

1 июля, Париж, Франция.

На легкоатлетической тренировочной базе на окраине Парижа, организованной Французской легкоатлетической ассоциацией для Су Цзу в прошлом году, исследовательская группа Су Цзу проводила короткое совещание.

Поскольку в прошлом году Су Цзу возглавил рейтинг ИААФ по очкам, цель исследовательской группы в этом году - вновь стать действующим номером один в мировом рейтинге бега на 100 м среди мужчин.

До июля Су Цзу участвовал в Гран-при в Осаке, Гран-при в Нью-Йорке и Гран-при в Юджине, а также в Золотой лиге ИААФ на станции Осло 15 июня Су Цзу не участвовал в соревнованиях и Гран-при ИААФ в Чехии 27 июня, а остальные Гран-при, Супер Гран-при и Золотая лига в следующем июле стали главным приоритетом.

Чжан Пинцю посмотрел на немногих присутствующих, слегка прочистил кашель и сказал: "Гид Юй из центра также спросил в частном порядке, насколько Су Цзу изменил количество шагов в последнее время? Направление ветра в СМИ снаружи не совсем правильное".

Ли Чжичжун слушал, как Чжан Пинцю говорил о телефонном звонке из Китая прошлой ночью, его выражение лица внезапно опустилось.

По его мнению, хотя результаты Су Цзу в беге на 100 метров значительно снизились, в этом году он даже не преодолел отметку в 10 секунд, но он всегда был в пределах 10,10 секунды. В любом случае, это неплохо".

Ли Чжичжун в свое время учился в Европе и США. Исходя из идеологии и многих внутренних культур, он на самом деле понимает, что Су Цзу завоевал мировой рекорд, и он, естественно, будет атакован группой.

В 2006 году Асафа Пауэлл, Тайсон Гэй, Леонард Скотт и эти сильные игроки бросают вызов снова и снова, но в итоге Су Цзусан побил мировой рекорд.

Некоторое время мир молчал.

В этот момент кажется, что Су Цзу ослабевает. В 2006 году Су Цзу, который почти выиграл все виды Гран-при и Золотую лигу, и в начале сезона 2007 года Су Цзу участвовал в трех Гран-при.

Они не смогли выиграть чемпионат, что заставило многие европейские и американские СМИ воспользоваться этой возможностью.

Для СМИ легко поднять кого-то, но не слишком легко критиковать кого-то.

Конечно, серьезные СМИ не принимали непосредственного участия в направлении ветра здесь, или сообщали очень мало, в конце концов, должны быть веские доказательства. Но некоторые СМИ, известные своими кружевными новостями и беспринципностью, естественно, станут немного беспринципными.

Что касается команды Су Цзу, включая многие отечественные СМИ, это причина, по которой Су Цзу изменил свою технику бега. Многие люди до сих пор могут игнорировать это и выборочно забывать некоторое содержание.

Такие вещи нормальны для спортсменов. Это просто изменение техники. Есть несколько лучших спринтеров, которые не изменились, и они подстраиваются под свои результаты и физическое состояние.

Даже Морис Грин, то, как он бежит на пике своей карьеры, отличается от того, как он бежит сейчас на среднем и позднем этапах своей карьеры.

Просто сейчас его поставили на Су Цзу, и многие вещи были увеличены".

"А ты что думаешь?" Ли Чжичжун посмотрел на Су Цзу, который находился рядом с ним.

Су Цзу молчал, и некоторое время он не ожидал такого беспокойства.

Как сказал Ли Чжичжун, падение на 100 метров в этих трех забегах Гран-при действительно на виду у людей, и профессиональные тренеры и спортсмены видят, что он меняет ритм.

Говорят, что для спортсменов взлеты и падения результатов - это норма. Например, Лю Яньюй тоже страдал от травм, а потом упорно работал.

Однако бег на 110 метров с барьерами вообще нельзя сравнивать со 100-метровкой.

