telefono e TV a colori.

Visti i prezzi più che competitivi è certamente un'occasione da non perdere.

Per informazioni e prenotazioni la Segreteria del Gruppo è a disposizione tutti i lunedì, mercoledì e venerdì dalle ore 17:00 alle 19:30.

**Il Segretario
Riccardo Milani**



GITA PASSO TONALE 27, 28, 29 e 30 giugno 2024

Programma di massima:

Giovedì 27 giugno:

Partenza da Trieste alle ore 7,30 dal piazzale della Risiera di San Saba con pullman.

Arrivo in Hotel Orchidea nel pomeriggio consegna stanze ed eventuale visita ghiacciaio "Presena".

Ore 19,00: Cena



Venerdì 28 giugno:

ore 8,00: Colazione

ore 9,00: partenza per visita "Forte Strino"

ore 12,30: pranzo in Hotel

ore 15,30: partenza e visita a Ponte di Legno

ore 19,00: Cena e pernottamento



Sabato 29 giugno:

ore 8,00: Colazione

ore 9,00: o salita in seggiovia alla Malga Valbiolo con discesa a piedi lungo il percorso delle marmotte (circa 1,30) o pullman fino all'Ospizio San Bartolomeo con passeggiata (circa 30 minuti) Malga "La Casera"

ore 12,30: Grigliata in baita

ore 16,00/17,00: rientro in hotel e poi cena



Domenica 30 giugno:

ore 8,00: Colazione e partenza



Le prenotazioni, **solo per soci regolarmente iscritti al Gruppo Sci - Montagna**, si accettano presso la segreteria del gruppo il lunedì, mercoledì e venerdì a partire dal 15 aprile dalle ore 17,00 alle ore 19,00.

TUTTE LE SPESE DEL PULLMAN SONO OFFERTE DAL GRUPPO SCI MONTAGNA IN OCCASIONE DEL 50° ANNIVERSARIO DELLA SUA FONDAZIONE.

Il Comitato Direttivo

gruppo WINDSURF



ELEZIONI PER IL RINNOVO DELLE CARICHE SOCIALI 2024-2026 MARTEDÌ 16 APRILE 2024

Il 10 aprile scorso scadeva il termine per la presentazione delle liste per il rinnovo delle cariche sociali, in previsione delle elezioni previste per martedì 16 aprile 2024.

Il Comitato Elettorale costituito dai soci Sergio Moratto, presidente, Guido Milocco e Claudio Viutti, componenti, constatata la presentazione di una sola lista, nell'impossibilità quindi di fare nuove elezioni, ha preso atto che risultano eletti i soci firmatari della lista. Pertanto, il nuovo Comitato Direttivo è composto dai soci: Lorenzo Deferri, Renzo Dellorusso, Fulvio Ferro, Alessio Moratto, Giampaolo Petrini, Walter Plossi, Giovanni Rizman.

Il giorno 29 aprile 2024, alle ore 17:00, il neo eletto Comitato Direttivo si è riunito per provvedere alla distribuzione delle cariche sociali, che sono state così ripartite:

Presidente Renzo Dellorusso, Tesoriere Lorenzo Deferri, Segretario Fulvio Ferro.

Gianpaolo Petrini, che sarà coadiuvato da Walter Pernarcic, è stato nominato responsabile della sede operativa al terrapieno di Barcola.

Il consigliere Walter Plossi, che si trova all'estero, ha dato parere positivo attraverso il video-telefono.

Ai neo eletti giungano gli auguri di buon lavoro da parte di tutti i soci del Gruppo.



Da sinistra: Deferri, Moratto, Dellorusso, Petrini, Rizman, Ferro

Il Presidente Renzo Dellorusso

SCIVOLANDO SULL'ACQUA DEL NOSTRO GOLFO





SUCCESSO DEL CARNEVALE A ROVIGNO UNA BELLA FESTA DEL GRUPPO PESCA



La vincitrice con Giulio

Continuando nella sua intensa attività a favore dei soci, il Gruppo Pesca ha organizzato anche quest'anno il tradizionale carnevale sociale, presso il bellissimo hotel Eden di Rovigno, considerato come la propria casa, dal momento che l'appuntamento mascherato è iniziato oltre 40 anni fa, proprio in questa struttura alberghiera, che ha sempre soddisfatto le aspettative dei partecipanti. Negli anni successivi la manifestazione si è poi spostata per tante edizioni a Parenzo, nell'hotel Parentium, per poi ritornare nuovamente a Rovigno a causa della demolizione di quest'ultimo hotel, destinato a far posto ad un nuovo super 5 stelle, improponibile per la nostra attività sociale. Come sempre, alla festa carnevalesca, hanno partecipato anche gli amici del porto di Venezia, Chioggia, nonché le delegazioni di Monfalcone, San Canzian e Grado. Le maschere in

