

الاتفاق يواصل تحضيراته في المرحلة الأولى

13 يوليو، 2025



واصل فريق الاتفاق الأول لكرة القدم تحضيراته للموسم الجديد، من خلال الحصة التدريبية التي أقيمت مساء اليوم ضمن ثاني أيام البرنامج الإعدادي.

وانطلقت التدريبات في صالة الحديد، حيث خضع اللاعبون لتمارين تفعيلية وتقوية عضلية. بعدها انتقل الفريق إلى ملعب التمرين، حيث قسّم الجهاز الفني اللاعبين إلى مجموعات لخوض تدريبات متنوعة باستخدام الكرة وبدونها.

وشهدت الحصة التركيز على عناصر التوافق والمرونة، إلى جانب تنفيذ مجموعة من تمارين التحمل البدني.

واختتمت الحصة التدريبية بعمل فني تكتيكي على نصف مساحة الملعب، في إطار مواصلة رفع الجاهزية البدنية والفنية للفريق استعداداً للموسم المقبل.

يشار إلى أن الفريق سيغادر الثلاثاء إلى البرتغال ضمن معسكره
الاعدادي الخارجي في المرحلة الأولى، يعقب ذلك المرحلة الثانية في
أسبانيا .