

Университет Цинбэй, 5000-метровый забег на длинные дистанции начался с громкого стартового пистолета.

Все спортсмены со всех десяти дорожек выбежали со свистом. Однако, за исключением Су Линь с третьей трассы, все остальные бегуны, после спринта более чем на десять метров вначале, замедлились и начали регулировать свою скорость, чтобы бегать равномерно.

Только Су Линь был другим, Су Линь бежал по трассе со стометровой скоростью спринта прямо из ружья, и через несколько секунд все замедлили скорость, но Су Линь все равно бежал со стометровой скоростью спринта, используя все свои силы.

"Что? Этот отродье Су Линь, он может пробежать 5000 метров или нет? Ты так сильно начал? Эй, эй! На этот раз вам будет тяжело, вы будете бегать так яростно в начале, хотя, похоже, это дает вам фору. Но пять тысяч метров - это длительная битва, четыреста метров за круг стандартной взлетно-посадочной полосы, то есть двенадцать с половиной кругов, даже если вы обладаете удивительной выносливостью, спринтовавшись таким образом за один круг, у вас определенно не будет выносливости... В это время я посмотрю, как вы еще сможете удержать оставшиеся одиннадцать кругов..... .."

Ли Бода, который был на пятом треке, был жестоко обогнан Су Лином, и вместо того, чтобы быть неудовлетворенным и встревоженным, он дико смеялся в своем сердце. Причина заключалась в том, что бег на 5000 метров и 100-метровый спринт были очень разными. 100-метровый спринт проверял взрывную силу бегуна, в то время как 5000-метровый забег на длинную дистанцию проверял выносливость и физическую силу бегуна.

Бег на средней дистанции - это примерно равномерная скорость в процессе бега. Вообще говоря, лучшее выступление - бежать с равномерной скоростью, но это не исключает необходимости торопиться в конце. В зависимости от соответствующего уровня подготовки бегунов, на старте забега. Как и в данном случае, все должны немного поспешить, но спешка замедлится на несколько десятков метров. Затем, держите свой темп, желательно следовать за бегом, то есть идти в ногу с кем-то, кто находится на том же уровне, что и вы.

Это общая стратегия бега на 5000 метров, и так бегут почти все бегуны, когда они тренируются. Ли Бода не был исключением, и в этот момент Ли Бода был единственным, кроме Су Линь. Ведут забег оставшиеся восемь спортсменов. Остальные восемь спортсменов. Конечно, они не были настолько глупы, чтобы идти по стопам Су Линь, и все они очень добросовестно следовали за Ли Бода влево и вправо.

Потому что они знали, что сейчас не время дуться и быть героем, бегущим первым. Первый круг только начался. Чтобы начать спринтовать сейчас. По сути, это было желание умереть.

"Брат Су Лин потрясающий! Вперед, брат Су Лин!"

Рядом с трассой на глазах у Су Линя первыми побежали прекрасные болельщицы Киёко Кимия. И все больше отрываясь от девяти бегунов позади нее, они кричали в возбуждении.

Тем не менее, Цинь Яньран, который был рядом с ней, сказал ей с взволнованным лицом: "Сяоцин, лучше не болеть за Су Линь прямо сейчас". Еще не время болеть, если ты так кричишь, Су Линь будет в опасности, если он просто останется первым".

Конечно, Цинь Яньран знала о съезде на 5000 м, и по действиям остальных девяти спортсменов она знала, что сейчас действительно не время для спринта, чтобы быть номером один. Когда она увидела, что Су Лин схватила первое место, как только начала бежать, и

продолжала бежать, она уже знала в глубине души, что это плохо.

"Почему? Сестра Яньран, разве вы все не хотите, чтобы брат Су Лин выиграл первое место? Посмотри, какой красивый брат Со Лин! Бросать их так быстро..."

Киёко Кимия, однако, не поняла вопроса.

"Эй! Сяоцин, твой брат Су Линь, боюсь, твой личный героизм вернулся. Пять километров - это двенадцать с половиной полных кругов! Если он бежит так сильно, как может сейчас, то, скорее всего, он пробежит один или два круга максимум, а потом у него кончится энергия, так как он может соревноваться с другими в течение следующих десяти кругов! Теперь вы видите, что все остальные бегают в равном темпе, сохраняя свою энергию!"

Линь Цинсюэ, который также предвидел приближение конца, вздохнул и сказал с тревогой: "Если Су Линь будет продолжать в том же духе, я боюсь, что он даже не сможет бежать всю гонку".

"А? Как это случилось? Разве... мой брат Су Лин не мог так бегать до конца? Разве это не двенадцать с половиной кругов?"

Бормоча, Киёко Кимия не думала, что ее удивительный брат Су Лин даже пробежит двенадцать с половиной кругов.

"Точно! Сяоцин, я тоже с тобой согласен. Поскольку Су Лин осмеливается так бежать, у него должен быть способ продолжать. Я также верю в Су Линь, Су Линь не единственный, кто просто знает, как быть крутым, не обращая внимания на общую картину! Хе-хе-хе..."

