

Под палящим солнцем, на легкоатлетической площадке, фигура тренировалась в адаптивном беге.

Это место - легкоатлетическая площадка средней школы в городе Осака. Перед открытием чемпионата мира оргкомитет специально организовал для спортсменов из разных стран адаптивные тренировки.

"Су Цзу, все почти готово".

Ли Чжичжун посмотрел на часы, затем прищурился на беговую дорожку вдалеке. Хотя было только около 9:00 утра, на всем беговом поле можно было слабо различить колыхание и парение.

"Еще один забег!"

Су Цзу стоял перед финишной чертой, подняв вверх указательный палец и тяжело дыша, пот стекал по его щекам и шее, а его спринтерский костюм был словно выловлен из воды.

Закончив говорить, он, не дожидаясь ответа Ли Чжичжуна, медленно прошелся, чтобы расслабить мышцы, и вернулся к линии старта.

Ли Чжичжун улыбнулся и слегка покачал головой, глядя на текущее состояние тренировок Су Цзу, он был доволен до глубины души.

Однако по мере приближения к чемпионату мира он видел, что Су Цзу находится под большим давлением.

Предыдущие интервью Пауэлла и Тайсона Гэя для СМИ указывали на цели Чемпионата мира этого года. , Когда Ли Чжичжун с самого начала заметил этого спортсмена, он также постепенно узнал, что этот спортсмен, как и предыдущий Джастин Гэтлин, также является игроком большой игры.

Американская легкая атлетика на сегодняшний день является лидером в спорте, и спортсмены, которые могут выдержать жесткую конкуренцию, в основном имеют очень хорошее психологическое состояние.

Снова зазвучали шаги пуховика, от линии старта до линии финиша, в мгновение ока Су Цзу уже закончил 100-метровку по прямой.

После Золотой лиги в Париже Су Цзу смог бежать в новом ритме и темпе. Он многократно тренировался и укреплял силы, чтобы его тело полностью адаптировалось к этому состоянию.

У резчика печатей Ван Мо есть поговорка: "Каллиграфия и вырезание печатей - это как выход на сцену. Если ты не тренируешься один день, ты знаешь это; если ты не тренируешься два дня, эксперт знает это; если ты не тренируешься три дня, все знают это".

То же самое верно и в соревновательных видах спорта. Существует огромная разница между спортсменом, который долго тренируется, и спортсменом, который долго тренируется, чтобы оставаться готовым.

Су Цзу всегда хотел полностью вбить в свои кости это знакомое чувство ритма и походки, тренируясь снова и снова.

Знакомое, естественно, только в таком состоянии можно использовать его непосредственно и подсознательно, когда сталкиваешься с вызовом конкурентов.

"В эти дни нужно быть внимательнее, в Осаке в последнее время жарче, чем в императорской столице. В начале этого месяца температура превысила 40°C, и здесь, в Осаке, очень, очень много людей страдают от теплового удара". ИААФ выпустила таблицу температур с цветовой кодировкой, предупреждающую о риске теплового удара".

Наблюдая за тем, как Су Цзу подбежал и подошел, Ли Чжичжун передал Су Цзу бутылку воды и прошептал.

Су Цзу взял минеральную воду и сделал глоток, а затем вылил ее прямо себе на голову. Погода в Осаке в эти дни в основном достигала 30 градусов по утрам, что считается полным высокотемпературным состоянием. В эти дни Су Цзу также слышал о том, что многие спортсмены страдают от теплового удара.

По сравнению с Чемпионатом мира в Хельсинки два года назад, Чемпионат мира в Осаке в этом году - это то, чем должны быть летние соревнования.

"Кстати, тренер, Пауэлл и Тайсон Гэй, как они оба сейчас?" Су Цзу вылил половину бутылки воды с головы, чувствуя, как немного рассеялся жар, и спросил, пока шел вниз по лестнице с Ли Чжичжуном к тенистому классу рядом с легкоатлетическим залом.

"

Пауэлл прибыл в Японию раньше нас, а ямайская сборная по легкой атлетике находилась в Тоттори перед тренировками к чемпионату мира. Хм..." Ли Чжичжун размышлял некоторое время: "Вчера один репортер сообщил, что Пауэлл входил и выходил из бара... информация."

"Покупать пьяным?" Су Цзу слегка приподнял брови.

Легкоатлеты Ямайки ходят в ночные клубы и так далее, Су Цзу тоже кое-что знал раньше. А в последующих поколениях Ямайка молниеносно доминировала в мире, и всевозможные сплетни были разоблачены, не говоря уже об этом.

