وصول بطاقة كويلار والادارة الطيبة تستحدث منطقة تدريب بالرمل لعلاج المصابين

وصلت أمس بطاقة المحترف الكولومبي جوستافو كويلار التي ستمكنه من المشاركة في لقاء بعد غد السبت أمام الفيحاء.

وفي إطار استعدادات الفريق الأول بنادي الهلال، انتظم الدوليون السبعة عبد الله المعيوف وعلي البليهي وياسر الشهراني ومحمد كنو وسلمان الفرج وسالم الدوسري وهتان باهبري في تدريبات الفريق الأول مساء أمس وكان مغلقاً بأمر الروماني رازفان لوشيسكو ويعقد الأخير مساء اليوم مؤتمراً صحافياً للحديث عن مباراة الفيحاء.

في شأن آخر، استحدثت الإدارة الطبية منطقة تدريب في مقر النادي، وذلك بهدف زيادة نسبة الوقاية من الإصابات وتقويم الأداء الرياضي وتأهيل المصابين بواسطة التدريب على الرمل؛ حيث يسهم في زيادة القوة العضلية وتقليل الإجهاد البدني إلى جانب تعزيز ثباتية المفاصل، فضلاً عن زيادة السرعة وخفة الحركة وزيادة المعدل اللياقي، وخضع اللاعب عبد الله عطيف في أثناء استكماله برنامجه التأهيلي لجرعات من التدريبات في المنطقة الرملية