

19 rzutów różnych i wiele dośrodkowań z gry mieli Giallorossi w poniedziałkowym spotkaniu z Cagliari. Pomimo tylu prób, nie udało się zdobyć gola. Zdecydowana większość dograń była niecelna. Dlatego dzisiejszy dzień w Trigorii poświęcono pracy nad dośrodkowaniami.

W regularnych ćwiczeniach nie wzięli udziału Balzaretti, Totti i Torosidis, a także Destro, Romagnoli, Jedvaj i F.Ricci, którzy grali w tym czasie w meczu Primavera. Balzaretti poświęcił sesję jedynie fizykoterapii. Trening rozpoczął się o 15:15 od rozgrzewki. O 15:20 zespół kontynuował rozgrzewkę, tym razem z piłką. W kolejno, grano w "dziada". Ten, kto przegrywał, robił pompki. O 15:25 indywidualne bieganie rozpoczął Borriello. O 15:30 trenowano z piłką. Garcia rozmawiał często z obrońcami, którzy ćwiczyli długie wykopy. Strootman ćwiczył wrzutki. Od 15:40 trenowano schematy przy stałych fragmentach. Florenzi i Marquinho dośrodkowywali na przemian. Trenowano również różne. Pjanic dośrodkowywał z prawej strony, Strootman z lewej. W polu karnym skakali Benatia, Castan, Burdisso i De Rossi. Pozostali ćwiczyli w międzyczasie strzały.

O 15:45 indywidualny trening rozpoczął Totti. Maicon i Dodo trenowali w międzyczasie dośrodkowania z boku boiska. Borriello dołączył do grupy piłkarzy, którzy skakali w polu karnym do wrzutek. O 15:50 do szatni udał się De Rossi. Pięć minut po nim boisko opuścił Maicon. O 16:00 prace kontynuował Totti, który robił przebieżki na 100 metrów. O 16:05 na indywidualny trening z piłką udał się Gervinho. O 16:10 Totti zakończył ćwiczenia atletyczne i zaczął kopać piłkę. W międzyczasie indywidualne prace na boisku rozpoczął Torosidis. O 16:15 sesja treningowa dobiegła końca.

Autor: abruzzo