Bologna, ieri il primo allenamento. Mihajlovic oggi in campo da solo

Bologna di nuovo in campo, si allena anche Mihajlovic!

Da ieri anche **i rossoblù sono tornati a lavorare**: un'ora di corse e ripetute **57 giorni dopo l'ultima volta**. Sedute rigorosamente individuali, senza palloni e senza attrezzi (sono chiuse tutte le strutture del **centro sportivo Galli** ad eccezione dei campi) e con un protocollo chiaro per poter accedere all'allenamento. **Quindici giocatori** della prima squadra hanno svolto l'allenamento, tra cui **Poli** e **Orsolini** che sono arrivati già cambiati e con l'acqua portata da casa. I parcheggi sono stati distanziati e la temperatura dei giocatori è stata misurata all'ingresso del centro. Erano presenti un medico e un preparatore, che hanno seguito tutto all'interno della struttura grazie alle immagini delle telecamere. La squadra ha lavorato su tre campi, per i portieri **Skorupski** e **Da Costa** è stato predisposto un programma specifico di corsa, mobilità articolare, balzi e circuiti, senza pallone. Gli altri sono stati disposti su tre corsie verticali tracciate per ogni campo, da 20 metri di larghezza e separate di 3 metri l'una dall'altra. I lavori si sono basati sulla corsa, l'attivazione e la mobilità generale per agire su resistenza e rieducazione alla corsa. Lo staff ha richiesto ai giocatori di non esagerare per evitare il rischio di infortuni; il ritorno ad una condizione normale di corsa richiederà quattro settimane di lavoro.

Di **oggi** invece la notizia secondo la quale **Sinisa Mihajlovic sta facendo una seduta di allenamento individuale a Casteldebole**. Alle 10.00, secondo quanto riportato da Sky Sport, l'allenatore del Bologna ha varcato i cancelli del centro sportivo, dirigendosi sul campo, correndo e facendo addominali, come ieri ha fatto la squadra.

Per tutte le NEWS del giorno in tempo reale clicca qui – LIVE

Ascolta il nostro podcast!

Ascolta l'intervista esclusiva al procuratore sportivo **Alessandro Canovi**!