



UFFICIO STATO GIURIDICO E
TRATTAMENTO ECONOMICO DEL PERSONALE



Attività Culturali e Ricreative

XXXI° MEETING NAZIONALE 2016

TORNEO DI TENNIS, CALCIO E BURRACO



ISTRIA - CROAZIA
RABAC - Hotel Narcis ****
25 GIUGNO - 2 LUGLIO 2016
iscrizioni fino al 31/03/2016



COSTO soggiorno DIPENDENTE ATLETA/ FAMILIARE ATLETA € 360,00

COSTO soggiorno DIPENDENTI E FAMILIARI AREA ROMANA € 390,00

COSTO soggiorno AGGREGATI € 490,00



circolare sul sito

www.uarc.rm.cnr.it

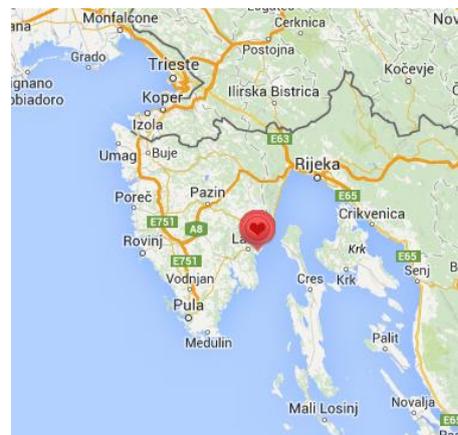
P.le Aldo Moro,7-00185 Roma 064993/3296-2909 Fax 3018



L'Ufficio Attività Culturali e Ricreative del CNR, in collaborazione con le Sezioni e i Cral locali, organizza, dal **25 giugno al 2 luglio 2016 a Rabac (Istria)** presso l'Hotel Narcis, il **XXXI° Meeting Nazionale di Tennis, Calcio e Burraco**.

...Istria...Croazia

L'Istria è una penisola situata nel nord del mare Adriatico soprannominata a ragione "Terra magica". La costa articolata e il mare cristallino, le colline nell'interno che nascondono cittadine incantate, la gastronomia divina e i campi pieni di alberi d'ulivo antichi e viti, rappresentano solo una parte di quello che troverete in Istria. Quello che rende l'Istria altrettanto particolare è la vicinanza. L'Istria è la destinazione più vicina ai cittadini dell'Europa centrale e non stupisce che i turisti oggi frequentino i luoghi che nel passato furono frequentati da conquistatori, teste coronate e grandi uomini della civiltà occidentale.



CLIMA

*In Istria (Croazia) prevale il **clima mediterraneo mite**, caratterizzato da estati lunghe e calde ed inverni miti. In media ha 2.388 di ore solari all'anno, mentre durante l'estate ci sono all'incirca 10 ore di sole al giorno. I venti caratteristici sono la bora, che soffia da nord verso sud e porta il bel tempo, mentre lo scirocco è un vento caldo che porta la pioggia. Il maestrale invece soffia dalla costa verso il mare ed è molto rinfrescante durante l'estate. La temperatura media dell'aria durante il periodo più freddo dell'anno è di 6°C, mentre durante quello più caldo è di 30°C.*

GASTRONOMIA

Il cibo e le bevande sono la corona delle buone vacanze. Rabac deve il suo nome e la sua fama oltre che alla bellezza del suo mare, anche alla competenza e all'abilità del personale alberghiero, agli ottimi cuochi e ai piaceri gastronomici basati sui cibi della regione.

Il pesce gustoso, aragoste, scampi e frutti di mare sono tipici da queste parti, come la cucina casalinga, dove predominano la pasta fatta in casa arricchita con vari ragù di carne, "fuži" o gnocchi alla selvaggina, "krafi" al ragù oppure come dessert, "pasutice" con il baccalà, piatti che rappresentano solo una parte della varietà di cibi, delle ricette tramandate di madre in figlia.

L'indispensabile minestra di fagioli misti con un po' di mais e d'orzo, salsicce caserecce o carré di maiale, ai quali si aggiungono dei crauti salati, è un pasto frequente nelle cantine, davanti al caminetto, mentre si gioca a carte durante le fredde serate invernali senza dimenticare i prosciutti, formaggi, pane casereccio e il buon vino.



