

Глава 45: Это упражнение не из ТВ

Даи Ли вполне понимал, почему Чжонгай Сю не поверил, что упражнение для похудения работает.

Семь килограммов за двадцать дней - очень сложная задача для обычного человека, не говоря уже о спортсмене, которому нужно приложить еще больше усилий, чтобы похудеть. Люди со средним IQ не поверят, что упражнение для похудения смогло помочь Фейфей Ю потерять 7 килограммов. Однако хотя Сю крайне импульсивный, он не глупый. Напротив, он довольно умный. Иначе он не смог бы стать Главным Тренером команды провинции по плаванию.

Сю очень сильно разозлился, когда увидел, что Даи Ли обучает Фейфей Ю какому-то упражнению. Он был готов избить Ли. Однако сейчас он успокоился, и его обычная рассудительность вернулась. Он не поверил влиянию упражнения для похудения и пришел к заключению, что Ю похудела из-за болезни. Он планировал отвезти Ю в больницу и пройти медицинское обследование.

- Тренер, послушайте. Я не больна. Я не могу быть здоровее, - объяснила Ю.

- Как ты смогла потерять так много, если не заболела? Фейфей, послушай меня. Завтра мы поедем в больницу, - Чжонгай Сю с беспокойством посмотрел на Ю.

- Тренер, я похудела из-за упражнения тренера Ли, - повторила Ю. Тем не менее, Сю не воспринял это всерьез и все еще настаивал на том, чтобы взять Ю в больницу.

Наконец Ли сказал: «Тренер Сю, если Вы не верите, что моё упражнение для похудения работает, то почему бы вам самому не попробовать и посмотреть, работает ли или нет».

- Попробовать твоё упражнение? - Сю не хотелось этого.

- Тренер Сю, вы недавно сказали, что легко сказать, но трудно выполнить. Так почему бы нам просто не сделать это и увидеть! - Ли уверенно улыбнулся и продолжил: - Сделайте со мной упражнение для похудения. Если не будет никакого эффекта, то я признаю, что я лжец. Вы же пытаетесь разоблачить меня?

- Почему бы нет? Я прямо сейчас раскрою тебя, лгуна! - если бы сейчас Сю отклонил его предложение, то это было бы похоже на то, что он боится. Итак, он принял решение и согласился принять вызов.

Получив желанный ответ, у Ли заблестели глаза. Он внес Сю в тренировочный лист. Сю раньше был спортсменом, что значит, что система поставила его в категорию профессиональных спортсменов, хотя он бывший. Вследствие чего, он мог извлечь всю пользу от упражнения.

Затем Ли сказал: «Тренер Сю, давайте начнем медленно, так как вы давно не тренировались. Вам может понадобится много время на ознакомление с движениями».

Даи Ли подтолкнул его к действию. Сю действовал именно так, как хотел Ли. Он махнул рукой и сказал: «Не беспокойся! Давай сделаем это как можно быстрее. Это низкоуровневое упражнение не поможет мне. Я узнал о твоих уловках десятки лет назад! Да и слету улавливаю без каких-либо ошибок».

- Раз так, давайте начнем! Готовы... поехали! - Даи Ли задал ритм. - Раз и два, три и четыре,

пять и шесть, и семь и восемь...

...

Сю не мог быть более беспечным. Он взглянул в глаза Ли, полные сарказма.

«Куролесит. Он думает, что, взяв любое старое упражнение, изменив несколько движений, сделал упражнение для похудения. Ну, он может обмануть обычного человека, работающего в гимнастическом зале, но не профессионального Тренера, как я!»

Он фыркнул и почувствовал внутри своего тела теплый поток. Он распространился очень быстро. Это было похоже на теплое солнце в холодную зиму, накрывшее его тело, наполнив каждую клетку весенним теплом. Странное чувство возникло в его теле. Как опытный Тренер, он никогда не испытывал ничего подобного.

