"Нынешний мировой рекорд и Олимпийские игры 2008 года у меня впереди".

Пообщавшись с Ли Чжичжуном на беговой дорожке, оба сначала разошлись. Су Цзу отправился в гостиницу, чтобы найти своих родителей и родственников, у которых он будет жить последние несколько дней, а у Ли Чжичжуна были свои дела.

По дороге в гостиницу Су Цзу начал серьезно размышлять о том, о чем они с Ли Чжичжуном говорили.

До Олимпийских игр 2008 года еще почти три года, и можно сказать, что вся "Команда Су", Центр управления полем, Генеральная администрация и даже вся страна смотрят на него. Пора побить мировой рекорд.

Что касается истории развития мирового рекорда в беге на 100 метров среди мужчин, то первым зарегистрированным мировым рекордом в беге на 100 метров среди мужчин был Томас Берк из США, который пробежал дистанцию за 11,8 секунды в Афинах, Греция, в 1896 году.

Первый мировой рекорд в беге на 100 метров среди мужчин, признанный ИААФ, был установлен Дональдом Липпинкоттом из США на Олимпийских играх в Стокгольме в 1912 году и составил 10,6 секунды.

Мировой рекорд на 100 м, установленный Джимом Хайнсом на Олимпийских играх в Мехико в 1968 году, составил 9,95 и стал первым мировым рекордом на 100 м после введения электронного хронометража.

После этого Келвин Смит и Карл Льюис перешли на 10-секундный хронометраж и постепенно улучшали этот рекорд.

Самое быстрое изменение должно произойти после введения 1990-х годов. В начале 1990-х годов Карл Льюис и Лерой Баррелл попеременно обновляли друг друга. Рекорд метра был улучшен до 9,85 секунды.

С тех пор канадский спортсмен Донован Бейли в 1996 году установил мировой рекорд в 9 секунд 84 секунды, а затем в мировом спринте наступила эра Мориса Грина.

17 июня 1999 года Морис Грин установил новый мировой рекорд с потрясающим временем 9,79 секунды на Международном Гран-при по легкой атлетике в Афинах.

14 сентября 2002 года Монтгомери на Гран-при в Париже ИААФ установил новый мировой рекорд, принадлежащий Грину, с результатом 9 секунд 78, но этот рекорд установлен в этом году, то есть в 2005 году, "Бак". После разоблачения скандала с "Израильской лабораторией" все его достижения после 2001 года были аннулированы Спортивным арбитражным судом, и природные мировые рекорды больше не засчитывались.

Нынешний мировой рекорд - 9 секунд 77 секунд - был установлен Асафой Пауэллом на Гран-при в Афинах, Греция, в июне этого года.

Сейчас Су Зу отделяет от этого достижения всего 0,02 секунды. С его возрастом и уровнем подготовки почти все оптимистично считают, что он сможет побить рекорд Пауэлла.

Но Су Зу прекрасно понимал, что 9 секунд 77 секунд - это еще не предел, даже 9 секунд 74 секунды, созданных Пауэллом позже, было недостаточно.

В 2008 году ямайская молния вступит в пик своей карьеры, и весь мир будет наблюдать за ним.

Сейчас Су Зу нужно успокоиться, воспользоваться этими двумя-тремя годами и улучшить себя настолько, насколько это возможно.

Мужской 100-метровый спринт достиг уровня менее 9 секунд 9, что можно сказать, вошел в пиковую зону человека, и каждое улучшение станет очень трудным.

Су Цзу чувствует это сейчас, его потенциальная ценность растет медленно, и нелегко улучшить различные качества через тренировки.

Даже два наиболее легко улучшаемых качества, сила и физическая подготовка, уже давно находятся в стадии застоя.

Хотя есть много причин, по которым ему мешает множество соревнований и некоторая коммерческая деятельность, есть также факторы, из-за которых он постепенно достигает предела возможностей человеческого тела и начинает медленно расти во всех аспектах.

"Тебе нужен долгосрочный и стабильный план тренировок". тихо подумал Су Цзу в своем сердце.

В настоящее время все воспринимают мировой рекорд все еще на уровне 9 секунд 77 секунд Пауэлла, и скоро, всего через несколько лет, Пауэлл снова побьет этот рекорд.

Су Цзу сейчас не обращает особого внимания на рекорд Пауэлла. Сейчас он далек от этого рекорда, но все же велика вероятность, что он будет побит в ближайшие два года.

