Tie-Break

IL MAGAZINE DELLA NUOVA CASALE

Venerdì 27 novembre 2026
Sport Club Nuova Casale ASD
Casale Monferrato



TENNIS & PADEL

Coppa Davis, oggi la semifinale: l'Italia sfida la Cechia

E sabato sera alla Nuova si apre la stagione dei bolliti

La Coppa Davis si gioca a Bologna e l'Italia, campione in carica, è ancora in corsa. Mercoledì gli azzurri hanno battuto la Corea del Sud 2-1: Musetti ha vinto il primo singolare, Cobolli ha perso in tre set combattuti e il doppio Berrettini-Vavassori ha chiuso la sfida con due tie-break.

Oggi, venerdì 27 alle 16, c'è la semifinale contro la Cechia di Lehečka e Menšík. Un avversario tosto: nei precedenti i cechi sono avanti 8-3. Chi vince gioca la finale domenica 29.

La partita si vede in chiaro su SuperTennis. Guardala con gli amici del circolo: il tifo di squadra porta bene.

QUESTO WEEKEND ALLA NUOVA

Bolliti e tennis in casa



SABATO SERA ALLA NUOVA

Bolliti misti

Sabato 28 · ore 20 · 30 €, acqua e caffè inclusi

Tris di antipasti monferrini, bollito misto con le sue salse e torta di mele servita calda con gelato. Prenota per tempo.

Domenica 29 · ore 10.00 · campo 4
Passera A maschile in casa contro Planet Body Tennis "C". Un caffè al bar e poi tutti a bordo campo a fare il tifo!

Le nostre squadre in trasferta

CAMPIONATI A SQUADRE · FAI IL TIFO!

Caroleo femminile
Sabato 28, ore 14.00, al Poggio Agrisport di Poirino (TO)

Caroleo maschile
Sabato 28, ore 14.00, allo Zero 15 di Sandigliano (BI)

Manfredi maschile
Sabato 28, ore 14.00, al Country Sport Village di Mirabello Monferrato

Passera B maschile
Domenica 29, ore 10.00, al Planet Body Tennis di Vercelli

Se sei da quelle parti, passa a fare il tifo: un applauso in trasferta si sente il doppio.

NEI PROSSIMI GIORNI IN ZONA · DA NON PERDERE

VEN 27 — Pinocchio. Il circo delle meraviglie
Ore 21 · Teatro Municipale, Casale · il classico di Collodi con musica dal vivo e traduzione in LIS

NOV 28-30 — Fiera del Tartufo e di Sant'Andrea
Castelnuovo Don Bosco · sabato 28 alle 20 cena al tartufo · tel. 011 9876916

NOV 28-29 — Monferrato Antiquaria
Palafiere "Riccardo Coppo", Casale · mercato al coperto con parcheggio gratuito · tel. 346 0430009

DIC 18 — Il regalo perfetto, concerto di Natale
Teatro Municipale, Casale · con gli Amici della musica Carlo Soliva · da segnare in agenda

BENESSERE

Spartan: grinta da vendere, anche se parti da zero



Lo Spartan nasce dalle corse a ostacoli. A lezione non trovi muri da scalare, ma lo stesso spirito: circuiti a corpo libero con salti, piegamenti, affondi, spostamenti carponi e brevi corse, a ritmo sostenuto.

Cosa ti dà? **Fiato**, perché il cuore lavora tanto e recupera in fretta. **Forza** in tutto il corpo, gambe, braccia e addominali insieme. E **grinta**: finire un circuito che sembrava impossibile ti carica per tutta la settimana.

Per chi gioca a tennis è un ottimo alleato: partenze più esplosive, gambe solide nei cambi di direzione, più resistenza nel terzo set. Non serve essere già allenati: ogni esercizio ha una versione più facile e vai al tuo ritmo. Il gruppo fa il resto. Il corso è **il sabato alle 10.30**.

> Vuoi provarlo? Chiedi in segreteria.

LA PRIMA VOLTA

Cosa ti serve per la tua prima lezione

1. Scarpe da ginnastica con una buona presa a terra.
2. Abiti comodi, meglio a strati: ti scalderai in fretta.
3. Borraccia e asciugamano.
4. Arriva qualche minuto prima e presentati all'istruttore.
5. Parti piano: chiedi la versione più semplice degli esercizi e aumenta di settimana in settimana.

In caso di dolori o infortuni chiedi al medico o all'istruttore.

