

## CALCIO, Il Cagliari è arrivato ad Aritzo: la prima seduta d'allenamento

Date : 5 Luglio 2018



Il **Cagliari** è arrivato ad Aritzo nel pomeriggio di oggi, dove ha svolto la prima seduta d'allenamento della nuova stagione. Agli ordini di Mister **Maran** il gruppo rossoblù ha preso confidenza con le strutture che ospiteranno la squadra nei prossimi giorni.

**Arrivo.** Il pullman con la squadra a bordo è arrivata ad **Aritzo** alle 16:20 circa, fermandosi di fronte all'Hotel poco fuori dal paese che li ospiterà fino a lunedì. Dal mezzo è uscito per primo il team manager Roberto Colombo, a seguire il neo acquisto Darijo Srna. Il tempo di recuperare i borsoni e poi via verso la breve salita che introduce alla struttura. L'allenatore Rolando Maran è arrivato insieme al ds Carli. Appuntamento allo stadio cittadino alle 17:30 per la prima seduta d'allenamento, nella cornice verde circostante e con un leggero vento, graditissimo per sopportare meglio il caldo pomeriggio.

**Attività.** Il gruppo ha iniziato il lavoro all'interno dei gazebo posizionati fuori dalla struttura. Dopo alcuni minuti, **riunione** in cerchio sul campo "comandata" da Rolando **Maran**: giocatori e staff hanno seguito con attenzione le parole del neo allenatore, prima degli esercizi a terra con l'allenatore e il vice Maraner in osservazione. Lavoro agli ostacoli, poi spazio al pallone. Palleggi liberi, scambi rapidi tra i "cinesini" con la rosa divisa in tre gruppi da otto giocatori incitati dalle indicazioni del Mister. Torello in velocità sei contro due (a rotazione) all'interno degli stessi gruppetti con la formula a due tocchi: stop più passaggio al compagno. I giocatori hanno poi effettuato delle sessioni di giri di campo e altri esercizi su materassino. Domani mattina nuova seduta allo Stadio a partire dalle 9:30.

**Fabio Ornano**

(admaioramedia.it)