gara quest'anno, senza togliere nulla alle precedenti edizioni, son state veramente belle, originali, storiche e spiritose, e hanno contribuito a creare un profumo di festa, soprattutto con i gruppi organizzati e le loro esibizioni fantastiche. Non è stato certo facile per i cinque componenti la giuria popolare (tutte persone estranee al Gruppo Pesca) stilare una classifica di merito, per assegnare i ricchi premi posti in palio dall'organizzazione, quali prosciutti crudi, salami e soppresse casarecce destinati ai vincitori. Solo gli applausi di approvazione, al momento delle premiazioni, hanno confermato la giusta valutazione e le scelte, perché le maschere erano tutte veramente belle. Un doveroso "bravi" ai coordinatori delle serate: Giuliano Pugliese, Giulio Vizzaccaro, Claudia Ubaldini, Sabrina Michellini, che con l'entusiasmo e la serietà che li contraddistinguono, hanno saputo gestire, con grande successo, le serate, in cui con i saluti finali, hanno dato appuntamento a tutti, alla prossima iniziativa del Gruppo, che avrà luogo a Parenzo, in occasione delle festività pasquali, ospiti del "Laguna Materada", nel corso della quale si disputerà, il 30 marzo prossimo, la tanto attesa gara di pesca sportiva "Orada 2024" nelle fresche e pescose acque di Zelena Laguna.

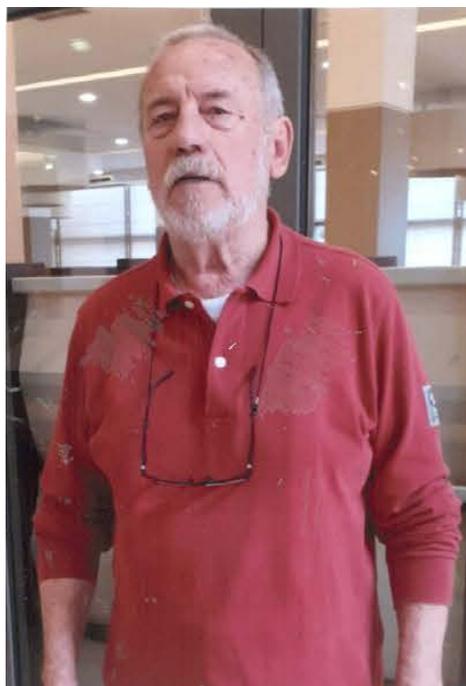
Bruno Vizzaccaro







“ORADA 2024” A PARENZO VINCE ROBERTO MACORINI



Il 30 marzo scorso, si è svolta nella laguna di San Nicolò la prima gara di pesca sportiva del 2024, denominata “ORADA” e inserita nel programma delle attività promosse dal Gruppo Pesca, che ha visto per l’occasione un gruppo di “coraggiosi” e appassionati pescasportivi provenienti anche dal porto di Venezia, Chioggia e Moliano Veneto sfidare il forte vento e il mare molto mosso, che ha condizionato non poco (senza togliere nulla ai vincitori) l’esito finale della competizione, risultata a fine gara piuttosto deludente. Forse sarà stato il periodo di pesca troppo basso... con l’acqua ancora fredda, sta di fatto che, ben sette concorrenti, in tre ore di gara, non sono riusciti a catturare nemmeno un pesciolino... e pensare che, tra questi delusi, c’erano anche autentici campioncini del nostro Gruppo, di indiscussa capacità e bravura, a riprova quindi che qualcosa non andava quel giorno.

Eppure le premesse della vigilia si presentavano tutte favorevoli per una sorridente mattinata sportiva in mezzo al mare, ma contro la natura, a volte arrabbiata, nulla si può... Non resta che evidenziare, con ammirazione, i protagonisti di questa edizione (giunta alla sua 40a edizione) che hanno confermato, con la propria presenza, il vero spirito sportivo, anche di fronte alle avversità metereologiche. Ha vinto comunque il

bravo Roberto Macorini di Trieste, a cui è andato come premio l’Amo d’Oro grande. Al secondo posto Adriano Da Forno, anche lui di Trieste, Amo d’Oro piccolo, mentre è salita sul podio del terzo classificato la simpatica veneziana Alberta Lombardi per ritirare l’Amo d’Argento.

