US Catanzaro: preparazione pre-campionato per le Aquile di Ciccio Cozza

Data: Invalid Date | Autore: Giovanni Cristiano



Cittanova (Rc) 24 LUluglio 2012 – Dopo il pomeriggio di riposo, è ripresa questa mattina la preparazione pre-campionato per le Aquile di Ciccio Cozza. Come di consueto, la giornata è stata divisa in due sedute di allenamento.

Al mattino lavoro fisico nel parco dell'Hotel "Uliveto Principessa", quartier generale dei giallorossi. Si è partiti con il riscaldamento tecnico nel campetto della struttura, agli ordini dell'allenatore in seconda Massimo D'Urso, e si è poi proseguito con un circuito di potenziamento aerobico, sotto la supervisione del preparatore atletico Rosario Scarfone, che ha poi fattoeseguire esercizi di stretching, mobilizzazione articolare e forza.

Allo stadio "Elvio Guida" di Polistena si sono allenati a parte – anche nel pomeriggio - i centrocampisti Squillace e Romeo ed il portiere Pisseri, affidati alle cure di Demetrio Brancati, oltre agli altriportieri che si sono allenati con il loro preparatore Antonio La Serra.

Nel pomeriggio l'intera truppa giallorossa si è trasferita sul rettangolo verde di Polistena, per l'allenamento tecnico tattico seguito dall'allenatore Cozza, che ha in particolare curato gli schemi della fase offensiva, coadiuvato dal 'secondo' D'Urso che si è concentrato sulla parte difensiva. Per finire, la consueta partitella undici contro zero.[MORE]

Domani mattina è in programma un lavoro tecnico-tattico sul campo di gioco, con rifinitura dei movimenti e degli schemi a palla attiva ed inattiva, prima della partitella amichevole contro la formazione locale del Polistena, neopromossa nel campionato di Promozione, in programma allo

stadio “Elvio Guida” con fischio di inizio alle **ore 17. Per le Aquile sarà la prima uscita pre-campionato.**

Articolo scaricato da www.infooggi.it
https://www.infooggi.it/articolo/us-catanzaro-preparazione-pre-campionato-per-le-aquile-di-ciccio-cozza/29665