

Воскресное утро и даже обед прошли без происшествий. Гарри подготовил всю домашку, а заодно помог Маюми в паре особо заковыристых мест. Проблему коммуникации порешили просто. Чтоб не заморачиваться с чарами по такой ерунде Гарри с утра буквально на колене наклепал простенький мессенджер. Работал он через шифрованный канал, да такой, что ради прочтения их переписки придётся всего-то шестьдесят четыре часа гонять мощнейший вычислительный кластер. Ну надо же хоть какой-то приват иметь. Ясное дело, что взломать можно всё, но вот целесообразность и затраченное время...

Буря разразилась после обеда. Его браслет внезапно потеплел, там было лишь одно слово: "спаси". Секунд на десять Гарри подвис, ведь десять минут назад всё было в порядке. И тут его осенило: БЛИЗНЯШКИ! Гарри подскочил с кровати и в комнате Маюми был менее чем через минуту.

Картина была маслом - двое агрессоров провели вероломную атаку и теперь зажали Маюми на кровати, да так, что той было не продохнуть.

-Эй, а ну прекратите! - окликнул их Гарри максимально строгим голосом. Девочки нехотя слезли со старшей сестры и явно недоумевали, в чем их просчёт. Они грамотно всё продумали и отрезали сестре все пути к бегству и даже незаметно, как они думали, наложили глушилку на дверь, но Гарри всё равно как-то узнал и пришёл ей на выручку. "Теперь мы ничего не узнаем" - раздосадовано подумали близняшки.

Маюми же, отдышавшись после нападения, очень радовалась, что их глушилку просекла сразу и что они не заметили CAD-браслетик на руке. Этим демонятам невдомёк, что сей CAD можно активировать не только кнопками, но и усилием воли, хоть это и затратно. Так что зов о помощи, несмотря на все ухищрения сестёр, был отправлен адресату.

- Так нечестно! - хором заявили близняшки.

- И что же именно вы считаете нечестным? -Задавая вопрос Гарри старался выглядеть рассерженным, хотя его на самом деле распирало изнутри.

- Ты всё испортил и теперь она ничего не расскажет.

- Так вы вообще о чем, и что вы хотите таким изуверским методом выпытать из Маюми?

- Как это что? - Касуми показала Гарри экран коммуникатора - там было сообщение от магической ассоциации о их с Маюми помолвке. Только тут до Изуми дошло, что Гарри тоже участник всего этого.

- А ну колись! - теперь сестры насели уже на Гарри, угрожающе сопя, и пришла очередь Маюми спешить на помощь. Растрёпанные борьбой с сёстрами волосы она уже привела в божеский вид.

- Прекратите сейчас же, зачем вы устроили этот цирк! Неужели просто спросить нельзя? О чем вы только думали или серьёзно решили, что зажать без продыху в подушку это лучший способ получить информацию, изуверы, я чуть не задохнулась! - гневно вещала Маюми со столь угрожающим видом, что даже Гарри поник.

- Сестрёнка, прости... - поникшие головы девчушек явно указывали на их раскаяние. - Мы не хотели...

- Ах, вы не хотели! Ну вот тогда топайте к отцу, пусть он на ваши вопросы отвечает. -

Близняшки в ужасе пошатнулись. Побезпокоить отца из-за этого? Нет, жить им ещё не надоело.

- Что, боитесь? Правильно делаете! – Праведный гнев Маюми немного поутих и она бросила взгляд на Гарри. Тот улыбнулся и одними губами прошептал: Прости их, а наказание придумаем вместе.

- Ладно, живите обе, но давайте уже думать головой. О вашем наказании мы поговорим позже, а чтоб шило в одном месте унять так и быть мы ответим на три ваших вопроса, но только на три. Вам ясно?

- Да, – нестройным хором ответили близняшки. Вопросов в голове крутился миллион и ещё немножко, а их формулировок и того больше. И как выбрать? В итоге младшие устроили совещание, а Маюми сокрушённо разглядывала ободок. Она только что заметила, что он безнадёжно испорчен, а ведь это её любимый.

- Что-то случилось? – встрепнулся Гарри, увидев, как поникла любимая.