После стремительного подъема Ямайки этот рекорд будет значительно улучшен.

Су Цзу хорошо известно, что знаменитая "Looking Back at the Moon" стала чуть ли не самым доминирующим выступлением ямайской молнии в мужском спринте.

И это на Олимпийских играх 2008 года, в "Птичьем гнезде", в своей собственной стране, Су Зу не хотел проигрывать сопернику, когда он все равно боролся на родине.

Это то, с чем он сталкивается сейчас. Если он хочет не проиграть сопернику, он будет продолжать заниматься строгой научной подготовкой.

После победы на двух чемпионатах мира Су Цзу на мгновение почувствовал, что кажется слабым.

А теперь, когда цель снова появилась, он немного вернулся к тому ощущению, когда только начал заниматься спринтерским бегом.

Я не знаю, каких результатов я смогу достичь в итоге, но мне все равно нужно работать еще больше и еще усерднее.

Не забывайте о первоначальном намерении, только тогда вы сможете всегда!

...

После завершения Золотого Гран-при, в следующие несколько дней, Су Цзу сначала посетил

несколько деловых мероприятий в волшебной столице, а затем он надел солнцезащитные очки и переоделся, сопровождая моих родителей в поездке по некоторым живописным местам Моду.

Моему отцу в этом году 44 года, а моей матери в этом году 40 лет. много.

За короткий период, более десяти дней, все прошло в одно мгновение. В Национальный день Су Цзу сопровождал Су Юаньхуа и Е Цинмэй обратно в провинцию Ронхай.

Прожив в городе Хэдао один день, Су Цзу отправился в провинциальную команду в Жунчэн, чтобы сообщить, что место регистрации его семьи и спортсмена находится в провинции Ронхай.

После встречи провинциальной команды с Чжуан Тао и руководителями других спортивных бюро, Су Цзу, Чжуан Тао и Чжан Цюаньшань, бывший партнер по спортивной школе, вместе поужинали.

В этот период несколько человек говорили о Шэнь Гоине, а после того, как он выиграл три золотые, серебряную и бронзовую медали на Олимпийских играх в Сузу в Афинах в прошлом году, он уже покинул страну после занятий.

Су Цзу никогда не был под руководством Шэнь Гоина, и ему не ясен его тренерский уровень. Нет никакой обиды на то, что Шэнь Гоин не позволил ему войти в провинциальную команду.

Поездка в Ронхай закончилась. Это был Национальный день в 2005 году. После более чем десяти дней отдыха и адаптации Су Цзу вернулся на тренировочную базу в Синьчжуан.

Провинциальная команда также может тренироваться естественным образом, но теперь о нем во всех аспектах заботятся члены "Команды Су Цзы". Даже если он захочет участвовать в Национальных играх от имени населенного пункта, тренироваться будет не со всеми. вместе. Просто отправляйтесь прямо на randevу перед игрой.

Сначала врач команды Сюй Чжикуй провел комплексное обследование, а затем начал серию восстановительных тренировок.

Хотя Су Цзу и Ли Чжичжун не уделяют большого внимания Национальным играм, но пока это игра, они должны сохранять серьезный настрой, и им необходимо провести большую подготовительную работу перед игрой.

Профессиональные спортсмены сталкиваются с различными спортивными событиями, и обычно они играют в соответствии со своим состоянием и весовым уровнем игры, соперниками и суммой призового фонда.

Как и на Гран-при Волшебной столицы, если бы Джастин Гэтлин не соревновался с Су Цзу, им двоим было бы трудно достичь таких результатов. После Гран-при Волшебной Столицы, в Yokohama All-Star Game, Гэтлин пробежал всего 10,01 секунды, чтобы выиграть чемпионат.

Это без стимуляции соперников, и игрокам трудно сконцентрироваться на высоком уровне.

Ли Чжичжун по-прежнему очень серьезно относится к этому вопросу.

На самом деле, включая тренера Лю Яньюя Сунь Пинцзяна, и даже многие отечественные тренеры, сталкиваясь с большинством соревнований, можно сказать, что это довольно серьезно.

С чисто коммерческой точки зрения, это не чисто коммерческая деятельность, а выступление спортсмена, что все же отличается.

12 октября в Цзиньлине прошли 10-е Национальные народные игры. В этих национальных играх приняли участие 46 делегаций со всей страны, а общее число спортсменов составило почти 10 000 человек, что стало самым большим показателем за предыдущие десять национальных игр.

<http://tl.rulate.ru/book/74631/2074102>