



PSIM Gelar Recovery Training



YOGYA (MERA-PI) - PSIM Yogyakarta kembali menggelar sesi latihan usai mendapatkan hasil imbang saat menghadapi Nusantara ' United FC, pada Senin (5/9) lalu. Ditemui usai memimpin jalannya sesi latihan, pelatih Imran Nahumarury membeberkan jika latihan pada Rabu (7/9) sore lebih difokuskan pada *recovery training*.

"Hari ini kita latihan seperti biasa, jadi setelah main kita lakukan *recovery training*," ungkap Imran seperti dilansir laman resmi klub, Rabu (7/9).

Imran juga menambahkan jika sebelum dilakukan sesi *recovery training*, tim pelatih telah melakukan evaluasi terhadap performa Sendri Johansah dan kawan-kawan.

"Sebelum *recovery training*, kita ada evaluasi. Dalam evaluasi kita bagi menjadi tiga yakni

evaluasi kita praktik, evaluasi di kelas, dan kita beri catatan ke pemain untuk bisa mengevaluasi diri sendiri," ujar Imran.

Dalam latihan kemarin, pemain dibagi menjadi dua tim yakni pemain yang bermain selama lebih dari 75 menit dan pe-

main yang bermain kurang dari 75 menit atau tidak bermain dalam laga tersebut.

"Tadi kita bagi pemain menjadi 2, yang main di atas 75 menit kita pisah untuk jogging, dan untuk yang tidak main kita naikkan kondisinya agar tidak *njomplang*," imbuhnya. (*)-f



MERAPI-psimjogja.id

Para pemain PSIM jalani recovery training, kemarin.

Instansi	Nilai Berita	Sifat	Tindak Lanjut
1.	Netral	Biasa	Untuk Diketahui

Yogyakarta, 21 Juni 2026
 Kepala

Ig. Trihastono, S.Sos. MM
 NIP. 19690723 199603 1 005