

Przygotowania do nowego sezonu idą pełną parą. Gracze przeszli dziś kolejne dwa treningi podczas czwartego dnia obozu przygotowawczego w Trigorii i był to kolejny dzień intensywnych prac.

Poranny trening był otwarty przez pół godziny dla mediów. W oczekiwaniu na pojawienie się graczy boisko przygotował sztab Fonseci. O 9:30 rozstawiono manekiny treningowe w ustawieniu 5-4-1. O 9:42 rozpoczęła się rozgrzewka. Zabrakło kontuzjowanych Riccardiego i Gonalonsa. Bramkarze odłączyli się od reszty drużyny i udali się na boisko C. O 9:54 graczy podzielono na zespoły:

Biali 1: Karsdorp, Defrel, Pastore, Coric, Fazio

Biali 2: Capradossi, Spinazzola, Cristante, Perotti, Kluivert

Niebiescy 1: Florenzi, Kolarov, Dzeko, Antonucci, Gerson

Niebiescy 2: Jesus, Santon, Nzonzi, Ünder, Schick.

O 9:57 rozpoczęły się ćwiczenia podobne do gry w "dziada" z piłkarzami w środku mającymi na celu odzyskanie piłki. *"Gdy tylko straciecie piłkę, natychmiast naciskajcie i przygotowujcie się do jej odzyskania"*, krzyczał Fonseca. O 10:03 trener napominał ponownie graczy. O 10:05 do reszty drużyny wrócili bramkarze. Fonseca napominał nadal graczy, krzycząc, że jeśli spacerują, zamiast biegać, robi się osłabienie liczbowe. O 10:07 zespół został podzielony na dwie grupy. Obrońcy pracowali z Fonsecą, pomocnicy i napastnicy z Camposem. O 10:12 rozpoczęła się część taktyczna i trening został zamknięty dla dziennikarzy. O 11:00 gracze wrócili do ćwiczeń atletycznych. O 11:15 zespół wrócił do ćwiczeń z piłką.

Popołudniowe ćwiczenia rozpoczęły się o 17:30 na siłowni. O 18:00 na boisku pojawili się bramkarze. O 18:10 na murawie byli gracze z pola, którzy robili okrążenia rozgrzewkowe wokół boiska. Poza kontuzjowanymi Riccardim i Gonalonsem na murawie nie pojawił się też Gerson, co jest potwierdzeniem jego transferu do Flamengo. O 18:18 na murawie pojawił się Petrachi, który był obecny również na porannym treningu i który zamienił kilka słów z Fonsecą. O 18:20 rozpoczęły się ćwiczenia z piłką: gra w "dziada" na jeden kontakt z dwoma graczami w kole. O 18:30 Fonseca podzielił graczy na trzy drużyny w celu rozegrania minigierek na pomniejszonym boisku. O 18:55 trening dobiegł końca.

Jutro zespół będzie ćwiczył tylko rano, od 9:30. Z kolei na poniedziałek, na 15:45, zaplanowano prezentację i konferencję prasową Spinazzoli.

Autor: abruzzo