



Notiziario ATLA

Ringraziamo tutti i soci per la numerosa partecipazione e l'entusiasmo con il quale si sono iscritti e stanno partecipando ai nostri bellissimi soggiorni, spronandoci a migliorare ed offrire sempre nuovi servizi!!!

SOGGIORNO TERMAL E AD ABANO

dal 02 al 15 ottobre 2022

HOTEL SALUS TERME 3*S-

ABANO TERME-IN PIENO CENTRO



Piscine termali e vapori benefici per il relax di corpo e mente; una ristorazione che predilige i sapori del territorio e collabora con il nostro nutrizionista; le Thermae interne all'hotel Terme Salus propongono protocolli terapeutici certificati a base di acqua termale e fango maturo; il reparto Terme & SPA offre consulenza specialistica su medicina antalgica, agopuntura, medicina estetica e terapia alimentare. E poi il verde respiro della vacanza, a spasso sui Colli Euganei, tra sport e itinerari, o in visita alle città d'arte. Una raffinata sintesi tra antico - le Thermae - e moderno - il comfort -, dove la storia ha lasciato molte tracce, dove si fondono armoniosamente natura, scienza, esperienza, materiali, design e architettura che sentono l'essenziale ricchezza dell'acqua, della terra, del cielo. Uno spazio nel quale abbandonarvi al relax, al piacere del prendersi cura di sé; uno spazio dove respirare una profonda sensazione di benessere, dove ogni momento è un prezioso tesoro.

Sia a pranzo che a cena il Menu a variazione giornaliera propone più scelte di primi e secondi piatti; il buffet a centro sala offre fresche insalate, scelta di formaggi e una varietà di frutta e dessert. A pranzo il buffet si arricchisce inoltre di antipasti freddi e caldi, un paradiso per gli occhi e, ovviamente, per il gusto.

Una sera alla settimana la brigata di cucina propone un Menu di degustazione con cena a lume di candela e accompagnamento musicale.

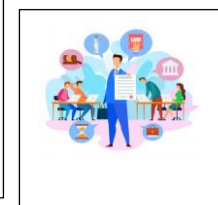
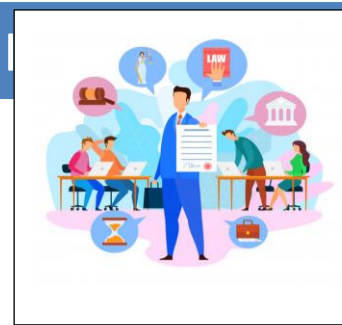


Quota di partecipazione € 1080,00
Supplemento stanza singola € 156,00

Soggiorno organizzato in collaborazione con RAMITOURS S.r.l
Agenzia viaggi-Via Montello N. 104-Marostica VI
REA VI-374640

Capodanno ad Abano.....dal 29 dicembre al 03 gennaio 2023
(programma pronto in segreteria tra pochi giorni)





“Un servizio gratuito per i soci, lo sportello legale”

L'ATLA ha il piacere di informare i Soci che sarà ancora attivo lo Sportello Legale, con la presenza di un avvocato, al quale, previo appuntamento, gli associati potranno rivolgersi per avere un primo consulto gratuito.

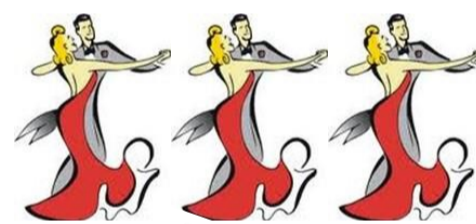
Lo Sportello Legale nasce dall'idea di offrire ai Soci preliminari informazioni ed ottenere, tramite la collaborazione di professionisti di esperienza, suggerimenti e supporto in relazione a problemi e possibili conflitti in ambito civile, con particolare riferimento alla materia delle successioni, del diritto condominiale, del diritto di famiglia o del diritto delle obbligazioni.

Il servizio è offerto in maniera del tutto gratuita per il primo consulto e sarà gestito a turno da due avvocati, che hanno accettato di porre la propria esperienza al servizio dell'Associazione.

Presso la sede ATLA di Bolzano, via Druso 37/a



A settembre riprendono le nostre feste danzanti....



Presso---la Casa della Cultura di Gries---Via Fago n. 45 – Bolzano

dalle 14.30 alle 19.00



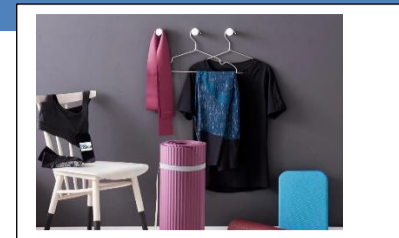
- **Domenica 25 settembre 2022-Mirko**
- **Domenica 02 ottobre 2022-Leonardo**
- **Domenica 09 ottobre 2022-Mauro**
- **Domenica 16 ottobre 2022-Tino e Luciano**
- **Domenica 23 ottobre 2022-Pierpaolo**
- **Domenica 30 ottobre 2022-Pierpaolo**
- **Domenica 04 dicembre 2022-Mauro**
- **Domenica 11 dicembre 2022-Tino e Luciano**
- **Domenica 18 dicembre 2022-Leonardo**

Gran veglione di Capodanno con cenone

- **Domenica 06 novembre 2022-Tino e Lucian**
- **Domenica 13 novembre 2022-Leonardo**
- **Domenica 20 novembre 2022-Mauro**
- **Domenica 27 novembre 2022-Mirko e Fabio**



Le segreterie di Bolzano e di Merano Vi aspettano per le prossime iscrizioni direttamente in settembre!!!!



