

Следующие несколько дней прошли для Закари как яркий сон. По мере приближения его запланированного возвращения в Норвегию он все больше убеждался, что принял правильное решение, наняв ICS для поиска своей биологической матери. Наконец-то он почувствовал себя спокойно, так как знал, что над поиском его матери работают профессионалы.

Он мог сосредоточить своё внимание на приведении своего тела в идеальную форму. Он следовал строгому графику тренировок и потреблял еженедельную дозу эликсира физической подготовки В класса. Он был строг к себе и использовал каждую свободную минуту следующих трех дней для тренировок с намерением прийти в форму перед возвращением в Норвегию.

Он просыпался рано в шесть утра и пробегал трусцой от десяти до пятнадцати километров, чтобы отточить свою выносливость. После этого он завтракал и направлялся на стадион "ТП Мазембе", чтобы провести несколько силовых тренировок и пройти упражнения на ловкость.

Во второй половине дня, сразу после обеда, он практиковал свою технику штрафных ударов, иногда с игроками "ТП Мазембе" - если они присутствовали. Не теряя времени, он начинал тренировку со стеной, чтобы отточить свой контроль над мячом в течение следующего часа. Затем он завершал тренировку, пробегая с мячом через тщательно расставленные конусы, чтобы отточить свои навыки дриблинга.

По вечерам, перед тем как лечь спать, он час занимался йогой, чтобы размять уставшие мышцы. С помощью занятий он также улучшал свою гибкость и контроль над телом. После этого он, наконец, отходил спать на восемь часов и возобновлял работу по тому же графику на следующий день. Дни пролетали быстро в напряженных тренировках. С точки зрения Закари, они были похожи на сцены из фильма с ускоренной перемоткой.

Вскоре наступил день перед его запланированным возвращением в Тронхейм. Но он всё равно проснулся рано и решил потратить несколько часов на пробежку. Когда стрелка часов показала шесть утра, он вскочил с кровати и надел свой спортивный костюм и кроссовки.

Минуту спустя, слегка перекусив, он выбежал из дома, никого не разбудив. Вскоре он был на улице, его шаги съедали метры грунтовой дороги с каждой секундой.

Он не беспокоился о том, что быстро устанет. Он уже выпил еженедельную дозу эликсира физической подготовки В класса и, следовательно, обладал достаточной выносливостью. Он решил бежать, сколько захочется.

Даже утренняя темнота не беспокоила его. Он сосредоточил всё свое внимание на поддержании правильной частоты шагов, чтобы его пробежка была эффективной.

Когда он увеличил скорость и повернул на юг, направляясь в сторону центра города, он понял, что все еще не запыхался. Он не был измотан даже после того, как пробежал более семи километров. Поэтому он решил повысить интенсивность упражнения на ступеньку выше, добавив еще несколько упражнений.

В течение следующих двух километров он продолжал пробегать короткие спринты, преодолевая сотни метров всего за несколько десятков секунд. Он также иногда замедлялся, чтобы выполнять простые упражнения, такие как поднятие ног и прыжки лягушкой, все еще находясь в движении. Эти упражнения быстро истощили его запасы выносливости, и вскоре он обнаружил, что борется за простое дыхание.

Тем не менее, он ни на йоту не замедлился, так как знал, что остановка резко снизит эффективность всей его тренировки. Вместо этого он вытер пот с лица рукавом своего спортивного костюма, а затем продолжил бег трусцой с постоянной скоростью.

Несколько минут спустя солнце взошло на востоке, подобно огромному цветку, раскрывающемуся, чтобы излить свою красоту на город Лубумбаши. Солнечный свет медленно наполнял небо золотым сиянием, борясь за то, чтобы осветить каждый уголок земли.

Закари почувствовал, как его настроение улучшилось, пока наблюдал за прекрасным восходом солнца. Он завернул за угол и трусцой побежал обратно к дому своей бабушки.

На обратном пути он не пытался включить в свой бег какие-либо упражнения. Он сосредоточился исключительно на беге трусцой и смог преодолеть всю дистанцию всего за двадцать минут.

Придя к бабушке, он заметил, что не так уж устал, как обычно после предыдущих утренних пробежек. Несмотря на то, что он только что завершил 14-километровую пробежку, он чувствовал, что у него всё ещё достаточно запасов выносливости, чтобы преодолеть гораздо большее расстояние. Это было странное чувство. На мгновение у него возникло искушение пробежать еще несколько километров, чтобы выяснить, как далеко он может зайти. Но, поразмыслив еще несколько секунд, он вспомнил, что ему нужно подготовиться к возвращению в Тронхейм. Он отодвинул этот вопрос на задний план. Он убедил себя, что это ощущение было результатом его идеального душевного состояния.

- Закари вернулся! Закари вернулся...

