

Глава 197: Железный Человек

На тренировочной площадке Сюн Чу стиснул зубы и продолжил работать, однако его тело имело собственное мнение на этот счет. В следующую секунду спринтер шлепнулся на землю, тяжело дыша.

“Я снова довел его до предела!” - Ван не заставлял Сюн Чу немедленно подняться, потому что знал - спортсмен сейчас тоже борется с собой. Он достиг своего физического предела. Человек не машина, тем более - не “вечный двигатель”. Каждому, кто исчерпал свои силы, был необходим отдых.

Ван посмотрел вдаль и увидел, что Юэ Чжао тоже сделал перерыв. Вместо этого, он валялся на земле, наслаждаясь массажем ног от Даи Ли.

“Юэ Чжао сегодня утром занимался дополнительно целых два часа. Он наверняка устал еще больше, чем Сюн Чу. А это значит, мне не нужно тревожиться. Даже если Юэ Чжао будет торчать на площадке в течение всего дня, он не добьется большого прогресса”, - Ван выдохнул с облегчением.

Однако в этот момент Юэ Чжао поднялся с земли и вернулся к работе.

“Он восстановился?” - Ван взволнованно спросил у Сюн Чу: - Как ты себя чувствуешь? Можешь встать?

Сюн Чу снова собрал волю в кулак, пытаясь подняться, опираясь на руки, но смог лишь сесть. У него закончились силы.

- Отдохни и выпей воды! - Ван не мог не вздохнуть. Он передал бутылку спортивного напитка Сюн Чу.

Выпив немного, Сюн Чу потихоньку пришел в себя. Он просидел еще несколько минут, а потом встал.

- Продолжим? - спросил Ван.

Сюн Чу кивнул и вернулся к тренировкам.

Через некоторое время Сюн Чу опять свалился на землю.

- Давайте сделаем еще один перерыв! - Ван почувствовал, что Сюн Чу снова достиг своего предела.

“Интересно, как там Юэ Чжао?” - Ван снова глянул вдаль и с удивлением обнаружил, что Юэ Чжао все еще тренируется.

- Все еще там? Энерджайзер какой-то! - раздраженно пробормотал Ван.

...

Постепенно Ван осознал, что Юэ Чжао тренируется гораздо больше, а отдыхает значительно меньше, чем Сюн Чу.

Ван начал тайком наблюдать за Юэ Чжао и обнаружил, что рабочая нагрузка спринтера вовсе не была низкой. Напротив, она даже превосходила таковую у Сюн Чу.

“Юэ Чжао больше тренируется. Как он может так долго работать? У как будто тонна энергии! Почему он не занимается бегом на длинные дистанции?” - ворчал Ван про себя. Но после тщательного размышления, он заметил - что-то было не так.

“Вчера Юэ Чжао начал бегать дополнительно, а сегодня утром он занимался еще два часа. У него энергия должна была закончиться уже давным-давно, и он наверняка истощен больше, чем Сюн Чу”, - Ван перебирал в голове каждую деталь тренировки Юэ Чжао. Внезапно он вспомнил, что всякий раз, когда спринтер брал перерыв, Даи Ли делал ему массаж.

“От кого-то я слышал, что Даи Ли ничуть не хуже профессионального массажиста. Может, поэтому Юэ Чжао так долго держится?”

Ван подошел к своему подопечному, лежащему на земле, и сказал: - Сюн Чу, дай-ка сделаю тебе массаж!

Специалисты из сборной, в том числе и Ван, обязаны были знать кое-что о восстановительных процедурах. У спринтеров часто возникали судороги или проблемы с растяжением. Поэтому профессиональные тренеры спринтеров обладали навыками массажа.

Ван хоть и не сравнился бы с профессиональным массажистом, но способен был помочь спортсмену расслабить его мышцы.

Однако он и не догадывался, что расслабляющий массаж Даи Ли отличался от обычных медицинских манипуляций. Даже профессионалы не могли достичь такого уровня.

...

В восемь часов вечера на тренировочной площадке Сюн Чу рухнул на землю, как куча кирпичей.

- Тренер, мне очень жаль, но я не могу этого сделать! Я не в силах больше встать, - голос прозвучал так, словно каждое слово давалось спортсмену с трудом.

Ван посмотрел на своего ученика с сочувствием. Он никогда не устраивал столь интенсивных тренировок для Сюн Чу и знал, что сегодня он сделал все возможное.

- Ладно, давай на этом и закончим, - согласился Ван. Он снова уставился вдаль, замечая, что Юэ Чжао выполнял приседания.

“Что? Почему он до сих пор тренируется! Он вообще устает? - Ван удрученно вздохнул. - Продолжай. Подождем и посмотрим, как долго ты продержишься! Через три дня ты точно сдашься и начнешь хныкать!” - подумал тренер, помогая Сюн Чу добраться до общаги.

Вернувшись в общежитие, Ван все еще не мог оторвать взгляда от тренировочной площадки. Через окно он четко видел вход в здание, поэтому, опершись на подоконник, играя в “Glory of Kings”, он ждал, когда Даи Ли и Юэ Чжао появятся у ворот.

Ван торчал там больше часа, пока, наконец, не узрел, как Даи Ли волок на себе Юэ Чжао, медленно двигаясь к воротам.

“Десять часов. Встает в пять утра, возвращается в десять вечера, всего семнадцать часов. Не учитывая перерывов на еду, Юэ Чжао проводит на площадке тринадцать-четырнадцать часов”, - закончив подсчеты, Ван поразился.

“Это безумие! Тринадцать-четырнадцать часов в день! Даже Железный человек не выдержит такой интенсивной тренировки. Юэ Чжао скоро сдуется!”

...

На следующее утро Ван встал на час раньше и сразу повел Сюн Чу на тренировочную площадку. Юэ Чжао был уже там - весь потный.

- Эй, Ли, ты опять пришел в пять? - сказал Ван, приветствуя Даи Ли.

- Доброе утро, тренер Ван. Вы довольно рано, - Даи Ли кивнул в знак приветствия.

- Кто рано встает, тому Бог подает. Я попросил Сюн Чу разогреться, а после завтрака пройти обязательную тренировку, - Ван остановился и спросил: - Даи Ли, не хочешь присоединиться к нам?

Даи Ли кивнул: - Конечно, но Юэ Чжао не пойдет. Ему нужно продолжать. Я принесу ему поесть.

Ван чувствовал себя неловко. Он подумал про себя: “Надо ли это делать - экономить каждую секунду, даже на еду! Юэ Чжао - человек, а не машина, он долго не продержится под таким давлением”.

...

В ту ночь Ван снова стоял у окна. В десять вечера он опять увидел Даи Ли и Юэ Чжао.

На следующее утро Ван появился на тренировочной площадке, однако Даи Ли и Юэ Чжао уже были там.

Один день, два дня, три дня - каждый день. Юэ Чжао продолжал свою сверхинтенсивную тренировку. Ван офигел.

<http://tl.rulate.ru/book/13232/367999>