

Глава 42: Фантастический результат

Для Даи Ли это было невероятно. Как Тренер, он всегда думал, что обучение – дело серьезное, а упражнения для потери веса в его глазах не более чем какое-то субобучение. Однако это «субобучение» давало ему даже больше опыта.

«О чем ты думаешь? Упражнение для похудения – это просто обычная тренировка. И не принесет тебе много опыта», – снова в его голове повторился голос системы.

«Тогда как ты объяснишь 51 очко? – спросил немедленно Даи Ли. – Как правило, за целый день тренировок я не могу набрать больше 30 очков, однако я набрал 51 очко, просто обучив ее двум раундам упражнения».

«Вспомни, кто Фейфей Ю! Она олимпийская чемпионка, рекордсменка мира! По сравнению с теми спортсменами, которых ты привык тренировать, самыми высокими являются национальные спортсмены высшего уровня, и между ними разница как день и ночь. Вспомни, что я тебе в прошлом сказал: чем выше уровень спортсмена тренируемого тобой, тем больше опыта ты получишь. Так, один мировой рекордсмен равен сотне национальных спортсменов высшего уровня», – сказала система.

«Один равен сотне национальных спортсменов высшего уровня? Это безумие», – вздохнул Даи Ли.

«Это вовсе не безумие. Если посмотреть на это как на соотношение, тысяча спортсменов не могут сравниться с одним мировым рекордсменом, не говоря уже о сотне из них, – система продолжила. – Тебе реально повезло».

«Повезло? Что ты имеешь в виду?» – смущенно спросил Даи Ли.

«Ты только Тренер третьего класса на дне этой системы, – голос системы не мог звучать более небрежно. – Твой уровень слишком низок, чтобы тренировать чемпиона мира. Даже если бы ты участвовал в обучении, ты не смог бы оказать на него никакого влияния. Тем не менее, ты встретил чемпионку мира, которая нуждается в тебе, чтобы помочь ей похудеть. Так что теперь ты, Тренер третьего класса, получил шанс тренировать чемпиона мира».

Даи Ли не оценил систему, смотрящую на него свысока. Система продолжила: «Просто воспользуйся этой возможностью. В конце концов ты можешь получить больше опыта от Фейфей Ю, которая поможет тебе стать младшим Тренером».

Даи Ли кивнул: «Ты прав. Два раунда обучения дали 51 очко. Если мы будем целый день практиковать, то я получу еще больше опыта!»

...

Цянь был в больнице, что значит, что Даи Ли должен временно взять ответственность за тренировочный зал на третьем этаже. Когда Даи Ли на следующий день пришел в тренировочный зал, Фейфей Ю была уже там.

– Ты рано! Завтракала? Могу принести тебе вкусненькое, если ты не ела. Соевое молоко сегодня солёненькое, – наслаждаясь своим завтраком, Даи Ли держал тост в одной руке и чашку соевого молока в другой.

Однако Фейфей Ю лишь посмотрела и поспешила отобрать у него: «Хватит уже есть, поскорее

давай продолжим упражнение для похудения!»

Даи Ли рассмеялся, глядя на взволнованное лицо Ю. Слово «похудеть» было очень привлекательно для женщин, особенно для спортсменок, которые с нетерпением ждут похудения, чтоб как можно скорее вернуться к своему нормальному состоянию. Ю весь день выполняла упражнения и потеряла 0.55 килограммов. Это было не так, как в первую ночь, однако все же достаточно хорошо, чтобы заставить ее почувствовать себя взволнованной.

Она набрала немало веса; вместо того чтобы просто потерять через некоторое время, сейчас она была на калорие-ограниченной диете. Лучшее, что она могла сделать, это поддерживать свой вес, чтобы он не увеличивался. Она долгое время не видела снижения веса, поэтому 0.8 килограммов, которые она потеряла за два дня, сделали ее очень счастливой – то, что она никогда раньше не чувствовала.

На самом деле, по мере того как время шло дальше, результаты тренировок потери веса снижались. В самом начале в день она могла потерять 0.55 килограммов. Потом изменилось до 0.5 килограммов, после 0.45 килограммов, до 0.4 килограммов и так далее. По тому, что теперь она приблизилась к своему обычному весу, означает, что ее потенциал в похудении уменьшался. Однако, хотя эффективность снизилась, она все равно за пятнадцать дней потеряла шесть килограммов. Это приблизило ее к весу годичной давности. Тот факт, что она потеряла столько веса за пятнадцать дней, был не чем иным, как невероятным.

Ли также в течение пятнадцати дней получил много опыта. Как и сказала система, обучение Ю дало ему больше опыта, чем обучение ста национальных первоклассных спортсменов. Опыт Даи Ли уже превысил четыре сотни. Очень скоро он перейдет на младшего Тренера.

...

– Раз и два, три и четыре, пять и шесть, и семь и восемь...

Повторял Ли в тренировочном зале. Как обычно Ю была очень мотивированной. Хотя было довольно скучно делать постоянно то же самое упражнение, но благодаря результатам тренировок у нее возникла надежда.

– Тренер Ли, отдохни. Я уже запомнила все движения; думаю, что смогу сделать это сама, – сказала Ю.

– Нет! – Даи Ли покачал головой и сказал: – Это упражнение передал мне предок. Важны не движения, а темп. Ты не знакома с ритмом, так что ты не будешь прогрессировать, если будешь практиковать самостоятельно.

Ли никогда бы не позволил Ю делать упражнение самой. Для лучшей эффективности Ли должен сам вести упражнение. Если б Ю делала упражнение сама, она бы не увидела никаких изменений в своем весе.

– Я действительно не вижу, о каком темпе ты говоришь! – Ю надула губки. Очевидно, она не купилась на слова Ли, однако все же послушалась его. У нее была более чем десятилетняя привычка слушаться Тренера.

Ли вздохнул и растянул тело: «Ладно. Давай ещё сделаем. Поехали: раз и два, три и четыре, пять и шесть, и семь и восемь...»

За пределами тренировочного зала раздались громкие шаги, однако их затмил голос Ли.

Внезапно кто-то крикнул: «Что ты делаешь?»

Даи Ли и Фейфей Ю остановились и глянули на дверь. Там стоял высокий мужчина средних лет. Он был слегка толстым с черной шапкой. Его бакенбарды были серыми. У него были густые брови и большие глаза. Его нос был очень высоким, а его гладкая и сияющая кожа была очень нежной. Ли мог представить, каким красавцем он был двадцать лет назад.

«Кто это такой? Не думаю, что когда-либо встречал его раньше. Он не должен быть здешним учителем!» – Даи Ли собирался выйти вперед, когда услышал, как Ю заговорила с ним.

– С возвращением, Тренер Сю! – Ю выглядела крайне удивленной и радостной. Она быстро подошла к нему.

«Это Тренер Сю, о котором говорила Ю», – Даи Ли глубоко вздохнул.

Однако Тренер Сю выглядел весьма серьезным и взглянул на Ли и Ю: «Ты сказала, что хотела похудеть здесь, не так ли? Тогда почему ты делаешь упражнения из ТВ?»

<http://tl.rulate.ru/book/13232/268923>