

**Totti i spółka nie mają taryfy ulgowej u Zdenka Zemana. Mimo, iż po południu zespół rozegra drugi sparing w czasie przedsezonowych przygotowań, z rana pracował na normalnych obrotach. W ćwiczeniach zabrakło Greco i Juana, który praktycznie opuścił zespół. Był za to Borriello.**

O 9:35 rozpoczęła się rozgrzewka polegająca na lekkich przebieżkach. O 9:50 rozpoczęło się bieganie na serio. Gracze biegali po 800 metrów. W pierwszej grupie rozpoczęli: Rosi, Taddei, Burdisso, Lopez, Romagnoli, Lamela, Heinze i Pjanic. O 9:55 zakończono pierwszą serię biegową. O 10:00 rozpoczęły się kolejne serie, piramidowe (800-600 metrów). Zespół został podzielony na trzy grupy:

**Pierwsza:** Rosi, Taddei, Burdisso, Lopez, Romagnoli, Lamela, Heinze, Pjanic,

**Druga:** Florenzi, Lucca , Bertolacci, Pizarro, Borriello, Totti, Okaka, Marquinho,

**Trzecia:** Perrotta, Osvaldo, Lobont, Bojan, Josè Angel, Svedkauskas, Simplicio, Proietti Gaffi.

Trening oglądało około 200 kibiców. O 10:10 boisko opuścił Bojan, trzymając się pachwinę. O 10:20 zespół zatrzymał się. Gracze zaczęli robić brzuszki. O 10:45, po ćwiczeniach rozciągających, gracze zaczęli ponownie biegać. Tymczasem prace przerwał Jose Angel. Dodo trenował z widocznym opatrunkiem prawej łydki (nie jest to noga, która była kontuzjowana). O 10:50 Bojan i Jose Angel wrócili na boisko. Napastnik nie trenował jednak z kolegami, a podobnie jak Dodo - indywidualnie.

O 11:00 część atletyczna dobiegła końca. O 11:15 rozpoczęły się ćwiczenia taktyczne nad szukaniem wolnego kolegi. W tym treningu gracze podawali piłkę rękami. O 11:20 zespół został podzielony na dwie grupy:

**Zieloni:** Taddei, Burdisso, Romagnoli, Dodò, Bertolacci, Florenzi, Pjanic, Pizarro, Lamela, Totti, Bojan,

**Czerwoni:** Rosi, Lucca, Heinze, Marquinho, Verre, Perrotta, Nico Lopez, Borriello, Okaka, Osvaldo.

Jedni pracowali nad ofensywą, drudzy nad defensywą. Następnie strony zamieniły się ćwiczeniami. O 11:40 sesja treningowa dobiegła końca. Późnym popołudniem, o 17:30, drużynę czeka drugi sparing w tym sezonie.

**TOP SESJI:**

Taddei, Lamela, Nico Lopez,

**FLOP SESJI:**

Josè Angel, Simplicio, Okaka.

Autor: abruzzi