

El DT Modolo defiende el atípico y exigente entrenamiento de Deportivo Riestra

[Deportivo Riestra](#), uno de los equipos recién ascendidos a la Liga Profesional de fútbol, se encuentra en plena pretemporada en Pinamar de cara a su primera experiencia en Primera División y, luego de que en las últimas horas trascendieran detalles de su exigente y atípica rutina de entrenamientos, Matías Modolo, el DT de los “Malevos”, explicó que con esas prácticas sus dirigidos podrán “equiparar a equipos de la A”.

“Consideramos que con esta manera de entrenamiento, que viene dando resultado desde la D y con mucha fortaleza mental, podemos equiparar a equipos de la A”, aseguró el entrenador, en diálogo con D Sports Radio.

Además, resaltó: “Este programa de entrenamiento es una metodología que tiene el club hace muchos años”.

Modolo, de 36 años, quien estuvo a cargo del plantel en el ascenso a Primera, destacó que la exigente rutina lleva a “desafiar las barreras de los límites” de los jugadores.

Tal como informó la institución de Nueva Pompeya en la red social X, la exigente rutina comienza a las 3:15 con una infusión, para luego encarar el primer turno de trabajo a las 3:30.

Una hora después, llega el primer descanso, con un lapso de 135 minutos, para luego consumir la segunda infusión e iniciar al segundo turno a las 7.

A las 8, el equipo desayuna y descansa otras 2 horas, para

encarar el tercer turno desde las 12.30 hasta las 13.30, momento de descanso hasta la merienda de las 17.30.

Finalmente, llevan a cabo el turno final a las 18, cenar 20.30 y cierran la jornada a las 22.30.