Его двоюродные братья дома уже проснулись, когда он приехал. Они начали кричать и хлопать в ладоши, когда он ворвался в ворота.

Они потеплели к нему и даже начали называть его старшим братом Закари после того, как он купил им несколько мячей, бутс и футболок. Они всегда радовались, когда он возвращался домой. Казалось, они всегда ожидали, что он приедет с большим количеством подарков.

- Как прошла твоя пробежка, старший брат Закари? - Джошуа, самый старший, спросил на суахили с улыбкой.

- Это было приятно, - ответил Закари, одарив его улыбкой. - Как ваше утро? Почему вы все сегодня так рано встали?

- Мы хотим последовать примеру старшего брата Закари и в будущем стать футболистами, - быстро ответил Джошуа, ерзая и почесывая подбородок.

- О, - сказал Закари, окидывая их быстрым взглядом, прежде чем сфокусировать свой взгляд на девочке. - Даже ты, Лили! Ты тоже хочешь стать футболистом?

- Да, - ответила девочка Лили своим детским голоском. - Я бы тоже хотела стать футболистом и водить хорошую машину, как у тебя.

Закари улыбнулся и легонько ущипнул девушку за щеку.

- Тогда вы, ребята, должны продолжать усердно работать каждый день, - сказал он, взглянув на остальных. - Это включает в себя пробежку в пять километров по крайней мере каждые три дня. Вы готовы к этому?

- Да, готовы, - это был Джошуа, самый старший, быстро ответил оживленным голосом. - Мы только что завершили нашу утреннюю пробежку вокруг комплекса.

- Это здорово, - сказал Закари, показывая ему большой палец вверх. - Продолжайте усердно работать, и вы все скоро станете опытными футболистами. Но не забывайте о школе, когда начнете тренироваться. Хорошо?

- Да, старший брат, - ответил Джошуа, улыбаясь.

- Хорошо, - сказал Закари, прежде чем начать свою тренировку по растяжке.

В течение следующих нескольких минут он сосредоточился на том, чтобы расслабить и охладить свои мышцы. Он прошел классическую разминку, которая включала постепенное растяжение плеч, туловища, шеи, четырехглавой мышцы и подколенного сухожилия.

Всего через несколько минут после того, как он погрузился в занятие, он почувствовал, что его мышцы расслабляются, а усталость от бега проходит. Но он продолжал растягиваться в течение пятнадцати минут, чтобы закончить сеанс идеально.

Как только он закончил разминку, он направился обратно в свою комнату, думая о том, чтобы быстро принять душ и отправиться в отель "Planet Hollybum", чтобы провести Кристин после завтрака.

Но как только он закрыл дверь своей спальни, чтобы раздеться перед душем, в его голове зазвенело системное уведомление. Прежде чем он успел среагировать, перед ним возник полупрозрачный голубоватый интерфейс системы, и в его голове зазвучали новые звуки уведомлений.

"ДИНЬ"

- Поздравляем, - произнес системный ИИ своим апатичным женским голосом сразу после этого. - Пользователю удалось выполнить скрытую системную миссию. Пользователь впервые повысил два своих основных атрибута S до уровня.

- Какие именно, - поспешно спросил Закари, чувствуя, как бешено колотится его сердце.

Не теряя ни секунды, он устремил взгляд на системный интерфейс перед собой.

Он долго ждал, когда его характеристика совершит прорыв, и был слишком нетерпелив, чтобы слушать медленный бесстрастный голос ИИ. Он решил прочитать уведомления непосредственно из интерфейса и проигнорировать искусственный интеллект.

#4 новых сообщения

ПОЗДРАВЛЯЕМ

->Впервые в вашей карьере вам удалось выполнить скрытую системную миссию, повысив два ваших основных атрибута до S уровня. Ваши показатели выносливости и очков выносливости теперь находятся на уровне S класса.

->Награды за миссию

1) 5000 баллов

->Итоги миссии

*Анализ: Вам удалось пройти бутылочное горлышко, повысив свою выносливость благодаря упорной работе. Вы перепрыгнули самую большую пропасть, отделяющую отменных игроков от посредственных. Вы на верном пути к тому, чтобы стать великим футболистом. Поздравляем.

->Бонусные награды

В качестве бонуса за вашу тяжелую работу вы заработали ежемесячную дозу эликсира физической подготовки А класса. Это поможет вам стабилизировать свою выносливость на S уровне.

->Замечание

Повышение выносливости до S класса - это только начало. Вам предстоит пройти еще долгий путь, чтобы сравняться по навыкам с любым игроком, который когда-либо попадал в список игроков, потенциально способных стать G.O.A.T. Поэтому, пожалуйста, продолжайте усердно работать.

<http://tl.rulate.ru/book/58479/2717651>