Персональный тренер рассказал о тренировках Дрю Холидэя.

«Защита, как все говорят, основана на нужном настрое и старании. Но необходимо подкреплять все это физической готовностью.

За 16 лет в бизнесе я не видел никого в НБА и НФЛ, кто подходил бы к тренировкам за пределами площадки как Дрю Холидэй. Он всегда говорит, что его стиль игры требует подобного подхода и тяжелой работы. Он приседает со 130 килограммами 20 раз. Больше никто так не делает. Его ноги как стволы деревьев. Это необходимо, чтобы защищаться на всех позициях, с первой по пятую. Он обороняется против больших, которые значительно тяжелее его. Потому что он настолько силен. Но не только в плане движений вверх-вниз. Это и боковые, и круговые движения. Его работа ног находится на элитном уровне», – заявил тренер Майк Гевара.

Защитник был обменян в «Селтикс» перед началом сезона-2023/24 и помог «Бостону» выиграть титул чемпиона.

Все права защищены