«Ничего страшного. Мне должно быть жарко, потому что я занимаюсь физическим упражнением. Это как когда люди делают разминку, они тоже потеют! Должно быть, в этой комнате слишком жарко».

Он попытался успокоиться, но ощущения становились все сильнее. Он попал в его вены и даже в его кости. Сю почувствовал, что все клетки в его теле просыпаются, как будто они делают упражнение с ним в одном ритме.

«Что со мной? Почему у меня такое странное чувство? Я брежу?» – Сю глубоко вздохнул и с серьезным выражением глянул на Ли.

- Раз и два, три и четыре ... – Ли все еще продолжал. Для Сю это звучало как удары барабана, мотивирующие солдата двигаться вперед. Это заставило его следить за каждым последующим движением.

«Это не что иное, как гимнастика из ТВ. Нет никакого способа заставить меня потерять семь килограммов. Я верю в науку», – утешал себя Сю.

Вскоре упражнение закончилось. Ли и Сю остановились одновременно.

- Как вы себя чувствуете, тренер Сю? – спросил Ли.

- Ребенком! – Сю нахмурился и вел себя так, как будто спокоен. – Я был тем, кто показывал студентам гимнастику из ТВ, когда был ещё студентом в Спортивной школе.

Ли не обратил внимание на его хвастовство. Он указал на весы: «У вас за несколько минут до этого было 85.53 килограмма. Давайте взглянем, потеряли ли вы вес или нет».

- Ты что, того? Твое упражнение не длилось и двадцати минут. На это ушло меньше энергии, чем на заплыв в 200 метров. Слушай, я совсем не вспотел. Похудел? Где Спортивный Университет нашел такого психопата, как ты? – Сю был очень раздражен и чувствовал себя оскорбленным.

- Мое упражнение для похудения работает, вспотели ли вы или нет. Кроме того, работает даже после первого раза, – сказал Ли. Он ничего не боялся.

- После первого раза? Хорошо, я верну тебя в реальность, – он быстро подошел к весам.

Сю встал на весы и балансировал свое тело, пока цифры на экране не перестали колебаться.

Он посмотрел вниз и занервничал, когда увидел цифры.

«85.21 килограмма? Насколько тяжелым я был ранее? Точно, 85.53 килограмма. Я сбросил 0.32 килограмма? Это противоречит природе. Что-то не так с весами?» – внезапно его разум охватил беспорядок.

Между первым и вторым взвешиванием прошло всего двадцать минут, но разница составила 0.32 килограмма. Если бы он пошел в туалет, то было бы понятно. Однако он никуда не ходил. Как он сказал, он даже не вспотел. Теперь он не мог объяснить, почему потерял 0.32 килограмма.

Ли подошел к нему и взглянул на весы: «Тренер Сю, вы потеряли 0.32 килограмма. Похоже, мое упражнение работает».

Упражнение для похудения! Теперь, даже если он действительно не верит в это, ему пришлось столкнуться с фактом и признать, что оно работает. За последние двадцать минут он ничего не сделал, кроме как спорил с Ли и делал упражнение. Не было никакого способа, чтобы спор помог ему потерять вес, поэтому единственным объяснением было то, что упражнение работает.

«Как такое возможно! Я делал почти такое же упражнение для похудения. Она совсем не сложная, так что не должна сжечь так много калорий. Я вытащил ключи и бумажник из кармана?» – он обыскал свой карман и нашел ключи и бумажник.

«Итак, это упражнение действительно работает?» – он с удивленным выражением посмотрел на Ли и попытался найти ответ на лице Ли.

Ли улыбнулся: «Тренер Сю, теперь вы, должно быть, поверили мне. Это упражнение действительно работает. Вот как Ю смогла сбросить семь килограммов за двадцать дней. Теперь вы сделали это сами и даже сбросили 0.32 килограмма».

Правда прямо перед ним. Тренер Сю обязан в это поверить. Он сошел с весов и замолчал.

<http://tl.rulate.ru/book/13232/269534>