

В больнице Конохи Уроко с тревогой ждала в приемном покое, прижимая к себе Якумо.

Через некоторое время пришел врач с медицинским заключением Якумо.

Когда назвали ее имя, Уроко подошла к врачу вместе с Якумо.

Просматривая медицинское заключение Якумо, врач выглядела удивленной. Ведь всего несколько месяцев назад она поставила диагноз: ребенок со слабым телом, что невозможно было исправить даже с помощью исцеляющих дзюцу.

Единственным человеком, который, по ее мнению, мог бы помочь, была госпожа Цунаде, но ее не было в деревне. Как же Якумо удалось так сильно поправиться за столь короткое время?

"Как поживает моя дочь, доктор Цубаса?" С тревогой спросила Уроко, держа Якумо за руку.

"Все... все примерно так: ее диагностика показывает, что она сильно выросла... в магическом плане, ее тело..." Цубаса сделала паузу. "Ее физическое состояние практически как у обычного ребенка, старые проблемы со здоровьем исчезли... Скажите, она встречалась с госпожой Цунаде?"

"Нет, такого не было" Покачала головой Уроко, осмысливая услышанное.

"Нет? Это удивительно, вашей дочери очень повезло!" Воскликнула Цубаса, слегка потеряв самообладание.

Цубаса была врачом, который следил за медицинскими отчетами Якумо и даже провел несколько тестов. Она считала, что очень жаль, что у такой милой девочки такое слабое тело по сравнению с другими детьми, но теперь, несколько месяцев спустя, та же самая девочка получила медицинский диагноз, который, казалось, опровергал все, во что она верила.

Конечно, она знала, что чудеса могут происходить, когда возникает некий X-фактор, но до этого момента они не знали, что именно это за X-фактор, даже родители девочки, похоже, не знали. Они просто сообщили, что у Якумо внезапно поднялась температура, но потом, как по волшебству, после того как температура спала, ей с каждым днем становилось все лучше.

"Итак... Здоровье моей дочери..." Неуверенно спросила Уроко.

"Все хорошо" Вышла из задумчивости Цубаса и сообщила: "Как я уже говорила, все говорит о том, что она сейчас здорова, как обычный ребенок"

"Ваахх!" Услышав это, Уроко испытала эмоциональный всплеск, заставивший ее расплакаться.

Казалось, будто с ее плеч наконец-то сняли огромный груз.

"Мамочка?" Якумо, почувствовавшая, как крепче сжалась ее маленькая ручка, привлекла внимание матери.

Возможно, услышав слова дочери, Уроко отпустила руку Якумо, а в следующее мгновение опустилась на колени и обняла ее, сильно плача.

Якумо была ошеломлена. Она не знала, что делать, видя, что ее мать так неожиданно расплакалась.

Видя, что мать так эмоциональна, Якумо почувствовала стеснение в груди, не понимая до конца причину слез. Однако любовь и счастье, переполнявшие Уроко, тронули ее до глубины души.

Пока ее обнимали, Якумо тихонько говорила, но по мере того, как она повторяла одни и те же слова, ее голос становился все более слезливым: "Мамочка, не плачь, не плачь, не плачь... Бу-ху, бу-ху, мамочка"

Мать и дочь обнимали друг друга, плача, но никто не пытался их утешить или остановить.

Когда я вернулся домой, я узнал о медицинском заключении моей младшей сестры. Конечно, я знал причину ее улучшения, но притворился удивленным. В то же время я был искренне рад.

Конечно, я верил, что повышение выносливости и силовых качеств может помочь ей, но пока это была лишь теория. Видя ее улучшения на практике, подтвержденные врачами, я чувствовал одобрение и облегчение.