Bruno Vizzaccaro



I CORAGGIOSI PROTAGONISTI

LE PREMIAZIONI DELLA GARA DI PESCA "ORADA"



ROBERTO
MACORINI
1° Classificato



ADRIANO
DA FORNO
2° Classificato



ALBERTA
LOMBARDI
3° Classificata

BENVENUTA DANIELA



A completare la segreteria del Gruppo Pesca è arrivata Daniela Pugliese, a destra nella foto assieme alla coordinatrice Claudia, al centro, e alla delegata Jadranka, a sinistra. Vogliamo augurarle buon lavoro con un sincero grazie.

FANTASTICO VIAGGIO ALLA SCOPERTA
DELLE BELLEZZE USI, COSTUMI E SAPORI DELLA BAVIERA

IL CASTELLO DI



LUDWIG INNSBRUCK MONACO

E LE SUE BIRRERIE...

SALISBURGO

NEL RITORNO

30-31 MAGGIO

1-2 GIUGNO 2024

CON VISITA AL MUSEO : IL MONDO DI CRISTALLI

VIAGGIO
SPECIALE
IN PULLMAN G.T.



SWAROVSKI

FESTA DELLA DONNA A ROGASKA SLATINA



Felici e sorridenti i nostri soci che, in occasione dell'8 marzo, hanno festeggiato nel salone dei cristalli del Rogaska Resort, la Festa della Donna. Immancabili le mimose, la musica dal vivo e la foto ricordo.

IL VIOLINO

Piccolo strumento dai molteplici suoni

Ambra Cossutta

Il violino è lo strumento musicale più piccolo della famiglia degli archi (in ordine di grandezza crescente: violino, viola, violoncello e contrabbasso). Il corpo dello strumento è formato da una cassa armonica in legno (il cedro per il fondo e l'abete per il piano). Nella cassa armonica è innestato il manico di acero che termina con un fregio a intaglio chiamato riccio. Sulla parte superiore del manico è incollata la tastiera di ebano al di sopra della quale scorrono quattro corde che vengono premute con le dita della mano sinistra. Il violinista tiene il violino appoggiato sulla spalla sinistra mentre la mano destra impugna l'arco. Per produrre il suono bisogna far scivolare l'arco sulle corde, facendole vibrare. Le vibrazioni sonore vengono trasmesse dal ponticello, una piccola lamina verticale mobile, alla cassa armonica dove vengono amplificate e riflesse, uscendo infine dalle due aperture chiamate le due "effe".

L'arco è costituito da una bacchetta in legno e da un fascio di crini di cavallo. L'invenzione e l'uso dell'arco vanno fondamentalmente attribuiti al bisogno di imitare la voce umana ovvero di eseguire una melodia sostenendo il suono. Le corde del violino possono essere anche pizzicate o con l'indice della mano destra oppure con le dita della mano sinistra. Ci sono brani dedicati interamente al pizzicato (ad es. Pizzicato Polka di Johann Strauss per l'orchestra d'archi) ma

anche brani virtuosistici dove il pizzicato con la mano sinistra viene alternato all'arco (ad es. il Capriccio 24, var. 9 per violino solo di Niccolò Paganini).

Ci sono varie ipotesi che riguardano le origini del violino. Un suo lontano antenato è la crotta (*crwth*), uno strumento musicale medievale dalle 3 alle 6 corde. Inizialmente a pizzico, quindi ad arco, è nata nel Galles intorno al VI secolo ed in seguito diffusa in tutta l'Europa settentrionale. Lo strumento è stato usato dai bardi per accompagnare i canti religiosi e civili. Da questo strumento nel X secolo si è sviluppata la viella (*vièle*) francese e successivamente la viola da braccio che nella sua evoluzione ha visto la formazione delle due C ovvero i due rientri ai lati dello strumento per facilitare l'uso dell'arco e per poter suonare una corda alla volta.

Il violino con le caratteristiche essenziali che conserva tutt'ora è nato a Cremona ad opera del liutaio Andrea Amati nella metà del XVI secolo. Nel corso degli anni troviamo nella città di Cremona tre importantissime famiglie di liutai: la famiglia Amati, la famiglia Guarneri e la famiglia Stradivari. Questi violini hanno oggi un grande valore economico. I violini più pregiati e meglio conservati sono il "Messia" (1716) ed il "Lady Blunt" (1721) ad opera di Antonio Stradivari, valutati intorno ai 11,6 milioni di euro.



