

Глава 4. Тренировка.

- Ну, теперь, когда я знаю, как я могу использовать свои силы, мне нужно немного отдохнуть, чтобы обрести лучшую форму, перед тем как я начну тренироваться завтра, - я закрыл вход в пещеру ветками и лег на сухие листья, чтобы заснуть, и вскоре отключился.

На следующее утро я проснулся довольно рано. Солнце только взошло, и я чувствовал себя достаточно свежим. После утренних водных процедур у водопада я съел несколько фруктов, чтобы зарядиться энергией.

Я был в замешательстве. Блин, в каком порядке я должен тренироваться. Хм, хорошо, можно начать с пробежек и растяжек, после этого приседания, отжимания, поднятие тяжестей и затем лягушачий прыжок с утяжелением. Сначала я буду наращивать силу, прежде чем тренировать некоторые основные боевые позиции.

Я однажды видел эти стойки и порядок тренировок на YouTube. Это были видео до и после, и в то время это было довольно популярно. И из самого видео и комментариев людей я знаю, что это работает достаточно эффективно, и что основные боевые позиции были хорошо развиты за эти годы. Эти упражнения были универсальны, что является еще одним плюсом.

И вот, я начал бегать трусцой. Это действительно было тяжело. Потому что не было достаточно большой поляны для пробежки. Пространство перед пещерой идеально для других упражнений, но не для пробежки. Поэтому мне пришлось бегать по лесу. Сложнее всего было уклоняться от деревьев, поддерживая мою скорость, а также не злоупотреблять выносливостью.

Я пытался сохранить как можно больше сил. Поскольку это было необходимо для дальнейших занятий. После бега я начал делать растяжку, чтобы у меня не возникали судороги в середине тренировки.

Когда я начал основную тренировку, было почти 10 утра по земным часам. Я потратил большую часть времени на бег трусцой и чуть больше двадцати минут на растяжку.

Я начал с приседаний и поставил цель 50 раз на данный момент. Если бы я мог выполнить это без особых усилий, я бы сделал 75. Но я думаю, что это было невозможно, так как у меня тело трехлетнего ребенка. Я едва мог сделать 35 раз, но мне удалось справиться с силами и добиться поставленной цели. Я лежал на земле, тяжело дыша, и через пять минут продолжил тренировку.

Следующее - отжимания. Я поставил такую же цель, как и для предыдущего упражнения, и точно так же я был измотан, когда закончил. После очередного пятиминутного перерыва последовала тяжелая атлетика. Я взял несколько тяжелых камней, которые я нашел возле пещеры, и начал поднимать их до области груди 50 раз, а затем поднимал их над головой еще 50. Было очень опасно поднимать их над головой, но пока я не в состоянии найти что-то, чтобы спилить подходящие ветки или стволы деревьев, чтобы использовать их для утяжеления, у меня нет другого выбора.

Используя несколько лоз, я привязал камни к спине, ногам и рукам и начал прыгать как лягушка. Так я прыгал 10 кругов в одном направлении, и 10 кругов в другом. На этом я закончил свои физические тренировки на сегодня.

Было около полудня, когда я закончил тренировку. И после того, как я искупался и поел, я

решил некоторое время отдохнуть. Хотя я нахожусь в серьезном режиме, я должен сказать, что я почти сдался на полпути. Но улыбающиеся лица моих будущих жен потянули меня сквозь все проблемы и мою лень.

Получилось так что я задремал и проснувшись сразу начал пытаться контролировать окружающее меня пространство.

Но до этого я попытался переместить силу времени внутри меня, и я был удивлен, обнаружив, что у меня немного получилось. Это подтверждало мои догадки. Мне нужно сильное тело, чтобы контролировать силу времени внутри меня.

Поэтому, поскольку я не могу ничего сделать с энергией времени, пока не приобрел больше физической силы, я решил полностью сосредоточиться на своей космической силе.

Я начал медитировать и пытаться перемещать пространство, окружающее меня, подобно водовороту в центре. Сначала оно не сдвинулось ни на дюйм, но потом у меня начало получаться очень-очень медленно. Как бы я не пытался скорость перемещения не изменялась. Что ж, сейчас это не имеет значения, главное, что я могу контролировать пространство вокруг по своей воле. А это означает, что я действительно хорошо справился с управлением. Я решил попробовать сжать пространство вокруг своего кулака, это заняло почти полчаса, заставив меня хорошенько попотеть.

Мой кулак стал тяжелым, как будто я нес большой вес, но я все еще мог двигать им хотя и с небольшой скоростью.

Я вышел из пещеры и остановился в пяти метрах от дерева. Приняв боевую стойку, я ударил кулаком по дереву. Я почувствовал, как сжатая космическая сила на моем кулаке зашевелилась, а затем оторвалась от него и полетела к дереву. Когда она вступила в контакт с деревом, оно взорвалось, наделав достаточно шума, и зацепив окружающие деревья в радиусе трех метров.

Я был в шоке и смотрел на это с широко открытыми глазами. Я не ожидал, что удар будет настолько сильным. Если бы я использовал его на обычном человеке, его бы разорвало на кусочки. Я должен проверить преобразование энергии, чтобы бессознательно не навредить людям.

- КРУТО!!! – я закричал, не сдержав эмоций.

Я продолжил тренироваться управлять космической энергией и вернулся обратно в свою пещеру, а после этого лег спать. Завтра будет еще один тяжелый день тренировок.

<http://tl.rulate.ru/book/30740/686460>