Yun Yi Yi был теперь на стороне Ji Gong Qing Zi, веря что Su Lin определенно сможет закончить бег. Лян Синьюнь, который стоял рядом с Юнь И, конечно же, стоял в одной ноздри с Юнь И и говорил: "Су Линь всегда приносит сюрпризы каждый раз, боюсь, что этот раз не исключение!"

"Было бы здорово, если бы это было действительно так."

Цинь Яньран слабо чувствовал, что появление этих девушек сформировало огромный кризис между ним и Су Линь, но теперь она была несколько слаба, и под субъективным чувством, как будто она была подавлена ими, и у нее даже не было возможности контратаковать, или даже вытряхнуть из себя "королеву дворца" в очень доминирующей манере.

Аналогичным образом, зрители, спешившие посмотреть гонку, также были поражены, потому что никогда раньше не видели такой 5000-метровой гонки, а на самом деле были участники, которые бежали прямо с самого старта, на большой скорости, и даже финишировали на круге.

"Ух ты! Смотрите, это Су Линь, новый король нашей Школы Экономики! Он удивительно быстро бегал с тех пор, как начал бегать... видите ли, Су Лин проехал остальные на пол круга и теперь гонится за их задницами..."

"Я слышал, что у этого Су Лин есть несколько красивых подружек! Посмотрите на всех этих людей, которые его подбадривают. Они все его подружки! Даже Звезда Даминга Юн И И связана с ним ах... Он намеренно бегают вокруг, играя так круто? Я уже пробежал 5000 метров, и если я пробегу так, то к третьему и четвертому кругу вообще не смогу пробежать... ребята, подождите и посмотрите... Су Лин продержится максимум до третьего круга, а потом его скорость резко упадет..."

"Боже! Этот Су Лин просто пытается быть крутым, убежать, как будто это желание смерти!"

.....

Некоторые из зрителей кричали красиво и прохладно, когда увидели такой стиль бега Су Лин. Но большинство зрителей понимали, что 5000 метров - это сложное соревнование по бегу на длинные дистанции, и это не то, что можно так хорошо бегать на спринтерской дистанции.

Почти во всех видах бега на длинные дистанции тренер

Мы все учим наших спортсменов, что когда они бегут, они должны знать о своем дыхании и делать три шага и один вздох. Проще говоря, это когда ты бежишь. Дышать и бежать со скоростью, которая идет вместе. То есть, бегите на три шага вперед, постоянно вдыхая воздух, а затем бегите еще на три шага, постоянно выдыхая воздух. Если не хватает дыхания. Не могу. Переключитесь на два одинарных шага и один выдох и два одинарных шага и один вдох. Также обратите внимание во время. Не открывай рот слишком сильно, иначе попадание в холодный воздух вызовет боль в желудке.

А теперь Су Лин бежит. Но речь шла вовсе не о ритме вдыхания и выдоха, а о его собственных инстинктах, безумно бегущих со всей силы по подиуму, и даже когда он доходил до места, близкого к девушкам, он открывал рот и громко кричал на два предложения.

Остальные даже не делали то, что делал Су Лин, они все сохраняли свою выдержку очень низкой, без признаков спринта. Если бы пришлось говорить о стадии спринта так же сильно, как Су Лин, то это было бы в последние моменты, на стандартном поле длиной 400 м - два с половиной круга, а на последних 200 м приходилось использовать всю свою силу и мчаться вперед, в этот момент можно было тяжело дышать, пока не пересекли финишную черту.

Но, как и Су Линь, который поддерживал скорость спринта с самого начала, на самом деле за всю историю 5000-метровой гонки Универсиады в Цинбэе, этого никогда не происходило.

"Директор Фэнг, о, посмотрите туда. В 5000-метровой гонке, эта, похоже, будет хорошей!"

На подиуме в центре сидел президент университета Цинбэй Чжу Сюэцзин, а рядом с ним - мать Цинь Яньрана, Фан Липин, директор столичного бюро образования, который также с радостью уставился на Су Линя, который бежал вниз, и с улыбкой сказал: "Президент Чжу, как вы думаете, сможет ли Су Линь победить, если он будет бегать вот так? Это надолго?"

"Ха! Директор Фанг, вы действительно хитрый! Мгновенно нажимая на вопрос, который я собирался тебе задать!"

Хаха смеялся, но президент университета Цинбэй, Чжу Сюэцзин, погладил подбородок, обдумал это и сказал: "Я хорошо думаю! Этот парень, Су Лин, в соответствии с моим предыдущим пониманием его. Он немного настойчив, но все, что он делает, он делает только тогда, когда уверен в себе. Хотя я не понимаю текущий стиль бега Су Линь, если бы мне пришлось делать выводы, я думаю, что Су Линь определенно может выиграть на этот раз. Что подумал директор Фэнг?"