La crotta



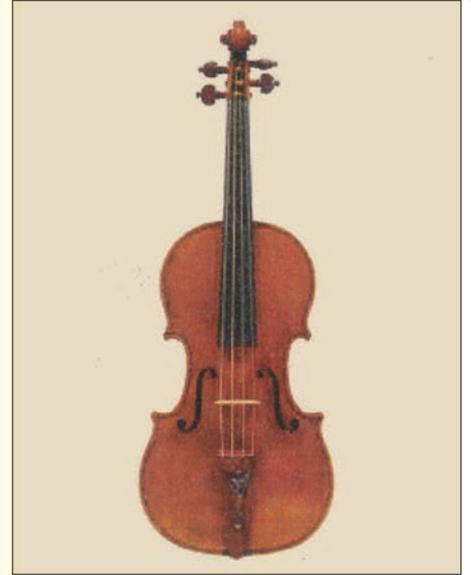
La viella



La viola da braccio



“La liuteria di Antonio Stradivari” di E.J. Conrad Hamman del 1960



Lo Stradivari “Lady Blunt”

Il violino del celebre violinista genovese Niccolò Paganini fu costruito nel 1743 dal liutaio Bartolomeo Giuseppe Guarneri detto "del Gesù". Niccolò Paganini gli diede il nome di “Cannone” in omaggio alla sua potenza sonora. Con questo strumento il violinista incantava il pubblico. Amava imitare i suoni naturali, la risata, il canto degli uccelli, i versi degli animali, i timbri degli strumenti come il flauto, la tromba e il corno. Nel febbraio del 1818 al teatro Carignano di Torino



Niccolò Paganini

il re Carlo Felice di Savoia, dopo aver assistito ad un suo concerto, fa in modo che gli arrivi la preghiera di ripetere il brano. Paganini durante i concerti amava improvvisare molto e l’energia che metteva nelle sue prestazioni era massima; nell’occasione il musicista fa arrivare al re la sua risposta “Paganini non ripete”. Per questa risposta viene conseguentemente revocato a Paganini il permesso di eseguire un terzo concerto in programma.

Ciò nonostante il violinista era un virtuoso incontrastato e compositore. Si ipotizza che Paganini fosse affetto dalla sindrome di Marfan che spiegherebbe l'aracnodattilia (dita estremamente lunghe e mobili) che gli permise di arrivare a livelli di esecuzione tecnica insuperati. Le serie di accordi di difficile impostazione, i trilli e i salti di registro sono dovuti anche al fatto che Paganini, per questioni economiche, voleva essere l'unico in grado di suonare la propria musica. Niccolò Paganini fu talentuoso, istrionico, anticonformista, amante degli eccessi ma anche fragile, insicuro, sofferente, ipocondriaco, fino ad arrivare a veri e propri stati di depressione (dal 1821 al 1824, per esempio, interruppe quasi totalmente ogni attività concertistica). Ancora oggi la sua figura è circondata da leggende legate al presunto patto col diavolo da lui siglato per diventare famoso ed ottenere un'abilità con il violino ineguagliabile. Questo mito è anche il soggetto del film “Il violinista del diavolo” del 2013 interpretato dal violinista David Garrett.

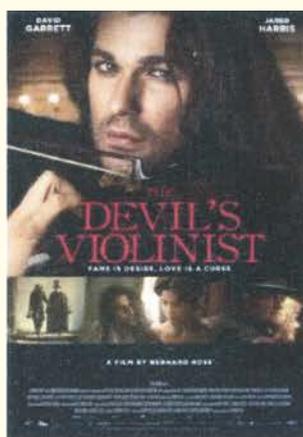
In sua memoria è stato istituito il più famoso concorso internazionale violinistico al mondo, il “Premio Paganini”.

ni” che ha luogo a Genova, città natale del violinista. Oltre al premio in denaro, come da tradizione, al vincitore è concesso l'onore di suonare il "Cannone".

