

Глава 52: Второклассный Тренер

В тренировочном зале Спортивного университета.

Сегодня здесь был последний день Фейфей Ю. Теперь, когда ее вес достиг 62 килограммов, ей больше не нужно было худеть. Завтра она вернется в Сборную, а затем отправится в Австралию на специальную тренировку.

Фейфей Ю гладела на Даи Ли, не желая расставаться с ним. Ее глаза были наполнены слезами. В течение месяца она тренировалась с Даи Ли, и, хоть у них не было тесной эмоциональной связи как между учителем и учеником, у них была глубокая дружба. Они были ровесниками и разделяли многие общие интересы, поэтому стали хорошими друзьями.

Даи Ли успешно помог Фейфей, когда ей нужна была помощь, и теперь она вернула своё первоначальное состояние. Она полностью доверяла Ли и очень ценила его своевременную помощь. Сейчас ей нужно покинуть его, и, естественно, Ю показала свое нежелание.

– Фейфей, не плачь. На следующем весеннем празднике, после того как ты вернешься в город Цинченг, мы снова увидимся! – утешил Ю Ли.

Наблюдая, как Фейфей уходит, Даи Ли испустил грустный вздох. Он также не хотел расставаться. Благодаря Фейфей Ю он приобрел немало опыта, и без нее ему придется искать кучу первоклассных спортсменов. Кроме того, его скорость прокачки замедлится.

Чемпионы мира не валяются на дороге. На Олимпийских играх можно найти более тридцати новых чемпионов мира. Но в годы, когда не было никаких мировых соревнований, было лишь несколько чемпионов мира. Фейфей Ю – обладательница мирового рекорда – была на вершине мира. Ли будет сложно найти замену, которая была бы так же хороша, как Ю.

«По крайней мере, я недавно в последний раз закончил помогать ей через упражнение для похудения. Сейчас у меня достаточно опыта для перехода на новый уровень», – улыбнулся Ли с облегчением. Он несколько секунд назад стал второклассным Тренером. Хотя он все еще находился на начальной стадии, для него это было хорошей новостью.

По словам системы, когда он качнется с второклассного Тренера до младшего Тренера, его эффективность в обучении увеличится значительно. Несмотря на то, что его производительность может быть не такой хорошей, как у известных Главных Тренеров, он, без сомнения, превзойдет других обычных Тренеров в Сборной. Если бы Ли действительно вступил в Сборную, то он справился бы с любыми брошенными ему задачами.

Минус был в том, что для перехода от предварительного этапа к промежуточному этапу требуется 10000 очков опыта. Основываясь на текущей скорости прокачки Даи Ли, включая даже летние и зимние каникулы, потребуется два года, чтобы добиться этого.

Даи Ли не мог перестать жаловаться. В прошлом году, когда он получил систему, ему для повышения уровня надо было всего 100 очков. Но теперь, спустя всего один год, минимальная сумма для повышения уровня в 100 раз больше, и это лишь для перехода от предварительного этапа. Согласно этому темпу прокачки, в будущем понадобится еще в 100 раз больше.

«Когда я был Тренером третьего класса, мне нужно было набрать лишь 1000 очков, 2000 очков и 5000 очков для повышения уровня. Но а сейчас мне нужно прям чересчур много очков! А 20000 очков, когда я достигну Высшего этапа? Как насчет Тренера высшего уровня? Понадобится уже 50000 очков? Общая сумма за весь второй класс составит 80000 очков. Мне

понадобится два года, чтобы накопить 10000 очков. А если подсчитать так... Шестнадцать лет! Мне придется потратить шестнадцать лет, чтобы накопить 80000 очков! Столько лет! Мне будет сорок, когда я, наконец, достигну высшего уровня!» – Ли сделал печальное лицо.

«Шестнадцать лет, мне так больно... Неважно, я попытаюсь. Зачем беспокоиться? Система, покажи мне мою награду!»

«Ты достиг нового класса, так что на этот раз ты получишь большой подарочный пакет!» – сказала система.

«Большой подарочный пакет? Ха, неплохо. Надеюсь, что он будет достаточно не плохим, чтобы успокоить меня. Но в чем разница между этим и предыдущими?» – спросил немедленно Даи Ли.

«Ты помнишь пакет новичка, когда ты был еще новичком? Там было два предмета. Вот в чем разница. Большой подарочный пакет содержит две награды, в то время как обычный пакет имеет только одну награду», – ответила система.

Узнав, что он получит две награды, лицо Даи Ли стало светлее. Он не мог дождаться, чтобы вызвать подарочный пакет и открыть его.

«Книги! Как в прошлый раз!» – Даи Ли занервничал. В прошлый раз Ли дали бесполезную книгу «Упражнение для похудения». Если бы он не встретил Фейфей Ю, он никогда бы не воспользовался шансом использовать ее. К сожалению, на этот раз снова произошло то же самое.

«В прошлый раз это было дурацкое «Упражнение для похудения» - интересно, что я получу в этот раз. Я надеюсь, что-нибудь полезное», – Ли посмотрел на обложку книги.

«Упражнение для сжигания жира!» – Ли прочитал название и показал страшно хмурый взгляд.

«Упражнение для похудения» и «Упражнение для сжигания жира», вы шутите? На кой мне ещё одна бесполезная награда? Одну купил, а одну получил бесплатно?» – Даи Ли хотел ругаться.

«Мне кажется, что ты... недоволен?» – спросила система.

«Что за ерунда! Ты мне дважды соврал, как я могу быть спокойным? Упражнение для сжигания жира? У меня уже есть упражнение для похудения, мне не нужен этот мусор!» – Ли пытался подавить свой гнев.

Но система осталась спокойной: «Как специалист по физподготовке, я уверен, что ты знаешь разницу между похудением и сжиганием жира?»

Он, конечно, знал разницу между похудением и сжиганием жира. Люди, которые не знают об этом, думают: раз похудел, значит сжег жир, и что меньший вес означает меньше жира. Для любителя нормально так рассуждать.

Однако Профессиональных спортсменов такое понимание может рассмешить. На самом деле существует огромная разница между похудением и сжиганием жира. Потеря веса включает уменьшение жира и мышц, но сжигание жира направлено лишь на уменьшение жира и уменьшение процента жировых отложений.

Физиолого-психологически говоря, потеря слишком большого веса приведет к некоторым отрицательным эффектам: снижение скорости метаболизма, ухудшение иммунитета, утомление и так далее. Сравнивая две, сжигание жира более безопасно и полезно для здоровья. Мышцы останутся или даже увеличатся, хотя жир исчезнет.

Система сказала Даи Ли: «Большинство людей считают, что спортсмены должны поддерживать достаточно низкий процент жира, но, как профессионал, ты же знаешь, что не каждый спортсмен хочет избавиться от жира, да?»

<http://tl.rulate.ru/book/13232/272312>