

Zespół Giallorossich kontynuuje w Trigorii przygotowania do meczu trzeciej kolejki sezonu, z Parmą. Na murawie zabrakło oczywiście wielu piłkarzy powołanych do drużyn narodowych. Na obydwu sesjach zabrakło też Destro i Tottiego.

SESJA PORANNA

Poranny trening rozpoczął się o 9:45 od rozgrzewki i ćwiczeń atletycznych. Totti trenował na siłowni, z kolei Destro przechodził fizykoterapię. Di Mariano, Mazzitelli, Cedric i Ricci zostali przyłączeni do pierwszej drużyny. O 10:25 obrońcy i pomocnicy ćwiczyli technikę indywidualną, z kolei napastnicy wykonywali specyficzne prace: szybkie podania w trójkę, między przeszkodami i strzał na bramkę. O 10:35 gracze przeszli do ćwiczeń atletycznych. O 10:43 rozpoczęła się część taktyczna. Sesji przyglądał się z boku Sabatini. O 11:03 przyszedł moment na ćwiczenie uderzeń na bramkę. Balzaretti został kopnięty w kolano, jednak dokończył sesję z zespołem. Gracze zeszli do szatni o 11:12.

SESJA POPOŁUDNIOWA

O 17:13, Skorupski i De Sanctis wyszli na boisko wraz z trenerem Nannim. Julio Sergio pozostał na siłowni, podobnie jak gracze z pola. Wszyscy pracowali nad wzmocnieniem mięśni. Brazylijczyk dołączył do kolegów o 17:25. O 17:40 bramkarze pracowali nad niskimi obronami. O 17:45 na murawę wyszli gracze z pola. Nie było wśród nich Tottiego, który pozostał na siłowni. O 17:48 rozpoczęły się ćwiczenia nad rozgrywaniem piłki. Z zespołem trenowali też Ricci i Di Mariano. O 18:05 trenowano schematy gry. O 18:08 rozpoczęła się minigierka:

Żółci: Skorupski, Castan, Jedvaj, Balzaretti, Marquinho, Mazzitelli, Di Mariano, Ljajic, Borriello

Czerwoni: De Sanctis, Burdisso, Romagnoli, Dodò, Taddei, Ricci, Caprari, Cedric, Trani.

O 18:32 mecz dobiegł końca. Gracze zaczęli ćwiczenia stałych fragmentów. Potem były rzuty różne z De Sanctisem w bramce. O 18:43 zespół wrócił do pracy nad schematami ofensywnymi. Pięknego gola zdobył Borriello, który otrzymał oklaski od Garii. O 18:55 sesja treningowa dobiegła końca.

Autor: abruzzi