

**Zespół Giallorossich ma za sobą kolejny trening. Gracze Spallettiego pojawili się dziś rano na murawie w Trigorii i pracowali nieco ponad dwie godziny.**

Na boisku zabrakło ponownie Alissona i Gersona, którzy dopinają formalności paszportowe w Brazylii. Nie trenowali również Dzeko (problemy żołądkowe) i Manolas (drobne problemy z łydką). Do regularnych ćwiczeń wrócił za to Paredes. Po rozgrzewce trenowano wzmocnienie mięśni, aby potem przejść do przebieżek na dystansie 30 metrów. Po ćwiczeniach atletycznych zespół rozpoczął prace z piłką. Obrońcy trenowali oddzielnie, pomocnicy oddzielnie. Następnie rozegrano minimecz na zmniejszonym boisku na maksimum dwa kontakty z piłką, z możliwością trafienia do jednej z trzech małych bramek, ale tylko z określonej odległości. Następnie ćwiczone bronienie w osłabieniu: czterech defensorów przeciwko szóstce atakujących. Następnie rozegrano minimecz:

Żółci: Emerson, Torosidis, Marchizza, Mario Rui; Strootman, Vainqueur; Iturbe, Di Livio, Soleri; Ponce

Niebiescy: De Santis, Gyömbér, Jesus, Seck; Paredes, D'Urso, Salah, Ricci, Perotti; Totti

Zespół wróci do ćwiczeń jutro rano. Na piątek zaplanowano dwa treningi. W sobotę gracze wylecą do Bostonu.

Autor: abruzzo