

Poranny sobotni trening w austriackim Irdning za nami. Jutro zespół rozegra sparingowy mecz z jednym z lokalnych zespołów. Dziś na murawie zabrakło ponownie Dodo. Nie trenował też Bradley, który narzeka na problemy mięśniowe. Sesję opuścił przedwcześnie Osvaldo.

Trening rozpoczął się o 9:35 od ćwiczeń rozciągających. Sesji przyglądało się około 200 kibiców. O 9:40 gracze zaczęli lekko biegać. O 9:50 rozpoczęło się bieganie na 100 metrów. De Rossi trenował z kolegami, Piris, Balzaretti i Destro oddzielnie. O 10:20 zespół przeszedł do ćwiczeń taktycznych. Ćwiczono dośrodkowania ze skrzydeł. Dogrywali Taddei i Balzaretti na głowę Destro. Trenowano również stałe fragmenty, które bił Florenzi. O 10:40 z powodu lekkiego urazu łydki boisko opuścił Osvaldo. Uraz nie wydał się poważny, piłkarz powinien powrócić do pracy po południu.

O 10:50 na matach gracze robili brzuszki. O 10:55 Piris, Balzaretti i Destro przeszli do oddzielnych ćwiczeń, biegając na 600 i 800 metrów. Pozytywne sygnały wyszły od Pirisa, który wydał się zrobić kilka kroków do przodu w porównaniu do dnia wczorajszego. O 11:00 sesja treningowa dobiegła końca.

TOP SESJI

De Rossi, Piris

FLOP SESJI

Bradley, Dodò

Autor: abruzzo