

## Fokus Rekondisi Fisik dan Simulasi

Contributed by Administrator  
Wednesday, 05 July 2017

Jawapos.com - TIMNAS voli akan bertarung di 19th Asian Senior Men Volleyball Championship di Surabaya-Gresik akhir bulan nanti. Turnamen itu merupakan ajang uji coba satu-satunya bagi timnas voli putra sebelum ke SEA Games 2017.

Pelatih tim putra Samsul Jais menyatakan, saat ini dirinya masih melakukan menu latihan fisik bagi anak asuhnya. Tujuannya, menjaga kondisi fisik Agung Seganti dkk. Bukan hanya itu, Samsul juga akan kembali melakukan latihan simulasi pertandingan.

"Mereka harus merasakan latihan atmosfer pertandingan sebelum terjun ke pertandingan sebenarnya. Biar insting dan chemistry di antara pemain cepat terbentuk. Jadi, mereka tidak akan kaget lagi waktu main di turnamen uji coba, apalagi di SEA Games nanti," jelasnya.

Pada kejuaraan tersebut, Indonesia akan bersaing dengan 16 negara. Indonesia tergabung di grup A bersama Qatar, Kazakhstan, dan Arab Saudi. Merah Putih juga mengintip kekuatan rival di SEA Games, Vietnam dan Thailand. Vietnam berada di grup C. Thailand berada di grup D.

Meski demikian, Samsul menerangkan bahwa dirinya tidak mematok target yang tinggi pada turnamen tersebut. Sebab, turnamen itu hanyalah batu loncatan bagi timnas sebelum terjun ke SEA Games 2017.