Il repertorio violinistico è assai vasto. I concerti per violino e orchestra più famosi sono “Le quattro stagioni” di Antonio Vivaldi, il concerto per due violini in Re minore di Johann Sebastian Bach, il concerto n. 5 in La maggiore “Turkish” di Wolfgang Amadeus Mozart, il concerto in Re maggiore di Ludwig van Beethoven, il concerto n. 2 in Si minore “La campanella” di Niccolò Paganini, il concerto in Mi minore di Felix Mendelssohn, il concerto in Re maggiore di Johannes Brahms, il concerto in Re maggiore di Pëtr Il'ič Čajkovskij, il concerto in Re minore di Jean Sibelius, il concerto n. 1 in Re maggiore di Sergej Prokof'ev, il concerto in Re maggiore di Igor Stravinskij e il concerto di Alban Berg. Le pietre miliari del repertorio virtuosistico per vio-

lino solo sono le tre Sonate e le tre Partite di Johann Sebastian Bach (la “Ciaccona” è l'ultimo tempo della seconda partita) ed i 24 Capricci di Paganini.

Il violino è stato oggetto del romanzo “Canone inverso” dello scrittore italiano Paolo Maurensig del 1996. Dal romanzo è stato tratto un film omonimo del 2000 diretto da Ricky Tognazzi, con la colonna sonora di Ennio Morricone. Altri due film incentrati sulla figura del violinista sono “La musica del cuore” del 1999 con protagonista Meryl Streep ed “Il Concerto” del 2009, premiato con il David di Donatello ed il Nastro d'Argento come miglior film europeo. Il violino ha un ruolo importante anche in alcuni film d'animazione come ad esempio “I sospiri del mio cuore” dello studio Ghibli del 1995 e nel cortometraggio “One Man Band” della Pixar del 2005.



Mostra HISTRI in ISTRIA

Domenica 7 aprile 2024 era l'ultimo giorno utile per visitare la mostra al Museo Winckelmann, e l'ultima delle visite guidate, della serie programmata dal 15 dicembre 2023, data dell'inaugurazione. La mattinata è splendente, un invito a godere di tutte le belle cose che la natura ci sta offrendo. San Giusto brulica di turisti, il posto è prestigioso per apprendere la storia della città e per godere del suo magnifico panorama aperto sul mare. Oltre ai turisti, ci sono anche molti triestini, saliti al colle per visitare la mostra nel suo ultimo giorno di apertura.

Una bella passeggiata nei viali dell'Orto Lapidario, ricco di reperti storici ben inseriti nel verde brillante della vegetazione, una sosta davanti al cenotafio di Winckelmann, uno sguardo agli alberi secolari che si trovano lungo il percorso fino al “Giardino del Capitano”, ed in breve, eccoci arrivati alla palazzina gialla, sede del Museo d'Antichità “J.J. Winckelmann”, un tempo Civico Museo di Storia ed Arte.

La dottoressa Marzia Vidulli Torlo, conservatrice del museo – uno scrigno che racchiude molti tesori – ci guida e ci fa conoscere con un'esposizione ampia e piacevole, la storia di un popolo che ci interessa da vicino e di cui sapevamo poco o niente.

Abbiamo pensato di far conoscere anche ai nostri soci l'avvincente storia degli Histri ed abbiamo chiesto alla dottoressa Marzia Vidulli – con un po' di titubanza – uno scritto sull'argomento per *tuttoCRAL* (vedi pagine seguenti).

Alla dottoressa Marzia Vidulli un grazie di cuore per la gentilezza e per la disponibilità nell'esaudire la nostra richiesta.

HISTRI in ISTRIA

* **Marzia Vidulli Torlo**

A Trieste, il Museo d'Antichità "J.J. Winckelmann" ha ospitato tra il 15 dicembre 2023 e il 7 aprile 2024 una mostra di grande successo intitolata "Histri in Istria", realizzata grazie alla sinergia del Comune di Trieste con la Comunità Croata, all'interno della trilogia dedicata ai popoli protostorici della Croazia. L'esposizione, curata e realizzata dal Museo Archeologico dell'Istria di Pola, ha presentato, per la prima volta in Italia, il popolo degli Istri attraverso oltre 200 reperti conservati dal museo polesano. È stato così possibile rievocare storia e cultura di questo popolo, vissuto nella penisola che da lui prese il nome, lungo tutto il primo millennio a.C., l'età del ferro.

Il nome degli Istri era noto dalle antiche fonti letterarie greche e romane già dal V secolo a.C., come un popolo che occupava il territorio stretto tra i Veneti a ovest e i Liburni a est. Poi lo storico romano Tito Livio, narrando le guerre romane alla conquista dell'Istria, racconta come le tribù degli Istri, guidate dai loro principi e dallo stesso re, il *regulus* Epulone, furono costrette per l'ultima vana difesa ad arroccarsi nel centro fortificato di Nesazio, considerato la capitale degli Istri. Assediati capitolarono nel 177 a.C. scegliendo il suicidio piuttosto che cadere prigionieri dei Romani.