LA REGIONE

Sulla costa orientale, lì dove i verdi colli incontrano il mare e dove si fondono la natura ed il patrimonio storico, lì è il paradiso degli artisti, lì si **trovano Albona (Labin in croato) e Rabac.**

Situata ad una quarantina di chilometri da Pola e circa sessanta chilometri da Fiume, **Albona**, centro storico e amministrativo dell'Istria occidentale, fu abitata già nel secondo millennio avanti Cristo. La vecchia città medievale di Albona abbonda di numerosi studi artistici dove sentirete la singolare sensazione del vivere nell'arte. Qui gli artefatti non si guardano soltanto, ma si sentono, si vivono...Mentre passeggiate tra resti di storia mediterranea ed europea, il vostro sguardo sarà attirato dalla **loggia civica**, da numerosi **palazzi e fortificazioni medievali**, con la **fortezza rinascimentale ed il campanile risalente al XVII secolo**, il punto più alto della città dal quale si apre una splendida **veduta su Rabac e sul Golfo del Quarnaro.**



Dallo stupendo belvedere albonese si apre la vista su Rabac, nel passato piccolo insediamento di pescatori, oggi meravigliosa destinazione turistica il cui paesaggio si è meritato il nome di "**perla del Quarnaro**". Si tratta appunto di una perla che si apre in tutta la sua bellezza scoprendo una fila di stupende spiagge dotate di tutti le comodità che rendono il soggiorno al mare ancora più gradevole. I numerosi ristoranti sul lungomare e nel centro offrono svariate specialità enogastronomiche, tra le quali bisogna sottolineare i noti **scampi quarnerini**, il più pregiato frutto del mare Adriatico. **Rabac vi offre** piscine, scivoli, tennis, tennis da tavolo, mini golf, beach volley, immersioni subacquee, sport acquatici, giochi per bambini.

Se, invece, desiderate allontanarvi un pò dalla costa e trovare la pace e la quiete nel fascino intatto della natura, sono a disposizione una passeggiata, un sentiero alpinistico e vari percorsi per mountain-bike. Potrete scegliere anche tra la vasta gamma di gite marittime, come il safari tra i delfini, la gita all'**isola di Cherso.**

Se siete appassionati di mare, non perdetevi la regata che si svolge nello specchio di mare di fronte a Rabac o la gara di barche a remi accompagnata dal suono di melodie mediterranee. Per gli amanti



della vita notturna, la notti a Rabac saranno troppo brevi. Sono a vostra disposizione discoteche, beach bar e numerosi eventi musicali.

Se poi vorrete avventurarvi un pò più nell'entroterra di queste incantevoli cittadine, meritano sicuramente una visita il **parco** di sculture di Dubrova e i borghi di **Fianona** e **Pedena**.

La Località : Rabac



Quando i primi viaggiatori e scrittori di viaggi arrivarono a Rabac nella metà del 19° secolo, questo si presentava come un piccolo villaggio di pescatori vicino a Labin, e ciò che gli aveva attirato fu il clima mite, la natura incontaminata, la lunga spiaggia di ghiaia e la vista sulle isole del Quarnero.

Da allora Rabac ha proseguito un cammino tramite il quale lentamente, ma in modo sicuro, è diventato un centro turistico moderno con addirittura una quindicina di hotel e complessi di appartamenti. Le sue caratteristiche sono rimaste invariate: la lunga spiaggia di ghiaia davanti alla collina con il bosco, tutto in uno spazio che è abbastanza piccolo da poterlo attraversare a piedi, ma abbastanza grande da poter offrire agli ospiti varie e interessanti attività e luoghi per divertirsi.

Uno dei vantaggi di Rabac è quindi la vicinanza di **Labin (Albona)**, città conosciuta per la sua storia mineraria ma anche per l'arte e la cultura.

Scorcio Labin



Nel periodo del festival Labin Art Repubblica (Luglio ed Agosto) tutta la città abbonda di performance, concerti, mostre, rappresentazioni e manifestazioni artistiche stradali.

MASLINICA RESORT



È importante sottolineare che Maslinica, bandiera Blu per la pulizia del mare e della costa, è l'unica spiaggia nei dintorni che è proprietaria orgogliosa di attrezzature per la discesa in mare, adatte per i disabili. Gli ospiti hanno a disposizione una quantità rilevante di attrezzature e servizi, come ad esempio cabine spogliatoi, docce, sdraie e ombrelloni a noleggio.

