"Джейсон, хороший предварительный забег".

В зоне отдыха британской делегации Мизи, 43-летний тренер Невилл увидел, как Джейсон Гарднер закончил предварительный забег на 60 метров, взял куртку и полотенце и бросил ему.

Потный, спросил.

Джейсон Гарднер - представитель смешанной черно-латиноамериканской расы, с ровным и мощным телом. Хотя в нем также велика доля черных генов, у него, как и у Морриса Грина, цвет лица лучше, чем у многих чернокожих. гораздо мельче.

В это время внимание Джейсона Гарднера не было приковано к групповому этапу 60-метровки. Второй и третий призер чемпионата по бегу на 60 метров в помещении. Он не уделяет слишком много внимания соревнованиям на 60 метров, и те соревнования в помещении, на которых он не выиграл чемпионат, не из-за его слабой силы, а из-за невезения. В пиковом состоянии он может пробежать 60 метров за 6,40 секунды. Грин.

И на этот раз на чемпионат мира в помещении Грин, Монтгомери и другие суперсильные соперники в первой половине не приехали на соревнования, только Кроуфорд, который бежал 200 метров, и Обиквейлу и другие, он тоже не принимает это близко к сердцу.

Теперь он переживает за другого товарища по национальной сборной по легкой атлетике, который не смог выступить в помещении.

"Я боюсь, что он будет отстранен".

Главный тренер Джейсона Гарднера Невилл покачал головой и вздохнул: "24 числа прошлого месяца ИААФ уличила его в приеме запрещенных препаратов и наказала двухлетним запретом."

"Черт, а как насчет следующей олимпийской эстафеты? Такой **** бюрократ, как ИААФ, и Дуэйн Чемберс, этот **** идиот, делающий это в такой критический момент Глупости". Джейсон Гарднер выругался: то ли наказание Национальной федерации легкой атлетики, то ли употребление Чемберсом запрещенных препаратов разозлили его.

Дуэйн Чемберс, сильнейший на сегодняшний день британский спринтер, пробежавший менее 10 секунд в 5 из 26 забегов в сезоне 2002 года, опередив Монтгомери и действующего рекордсмена в беге на 100 метров Мориса Грина, был назван лучшим мужским легкоатлетом Европы в 2002 году.

Однако в течение полугода после Олимпийских игр ИААФ выяснила, что он использовал запрещенные препараты, и он был отстранен от соревнований. Это просто лишает дара речи.

Что касается Джейсона Гарднера, то Чемберс ничего не мог с собой поделать. Ему было наплевать на гонку. Без Чемберса, возможно, будет меньше соперников в беге на 100 метров, но в мужской эстафете 4×100 метров не хватает мощного генерала.

Мужских спринтеров было много, и можно сказать, что это редкий случай, когда они могут конкурировать с командой США. Даже если Чемберс будет отсутствовать, в эстафетной команде все равно найдется кто-то, кто его заменит, но это неизбежно добавит неопределенности.

"6,53 секунды, Су из Китая легко заняла первое место в этой группе предварительных соревнований..."

Пока эти двое разговаривали, вдруг из радиоприемника раздался взволнованный голос.

"6 секунд 53?!"

Услышав это, Джейсон Гарднер тут же встал и пошел от зоны отдыха к краю арены.

"Кого вы только что сказали? Кто пробежал за 6 секунд 53?"

Мировой рекорд в беге на 60 метров - 6,39 секунды Грина, это его супер стартовая и взрывная сила, не у каждого она есть. Большинство ведущих спринтеров имеют время между 6,5 и 6,6 в беге на 60 метров. В том числе и сам Джейсон Гарднер, который находился на уровне 6,50 секунды, вдруг услышал результат 6,53 секунды, что повергло его в шок.

При звуке трансляции Джейсон Гарднер посмотрел через поле и увидел красную фигуру на финишной линии 60-метровой дистанции только что завершившегося четвертого группового этапа.

"Джейсон, это Су из Китая. Он чемпион соревнований в помещении во французском Левине в этом году и прошлогодних соревнований в помещении в Вене. Он потенциальный спортсмен.

Лю в беге на метр с барьерами переживает период подъема, если бы я не видел их соревнования наяву, я бы не поверил, что китайцы смогут показывать отличных легкоатлетов одного за другим."

Для спортсменов некоторые новые игроки все еще относительно незнакомы, но большинство тренеров не пропустят эту информацию. Это основное домашнее задание тренера. В частности, у спортсменов с результатами соревнований будет база данных для подробных записей.

