

Po dniu odpoczynku zespół Giallorossich rozpoczął przygotowania do niedzielnego pojedynku ze Sieną. Regularnie nie trenowali piłkarze, którzy zagrali w niedzielę w pierwszym składzie oraz kontuzjowany Marquinhos. W Trigorii zabrakło Florenziego, który znajduje się na zgrupowaniu reprezentacji U21.

Sesja treningowa rozpoczęła się o 16:15 od rozgrzewki na matach (brzuszek oraz ćwiczenia rozciągające). Pjanic trenował oddzielnie od drużyny. Bramkarze ćwiczyli pod okiem Nanniego na boisku B. Gracze napotkali w Trigorii na deszcz. Pjanic robił przebieżki i ćwiczył zmiany kierunku biegu. Za każdym razem jednak dotykał kostki. O 16:23 gracze zostali podzieleni na pary i rzucali do siebie piłkę rękoma. O 16:33 podzieleni na cztery zespoły gracze rozpoczęli prace taktyczne. O 16:50 rozpoczęły się minigierki na małym boisku, czterech na czterech. W międzyczasie Totti, Destro, Marquinhos i De Rossi rozpoczęli lekki trening, po tym jak przeszli wcześniej fizykoterapię. Jedynymi nieobecnymi w tym momencie na boisku byli Dodo, Marquinho i Florenzi. Turniej wygrali "biali" (Taddei, Castan, Lucca i Guberti): 4-1 z "czerwonymi", 5-3 z "zielonymi", 3-1 z "żółtymi". O 17:15 gracze wrócili na boisko B, gdzie robili przebieżki. O 17:40 rozpoczął się minimecz na zmniejszonym boisku. O 17:50 sesja treningowa dobiegła końca.

Autor: abruzzo