

Libur Lebaran, Pelatih Persib Pantau Latihan Mandiri Pemain



Realitakyat.com – Pelatih Persib Bandung Robert Alberts terus memantau perkembangan para pemain di masa jeda atau libur program latihan bersama.

Meskipun tidak berlatih bersama, semua pemain Persib memiliki tugas berlatih mandiri di tempat tinggalnya masing-masing.

“Kami sudah mendapat laporan latihan harian dari para pemain. Kami kumpulkan laporan itu, lalu kami analisa agar mengetahui kondisi mereka dibanding dengan sebelumnya,” kata Robert, dikutip dari laman resmi klub, Minggu (9/5/2021).

Program latihan mandiri Persib di bulan Ramadan menyesuaikan dengan kebutuhan setiap pemain. Sebagian pemain, terutama yang tidak berpuasa, berlatih di pagi hari, sedangkan sebagian lainnya yang menunaikan ibadah puasa bisa berlatih menjelang berbuka puasa.

“Kami beri mereka pilihan. Bisa setelah atau sebelum buka puasa. Sedangkan pemain yang tidak berpuasa bisa menjalani latihan di pagi hari. Semua punya waktu latihannya masing-masing,” jelas Robert.

Tak hanya soal program latihan, Robert juga memperhatikan dengan ketat asupan makanan para pemainnya.

“Kami juga memantau asupan makanan. Setiap pemain berbeda berdasarkan berat badan dan beberapa faktor lainnya. Mereka punya pilihan apa yang akan dikonsumsi agar berat badan, energi dan volume ototnya selalu terjaga,” katanya.

Persib Bandung meliburkan pemain dari kegiatan latihan bersama selama lebih dari tiga pekan setelah selesai mengarungi turnamen Piala Menpora 2021.

Terhitung 27 April 2021, kegiatan latihan bersama pemain Persib diliburkan, dan tim rencananya kembali berkumpul pada 22 Mei mendatang.

Para pemain diberikan kebebasan untuk pulang ke kampung halaman, tetapi diberi pekerjaan rumah, yakni latihan individu seperti yang pernah dijalankan sebelum bergulirnya Piala Menpora, dan memberikan laporan berupa video latihan kepada tim pelatih. (ndi)