При одном только взгляде на результат 100-метровки люди становятся очень чувствительными. В беге на 110 метров с барьерами от 12 секунд 88 до 13 секунд 20, 30, и обычным людям не кажется, что есть сильная численная разница.

Но в беге на 100 метров пик приходится на 9,72 секунды, и он достигает 10,05 секунды.

Из-за числового значения это кажется немного неправильным.

Тем более, показатели Су Цзу с годами неуклонно росли и были чрезвычайно стабильными. Поскольку он пробежал меньше 10 секунд, это первый случай, когда он не набрал 10 секунд в трех гонках Гран-при подряд.

Что же касается времени 19,48 в беге на 200 метров, то, по оценкам, многие предпочли его проигнорировать.

"Мы говорили об этом в самом начале, если все изменится, то тебе определенно потребуется время, чтобы вернуться на прежний уровень, и давление, которое нужно будет выдержать, тоже прилагается".

Ли Чжичжун тихо вздохнул: "Похоже, что твоя техника еще не совершенна, и ты вяло играешь, а снижение производительности уже вызвало большой переполох."

"Если вы хотите, чтобы я сказал, мне лучше недавно пробежать 200 метров". Чжан Пинцю сказал, глядя на Су Цзу: "Давай я сначала пробегу 100 метров, все равно сейчас это может быть никому не видно. Ты побил свой рекорд".

Все они - члены одной команды. Чжан Пинцю, включая других Ю Ялиньгов, И Чжэней и даже Цзян Дахэна, точно знают, что случилось с Су Цзу.

Су Цзу задумался на некоторое время, а также обдумывал предложение Чжан Пинцзю.

Несомненно, самым правильным решением было бы сначала покинуть 100-метровую дорожку и бежать 200-метровку.

На его 200-метровку не влиял ритм 100-метровки, потому что, как бы ни была изменена 100-метровка, пока ускорение было достаточным и его текущая скорость сохраняла его способности, он сможет свернуть на прямую на задней линии, чтобы наверстать упущенное во второй половине.

Просто... последние тренировки и несколько Гран-при, он чувствует, что почти нашел ритм игры, хотя он все еще нестабилен, а ведь раньше он ездил из города Хэдао на чемпионат мира по олимпийским видам спорта в составе национальной команды В плане ритма все намного хуже.

Но в течение полугода я был почти полностью зависим от улучшения.

Посреди ночи я даже во сне бежал и бежал, и вдруг мгновенно просыпался.

Как древний каллиграф Ми Фу, который писал на 5 таэлях белой бумаги, он не начинал писать, а пытался разобраться в этом снова и снова.

Су Цзу тренируется, пока думает. На его уровне просто полагаться на руководство тренера недостаточно. Ему также необходимо взять инициативу в свои руки и подумать.

"Давай в следующий раз пробежим 200 метров". Ли Чжичжун посмотрел глазами на Су Цзу.

На 200 метров достаточно времени для настройки и проб и ошибок, и, судя по ритму, у Су Цзу сейчас нет проблем с бегом, даже если старт медленнее, абсолютная скорость в середине и во второй половине повышается, нет никаких проблем вообще.

"Нет, давайте пробежим 100 метров". Су Цзу внезапно встал, его брови и глаза были такими же твердыми, как и вчера.

Но сейчас он, после пяти или шести лет занятий легкой атлетикой, как он мог позволить себе отступить?

Даже если речь идет о стратегической корректировке, чтобы пробежать 200 метров, он не хочет.

Зачем выбирать соревновательный спорт, если можно выбрать более легкий путь?

Сомнения и критика.

Столкнуться с трудностями, бросить вызов пределу и превзойти самого себя - вот причина, по которой он мчится галопом по взлетной полосе.

В этом случае лучшим способом заставить других заткнуться является - стадион!

Но эти перемены, Су Цзу хорошо знал, были несомненны.

