

Zespół Giallorossi wrócił do treningów po zaledwie pół doby od wczorajszego meczu sparingowego z Arisem Saloniki. Gracze wrócili do domu wczoraj w nocy, a dziś przed południem pojawili się w Trigorii.

Regularnie, z grupą, trenowali De Rossi i Florenzi. Z kolegami nie pracowali Maicon, Osvaldo i Borriello. Wśród bramkarzy zabrakło Julio Sergio. O 10:00 można było zobaczyć ćwiczącego indywidualnie Maiconą. O 10:10 na murawie pojawiła się reszta drużyny. Najpierw Rudi Garcia porozmawiał z zespołem. Zaczęło się od ćwiczeń rozciągających i rozluźniających. O 10:30 Maicon opuścił boisko. Bramkarze pracowali z trenerem Nannim nad niskimi wyjściami do piłki. Na boisku zabrakło Osvaldo w związku z lekkim urazem po kopnięciu przez jednego z rywali we wczorajszym meczu. Borriello przeszedł tylko ćwiczenia atletyczne. O 10:50 gracze rozpoczęli wykonywanie różnych ćwiczeń (w sumie siedem), takich jak celowanie piłką w poprzeczkę, w mur treningowy czy trafiać do małych bramek. Trening był bardzo lekki. Gracze pracowali w parach. O 11:00 rozpoczęły się przebieżki na 80 metrów (10 powtórzeń). O 11:10 sesja treningowa dobiegła końca.

Autor: abruzzo