Tutto ciò ad un paio di passi da bar, ristoranti, fast food e negozi.

Ad ogni modo, Maslinica offre molto di più del sole, delle piscine e del mare. Le attività acquatiche per gli adulti e i bambini sono molte, dall'interessante acqua fun, parco acquatico galleggiante con attività varie, come il trampolino, le scale, gli ostacoli vari e il piccolo scivolo, fino al grande scivolo sulla spiaggia, molto amato dagli ospiti giovani ma anche da quelli anziani.

È possibile noleggiare un natante e anche organizzare la discesa in mare e l'ancoraggio del natante (in collaborazione con la Capitaneria di porto), nonché affittare i pedalò.

L'Hotel Narcis 4*

L'HOTEL NARCIS si trova all'interno della scenica "Baia degli Ulivi" nei pressi di una bella e ampia spiaggia ghiaiosa, posizionato a soli **200 metri dal mare**. Gode di una pittoresca posizione all'interno di una baia verde, dove per





secoli gli ulivi sono stati coltivati. La presenza di alberi di olive dona a quest'angolo di Rabac un ambiente tranquillo e riposante, che sicuramente contribuirà al godimento della vacanza. Se siete alla ricerca di una vacanza rilassante circondati da una interessante combinazione tra una natura incontaminata e un ricco patrimonio storico, Rabac non vi deluderà.

E' il gioiello del resort Maslinica e sorge a 800 m. dal centro di Rabac e la fermata dei servizi pubblici dista 500 metri dalla struttura.

L'albergo, arredato con stile dispone di 235 stanze, è stato interamente rinnovato nell'anno 2012, tenendo particolarmente conto delle esigenze e dei desideri degli ospiti.



Vista dall'hotel

Sport e tempo libero:

Vicino all'hotel si possono praticare vari sport: tennis, scuola di tennis, ping-pong e un mini-golf. Sono inoltre disponibili piste per ciclismo e jogging.

Sport in spiaggia: beach volley, windsurf, il parco acquatico: noleggio imbarcazioni, canoe, pedalò, banana rides, tubi, parasailing. Per alcune di queste attività è previsto un costo aggiuntivo.

Spiaggia:

La spiaggia di ghiaia si trova a circa 200 m. dall'hotel e offre garanzia di alta qualità, protezione dell'ambiente (bandiera blu). Dispone inoltre di bagnini, ristoranti, bar e altri servizi:

- Ombrelloni e sedie a sdraio con un supplemento
- Docce e cabine sulla spiaggia





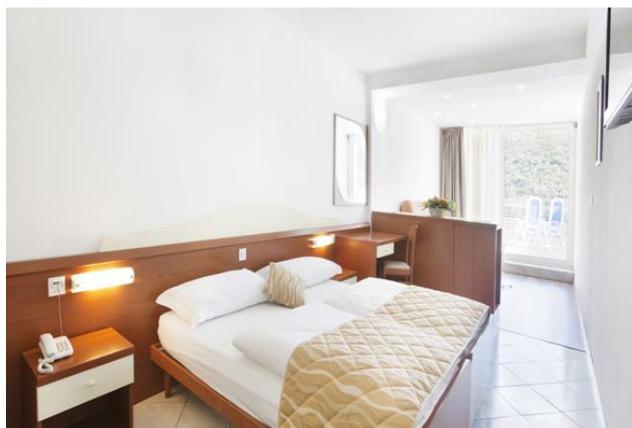
L'albergo Narcis è anche un luogo nel quale gli ospiti più piccoli potranno divertirsi maggiormente. A loro spetta solo il compito di scegliere dall'offerta proposta; dai giochi nelle piscine per i bambini fino al programma di animazione serale o altre attività, il tutto a meno di cinque minuti dalla spiaggia.



Oltre all'impeccabile arredamento, a soli cinque minuti di cammino dal mare e dalla spiaggia, l'albergo Narcis offre ai propri ospiti ulteriori comfort, tra cui le ampie piscine esterne ed interne, camere confortevoli, cibo e servizi di qualità, animazione per bambini, animazione per adulti (musica serale), possibilità di accedere a Internet Wi-Fi e tutto quello che Vi assicurerà una vacanza indimenticabile. La struttura ospita un salone di bellezza, una palestra, **un'agenzia di cambio (senza alcuna commissione di servizio)**, un ristorante e bar, dove ogni mattina potrete gustare una colazione a buffet.