I CORSI DELLA SETTIMANA

GIORNO	ORA	CORSO
Lunedì	12.45	Pilates
Lunedì	19.00	Tonificazione Total Body
Mercoledì	18.30	Fit Dance
Giovedì	12.45	Pilates
Sabato	**10.30**	**Spartan**
Sabato	12.00	Pilates classico
Domenica	10.30	Qi Gong

IN CUCINA

Il vitello tonnato, quello di una volta



È un classico della cucina piemontese. Nella versione all'antica la salsa non ha maionese: si fa con tonno, acciughe, capperi e tuorli d'uovo sodo, allungati con un po' del fondo di cottura. La carne è un taglio magro, cotto piano e tagliato sottilissimo. Questo weekend al Bistrot lo trovi tra gli antipasti.

LO SAPEVI CHE?

Psst!

Quel soffio quando apri il tubo di palline nuove non è un caso. Dentro una pallina da tennis la pressione è più alta di quella dell'aria intorno, ed è lei a farla rimbalzare. Il tubo sigillato la conserva. Appena aperto, l'aria comincia a uscire piano attraverso la gomma: dopo qualche settimana la pallina rimbalza meno. E col freddo rimbalza meno anche da nuova.

PROSSIMAMENTE ALLA NUOVA

SAB 5 DIC — Serata Bagna Cauda
Ore 20 · entrée di benvenuto, bagna cauda, degustazione tris di dolci (bonet, caprese e mini cheesecake)
25 €, acqua e caffè inclusi

MAR 8 DIC — Accensione dell'albero
Ore 17 · Natale alla Nuova Casale: panettone e cioccolata per tutti i bimbi

SAB 12 DIC — Gran Fritto Misto Piemontese
Ore 20 · tris di antipasti (insalata russa all'antica, flan di porri, salame cacciatorino), fritto misto dolce e salato, dolci e sorbetto
30 €, acqua e caffè inclusi

SAB 19 DIC — Arriva Babbo Natale
Ore 17.30 · i regali per Babbo Natale si portano in segreteria entro venerdì 18 dicembre alle 17.30

Sab 19/12 · 20 Cena di Natale dei Soci	**25 €**	**Ven 25/12 · 13** Pranzo di Natale al Nuova Bistrot	**45 €**
Sab 26/12 · 17 Tombolata di Santo Stefano	**8 € cena**	**Gio 31/12 · 20.30** Cenone di Capodanno	**60 €**

Prezzi con acqua e caffè inclusi. Segna le date e prenota per tempo: tutti gli appuntamenti su nuovacasale.it/eventi

SABATO E DOMENICA AL CIRCOLO

Il menù del weekend al Nuova Bistrot

Arriva il freddo e la cucina si scalda: zuppetta di ceci, pennette con crema di zucca e pancetta, flan di spinaci ed erbette. Tra gli antipasti c'è il vitello tonnato all'antica maniera: te lo raccontiamo a pagina 2. E sabato sera, Bolliti misti.



MERCHANDISING DELLA NUOVA

Dopo il match, relax

Dopo la partita o una lezione in palestra ci vuole un asciugamano come si deve. Ci sono quelli del circolo, in spugna di cotone blu con lo stemma della Nuova: **Bise**, quello da palestra, a **15,50 €**, e **Twister**, il telo da piscina, a **27,50 €**. Un'idea anche per i regali di Natale.

Ordina sul club shop della Nuova →

ANTIPASTI

- Tataki di tonno rosso con salsa piccante — 11 €
- **Flan di spinaci ed erbette con riduzione di pomodoro** DI STAGIONE — 8 €
- Vitello tonnato all'antica maniera — 9 €
- **Zuppetta di ceci invernale** DI STAGIONE — 8 €

PRIMI

- Cavatelli con pesto di basilico e gamberoni — 12 €
- Tagliolini al ragù di reale — 9 €
- **Pennette con crema di zucca e pancetta** DI STAGIONE — 8 €
- Agnolotti di stufato al ragù bianco — 9 €

SECONDI

- Tagliata di controfiletto 200 g — 12 €
- Hamburger di fassona alla romana con formaggio, prosciutto crudo e salvia — 10 €
- Scaloppa di pesce spada alla siciliana — 13 €
- Pinsa gourmet margherita — 7 €
- Pinsa gourmet con patatine — 8 €

CONTORNI

- Patate al forno — 5 €
- **Spinaci saltati** DI STAGIONE — 5 €
- Carote spadellate burro e salvia — 5 €

DOLCI DELLA CASA

- Profitterol — 5 €
- Meringata — 5 €
- Torta di mele con pallina di gelato — 5 €

Prenota il tuo tavolo

Passa al **bar del circolo** oppure scrivi a **info@nuovacasale.it**.
Segnala al personale eventuali allergie o intolleranze. E non perdere **sabato 28 alle 20: Bolliti misti**, 30 € con acqua e caffè.

Buon weekend e ci vediamo al circolo!