Для будущего изучения преимуществ и недостатков технических навыков различных спортсменов, в будущих тренировках выяснить и усвоить технические характеристики различных спортсменов, и тренировать спортсменов с похожими стилями.

"Азиатский спортсмен может бежать до 6,53 секунды, что меня поражает".

Джейсон Гарднер не знал многого об участвующих спортсменах до начала соревнований. Без соревнований Грина и Монтгомери в закрытых помещениях в финале 60-метровки могли участвовать лишь несколько человек. Но теперь все изменилось, появилось новое лицо.

"Кроуфорд, Кентрис, Граймс, Обиквере, а теперь еще один Су из Китая, Джейсон, не будьте неосторожны". Тренер Невилл, насчитав несколько лучших спринтеров на нынешних соревнованиях в помещении, торжественно спросил.

Отличные спортсмены часто стремятся превзойти лучших атлетов, но они часто игнорируют преследующую их силу. Если вы не будете осторожны, вас может повалить на землю новичок, а новичок будет добит собственной неудачей. Таких случаев в мире спорта бесчисленное множество.

14:00 по местному времени, 21:00 по пекинскому времени.

Утром предварительные игры по венгерскому телевидению были простым выпуском

новостей. Игры во второй половине дня - полуфиналы и финал - были очень интересными, и телеканал, естественно, транслировал весь процесс.

Будучи первым телеканалом в странах Восточной Европы, который начал передавать телетекст, первая программа венгерского телевидения уже охватила всю страну.

Будучи небольшой страной, Венгрия в 1994 году имела в стране более 2,7 миллиона телевизоров.

В это время перед телевизором в студии сидел известный венгерский спортивный комментатор и начал знакомить зрителей с деталями игры.

"Добрый день всем, меня зовут Наджи Шандор, и я очень рад, что могу рассказать об этом чемпионате мира в закрытых помещениях. Позвольте мне рассказать вам о расписании второй половины дня, которая скоро начнется. Главное событие соревнований - полуфинал в беге на 60 метров у мужчин, затем финал в тройном прыжке у женщин и финал в беге на 60 метров у женщин, и, наконец, в 18:00 - финал в беге на 60 метров у мужчин".

Голос упал, и экран телевизора переключился на крытый легкоатлетический зал стадиона в Будапеште.

"Атмосфера была очень оживленной, мы, венгры, заставили спортсменов почувствовать энтузиазм... Это американская звезда Шон Кроухед, вы можете видеть его сильные мышцы... вау, Что я увидел на поле, среди темной группы спортсменов, был белокожий игрок, о, нет, это был желтокожий игрок, это было слишком привлекательно. О, я посмотрел информацию, это SUZU из Китая."

С экрана телевизора доносился кадированный и заразительный голос диктора Наджи Шандола. Когда он прочитал имя Су Цзу, произношение двух слов было очень неловким, и он прочитал его как "Плоский тон".

"Су, его результат в предварительных соревнованиях составил 6,53 секунды, что просто потрясающе. Он превзошел Обеквиру и Кентриса, и, похоже, был отличным спортсменом с большой силой. Нашей легкой атлетике нужны новые лица. В этом полуфинале он был четвертым в группе А, а рядом с ним - Обиквиру. Все не должны быть слишком незнакомыми. В 2000 году на Олимпийских играх Биквиру, недовольный тем, что спортивный департамент Нигерии пренебрегает его травмой, переехал в Португалию и стал самым сильным спринтером в Европе..."

"Onyourmarks".

На месте проведения соревнований, перед стартовой линией 60-метровой дистанции, зазвучали голоса судей.

Су Цзу дважды подпрыгнул на месте, пошевелил запястьями и лодыжками и испустил легкий вздох. Благодаря двум жизням, а также накопленным соревнованиям, менталитет Су Цзу был очень хорошо отрегулирован. Но в этот момент, на чужой арене, соревнуясь с лучшими спринтерами мира, я не могу не почувствовать легкую дрожь в сердце.

В предварительных соревнованиях он не встретил ни одного мастера, но в полуфинале, где было всего две группы, было неизбежно, что он будет соревноваться с лучшими спортсменами мира.

Су Цзу также подробно узнал об этом перед полуфиналом. Конечно, в его группе Шон Кроуфорд, нет нужды говорить, что это американская звезда, имеющая потрясающие результаты в беге на 200 метров. Также сильны Граймс и Обиквелу, которого он победил в Левине, Франция, и оба они спринтеры с большой репутацией.

