

Наруто вышел из пределов города. Начинаясь тайга, с сияющими белыми верхушками гор на горизонте. Это была пересеченная местность. Наруто пошел дальше в лес. Он создал нескольких клонов. Они сразу поняли что надо делать и рассредоточились.

Клонам надо было найти подходящее место для тренировок. А сам Наруто просто любовался природой и снежной красотой, Курама занимался этим же.

Через некоторое время клоны подали сигнал, что нашли подходящее место. Наруто встал и направился к нужному месту. По пути он увидел силки и ловушки расставленные клонами, для того, чтобы было чем поесть после тренировки.

Он прибыл к месту. Клоны рассеялись. В мозг Наруто пришла информация полученная клонами. Он быстро запихнул ее в "не главные потоки сознания". Это заняло менее секунды - Наруто специально тренировался не терять концентрации после получения информации от клонов. Это была очень сложная и непонятная тренировка. Наруто и Курама вначале вообще не понимали как добиться желаемого, но потом в ходе непрерывных попыток постепенно смогли научиться не отвлекаться на посторонние мысли, воспоминания.

Место было более чем красивое. Это было озеро, развернувшееся в горах. В него впадало несколько речек. С местонахождения Наруто открывался прекрасный вид на озеро сверху. Оно было не слишком большим и прикрывалось со всех сторон высокими горами и густыми лесами. Вода в озере была не ледяной, так как в этой части страны снега температура была не слишком низкой - с одной стороны недостаточно высокой, чтобы снег растаял, а с другой недостаточно низкой, чтобы вода в озере замерзла.

Наруто спустился с верхушки одной из гор, что окружала озеро. По глубокому снегу идти было бы очень неудобно, если бы Наруто не умел ходить по снегу как по воде. Это было намного сложнее, но все же являлось возможным.

Курама сказал:

- Сегодня будем тренироваться на снегу, не ослабляя концентрации чакры в ступнях.

Наруто болезненно скривился от одной только мысли об этом, но потом сразу же начал приготавливать все системы своего организма к Для этого надо было войти в режим особой концентрации. Надо было представлять, что сконцентрирован каждый нерв в организме. Поэтому Наруто мог думать только о тренировке или не мог о чем либо сознательно думать.

Наруто перед тем как начать, снял концентрацию и еще раз посмотрел на окружающий пейзаж, вспомнил все нынешние события и таким образом, проверив все, вновь сконцентрировался. Холод не был страшен ему, так как сама сила организма и чакра не допускали холод в тело.

Перед непосредственно самим использованием больших сил, надо было сесть в позу медитации и полностью сконцентрировать весь организм к тренировкам. Наруто, таким образом неосознанно и чакру тоже сосредотачивал.

Достаточно сконцентрировавшись можно было приступать и к разминке. Это означало растянуть все мышцы, сухожилия, суставы и сильно разогнать циркуляцию крови. Наруто начал с кистей рук, затем перешел к голове и шее. Потом следовали руки, туловище и заканчивалось все стопами.

После разминки следовали сначала простые силовые физические упражнения. Для их выполнения надо было напрягать лишь мышцы, с использованием небольшого количества чакры. Когда Наруто закончил их выполнять он заметил, что температура вокруг него поднялась и снег растаял. Так как снег растаял, можно было и ослабить концентрацию. Хоть и упражнений было немало, времени прошло немного, так как Наруто проделал эти разминочные упражнения очень быстро и практически безостановочно.

Далее следовали продвинутые тренировки с использованием чакры. Их смысл заключался в том, чтобы научиться координировать использование чакры и мышц. С помощью них чакроканалы Наруто стали больше и стали быстрее пропускать чакру. Одно из этих упражнений заключалось в том, чтобы нырять в глубину какого нибудь водоема и с помощью высвобождения чакры останавливать подводные течения. Наруто в таких сложных упражнениях продвинулся относительно недалеко, так как Курама придумал их и ввел их в программу тренировок Наруто сравнительно недавно.

После нескольких таких актов самоистязания, желтоволосый сел в позу дзэн и начал восстанавливать силы и духовные силы (в том числе чакру). Сам по себе процесс “отдыха” тоже был нещадной тренировкой, так как Узумаки надо было не просто расслабиться и отдыхать, а всеми силами стараться отдохнуть как можно лучше. Постепенно это вылилось в жадное выхватывание любой возможной энергии из резервов организма, для того чтобы восстановить силы. Такие тренировки, при всей своей жесткости, не были опасны для Наруто, так как Курама тщательно все рассчитал.

После “отдыха” Наруто, Курама сказал, что сейчас будет тренировка с клонами. грядущей тренировке