На следующий день.

Динь-линь-линь~

Под звон будильника Чэнь Шэн с трудом поднялся с кровати.

На улице уже светало.

Но это было самое подходящее время для покупки продуктов.

Умывшись и одевшись, Чэнь Шэн сразу же отправился на улицу.

На овощном рынке он нашел лавку с булочками и под удивленным взглядом босса быстро съел большую кучу булочек.

Покончив с завтраком, Чэнь Шэн приступил к плану покупок.

«Тетушка, дайте 2,5 кило ребрышек, 5 кило свиного брюшка и еще 5 свиной голяшки».

«Молодой человек, у вас дома пир?»

На вопрос тетушки, торгующей мясом, Чэнь Шэн улыбнулся.

Чэнь Шэн с улыбкой, но с чувством вины кивнул.

После этого он купил еще мяса, овощей и приправ для готовки.

С обеими руками полными продуктов Чэнь Шэну потребовалось немало усилий, чтобы выйти из овощного рынка с его нынешней силой.

К счастью, овощной рынок находился достаточно близко к дому, так что ему удалось, хоть и с трудом, донести все до дома, часто останавливаясь по пути.

Он сложил мясо и овощи по отдельности и разложил приправы.

Закончив со всем этим, Чэнь Шэн снова вышел на улицу, готовый приступить к сегодняшней тренировке.

Вчерашний рекорд непрерывного бега составил 20 минут, почти три километра, что позволило ему увеличить свой физический показатель на 0,01.

Чэнь Шэн использовал свой телефон для записи ежедневных тренировок, что было удобно для сравнения.

Он начал бежать.

Он чувствовал, как осенний ветер обдувает его лицо, Чэнь Шэн не мог не прищурить глаза.

Благодаря улучшению физических данных и навыков бега, тот перестал быть для него пыткой, а превратился в процесс наслаждения и стал приятнее.

10 минут, больше километра.

Лицо Чэнь Шэна было нормальным, а когда он проебежал мимо входа в деревню Вутун, то даже помахал рукой водителю мотоцикла.

20 минут, почти три километра.

Чэнь Шэн слегка задыхался, но все равно чувствовал себя полным сил.

25 минут, более трех километров.

Его физический показатель снова увеличился на 0,01, и тело начало быстро восстанавливаться.

35 минут, более четырех километров.

«Потрясающе!»

По пути Чэнь Шэн поднял руку и закричал, привлекая внимание прохожих.

Хотя его энергия была почти исчерпана, ощущение того, что он становится сильнее, было действительно захватывающим.

С возбужденным выражением лица Чэнь Шэн опустил руку и перешел с бега на ходьбу.

Оставшееся время пути будет как раз подходящим для восстановления сил.

Час спустя, Чэнь Шэн спустился вниз, в спортзал Джейсона.

Возможно, из-за того, что он приехал слишком рано, комплекс еще не открылся.

Поэтому он больше часа отдыхал в магазине напитков внизу.

Только в десять часов он, полностью восстановившись, отправился в спортзал.

К этому времени там уже было довольно много людей.

Чэнь Шэн сразу же отправился в раздевалку и сложил свои вещи.

Затем он отправился в фитнес-зал.

Там он случайно столкнулся с тренером Джеком и желтоволосым А Вэем, которые тоже собирались приступить к тренировке.

Они тайком поглядывали на Чэнь Шэна, одновременно демонстрируя странные выражения лиц.

«Тренер, я уверен, что он не вернется после сегодняшнего дня».

«Не обязательно. Он должен вернуться в другой день».

«Хорошо, тогда давайте поспорим на чашку кофе из Moonbucks».

«Без проблем».

На самом деле эти двое ставили на Чэнь Шэна.

Однако тот не знал об этом.

Он был не из тех, кто настаивает на дружеском общении с тем, кто его не интересует, поэтому

он сразу же отправился на беговую дорожку, чтобы разогреть свое тело.

А Вэй с расслабленным выражением лица встал на беговую дорожку рядом с ним.

Они начали бегать вместе.

Во время бега игривый взгляд А Вэя периодически падал на Чэнь Шэна, словно ожидая увидеть, как тот выставляет себя на посмешище.

Однако, к его удивлению,

10 минут,

Чэнь Шэн по-прежнему выглядел нормально.

15 минут,

Чэнь Шэн лишь слегка запыхался.

20 минут.