Tito Livio descrive Nesazio come prossima a Pola; dopo la conquista, in epoca imperiale fu città romana, fiorente fino alle incursioni dei popoli barbari, ma poi se ne perse ogni traccia tanto da non sapere più neppure dove fosse. Alla metà dell'Ottocento, lo storico triestino Pietro Kandler ritrovò in una mappa austriaca il toponimo di Visazze, probabile deformazione linguistica di Nesazio; i toponimi sono gli echi delle antiche denominazioni. Un sopralluogo sulla collinetta a circa 10 chilometri a nord est di Pola mostrò che il punto era adattissimo per aver ospitato un castelliere, in quanto facilmente difendibile da terra e naturalmente protetto alle spalle dallo strapiombo sul Quarnero, presso Porto Bado, ove è ancor oggi una sorgente d'acqua potabile.

La Società Istriana di Archeologia e Storia Patria, che allora aveva sede a Parenzo, ottenne un finanziamento da parte della Provincia dell'Istria e nell'estate del 1900 iniziarono gli scavi a cura di Alberto Puschi e Piero Sticotti, ambedue direttori in successione del Museo d'Antichità di Trieste: così vennero scoperti i resti



I direttori Puschi e Sticotti posano durante lo scavo di Nesazio

di mura, foro, templi, terme, abitazioni e cisterne, ma soprattutto, inattesa, una necropoli preromana, quindi appartenuta senza alcun dubbio agli Istri! Si trattava di 114 sepolture a cremazione accompagnate da ricco corredo ed è proprio una selezione di questi materiali, che al momento dello scavo costituiscono il patrimonio del museo di Pola, ad aver formato la mostra.

Le urne e i corredi rinvenuti attestano il grado di benessere e il prestigio degli abitanti e rivelano sepolture stratificate, succedutesi dal XII al II secolo a.C. Ed è proprio nel XII secolo che questo popolo, probabilmente provenendo dall'area danubiana carpatica, arrivò e si insediò nella penisola. Portò le proprie tradizioni, tra le quali il rito della cremazione dei morti, occupando un territorio prima abitato da altre genti, use a inumare i propri defunti, stanziati in castellieri che noi datiamo all'età del bronzo e che dovettero lasciare loro campo libero; non sappiamo però come ciò avvenne.

La mostra ha permesso di conoscere gli oggetti dei quali gli Istri si contornavano, ottenendone molte informazioni. Le urne in ceramica più comuni sono globulari, decorate da motivo ondulato, o panciute, ansate con largo collo sporgente, decorate da fasce a linee incise con motivi a meandri e rombi riempiti di argilla chiara: si tratta della cosiddetta ceramica dei castellieri, di fattura locale, prodotta dal IX secolo in poi. Accanto, deve essere segnalata la presenza di vasi importati provenienti dall'Etruria meridionale, che nel-

l'VIII secolo arrivavano in Istria attraverso il centro costiero adriatico di Verrucchio. Analoga provenienza hanno alcuni oggetti inaspettati: i ventagli in bronzo. Ne rimane un manico con piastrina semicircolare a reticolato e volute che serviva a sostenere la pagina del ventaglio, formata da una lamina semicircolare pieghettata, documentata da molti frammenti (in mostra e nella fotografia una ricostruzione moderna).



Ventaglio in bronzo ricostruito

Altra area di approvvigionamento per gli Istri dove procurarsi il prestigioso vasellame da banchetto era la Puglia settentrionale, l'antica Daunia, dalla quale provengono gli eleganti crateri e le olle dalle superfici chiare con motivi geometrici dipinti in nero e rosso. Non mancano inoltre brocche, *stamnos* (vasi per il vino) e bicchieri di produzione nord adriatica, decorati a motivi dipinti geometrici e vegetali o con teste femminili di profilo.

Tra gli oggetti più curiosi, molto diffusi, erano i pendenti in bronzo che hanno forma semicircolare con il



Corredo con ceramica tipo castellieri

lato dritto occupato da "denti" a pettine: si tratta di un oggetto dall'influsso piceno (dall'Italia centrale, dalle Marche) che genericamente viene associato a sepolture femminili e forse era usato nella tessitura, divenendo un porta fortuna. Accanto erano esposti ciondoli di bronzo a forma di cavallino, inseribili nel VI secolo, forse da area giapidica (Croazia interna) o picena.