Маюми с грустью протянула ему ободок.

- Сломали таки, чертёнята. – Реакция Гарри её удивила, ведь он улыбнулся.

- Это поправимо, – заверил её Гарри. Маюми даже не успела понять, когда Гарри успел вызвать последовательность активации. По ободку пробежало несколько искр, что-то щёлкнуло и любимое украшение для волос стало целым.

- Ого... – Только и смогла вымолвить Маюми, близняшки тоже повернулись на звук и теперь непонимающе моргали.

- Да что такого-то, это простейшая последовательность восстановления, – непонимающе спросил Гарри.

- А то, что это очень сложно, восстановить эйдос объекта, ну по крайней мере так считалось до этого момента, – начала пояснять Маюми, но запнулась и махнула рукой. – Ты у нас уникам, куда нам до тебя.

- Да никакой я не уникам, это простейший репаро, я его в CAD перевёл. Хотя, если подумать, то ты права – это мой CAD его делает без проблем, на обычном это не работает, – начал пояснять Гарри.

- Эй, не пытайтесь соскочить с темы! – обиженно заныли близняшки.

- С какой темы то? – сделав невинное лицо спросил Гарри.

- Как с какой, это что ещё за новости такие? И когда это вы успели? И почему это мы ничего не знаем? И что всё это значит? И... – Начали засыпать вопросами близняшки.

- Так, стоп, у нас уговор на три вопроса, я уже услышал более трёх, так что на первые три ответим, а далее виноваты сами.

- Отвечаем по порядку, – присоединилась к Гарри Маюми. – Первое – новости. Идите и спросите у отца, это его решение, – мстительным голосом начала отвечать Маюми.

- Второе, – подал голос Гарри. – Будем считать, что "когда это мы успели" – это вы о том, что мы

сошлись. Мы вообще-то не особо и скрывались. Если вы не заметили, то мы вообще-то часто уроки вместе делаем и гулять ходим. И вы, между прочим, рядом были. Так что "когда это мы" - это вы у себя спрашивайте.

- И наконец третье, вопрос вообще не понятен. Что это значит? - Гарри огляделся в поисках толкового словаря. И найдя его на одной из полок, быстро долистал до нужной страницы. - Вам зачитать или сами справитесь?

-Эм, Гарри ты вообще сейчас о чем? - близняшки явно растерялись и Гарри менторским тоном продолжил. - Помолвливать, помолвливать - условиться в чём-то, сговориться, согласиться. Помолвливать сына (дочь) - дать согласие, одобрение родителей сговор, сватовство* . Вам определения сватовства давать или не надо?

- Нет, не надо, мы правда всё поняли, - совсем стушевались близняшки. Гарри вернул словарь на полку и подмигнул Маюми - то, что младшие жутко не любят занудные определения, секретом не являлось. Так что хочешь избавиться от их общества - включай зануду-ботана.

Поникшие близняшки полностью уразумели, что это их наказание за их же глупость, и пусть они всё также уверены в своей правоте, сестра и Гарри уже сговорились и они ничего не добьются. "Обидно".

В итоге младшее поколение покинуло комнату несолоно хлебавши. Как только за ними закрылась дверь, Гарри не выдержал и захохотал в голос, сгибаясь пополам. Отсмеявшись, он сквозь слёзы поинтересовался:

- Как думаешь, они хоть какой-то урок извлекут?

- Честно, не знаю, я не уверена, что они поняли, за что ты с ними так, но это было жестоко. Словарное определение! Ты ведь знаешь, как они этого не любят, - улыбаясь ответила Маюми.

- Так на то и расчёт был. Может я конечно не прав, но если прав, то защищать тебя я теперь просто обязан. И коли я не смог предотвратить нападения, так хоть отомстил по всем правилам великой и беспощадной мсти.

- Ладно, чем займёмся? Я до 16:00 свободен, а затем у меня тренировка.

- Тренировка? - Маюми погрустела, смотря на часы - там было уже без двадцати три.

- Угу, у меня сегодня батут, - от Гарри не укрылось, что Маюми сникла. - Хочешь со мной? Комплекс резервируют, так что я там один с тренером.

-Эм, правда можно? Только я же совсем ничего не умею.

