

## Erik ten Hag adota medidas para minimizar o jet lag no tour dos EUA do Manchester United

O treinador do Manchester United, Erik ten Hag, tem a intenção de que o time comece a correr no tour dos EUA minimizando o jet lag. Isso inclui treinamentos **rajajudi88 freebet** Los Angeles **rajajudi88 freebet** horários otimizados para que seus jogadores recebam luz e janelas designadas para dormir e alimentação.

O United chegou a LA, que está oito horas atrás do Reino Unido, por volta das 17h30 de quarta-feira. Seu primeiro jogo é às 17h de sábado contra o Arsenal no SoFi Stadium, **rajajudi88 freebet** Inglewood.

Com treinamentos na quinta e sexta-feira, o departamento de desempenho físico implementou uma série de medidas para ajudar na preparação.

Os treinamentos foram agendados para apoiar a equipe à medida que seus relógios biológicos se adaptam à diferença de tempo, com considerações feitas **rajajudi88 freebet** relação à exposição à luz no melhor momento do dia. Refeições personalizadas foram projetadas pelo chef de desempenho e equipe de nutricionistas do United. Os jogadores também receberam um plano com janelas designadas para dormir e alimentação, um cronograma de hidratação para evitar o risco de desidratação e roupas de compressão individualmente projetadas para aumentar a circulação sanguínea.

A esperança é que essas medidas dêem aos jogadores a plataforma ideal para se adaptarem rapidamente e maximizarem o desempenho. Na quarta-feira, o United fará uma curta viagem para o sul para enfrentar o Real Betis no Snapdragon Stadium, **rajajudi88 freebet** San Diego, antes de voar para a Carolina do Sul para a etapa final, enfrentando o Liverpool no Williams-Brice Stadium, **rajajudi88 freebet** Columbia.

Tyrell Malacia não viajou para os EUA enquanto continua **rajajudi88 freebet** reabilitação de uma lesão grave no joelho que o deixou de fora de toda a última temporada. O zagueiro de 24 anos não jogou pelo United desde o último jogo da campanha anterior.

## Seminário de Mídia sobre Cooperação da Iniciativa do Cinturão e Rota na Província de Hawalli, Kuwait

Um seminário de mídia sobre a cooperação da Iniciativa do Cinturão e Rota (ICR) foi realizado na Província de Hawalli, no Kuwait, **rajajudi88 freebet** 20 de maio de 2024. O evento, co-organizado pelo escritório da Agência de Notícias Xinhua no Oriente Médio e pela embaixada chinesa, atraiu mais de 70 representantes da Agência de Notícias do Kuwait, Televisão Estatal do Kuwait, jornais locais e outros principais meios de comunicação.

### Discursos e Intercâmbios

No seminário, os participantes fizeram discursos e intercâmbios sobre tópicos como "O papel da mídia na promoção conjunta para o alinhamento da Iniciativa do Cinturão e Rota e a Visão Nacional 2035 do Kuwait" e "Como a mídia chinesa e kuwaitiana respondem conjuntamente aos desafios comuns do mundo atual".

### Conquistas da Cooperação da ICR

Zhang Jianwei, o embaixador chinês no Kuwait, apresentou as conquistas frutíferas da cooperação da ICR entre a China e o Kuwait **rajajudi88 freebet** vários campos, como economia, comércio e intercâmbios interpessoais e culturais na última década. Ele observou que os intercâmbios interpessoais são uma parte importante da cooperação da ICR, na qual a mídia desempenha um papel importante.

## **Cooperação da Mídia**

Wu Zhongmin, vice-chefe do escritório da Agência de Notícias Xinhua no Oriente Médio, apresentou os intercâmbios e a cooperação entre a mídia da Xinhua e a do Kuwait, bem como os esforços da Xinhua para aprofundar a integração e o desenvolvimento da mídia.

---

### **Informações do documento:**

Autor: jandlglass.org

Assunto: rajajudi88 freebet

Palavras-chave: **rajajudi88 freebet - jandlglass.org**

Data de lançamento de: 2024-08-26