LE CAMERE SUPERIOR

Da queste belle camere superior dell'albergo Narcis, **avrete la vista sulla spiaggia e il mare** come se fosse sul palmo della mano. Immaginate il mattino sul balcone con l'odore del mare e dei pini,



con il cinguettio degli uccelli e un verde bellissimo; tutto ciò accompagnato da tutti i comfort alberghieri a disposizione:

- ❖ letti singoli o matrimoniali - bagno con doccia o vasca - aria condizionata - Tv satellitare - Telefono con linea diretta - accesso a internet wifi (incluso nella quota) – frigorifero – asciugacapelli - cassetta di sicurezza (inclusa nella quota) - letto bambino su richiesta (a pagamento).



... il programma...

Programma con volo da/per ROMA

Primo giorno: ROMA- RABAC

Partenza in aereo con volo da Roma.
Arrivo all'aeroporto di Pula e transfer a RABAC all'hotel "NARCIS".
All'arrivo, sistemazione dei clienti nelle camere riservate. Cena e pernottamento.

Dal 2° al 7° giorno: RABAC

Presentazione del programma settimanale di attività del villaggio.
Giornate libere da dedicare ai tornei, al relax, al mare, al divertimento. Trattamento di pensione completa in hotel con attività sportive, di animazione e serate in compagnia. Possibilità di effettuare escursioni facoltative.

8° giorno: RABAC – ROMA

Transfer all'aeroporto in tempo utile per il volo di rientro in Italia. Assistenza per le operazioni di imbarco. Arrivo in Italia. Fine dei nostri servizi.

... le quote!!!

QUOTA INDIVIDUALE DI PARTECIPAZIONE

*Da Roma in Aereo tasse a.p.t. incluse
€ 650,00 per persona in camera doppia*

Bambini: fino a 6 anni: €160,00 volo (soggiorno gratis)
(+ lettino bebè € 5,00/giorno se richiesto)

Bambini da 7 a 12 anni non compiuti in camera con due adulti (3°- 4° letto): € 405,00

Ragazzi da 12 compiuti a 18 anni non compiuti in camera con due adulti: € 550,00

Adulti : 3° letto € 550,00

Supplemento singola: € 115,00



Programma con mezzi propri

Primo giorno: ROMA- RABAC

Arrivo a Rabac : all'hotel "NARCIS" (check - in non prima delle ore **15:00**)
Sistemazione dei clienti nelle camere riservate. Cena e pernottamento.

Dal 2° al 7 ° giorno: RABAC

Presentazione del programma settimanale di attività del villaggio.
Giornate libere da dedicare ai tornei, al relax, al mare, al divertimento. Trattamento di pensione completa in hotel con attività sportive, di animazione e serate in compagnia. Possibilità di effettuare escursioni facoltative.

8° giorno: RABAC – città di destinazione

Prima colazione. Rilascio delle **stanze entro le ore 10.00**. Fine dei nostri servizi.

le quote!!!

QUOTA INDIVIDUALE DI PARTECIPAZIONE

Solo soggiorno

€ 490,00 per persona (in camera doppia)

Bambini fino a 6 anni non compiuti: gratis
(+lettino bebè € 5,00 al giorno se richiesto)

Bambini da 7 anni a 12 anni n.c. in 3° e 4° letto- camera con i genitori: € 245,00

Ragazzi da 12 anni a 18 anni n.c. in 3° e 4° letto- camera con i genitori: € 390,00

Adulti 3° letto : € 390,00

Supplemento singola: € 115,00

SETTIMANA SUPPLEMENTARE su richiesta

Per coloro che volessero raggiungere Rabac via aerea o ferroviaria, su richiesta sarà predisposto il servizio di viaggio e/o di trasferimento a/r dalla stazione ferroviaria e/o dall'aeroporto di Trieste all'hotel (con supplemento da quotarsi a parte).