- Да там не сложно, и тебе понравится. Только это, у тебя спортивная форма для интенсивных нагрузок есть? - Гарри смущённо посмотрел на вполне внушительные формы девушки. Маюми, поймав его взгляд зарделась. "Ну вот, мальчишка и есть"

- Это... ты только правильно пойми, там вертикальные перегрузки большие. А у тебя... - Гарри окончательно стушевался и одними губами произнёс слово "грудь".

- Я честно не понимаю... - начала было Маюми и тут до неё наконец дошло, что Гарри про спортивный лиф говорит. И что он очень пригодится.

- Да, у меня есть то, о чем ты говоришь, - немного смущаясь ответила Маюми.

- Отлично, тогда тебе надо ещё шорты, только не короткие и не в обтяжку футболку без всяких рюшек. И плотные носки. Если есть суппорты на локти и колени - прихвати, и совсем хорошо будет, если есть велоперчатки или что-то на них похожее, желательно с обрезанными пальцами. Ну и сменное конечно, - закончил перечислять Гарри.

- Хорошо я всё соберу, во сколько встречаемся? Давай без пятнадцати четыре?

- Договорились.

На этом они разошлись и Гарри пошёл к себе, а Маюми решила не откладывать сборы, в итоге решение оказалось верным. Собрать всё указанное еле удалось и рюкзак она застёгивала под стук в дверь. Быстро закинув рюкзак на плечо, она крутанулась у зеркала. Вроде всё нормально.

- Извини, что заставила ждать.

-Ничего страшного, у нас ещё пятнадцать минут до отъезда, - улыбнулся Гарри и они направились к выходу. Машина уже ждала у входа, водитель лишь поинтересовался, куда отвезти молодую госпожу и, услышав в ответ, что они сегодня вместе на тренировку, кивнул, садясь за руль.

Батутный комплекс

В батутный комплекс приехали за тридцать минут до начала тренировки. Гарри проводил Маюми до раздевалки и напутствовал поторопиться, чтобы более основательно сделать разминку и чтоб сняла с себя все цепочки, кольца, серьги, в общем любые предметы, способные травмировать.

Через десять минут Маюми спустилась к тренировочной зоне. Гарри обнаружился на шведской стенке - он делал "уголок". Закончив упражнение, он соскочил вниз и поманил к себе топчущуюся у мата Маюми.

-Шлёпанцы снимай это чистая зона. - Маюми послушно подошла к нему.

-Что ж, начнём с азов, - с улыбкой сообщил Гарри. - Разминку делают сверху вниз. Сейчас повороты головы вправо-влево по десять раз. Отлично, теперь круговое вращение. - Напутствовал он её по мере выполнения разминки. Все упражнения он повторял вместе с ней, показывая, как правильно делать. Затем были махи руками, наклоны, выпады.

- Так, а теперь самое главное - РАСТЯЖКА. Садись на мыски, отлично, теперь, не вставая на четвереньки, продавливай стопы - это важно. Хорошо, теперь прогнись в спине так, чтоб подбородок достал до пола. И так перекатом десять раз. - Гарри залип, а что ещё он мог сделать, когда вот так красиво то.

- Теперь садись, одну ногу согнуть, - отвиснув, продолжил разминку Гарри. - Тянемся к согнутой, да, вот так, только глубже прогибайся, постарайся лечь. К центру. Да, вот так и на вытянутую дотянуться до мыска. Нет, глубже надо, расслабься. - Гарри пристроился сзади и начал продавливать её к ноге.

-Теперь стойка на лопатках десять раз. Ну всё, почти закончили, руки в замок и разминаешь во всех мыслимых направлениях. Маюми слегка запыхалась от такой интенсивности, она не привыкла к такой растяжке и, конечно, когда Гарри налёг на неё сверху... "Это было... Ммм... очень приятно хотя и немного больно с непривычки"

-Ну вот, мы закончили, – Гарри поймал её за руку и потянул в батутную зону. Там их уже ждал тренер. Он поприветствовал Гарри и весело улыбнулся Маюми.

- Ну что, как обычно? – спросил тренер, указывая взглядом на Маюми.