Di particolare interesse nella necropoli di Nesazio è la presenza dei così detti sepolcri di famiglia: più grandi, hanno forma di cella delimitata da quattro muri a secco e copertura in lastra di pietra, al cui interno giacevano, ordinati in piani, vasi fittili accanto a situle (secchielli di forma troncoconica) di bronzo. Tutti erano usati quali cinerari, e contenevano copioso corredo di oggetti personali e d'abbigliamento, che esaltavano lo status dei defunti. Tali oggetti si datano all'VIII secolo a.C. con aggiunte del V secolo: fatto che permette di ritenere che le tombe venissero riaperte per ospitare i personaggi della famiglia anche a distanza di secoli.

Si segnala la brocca, o *oinochoe* trilobata, dipinta a figure nere che mostra una quadriga al galoppo con guerrieri, di produzione attica (da Atene) della fine VI-inizi V secolo, importata dalla Grecia o tramite la Puglia.

Ancora particolare è uno scettro (o bastone del comando) di bronzo con uccelli stilizzati uniti in cima da un cavallino: databile ancora all'VIII secolo, trova confronti con un esemplare da Bologna.

Mentre provengono dall'area veneta, da Este o dall'Isonzino, da Santa Lucia di Tolmino, i vasi e i calici in ceramica a fasce a stralucido (VII secolo). Analogamente provengono dall'area veneto-trentina, e furono quindi importate, le situle bronzee documentate da moltissimi frammenti di pareti figurate a sbalzo nello stile delle situle del VI-V secolo; in Istria solo il sito di Nesazio ne ha restituite. Raffigurano soggetti antropomorfi, come cortei di uomini, conducenti di carro, cavalieri e aratori; motivi zoomorfi, come un cinghiale, cavalli, stambecchi, cervi e uccelli; e decori floreali, palmet-



Corredo della tomba con ceramica dalla Daunia



Pendenti a pettine in bronzo

te, viticci e rami d'edera. Eccezionali sono poi i molti frammenti superstiti di una situla di bronzo figurata con scena di battaglia navale presso la costa. Si tratta dell'unico esemplare conosciuto di situla con questo soggetto che rievoca la passione degli Istri per il mare e, come testimonia lo scrittore romano Tito Livio, la loro propensione per la pirateria.

Accanto allo scavo di Nesazio, inequivocabilmente legato agli Istri, l'archeologia in Istria ha restituito numerosi altri abitati e necropoli tali da fornire il panorama di un territorio popolato da tribù degli Istri tra l'età del bronzo finale e la prima età del ferro (XII-IV secolo a.C.), caratterizzato da insediamenti anche di considerevole importanza, posti in posizioni strategiche, tanto a dominare la linea costiera e il mare, quanto al controllo delle dinamiche territoriali e commerciali dell'Istria interna. I ricchi ritrovamenti hanno dimostrato come, soprattutto Nesazio rientrò nel circuito adriatico, ricoprendo un ruolo centrale in una rete di contatti che permetteva l'acquisizione di beni di prestigio volti alla legittimazione del rango di alcuni personaggi o di alcune famiglie. Infatti il ritrovamento nelle sepolture di oggetti in bronzo e di ricco vasellame d'importazione

fin dall'VIII secolo a tutto il IV dimostra la circolazione di beni di prestigio e quindi l'esistenza a Nesazio di una forte aristocrazia, che fonda la propria ricchezza sulla navigazione e sulla redistribuzione dei beni di lusso, in rapporto con il mondo italico centro meridionale (Etruschi, Piceni e Dauni della Puglia) e poi con l'area dell'Italia nord-orientale (Veneti, ecc.). Oggetti di lusso che furono donati agli Istri, o furono frutto di rapina piratesca, come ci hanno testimoniato gli autori romani? Non è possibile concludere il discorso su Nesazio senza ricordare che è stato l'unico centro istriano ad avere restituito sculture in calcare locale:



Scettro in bronzo dell'VIII secolo a.C.

tanto stele e rilievi decorati da motivi geometrici e spiraliformi quanto frammenti di scultura monumentale a tutto tondo. Tra quest'ultimi devono essere ricordati: la nutrice partoriente, il cavaliere nudo, varie parti del corpo di giovanetti e una testa di cavallo. Tutti provengono dalla necropoli di Nesazio, dove furono trovati in giacitura secondaria (riutilizzati come semplice materiale da costruzione) e quindi non più nel punto dove erano stati posti originariamente, pertanto non si conosce purtroppo a quale monumento appartenessero.

