

Riestra entrena desde la 3.15 de la mañana en cuatro turnos

El plantel de [Deportivo Riestra](#), uno de los recién ascendidos a la Liga Profesional, comenzará mañana un intenso entrenamiento que inicia a las 3 y cuarto de la madrugada y finaliza a las 22.30.

La planificación la compartió la cuenta oficial del club de Nueva Pompeya en la red social X, donde figura el comienzo de la jornada 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 que dirige Matías Modolo 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, ejecutan el turno final a las 18.00, cenan 20.30 y finalizan la jornada a las 22.30.

Los “malevos”, que jugarán por primera vez en la máxima categoría, iniciarán mañana esta planificación en el marco de la pretemporada que llevan a cabo en la localidad costera de Pinamar.