- Это моя наречённая и, если вы не против, то я сам ей всё поясню, – ответил Гарри.

- Хорошо, как скажешь, будут затруднения – обращайся, – после этих слов Гарри развернулся к Маюми.

- Слушай внимательно, это важно. Я покажу и расскажу, как нельзя делать:

1) на сетке только один человек

2) нельзя выпрыгивать с сетки на маты.

Если хочешь передохнуть – сокращаешь силу прыжков, пока не остановишься и можешь либо прямо на сетке передохнуть, либо сойти. Чтоб быстрее остановиться – делаешь вот так. – Гарри лёгким прыжком встал на сетку и сделал несколько вертикальных прыжков. У него выходило подлетать где-то на метр. – Теперь смотри внимательно, – сказал он при очередном подлёте. И при приземлении едва заметно расслабил стопы, не отрабатывая толчок от сетки. За два раза он сократил амплитуду до десяти-пятнадцати сантиметров, а затем при приземлении подсогнул ноги. Сетка дёрнулась и он остановился. Гарри аккуратно, пружинящей походкой подошёл к её краю. – Смотри, вот так делать нельзя, если не хочешь сломать ноги. – Тут он сделал лёгкий толчок и вылетел с сетки на мат. – Я сделал это намеренно и был готов, плюс высота была минимальна. Чуть выше и прощай, голеностоп.

- Далее. – Гарри снова вернулся на сетку. – Если падаешь – нельзя приземляться на руку или ногу – ты поломаешься или разрыв внутренних органов будет. – Он в одно движение лёг на сетку и стал показывать, как нельзя делать, чтоб не поломаться.

3) нельзя подгибать колени при приземлении – это сразу прощай колени, да ещё и в челюсть прилететь может.

Вся техника безопасности заняла минут пять и Гарри разрешил уже изрядно напуганной девушке зайти на сетку.

- Я уже боюсь, – едва слышно протянула Маюми.

- И напрасно, я за всё время лишь дважды коленом в лоб пришёл и то я неправильно сальто сделал. Надо просто помнить, что это травмоопасно и контролировать себя, не допуская глупостей.

- Начнём с простого, тебе надо почувствовать сетку. Попробуй сделать несколько прямых прыжков.

Маюми старательно выполняла всё, что он ей говорил. Стоило подлететь пару раз, как все страхи пропали. Её захватило доселе неведомое чувство полёта.

- Отлично справляешься. Теперь попробуй прыгнуть вперёд и назад. Как челнок. Следующие минут семь они изучали простейшие прыжки во все стороны и развороты вокруг своей оси, затем Гарри решил показать кое-что новое.

- Давай попробуем простейшую связку, называется “сел-встал”, она часть очень многих комбинаций. Смотри.

Гарри встал на сетку рядом и, сделав несколько прыжков в верхней точке, сделал уголок и так приземлился на сетку, подставив руки ладонями вперёд для баланса. Резкий толчок и он, выпрямившись стрункой, исполнил нечто схожее с тем, как атлеты на соревнованиях заканчивают выступление. При этом его футболка задралась в полёте, обнажая подтянутый торс.

- Попробуй, можешь пока без подъёма, – предложил её Гарри останавливая прыжки.

- Я боюсь.

- Да говорю же тебе, это вовсе не страшно, сетка только кажется жёсткой.

Маюми искренне попыталась хотя бы отчасти повторить. В итоге её ноги слегка обогнали попу при приземлении и её сложило пополам. Девушка завалилась на спину с испуганным писком, но Гарри уже был рядом. Он бережно усадил её на сетку и убедился, что она не поранилась.

- Ты совершила обычную для новичка ошибку - согнула ноги, и в итоге пятки пришли на сетку раньше и толчок был не равномерный. Попробуй ещё раз, но держи ноги прямо.

С переменным успехом к пятой попытке у неё получилось, страх ушибиться окончательно прошёл и наконец у неё получилось всё чётко. Села она ровнёхонько и её подкинуло вверх.

- Тянись стрелочкой, – крикнул Гарри. Девушка послушно вскинула руки вверх и элегантно, как гимнастка встала на сетку, полностью погасив амплитуду.