Un ultimo pezzo della mostra era un'ara sacra rinvenuta vicino a Nesazio: è di epoca romana ma è dedicata a un dio di nome Melosoco, una delle tante divinità legate al mondo degli Istri che i Romani associarono al culto dei propri dei in Istria, accanto a quelle femminili di Eia (legata forse a Giunone), Iria identificabile con Venere, Trita, Boria e Histria terra. Documenti che ci mostrano come gli Istri sconfitti non furono tutti sterminati, ma sopravvissero vivaci mantenendo le loro tradizioni e cultura.

* Marzia Vidulli Torlo
Conservatore del Civico Museo d'Antichità
"J.J. Winckelmann" di Trieste



ARZIGOGOLO SUL MESE DI APRILE

Edoarda Grego

Aprile è il mese più chiacchierato, raccontato, descritto e suonato: in prosa, poesia, musica lirica ... Geoffrey Chaucer, nei suoi famosi *Racconti di Canterbury* (1387-8), lo esalta come il mese più lieto, perché la natura si risveglia alle tiepide pioggerelle primaverili e spinge gli uomini a uscire dalle tane invernali per lanciarsi in pellegrinaggi spirituali, sì, ma anche gustosi e spiritosi. Tutto vero. Al tempo in cui insegnavo, era invece per me il mese più laborioso, denso di interrogazioni, verifiche, compiti in classe da correggere. Impensabile allontanarsi e distrarsi con un viaggio. Come pensionata, avrei potuto tuffarmi liberamente, in questo mese dal tempo favorevole, nei viaggi più interessanti e avventurosi, se, con l'età, non fossero sopravvenuti acciacchi e problemi di tutti i tipi. Ne *La Cenerentola* (Rossini 1817) il servo Dandini – vestito da principe – si lancia in una cavatina molto piccante a proposito del mese in questione “Come l’ape nei giorni d’aprile”, aggiungendo così giocosità al già giocoso melodramma. Si adattano meglio al mio aprile le parole del *Giovane Werther*, che, nei suoi *Dolori* (Massenet, 1892) canta: “No, non mi ridestar, o soffio dell’aprile ... ahimè già spunta il dì della tristezza e del dolor”. Volendo sfuggire a questo pensiero molesto, non mi resta che applicarmi ad un’attività domestica, altrettanto molesta, ma ineludibile – i cappotti stanno quasi bloccando il passaggio in corridoio - il cambio di stagione nella cabina-armadio, che trovo di una scomodità indicibile. Un tempo lontano avevo una stanzetta riservata a questa operazione e le cose, seppur faticose, filavano con una certa scioltezza. Adesso che scale e scalette mi sono vietate, spostamenti di cassetti e cassoni pesanti, idem, tutto procede con una lentezza tale che mi ritrovo in autunno ancora con delle magliette di lana da mettere in naftalina, quando sarebbe il momento di ritirarle fuori per riporre i vestiti estivi. Da tutto l’insieme risulta chiaro perché aprile mi stia antipatico, come del resto lo era per T.S. Eliot che, ne *La terra desolata* (1922) scrive: “Aprile è il mese più crudele”, perché alimenta un’insensata voglia di vivere - e io allora penso alla disperata Europa alla fine della prima guerra mondiale - Per consolarmi riascolto le parole di Mimi: “Ma quando vien lo sgelo, il primo sole è mio, il primo bacio dell’aprile è mio!” (Puccini, *Bohème*, 1896); rivedo allora i tetti di Parigi e perfino “una rosa che germoglia in un vaso”.



MISTICANZA

Beethoven. Era la sera del 7 maggio 1824 quando al Kaerntnertheater di Vienna Beethoven, benché afflitto da sordità totale, diresse personalmente la prima esecuzione della IX Sinfonia in re minore op. 125 per soli, coro e orchestra, anche

nota come *Sinfonia Corale*, con il supporto del direttore del teatro.

Il numeroso pubblico in sala accolse la Sinfonia con grandissimo entusiasmo e acclamò il compositore con cinque *standing ovation*, tributandogli oltre agli applausi, che non poteva sentire, un gioioso e accorato sventolio di fazzoletti bianchi.

(Internet)



Il nuovo porto by Zeno



Il porto di domani

3 fasi di sviluppo:
200 ettari di nuove
aree portuali (+93%)

Totale investimenti
€ 1.000.000.000

✓
Nuovo piano
regolatore approvato

Prima fase

Seconda fase

Terza fase