Только в это время, когда я услышал, что Асафа Пауэлл пошел в ночной клуб перед чемпионатом мира, с его точки зрения, я все еще не мог в это поверить.

Топ-спортсмен должен выкладываться по полной, чтобы подготовиться к соревнованиям до их начала, а такое отношение к подготовке, как засиживание в ночных клубах, заставляет Су Цзу чувствовать себя немного потерянным.

"Не смущайся". Ли Чжичжун, казалось, видел мысли Су Цзу: "Ты все равно должен подготовиться, твой соперник - не только Асафа Пауэлл".

Су Цзу кивнул, понимая, что сейчас 2007 год, и в будущем ему придется столкнуться со все новыми и новыми проблемами, кроме Асафы Пауэлла.

Помимо 100 метров, у него есть еще и 200 метров, а также Тайсон Гэй и Ямайская молния, которые постепенно входят в пик, и он должен бежать быстрее!

В то же время на другой тренировочной площадке ямайская команда по легкой атлетике также закончила тренировку, занимаясь более часа в день.

"Привет, Асафа, ты идешь сегодня выпить?".

На легкоатлетическом поле Неста Картер улыбнулась и поприветствовала Асафу Пауэлла.

Три места для Ямайки в беге на 100 метров на чемпионате мира в этом году - Асафа Пауэлл, Клемент Кэмпбелл и Неста Картер.

После победы над прошлогодним победителем национального чемпионата Ямайки Майклом Флаттом в пробных забегах, Неста Картер находится в приподнятом настроении и нацелен на медаль.

"Забудь об этом, Неста, иди сам".

Асафа Пауэлл покачал головой.

После возвращения в свой родной город на Ямайке он глубоко задумался о своем психологическом состоянии. Давление перед соревнованиями всегда заставляет его чувствовать себя запыхавшимся. Приходите.

Он хочет золотых медалей, хочет победить своих соперников, хочет побить мировые рекорды, кажется, что все на Ямайке постоянно сосредоточены на нем.

Он только что поочередно посетил небольшой ресторан быстрого питания, бар и клуб, чтобы посмотреть, на что похож японский город. Примите это, чтобы снять стресс. Что касается тренировок, то он, как обычно, появился на тренировочной площадке на следующий день после шестичасовой прогулки.

Адаптивные тренировки по 1-2 часа в день в эти дни, он совсем не расслаблялся, и под воздействием СМИ, кажется, все думают, что он пренебрегает тренировками и засиживается в ночных клубах. из.

Однако это нормально.

Его выступление в сезоне 2007 года не было идеальным. По сравнению с предыдущими слухами в СМИ о том, что показатели Су Цзу снизились, на самом деле его состояние не очень хорошее.

Су Зу вернулся на вершину соревнований, которые начались в прошлом месяце, и его рекорд из восьми Гран-при и победы в "Золотой лиге" заставил его снова устремиться в турнирную таблицу ИААФ. Позиция номер один в мире.

Когда он покидал Ямайку, тренер Стивен Фрэнсис дал ему понять, что он никогда не проигрывал другим соперникам, он проигрывал своему сердцу.

"Асафа Пауэлл, самый талантливый бегун на 100 метров, талантливый ямаец, но он может показать свою силу только в Туре ИААФ, а когда он приезжает на соревнования, он становится яйцом всмятку".

"Пауэлл побил мировые рекорды и является одним из самых быстрых бегунов на планете, но у него нет ничего, как у новичка".

"Путь Пауэлла на чемпионатах мира начался в 2003 году, когда он был удален за воровство в четвертьфинале. Затем на Олимпийских играх 2004 года в Афинах Пауэлл не крал, но стал

последним бегуном на старте и финишировал только пятым. 2005 год стал знаменитым годом Пауэлла.

В Афинах ямаец установил новый мировой рекорд - 9,77 секунды. Но из-за травмы паха Пауэлл пропустил чемпионат мира по легкой атлетике 2005 года. Под ореолом Су Зу и Джастина Гэтлина его мировой рекорд не имеет ореола, ведь в 2006 году мировой рекорд был установлен Су Зу трижды..."

Комментарии и отчеты один за другим, голоса сомнений и критики не утихают.

Теперь пришло время увидеть его выступление.

В его сердце горит огонь, как и у Су Цзу, который раньше сталкивался с сомнениями СМИ.

Мне нужна эта золотая медаль, я хочу чемпионства больше всех, дорожка в Осаке быстрая, я должен не только выиграть золотую медаль, но и победить всех соперников, побить рекорд на 100 м. Ждите и увидите Бар!

<http://tl.rulate.ru/book/74631/2074243>