La quota individuale comprende:

- + quota d'iscrizione e gestione pratica
- + passaggio aereo con **voli speciali Vueling** in classe economica da/per Roma, con pasti a bordo se e come previsti dalla compagnia aerea
- + franchigia bagaglio personale in stiva di kg 23 a persona (eccedenza € 12,00 al Kg) oltre a 10 Kg di bagaglio a mano dimensioni 55x40x20
- + transfer all'estero apt/hotel/apt
- + sistemazione in camere doppie
- + trattamento di pensione completa a buffet bevande ai pasti incluse (acqua minerale a volontà e 1/4 di bottiglia di vino o 1 birra o 1 bibita)
- + attività di animazione e di intrattenimento diurno e serale
- + attività collettive di animazione/sport
- + uso dei campi da tennis riservati al cnr e delle altre attrezzature sportive
- + uso delle piscine interne ed esterne del complesso
- + sdraio a bordo piscina
- + mini club per bambini dai 6 ai 12 anni
- + mini disco
- + accompagnatore Sunny Life dall'Italia
- + assicurazione assistenza alla persona, medico bagaglio
- + assistenza di personale Sunny Life oltre a personale specializzato in loco

la quota individuale non comprende:

- + taxa di soggiorno da pagare in loco pari a € 1,00 per persona/notte- € 0,50 da 12 a 18 anni non compiuti
- + attrezzatura spiaggia – posti non assegnati (ca € 4,00/day per ombrellone – ca € 4,00/day sdraio)
- + ombrelloni € 2,00 al giorno (uso in piscina)
- + le mance e gli extra-alberghieri personali
- + attività sportive a pagamento
- + visite ed escursioni facoltative
- + pasti e bevande non espressamente indicati
- + noleggio asciugamani per wellness e piscina cca EUR 1,00 rispetto al cambio Euro/Kuna Croata.....non e` consentito l'utilizzo in spiaggia
- + tutto quanto non espressamente specificato



CONTRIBUTI

E' previsto **per gli atleti** un contributo di **€ 130,00** pro-capite.

Per i **dipendenti dell'Area Romana** non giocatori ed i loro **familiari** è previsto un contributo di **€ 100,00** pro-capite.

Per i **minori** di 6 anni non compiuti, figli di dipendenti dell'Area Romana è previsto contributo sul volo di **€ 40,00**.

Qualora altre sezioni locali decidessero di attribuire un contributo ai propri dipendenti per la partecipazione all'iniziativa sarà cura comunicarlo allo scrivente ufficio.

iscrizioni

Le iscrizioni effettuabili entro il giorno **31/03/2016**, previa conferma da parte di questo Ufficio della disponibilità dei posti, dovranno pervenire via fax al numero: **06 4993 3018** o via mail e dovranno contenere:

- 1) modulo di iscrizione firmato
- 2) copia del bonifico effettuato

I bonifici dovranno essere effettuati sul conto corrente intestato a:

**Sunny Life S.r.l Tour Operator - Presso Banca Popolare di Bergamo Credito
Varesino - Agenzia/Filiale di Roma Eur -**

Codice IBAN: IT 85 K 05428 03201 000000001224

CAUSALE: "CNR CROAZIA-RABAC" Cognome, nome, n. persone prenotate.

Copia del suddetto bonifico dovrà essere trasmesso via fax o via mail all'Ufficio ai seguenti indirizzi: elena.lorenzini@cnr.it mariateresa.dironco@cnr.it

Modalità di pagamento



Le modalità di pagamento proposte, per le somme residue, a carico dei partecipanti, sono le seguenti:

**Dipendente / atleta
familiare atleta :**

Residuo € 360,00 (quota solo soggiorno) di cui :

- € 160,00 al momento dell'**iscrizione** a mezzo bonifico bancario entro e non oltre il **31 marzo**
- € 200,00 a mezzo bonifico bancario entro il **25 aprile**

SPESA VIAGGIO VOLO AEREO area romana da versare entro il **25 maggio** € 160,00

**dipendente e familiare:
area Romana**

Residuo € 390,00 (quota solo soggiorno) di cui:

- € 190,00 al momento dell'**iscrizione** a mezzo bonifico bancario entro e non oltre il **31 marzo**
- € 200,00 a mezzo bonifico bancario entro il **25 aprile**

SPESA VIAGGIO VOLO AEREO area romana da versare entro il **25 maggio** € 160,00

**tutti gli altri:
(aggregati)**

costo € 490,00 (quota solo soggiorno) di cui :

- € 160,00 al momento dell'**iscrizione** a mezzo bonifico bancario entro e non oltre il **31 marzo**
- € 330,00 o la minor somma (per riduzione quote) in due rate di pari importo entro e non oltre il **25 aprile** e **25 maggio**

Aggregati area romana :

costo € 650,00 (spese viaggio incluse)

- € 200,00 al momento dell'**iscrizione** a mezzo bonifico bancario entro e non oltre il **31 marzo**
- € 200,00 a mezzo bonifico bancario entro e non oltre il **25 aprile**
- € 250,00 a mezzo bonifico bancario entro e non oltre il **25 maggio**



Qualora altre sezioni locali, decidessero di attribuire un contributo ai propri dipendenti, per la partecipazione all'iniziativa, sarà cura dello scrivente dare tempestiva comunicazione a codesta Società.