Вот с чем ему нужно встретиться сейчас, иначе после 2008 года он может стать лишь вторым по скорости человеком в мире и третьим по скорости.

Даже если он будет играть хорошо, он может стать лишь вторым олимпийским чемпионом и вторым чемпионом мира.

Такой результат неприемлем.

Если хочешь бороться, борись за первое место в мире и удерживай это первое место.

Я не уйду на пенсию, чемпион - мой; я уйду на пенсию, самая высокая гора - моя!

Тем более невозможно ждать, пока техника полностью улучшится, прежде чем приступить к бегу на 100 метров.

Су Цзу - спортсмен, а спортсмену необходимо соревноваться. Нет такого понятия, как ждать, пока ты достигнешь полного уровня в Шилипо, и тогда ты непобедим в мире.

И согласно возрасту Су Цзу, это также последний шанс для него изменить свою технику сейчас. По прошествии нескольких лет, в принципе, невозможно внести какие-либо технологические изменения. В это время можно оптимизировать только некоторые мелкие детали, а для общего улучшения это бессмысленно.

В конференц-зале Чжан Пинцю растерянно смотрел вслед уходящему Су Цзу.

Несомненно, в это время Су Цзу находился под гораздо большим давлением, чем другие. Хотя большую часть времени Су Цзу не проявлял особой работоспособности, все знали, что в центре бури он, должно быть, переживал не лучшие времена.

"Директор Ли, вы видите это дальше...?" Чжан Пинцю облегченно вздохнул и посмотрел на Ли Чжичжуна. Хотя он и является помощником тренера, он не очень опытен в общении со СМИ. Организация игры зависит от главного тренера.

Ли Чжичжун тоже встал, пролистал расписание следующих соревнований в блокноте Би, немного поразмыслил и торжественно произнес: "До чемпионата мира в Осаке 25 августа у нас есть еще Золотая лига в Париже 6 июля, Гран-при в Лозанне 10 июля, Золотая лига в Риме 13 июля, Гран-при в Шеффилде 15 июля и международный турнир в Мадриде 21 июля. Гран-при по легкой атлетике, Гран-при в Монако 28 июля, Гран-при в Лондоне 3 августа и Гран-при в Стокгольме 7 августа. За исключением Азиатско-Африканских игр 26 июля, в которых было решено не участвовать, Золотая лига может принять участие. С учетом Супер Гран-при и других соревнований, всего будет восемь игр, так что я не верю в это зло! Если другие могут бежать с соревнований, то и Су Цзу может".

Слова Ли Чжичжуна прозвучали громко и четко.

Очевидно, что после того, как Су Цзу показал, что не может отступить, он оказал максимальную поддержку в рамках своих полномочий.

Спортсменам нужна такая безжалостность. Раз уж сам Су Цзу так считает, то он, мастер, в любом случае не будет сносить его сцену, а лишь сделает все возможное, чтобы поддержать

его.

"Понятно." Видя это, Чжан Пинцю торжественно кивнул.

Уже более полугода усилия Су Цзу были видны всей команде. Помимо ежедневных тренировок, большую часть времени в этом году Су Цзу постоянно пытался разобраться и улучшить собственную технику.

Для того чтобы заставить изменить привычки, сложившиеся за несколько лет бега, требуется гораздо больше усилий, чем многие думают.

...

На беговой дорожке снова зазвучали шаги "паф-паф".

Один круг, другой круг, 400-метровая стандартная дорожка, после того как Су Цзу пробежал трусцой пять кругов и два километра для разминки, он медленно остановился, тяжело дыша.

выходить.

С тех пор как он встал на путь соревновательного спорта, все его жизненные ориентиры и цели были расположены на этой дорожке, и все сегодняшнее также находится на этой дорожке.

"Я люблю бегать, и я обязательно буду бегать хорошо!" Су Цзу слегка сжал кулаки и тихо сказал.