"Старший брат, научи меня тренироваться?" Спросила Кумо, а затем добавила: "Доктор Цубаса сказала, что мне нужно начать заниматься спортом, чтобы скорректировать свое телосложение"

На самом деле все было не совсем так. Я уже слышал об этом от мамы; доктор просто сказала, что Кумо должна больше играть, занимаясь теми видами деятельности, которые требуют от нее большей физической подготовки, например, играть в пятнашки, прятки и так далее.

Однако я понимал, что моя младшая сестра должна предпочитать приходить ко мне и полагаться на меня. В конце концов, даже в юном возрасте она немного понимала, что дети избегают играть с ней, боясь причинить ей боль. Особенно дети из клана.

"Конечно, я научу тебя нескольким базовым упражнениям" С нежной улыбкой сказал я, взяв ее волосы. На этот раз она не пыталась уклониться и улыбнулась мне.

В додзе Кумо была одета в более удобную одежду. Вспомнив, что я занимался детской йогой, я захотел научить ее этому. Этому я научился в своей прошлой жизни, когда был ребенком.

Моя мама тоже присутствовала в додзе. Насколько я мог судить, даже после медицинского заключения ее беспокойство не совсем рассеялось...

Ну, нас было только трое, так что все было в порядке, поскольку это было эксклюзивное додзе нашей семьи, а не додзе, открытое для всего клана.

Позы, которые я преподавал, были самыми простыми, доступными и безопасными. Даже моя мама рядом с нами выполняла те же позы, что, похоже, забавляло Кумо.

Так как на самом деле все было задумано для Кумо, я придумал забавные названия для каждой позы, например "Поза подсолнуха". Она стояла с вытянутыми вверх руками, как солнечные лучи, и плавно вращалась вокруг оси, словно следуя за солнцем.

Следующую позу я назвал "Поза счастливого дерева": Поза счастливого дерева. Как и раньше, она стояла, но с одной ногой, согнутой и опирающейся на другую ногу, руки были вытянуты в стороны, плавно покачиваясь, как ветви дерева на ветру.

О том, что это работает, я мог судить по ее счастливому смеху, а также по улыбке, которая не покидала ее лица даже тогда, когда она начала потеть.

Кроме этих двух поз, я научил еще трем, которые так и назвал: Поза любопытного котенка, Поза прыгающего тигра и Поза улыбающейся кобры. Каждая из них имела свои преимущества для того чтобы развивать ее характеристики.

"Это весело, старший брат!" Сказала она мне с улыбкой, вытирая пот со лба

Я улыбнулся в ответ и сказал: "Не перенапрягайся, делай перерыв, когда устанешь"

"Мм." Она кивнула.

Моя мама рядом с нами, которая делала те же упражнения детской йоги, что и Кумо, выглядела более спокойной, когда увидела, что, хотя Якумо немного вспотела, делать это для нее было не слишком сложно.

Уделив им внимание, я отправился составлять свой собственный график тренировок.

Сначала я отдавал предпочтение тренировкам на скорость и ловкость, которые косвенно повышают мою выносливость.

Тренировать скорость - это значит быстро двигаться в определенном направлении, что я и делал, бегая из конца в конец додзе. С другой стороны, ловкость - это способность быстро и эффективно менять направление движения, то есть моя способность ускоряться, замедляться и менять направление, сохраняя контроль над своим телом.

Благодаря тому, что они настолько совместимы, я могу тренировать и то, и другое одновременно. Прозанимавшись так несколько дней, я узнал наиболее эффективный способ увеличить оба показателя и, соответственно, выносливость.

В какой-то момент, когда я тренировался, я увидел, что и моя мама, и моя младшая сестра остановились, чтобы посмотреть, как я тренируюсь. Я даже услышал, как Кумо хлопает и болеет за меня, что, кстати, показалось мне очень милым.

Когда им, похоже, надоело наблюдать за моими тренировками, мама сказала, что начнет готовить ужин, и Кумо ушла с ней, так что я остался в додзе один.

"Теперь я смогу проверить клон ветра"

<http://tl.rulate.ru/book/107410/4165395>