Le modalità di pagamento per i **dipendenti di altre sezioni locali** che beneficeranno dei contributi sono le seguenti:

- € **160,00** a persona al momento dell'iscrizione entro e non oltre il **31 marzo** a mezzo bonifico bancario
- la **restante somma** al netto del contributo che sarà comunicato in 2 due rate di pari importo da versare con bonifico entro e non oltre il **25 aprile** e il **25 maggio**.

Si raccomanda la puntualità dei pagamenti alle scadenze indicate

Sono state opzionate n. **60 camere** che saranno assegnate con diritto di precedenza ai partecipanti atleti (salvo ulteriori richieste e previa verifica della disponibilità).

Documenti necessari

E' sufficiente la carta di identità valida per l'espatrio (normalmente tutti i cittadini italiani) tranne il caso in cui sul retro della carta sia indicato: "non valida per l'espatrio". Dal 2012 anche per i minori di 14 anni è possibile farsi rilasciare dal Comune di residenza la carta di identità recante il nome dei genitori.

Servizi Supplementari

- ✚ Uso esclusivo per il torneo di n. 3 campi da tennis in terra battuta
- ✚ Uso del campo di calcetto e calcio a 5 e a 11 (previa prenotazione)
- ✚ Uso spazi per lo staff sportivo per la predisposizione di tabelloni con gironi, squadre, ecc.
- ✚ Disponibilità di spazio per torneo di burraco

*Nel corso del soggiorno sarà disponibile, senza alcun costo, un collega **istruttore di tennis** per i partecipanti divisi nei seguenti livelli: principianti (primi passi), club amatoriale, club agonistica per arricchimento bagaglio tecnico.*

*Nel corso del soggiorno sarà disponibile, senza alcun costo, una partecipante che fornirà agli interessati i primi **rudimenti del bridge**.*



Operativi volo

Partenza da Roma : VY 6362 ore 12.40
Pula : VY 6363 ore 14.35

N.B.: voli speciali ITC - operativi soggetti a riconferma

La quota della tariffa aerea è suscettibile di variazione per eventuali adeguamenti del prezzo del carburante e delle tasse aeroportuali.

Moduli di iscrizione

I moduli di iscrizione sono reperibili sul sito internet dello scrivente Ufficio: www.uarc.rm.cnr.it unitamente alla circolare.

Per informazioni più analitiche gli interessati possono rivolgersi all'ufficio UACR (tel. 064993 3296 -2909)

Assicurazione integrativa

Per chi volesse assicurarsi contro l'**annullamento/modifica** del viaggio proponiamo la **polizza facoltativa AMIASSISTANCE - Società gruppo filo diretto e bambini** - con un supplemento del 6% sul costo del pacchetto. La polizza consente il rimborso delle penali dovute all'annullamento per qualsiasi motivo o per ragioni certificabili.

La polizza va richiesta **unicamente all'atto dell'iscrizione**. L'estratto completo delle condizioni di polizza potrà essere richiesto a cura degli interessati presso l'ufficio Attività Culturali e Ricreative.

Penalità di annullamento in caso di rinuncia al viaggio successivamente all'iscrizione:

fino 30 giorni	antecedenti la partenza:	15%	del costo del viaggio per partecipante
da 29 a 21 gg.	antecedenti la partenza :	25%	
da 20 a 11 gg.	antecedenti la partenza :	50%	
da 10 a 3 gg.	antecedenti la partenza :	80%	
da 3 a 0 gg.	antecedenti la partenza :	100%	

I Tornei si svolgeranno secondo i regolamenti allegati:

ALLEGATI:

Modulo di iscrizione	ALL. n. 1
Regolamenti Tornei	ALL. n. 2
Escursioni	ALL. n. 3