

Roma wróci do treningów w Trigorii po świątecznej przerwie 30 grudnia. Ma stawić się cały zespół, który po wygranej we Florencji rozsiał się po całym świecie. Fonseca wie, że styczniowe mecze będą decydujące (5 Torino, 12 Juventus) i dlatego nie chciał pozostawić niczego przypadkowi.

Przed wyjazdami on i jego sztab powierzyli graczom harmonogramy, które mają przestrzegać w trakcie świąt: program przewiduje pół godziny codziennego treningu, z aerobikiem (ale bez biegania po szczególnie ciężkich podłożach) i siłownią, aby nie tracić napięcia mięśniowego. Szczególne oko trzeba zwrócić na dietę, z większą wolnością w trakcie posiłków w dni świąteczne. Fonseca wie, że zarówno z fizycznego jak i psychologicznego punktu widzenia "zatrzymanie się", aby naładować baterie jest kluczowe. Jednak nie tylko.

Po całym świecie rozsiani zostali fizykoterapeuci i trenerzy od przygotowania, aby sprawić by gracze nie zrelaksowali się za bardzo: w Dubaju w dniu Wigilii pracowali Dzeko, Zaniolo, Fazio, Perotti, Mkhitarjan i Juan Jesus, o czym świadczą zdjęcia w mediach społecznościowych. Jeszcze cztery dni i wrócą do poważnej pracy. Na pierwszego stycznia zaplanowano otwarty trening na Tre Fontane, a wejściówki rozeszły się w kilka minut.

Autor: abruzzo