

## گزارش تمرین سرخپوشان پیش از دیدار با الهلال

تمرین امروز تیم فوتبال پرسپولیس با تمرینات اختصاصی یک بازیکن برگزار شد.

به گزارش سایت خبری پرسون و به نقل از سایت باشگاه پرسپولیس، تمرین امروز چهارشنبه تیم فوتبال پرسپولیس از ساعت ۱۱ در ورزشگاه شهید کاظمی آغاز شد.

\* بازیکنان ابتدا کارهای گرم کردن و حرکات کششی، نرمشی و برنامه‌های هوازی را در دستور کار قرار دادند. سپس آقا وسط در قالب سه گروه در برنامه بود که زیر نظر کادر فنی انجام شد.

\* مرور کارهای تاکتیکی شامل؛ ضربات ایستگاهی، ارسال کرنر و حمله به سمت دروازه با انتقال نکات لازم از سوی کادر فنی به بازیکنان به اجرا در آمد.

\* فوتبال درون تیمی، آخرین بخش تمرین بود که به مدت کوتاهی انجام شد و پس از آن بازیکنان بدن‌ها را سرد و راهی رختکن شدند.

\* علی شجاعی تنها بازیکنی بود که تمرینات اختصاصی داشت و سایر بازیکنان بدون مشکل در اختیار کادر فنی بودند و در تمام مراحل تمرینات گروهی شرکت کردند.

\* تیم فوتبال پرسپولیس فردا آخرین تمرین خود پیش از سومین دیدار دوستانه و سفر به عربستان را در برنامه دارد.

به گزارش خبرنگار مهر، تیم فوتبال پرسپولیس ۲۴ مهرماه مقابل الهلال عربستان در یک چهارم نهایی لیگ قهرمانان آسیا برگزار می‌شود.

منبع: مهر