"Кажется, директор Чжу, вы тоже хорошо знаете Су Линь! Я тоже так думал, этот отродье Су Линь, я слишком хорошо его знаю. Никогда не сражался в битве без уверенности, если бы у него не было абсолютной уверенности, он определенно не принял бы вызов семьи Ли Бода. Су Линь такое хорошее лицо, он определенно не хочет потерять лицо перед всей школой. Поэтому Су Линь определенно выигрывает, в этом нет сомнений".

Тем не менее, Фан Липинг, который был матерью, понимал Су Линь лучше, чем Цинь Яньран. Правда также, что время, проведенное с Су Лин, Fang Liping была более наблюдательной и глубже погружалась в Су Лин, и чем больше она смотрела, тем больше была шокирована тем, что этот подросток, которого она все равно не могла видеть насквозь, скрывал столько секретов.

Цинь Яньран же, с другой стороны, почти все время проводила с ревнивой Су Линь. Начиная от Линь Цинсюэ, Ие Синчжу, до ее собственной матери Fang Liping, Юнь И И И, и так далее, когда она была с Су Линь, Цинь Яньран всегда чувствовал, что она ревнует все время, была бесконечная ревность всех видов.

"О! Ну, мы просто подождем и посмотрим! Посмотрим, сможет ли Су Линь совершить чудеса..." - засмеялся Чжу Сюэцин, поэтому он продолжил смотреть на трек вниз.

Один круг!

Два круга!

Три круга!

Четыре круга!

Пять кругов...

Это был уже пятый круг, и скорость Су Линь совсем не снизилась. Остальные бежали на равномерной скорости, чтобы сохранить свои силы, Су Линь также бежал на равномерной скорости, но он бежал на равномерной скорости, не теряя скорость на всех, полностью на скорости 100 метровом спринте.

В это время Су Линь уже проехал два полных круга впереди самого быстрого среди других бегунов, Ли Бода, остальные проехали только три круга, но Су Линь уже проехал пятый круг, и усталости не было выявлено. Создавалось впечатление, что "Су Линь" все еще в состоянии, так что сохраняйте высокую скорость до конца 5000 метров.

"Невозможно! Невозможно... как этот отродье Су Лин мог продолжать бежать так быстро в течение пяти кругов?"

Ли Бода, который уже дважды проезжал мимо Су Линя, теперь начал паниковать, когда увидел, что Су Линь до сих пор ничуть не устал, и его скорость совсем не собирался снижаться.

Гордость в его сердце прежде превратилась в страх, пробегая 5000 метров на скорости почти 100 метров, и он бежал на этой скорости в течение пяти кругов, как ужасно это было!

"Нет! Я не могу потерять эту! Я... Я не должен проигрывать этому отродью Су Линь..."

Неохотный Ли Бода, который теперь также был нарушен этим всплеском скорости от Су Лин, его ритм дыхания начал нарушаться, и он начал быстро ускоряться, отказавшись от униформы скорость, которую он использовал, чтобы сохранить свою энергию, а также с помощью своей скорости спринтинга, он хотел догнать Су Линь, он действительно боялся быть управляемым Су Линь так последовательно.

"Быстрее! Смотрите все, Лебода тоже начинает ускоряться!"

"Что? Лебода сошла с ума? Он тоже будет похож на того сумасшедшего Сурина? Разве он не был только на третьем круге? Просто начать спринтовать?"

"Не без спринта! Согласно этой позе Су Линь, я боюсь, что так будет продолжаться до конца... Если Ли Бода не поднимется сейчас, я боюсь, что в конце концов у него не будет никаких шансов на победу..."

.....

Толпа была удивлена, что Су Линь смог продолжить бегать в спринте, и теперь, когда они узнали, что Лебода тоже поднялась, чтобы наверстать упущенное, гонка стала еще более интересной.

"Смотрите! Сестра Хума, сестра Циншу, видите! Я же говорил, что брат Су Лин не обычный человек, он определённо сможет остаться первым и продолжать бежать вот так. Теперь, когда он уже на два круга впереди других, разве он не может выиграть? Хехехехе..."

Под палящим солнцем Киёко Кимия все еще очень жизнерадостно болела за Су Линь, но на самом деле остальные ее глаза обращали внимание на разное отношение других девушек, всегда наблюдая за изменениями в их отношении друг к другу.

"Су Линь", это отродье, правда! Удивительно! Держись! Продолжайте бежать!"

андапр;n

bsp;Первоначально сидя в базовом лагере, классный руководитель Сюй Хуэй, у которого не было никакой надежды на победу Су Линь, в это время тоже не выдержал, побежал в сторону, а также радостно подбодрил Су Линь. Как славно, что студент из своего класса занял первое место в гонке на 5000 метров, которую всегда покрывал старший Ли Бода! (.)

PS: Первая смена!

<http://tl.rulate.ru/book/29256/998089>