Глаза А Вэя медленно расширились.

«Что происходит?»

«Этот парень принял сегодня какое-то лекарство?»

«Он явно умирал после того, как вчера пробежал меньше 20 минут».

«Как он до сих пор полон сил?»

Только после 30 минут бега Чэнь Шэн наконец сошел с беговой дорожки.

Хотя его дыхание было учащенным, он не выглядел таким изможденным, как вчера.

На самом деле Чэнь Шэн все еще мог бегать.

После того как его физический атрибут увеличился еще на 0,01, его выносливость начала восстанавливаться.

Но впереди еще были силовые тренировки, поэтому нужно было экономить силы.

Возможно, почувствовав на себе удивленный взгляд А Вэя, Чэнь Шэн повернул голову и усмехнулся.

«Просто немного потренировался, и все стало лучше».

«Похоже, бегать не так уж и сложно», - Чэнь Шэн затаил обиду.

Он не стал опровергать вчерашние насмешки А Вэя, потому что, по его признанию, в то время он не был таким же хорошим бегуном, как он.

Теперь же, когда он стал лучше, ему нужно было немного похвастаться - как еще он сможет оправдать свой Золотой Палец?

Если собеседник на это не купился, ничего страшного.

Завтра он сможет похвастаться еще больше.

Сказав это, Чэнь Шэн не стал дожидаться реакции А Вэя и сразу направился в силовую зону.

Позади него к А Вэю подошел тренер Джек.

«Как долго этот парень бегал сегодня?»

«Тридцать минут».

«Правда? А разве вчера он не закончил чуть больше чем через десять минут?»

У тренера Джека было такое же выражение лица, как и у А Вэя.

На лице А Вэя появилось неприятное выражение, и он медленно кивнул.

«Думаю, вчера он притворялся слабым, чтобы поиздеваться надо мной».

«Иначе как бы кто-то мог так быстро совершенствоваться?»

Говоря это, А Вэй взглянул на не слишком удаляющегося Чэнь Шэна.

Его зубы заскрипели.

«Забудь об этом, не сравнивай себя с таким человеком».

«Может, он и умеет симулировать бег, но с таким телосложением ему точно не справиться с грубой силой железа».

Тренер Джек утешил А Вэя и приготовился отвести его на силовую тренировку.

В это же время, Чэнь Шэн только что прибыл в силовую зону и услышал громкий, похожий на барабанный бой голос Сильного Брата.

«Маленький Чэнь, сюда!»

Сильный Брат стоял в зоне гантелей и махал Чэнь Шэну рукой. Его блестящая лысина блестела под лучами солнца.

«Впечатляет, большинство людей не могут справиться с болью в мышцах на следующий день после тренировки».

Услышав это, Чэнь Шэн внезапно осознал, что, похоже, совсем не чувствует боли в мышцах.

Он решил, что это результат повышения атрибута силы, так же как повышение физического атрибута восстановило его выносливость.

«Ну что ж, раз уж я решил тренироваться, то должен этого придерживаться».

усмехнулся Чэнь Шэн.

Такой ответ заставил Сильного Брата восхититься им еще больше.

«Давай, начнем тренировку».

Далее был еще один час силовых тренировок.

Сначала были подъемы гантелей.

Чэнь Шэн почувствовал значительные изменения, как только взял в руки гантели.

Вчера, когда он поднимал их, было ощущение тяжести.

Но теперь эта тяжесть значительно уменьшилась.

Тренировка состояла из двенадцати сетов, по двенадцать повторений на каждый сет, по шесть сетов на каждую руку.

Вчера Чэнь Шэн едва осилил три сета на каждую руку, после чего руки заболели настолько, что он уже не мог делать хват.

Но сегодня он выполнил все подходы и даже сохранил немного сил.

«Маленький Чэнь, как ты…»

Даже Сильный Брат, который тренировался вместе с ним, был немного ошеломлен.

Он наблюдал за Чэнь Шэном во время его вчерашней тренировки.

Благодаря многолетнему опыту Сильный Брат, он мог с уверенностью сказать, что Чэнь Шэн действительно выкладывается на полную.

Но теперь, всего за один день, произошли такие значительные изменения.

«Может быть…»

Словно размышляя о чем-то, Стронг Браун слегка ошалел.

Он даже не слышал объяснений Чэнь Шэна.

http://tl.rulate.ru/book/103092/3716470