Palestra ATLA di via Druso 37/a-Bolzano

Lunedì e giovedì - 08.30/09.20—Francisco

Lunedì e giovedì - 09.30/10.20—Francisco

Lunedì e giovedì - 10.30/11.20—Francisco

Martedì e venerdì - 08.30/09.20—Marcin

Martedì e venerdì - 09.30/10.20—Marcin

Martedì - 10.30/11.20—Francisco

Lunedì e giovedì - 15.00/15.50—Arbentina

Lunedì e giovedì - 16.00 /16.50—Arbentina

Mercoledì dalle - 15.00/15.50—Arbentina

Ginnastica sulla sedia:

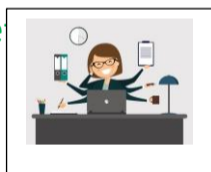
Mercoledì - 16.30/17.20—Marcin

Tonificazione leggera:

Mercoledì -17.45/18.35—Marcin

Prezzo a quadrimestre 1 volta in settimana € 80

Prezzo a quadrimestre 2 volte a settimana € 120



Yoga -Istruttore Roberta

Mercoledì -09.00/10.00

Mercoledì -10.15/11.15

Venerdì -10.40/11.40

Prezzo a quadrimestre 1 volta in settimana € 120

PALASPORT DI VIA RESIA

Martedì e venerdì ore 08.30-Arbentina

Martedì e venerdì ore 09.00-Arbentina

Lunedì e giovedì ore 15.30-Francisco

Prezzo a quadrimestre 1 volta in settimana € 60

Prezzo a quadrimestre 2 volte a settimana € 120

Ginnastica dolce in acqua

Piscina Blindenzentrum-vicolo Bersaglio-Mauro

Lunedì e giovedì 09.00/09.50

Lunedì e giovedì 10.00/10.50

Lunedì e giovedì 11.00/11.50

Martedì 09.00/09.50

Martedì 10.00/10.50

Prezzo a quadrimestre 1 volta a settimana € 200



Piscina LIDO Viale Trieste-piscina olimpionica

Martedì e venerdì 08.50-09.40 (Andrea e Francisco)

Prezzo a quadrimestre 1 volta a settimana € 100

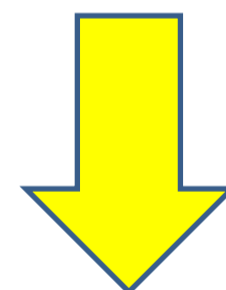
Piscina Lido viale Trieste vasca divertimento-acqua bassa

Lunedì e venerdì 11.20---Marcin

Piscina Don Bosco

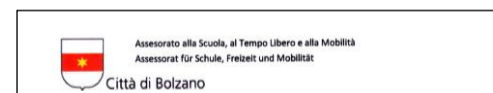
Martedì ore 18.10(Marcin)

Mercoledì ore 17.20(Francisco)



Le iscrizioni saranno aperte dal giorno 01 al 07 settembre 2022 solo per chi ha già frequentato quest'anno.

Le iscrizioni saranno aperte dal giorno 08 settembre per i nuovi soci che volessero partecipare ai corsi.



I corsi di pittura ad olio, confezionamento vario e di computer inizieranno in ottobre:

Corso di pittura ad olio

Lunedì 15.30-17.30

Martedì 16.45 -18.45

Giovedì dalle 17.30 - 19.30

Costo per 4 mesi una volta in settimana € 180,00



Corso di computer

Martedì 09.30 -11.30

Mercoledì 09.30 - 11.30

Venerdì 10.00-12.00

GRATUITO !!!!!

Corso di confezionamento vario

Mercoledì dalle 17.30 alle 20.00

Costo per 4 mesi settimana € 135,00





Ginnastica fisioterapica con Luca

Lunedì ore 08.50-09.50

Lunedì ore 10.10-11.10

Mercoledì ore 08.50-09.50

Mercoledì ore 10.10-11.10

Venerdì ore 08.50-09.50

Venerdì ore 10.10-11.10

Ginnastica sulla sedia- Paola

Martedì e giovedì ore 10.45-11.45

Yoga con Paola in studio

Martedì ore 09.00-10.30

Giovedì ore 09.00-10.30

Martedì ore 17.45/martedì 19.30

Giovedì ore 15.30

Venerdì ore 19.30

Ginnastica respiratoria sulla sedia

Lunedì ore 17.00

YOGA ONLINE INTERATTIVO
con Paola

Mercoledì ore 17.45

Giovedì ore 09.00

Giovedì ore 19.00

Venerdì ore 17.45



TURISMO ANNO 2023 INZIAMO A PROGRAMMARE....

Marzo/Aprile 2023-Tour della Grecia

Aprile 2023-Soggiorno termale ad Ischia

Maggio 2023-Tour della Toscana

Giugno 2023-Soggiorno marino a San Benedetto del Tronto/soggiorno marino a Pesaro/Soggiorno isola d'Elba

Luglio 2023-Soggiorno marino a Senigallia

Luglio 2023-Tour del Belgio

Settembre 2023-Soggiorno marino all'isola d'Elba/Soggiorno marino in Sardegna

Ottobre 2023-Soggiorno termale a Sciacca/Soggiorno termale ad Abano