- Умница! – похвалил её Гарри. – Теперь вот так десять раз для закрепления результата. - Пока Маюми старательно выполняла связку, Гарри любовался ведь её футболка тоже задиралась, обнажая живот.

- Так, теперь попробуем прыжки на спине.

- Это как, – недоумённо воззрилась на него Маюми, у неё в голове никак не складывалось, как это - прыгать на спине.

- А вот так. - Гарри резко подлетел вверх и, сложив руки на груди, завалился на спину. В момент касания сетки он выкинул руки в стороны и поджал до этого сомкнутые и полусогнутые колени, притягивая их к себе. И мощным движением лопаток оттолкнувшись от сетки в момент, когда она достигла высшей точки, подлетел примерно на метр. Затем повторил отталкивание ещё трижды, набирая амплитуду и, внезапно закрутив горизонтальный винт, приземлился на живот, сделал резкую складочку и встал на ноги.

- Ой, мамочки, я так не смогу, – с изумлением прошептала Маюми.

- Это я покрасоваться решил, – улыбнулся Гарри, – Если будешь тренироваться, то тоже так сможешь.

- Для начала ложись на спину, чтоб поймать баланс раскинь руки. Ноги чуть согнуты, колени смотрят вверх, иначе ты сделаешь удар ногами, ты этого ещё не умеешь. Да, вот умничка. Теперь руками начинаешь раскачивать сетку. Голову к груди, не касайся ей сетки. Вот так, молодец, сделай так тридцать раз.

Уже к пятому толчку её начало подкидывать на сетке, а к тридцатому зазор был где-то тридцать сантиметров.

- Вот видишь, а говоришь не получится, - сказал улыбающийся Гарри. "Если удастся её приобщить - будет супер." - Теперь попробуем кое-что посложнее. Встань на четвереньки. Да вот так, теперь смотри и делай как я. - Гарри упал на четвереньки со стойки и его подбросило вверх. В высшей точке полёта он резко выпрямился и вытянул руки, и в таком положении приземлился, снова делая складочку с постепенным уменьшением амплитуды.

- Да ты что, я так в жизни не смогу. - Взмолилась Маюми.

- Так я поэтому тебе и сказал на четвереньках. Раскачай сетку и выпрямись, приземляясь на живот. Так, тело стрелочкой, волну не допускай.

Ну и естественно без волны не обошлось, стрелочка не получилась и Маюми начало "штормить", хорошо амплитуда была мала.

- Брр, жуть то какая.

- А ты повнимательнее, надо одновременно и руками и ногами на сетку приходить и тогда всё будет нормально.

"Ах, ты так, ну ладно", - подумала Маюми, следующие попытки были более успешным, а с четвёртого раза она поняла, что делает не так и всё наладилось.

За сими не хитрыми упражнениями прошло полчаса.

- Так, всё, стоп, - остановил её Гарри

- Почему?

- Потому что сейчас пойдём на яму!

- На яму?

-Ага, вон туда, - Гарри рукой показал на большую сетку, к которой примыкало пространство, забитое поролоном.

"Выглядит вроде не опасно" - подумала Маюми.

- Первое, что мы сделаем - это попробуем её на прочность. Ты должна понять, чего тебе ждать при приземлении. - Гарри начал распрыгиваться. - Смотри внимательно. - Он в три средних прыжка добрался до крайней четверти сетки, перепрыгнул за красную линию и следующим прыжком ушёл вверх и вперёд, направляя себя в яму, так, чтобы приземлиться на ноги "солдатиком". Яма проглотила его по пояс и он, раскинув руки, начал из неё выбираться, словно из болота. "Мдя, интересно, Маюми с головой уйдёт или нет?" - подумал Гарри, выбираясь на бортик.

- Попробуй сама. - Девушка повторила его действия и утонула в яме по самую маковку.

Пришлось вызволять пленницу.

- С почином тебя, солнце, – сказал ей Гарри, одним движением вытягивая её за руку. Он широко улыбался,

- Это было весело, – девушка улыбнулась в ответ. – А ты можешь сделать что-нибудь эдакое? Ну как тогда на сетке? – Маюми явно хотела, чтоб он ещё раз покрасовался.

