

Zespół Giallorossich kontynuuje przedsezonowe przygotowania w Trigorii. Dziś drużyna przeszła kolejne dwie sesje treningowe. Odbyła się też konferencja prasowa zapowiadająca podpisanie umowy z kolejnym partnerem.

Rano gracze przeszli testy atletyczne, tzw. Test Mapei. Gracze zostali podzieleni na trzy grupy. Pierwsza trenowała od 8:30, druga od 10:00, trzecia od 11:30. Test Mapei miał na celu ocenę wytrzymałości, siły i szybkości graczy. Testy rozpoczęły się od zmierzenia za pomocą elektrostymulatora siły i potencjału mięśni w trakcie ich spoczynku. Następnie piłkarze robili cykl przebieżek: przez 6 minut, przebieżki 20-metrowe w 10 sekund z 20 sekundowymi przerwami między jedną i drugą. Ostatni test składał się z ćwiczenia zmiany kierunków biegu.

Popołudniową sesję większość piłkarzy spędziła na siłowni. O 18:05 na boisku pojawili się El Shaarawy, Lor. Pellegrini, Florenzi (jedna drużyna) i Marcano, Luc. Pellegrini i Cristante (drugi zespół) i zagrali mecz piłko-tenisa. W setach wygrała 3-0 pierwsza drużyna. Potem w grze w piłko-tenisa wziął też udział sztab trenerski, a także rozegrano rewanż za pierwsze spotkanie. I tym razem wygrała drużyna Florenziego. W międzyczasie na boisku pojawił się też Verde, który wykonywał przebieżki.

W południe odbyła się konferencja prasowa przedstawiająca umowę z nowym partnerem, producentem makaronów, La Molisiana. Na konferencji pojawili się m.in. Baldissoni i De Rossi.

Autor: abruzzo