Что касается давления общественного мнения и СМИ, то после наступления эпохи информационного взрыва ему уже все ясно.

Линия выше народа, и народ на это не пойдет! Ничего более!

И он просто уверен, что его перемены необходимы, и он должен уметь бежать быстрее!

Стоя перед стартовой линией, Су Цзу смотрел на финишную черту в 100 метрах от него, как и во время бесчисленных тренировок и соревнований, он медленно мобилизовал свои эмоции.

На беговой дорожке очень холодно, люди из исследовательской группы все еще на совещаниях, а сотрудники Французской ассоциации легкой атлетики не появлялись так рано, в восемь или девять утра.

Только он.

Но Су Цзу в данный момент рассматривал это как игру.

На легкоатлетическом поле нет ни соперников, ни товарищей по команде, ни тренеров. Он один стоит перед стартовой линией, но готовится чрезвычайно серьезно, как будто в этот момент находится на поле.

Я сменил шипы, тщательно проверил стартер и медленно, шаг за шагом приводил в движение свои эмоции.

Эмоциональная мобилизация перед игрой всегда была очень важной частью игры.

Перед игрой нельзя быть слишком возбужденным, нельзя думать о пощечине СМИ, которые клеветают на него, или нельзя быть слишком спокойным и сбиваться с ритма.

Оставайтесь сосредоточенными, возбуждайте свое тело и разум соответствующим образом, но подавляйте их, сохраняйте спокойствие и не поддавайтесь влиянию внешних вещей.

Подождите, выйдите на стартовую площадку, в тот момент, когда прозвучит выстрел, следуйте своему самому естественному состоянию - бежать.

Боль от насильственного изменения привычного для вас ритма бега проходит. Потребуется время и практика, чтобы адаптировать ваше тело к новому шагу и ритму.

Это как обычный человек, который закончил 100-метровую пробежку в соответствии со своими физическими привычками, независимо от результатов, во второй раз, когда вы позволите ему сделать каждый шаг чуть больше или меньше предыдущего шага, нет нужды говорить об этом дискомфорте.

Более того, у профессионального спринтера, с большим количеством повторяющихся ежедневно беговых упражнений, сформировался присущий ему ритм, и внезапное нарушение изменений станет особенно болезненным.

Эн Болт... все глаза были устремлены на нас, они хотели увидеть, кто чемпион, кто самый быстрый человек на планете...".

Су Цзу ступил на стартовый блок, мысленно представив, что перед ним сегодня самые быстрые спринтеры в мире, наклонил голову и положил руки на стартовую линию, прислушиваясь к приближающимся звукам выстрелов.

На официальных соревнованиях, на соревнованиях с сильными соперниками, он отличается от обычных тренировок, и я буду испытывать разные нагрузки.

Многие мои навыки и ритмы, которые, как мне казалось, я улучшил, могли быть предвзято оценены другими игроками, или я не мог играть в полную силу.

Я хочу быть спокойным и кипеть одновременно!

"SET!"

Голос, подготовленный стартером, уже звучал в моих ушах, устраняя все помехи, ожидая только одного голоса в моем сознании.

Хлоп!

Оружие выстреливает!

Старт, ускорение, держать темп...

Новый ритм адаптирован, старт очень быстрый, шаг идеальный, ритм плавный...

Бежим!

Ускоряйтесь, ускоряйтесь!

Все под контролем... финишная черта в поле зрения!

Пересечь линию!

Чемпион! Мировой рекорд!

Перед финишем Су Цзу положил руки на бедра, тяжело дыша, повернулся, чтобы посмотреть на стометровую трассу, которую он только что пробежал, и снова и снова вспоминал в уме все действия!

Никто не засекал время, никто не записывал, никто не наблюдал, как тогда, когда он был никому не известным маленьким спортсменом.

Ожидание, ожидание...

<http://tl.rulate.ru/book/74631/2074233>