Со звуком подготовки пароля Су Зу наклонился и присел на корточки перед стартовым блоком, чтобы не отвлекаться.

"Старт".

"Хлоп!" Прозвучал полуфинальный выстрел.

Соревнование началось!

В момент выстрела Су Цзу неожиданно напрягся и быстро стартовал. Кроуфорд, Граймс и Обеквелу, которые стояли на подиумах по обе стороны от него, были одинаково быстры.

Разница в стартовой реакции была в пределах 0,05 секунды, что практически неразличимо невооруженным глазом. После того как Су Цзу приступил к зимним тренировкам, он снова сосредоточился на тренировке стартовой реакции.

Хотя стартовая реакция не дает эффекта за короткое время, это сделало стартовую технику Су Цзу более зрелой и стабильной, и скорость стартовой реакции можно контролировать в пределах 0,14-0,15 секунды. Иногда при нажатии на кнопку можно даже достичь 0,11-0,12 секунды.

На 60 метрах Су Цзу использовал оригинальный ритм бега, не акцентируя внимание на длине шага, а увеличивая частоту шагов как можно быстрее, стремясь к максимальному ускорению для достижения высокой скорости.

Это также метод бега, используемый маленькими спортсменами, такими как Шэнь Юньбао Монтгомери. Для победы важна не длина шага, а частота шагов.

В процессе бега спортсменам очень трудно контролировать свой каденс. Это связано с основной силой, тазобедренными суставами, размахом рук и т.д., и имеет большую степень личного физического экстремального таланта. Контроль за шагом относительно намного проще.

Когда Карл Льюис бежал 100 метров, его метод бега заключался в том, чтобы подчеркнуть, что стартовая дистанция должна быть большой и мощной. Скорость в первой половине может быть немного слабее, но во второй половине, он может полностью Body скорость доведена до предела. Су Цзу поменял левую и правую стартовые ноги и таким образом освоил новый ритм.

Но этот метод бега явно не подходит для 60 метров. В беге на 60 метров особое внимание следует уделять первой половине дистанции, поэтому ему нужно вернуться к прежнему методу бега. Во время старта он должен правильно контролировать свой шаг и изо всех сил стараться разогнать свое тело до максимальной скорости.

В это время на экране телевизора.

Я увидел, как тело спортсмена внезапно взорвалось от статичного состояния до максимальной скорости после выстрелов, сильное педалирование ногой, большое движение

руки, аккуратное движение восьми спортсменов, своего рода мгновенный Взрывоподобный удар был ослепительным.

"Игра начинается!"

Высокий писклявый голос венгерского комментатора прямой трансляции Надь Шандора одновременно разорвал экран, и комментарий матча по легкой атлетике был похож на одиночную сцену футболистов Кубка Европы после того, как два человека подряд, крича.

"Обике Виру, Сью, Кроуфорд, Граймс...". Имена нескольких спортсменов были быстро названы устами Наджи Сандора, а затем его голос, за которым последовал экран телевизора, внезапно остановился на одном имени.

"Су, это Су, он впереди, нет, Кроуфорд, он догоняет, и они оба попали на линию примерно в одно и то же время.

Посмотрим, кто, кто выиграет этот сет, Кто быстрее!".

На поле восемь спортсменов быстро пересекли финишную черту. Поскольку они бежали с максимальной скоростью, почти никто не мог остановиться в одно мгновение.

Раздалась серия звуков "пуф-пуф", и все восемь полуфиналистов пробежали дистанцию более 30 метров, преодолев 90 метров, которые организатор соревнований установил заранее. обивка.

"6 секунд 52 секунды, результат известен. Су из Китая, он пробежал лучше, чем в предварительных соревнованиях, он был на 0,01 секунды быстрее Кроуфорда и быстрее Граймса На 0,03 секунды он стал первым в группе А полуфинала и успешно вышел в финал.

Теперь мы можем с нетерпением ждать, как этот 17-летний новичок спринта из Китая выступит в финале. "

"...Сейчас начнутся полуфиналы в группе В на дистанции 60 м у мужчин. В этой группе выступает непобежденный на соревнованиях в помещении Джейсон Гарднер, какие сюрпризы он преподнесет всем? Теперь я полон ожиданий на финал в 18 часов вечера, кто станет чемпионом в беге на 60 метров среди мужчин на нашем чемпионате по легкой атлетике в закрытых помещениях."

http://tl.rulate.ru/book/74631/2073671