- Как пожелает моя госпожа, – с шутливым поклоном ответил Гарри. За несколько прыжков он поднял амплитуду до полутора своих ростов и последним прыжком выбросил себя вперёд, закручивая два винта и приземлился через сальто на ноги.

Маюми заворожённо смотрела на любимого “Я тоже хочу так, ну может не совсем так, но похоже” – пронеслось в её голове. Тем временем Гарри выбрался из ямы и отвесил поклон.

- А теперь ты будешь учиться делать кувырок.- Гарри демонстративно уселся на поребрик, отделявший яму от сетки и кивком указал на сетку. – Я подстрахую. Делаешь три-четыре прыжка, затем финальный за красной линией и в полете пытаешься кувыркнуться, как на мате на физре. И ничего не бойся - я рядом и дальше ямы ты не упадёшь.

Маюми послушно выполнила всё, что он сказал и кувырок конечно не получился. Она с ужасом поняла, что недостаточно оттолкнулась и головой влетит прямо в разделительный поребрик. “Будет больно” – пронеслось в голове и тут её словно пушинку рвануло вверх и вперёд и она идеально приземлилась в яму. Откопавшись, Маюми встретила взглядом с Гарри. Тот улыбался.

- Я же сказал, что я рядом, чего зажалась?

- Просто испугалась, – потупив взгляд ответила Маюми.

- Не нужно бояться, я не дам тебе пораниться. Упражнение простое.

Маюми выпростала таки руку из поролона, просительно протягивая её к Гарри. Тот снова одним движением вытащил её на маты.

- Давай ещё раз, ты сможешь, я точно знаю.

- Ах, ты ещё и знаешь?

- Да, знаю, – вступил в шутливую перепалку Гарри.

Вторая и третья попытка были также не очень удачны, а вот четвертая прошла на ура и без всякой помощи получилось очень неплохо. Счастья было до небес, а ещё любимый похвалил. “Жизнь удалась!” – подумала Маюми, в теле уже чувствовалась лёгкая усталость, к тому же отведённый час закончился, * и Гарри потянул её на чистую зону. Там он загнал её на шведскую стенку и велел повисеть хотя бы секунд пятнадцать. Бережно подхватив на руки, поставил на пол и заявил:

- А теперь ритуальный возврат в мир гравитации. Сделай три прыжка на месте. – Маюми послушно подпрыгнула и ойкнула - ей показалось что она весит тонну. – То-то же, добро пожаловать на землю матушку, – подытожил Гарри. – Теперь в душ и домой.

Примечания:

Словарь Живаго великорусского языка В. И. Даля, за 1882г. Переписано без ошибок.

Автор считает огромной ошибкой любые изменения в правописании слов, а также их подмену и искажения их исконного смысла

в частности:

приставка БЕС. Её придумал Луначарский – сиречь еврей, а в иврите и в правду нет такой приставки. у них вообще звонких букв нету им их произносить трудно Видимо писать и читать ему было дюже не удобно. И слово БЕЗСМЕРТНЫЕ – сиречь не ведающий смерти. Превратилось в БЕССМЕРТНЫЙ – сиречь все бесы вымрут аки динозавры.

а БЕЗПЛАТНЫЙ - сиречь не имеющий оплаты (не оплаченный) стало БЕСПЛАТНЫЙ - сиречь бес платный то есть бесов бесплатно не дают только за денежку.

Тренировочный процесс полное воспроизведение моей первой тренировки на батуте. Я заменила себя на Маюми, а тренера Игоря на Гарри. Вся техника безопасности и прыжки абсолютно реальны.

продолжительность занятия на батуте не должна превышать одного часа. Это связано с тем, что не весомость при прыжках скрадывает усталость. Вы сможете и 2 часа прыгать, но домой ползком добираться будите.

также если у вас проблемы с осанкой, долой дорогие корректоры и физиотерапевтов. Вам на батут 10/15 занятий, и вы увидите, как значительно улучшится осанка. Мышцы укрепляются на раз.

девушкам на заметку десять минут интенсивных прыжков на батуте это минус 70-80 ккал.)))))

<http://tl.rulate.ru/book/19086/392085>