

Глава 14: Тренировка перед спортивным фестивалем!

На следующий день после нападения в Зону Ненастоящих Катастроф, мы были в классе, и Аизава сказал, что у него есть объявление для всех нас.

(Поскольку Джокара довольно быстро справился с Ному, Аизава не получил серьезных ранений, поэтому он не в бинтах)

Спортивный фестиваль. Когда я изучал Героев, я видел в Интернете видеозаписи прошлых фестивалей. Я бы серьезно соврал, если бы сказал, что не был серьезно взволнован этим. Конечно, я не смогу убить кого-то или искалечить, ведь это были одноклассники и сокурсники.

Но это единственные две черты, которые мне не позволено пересекать. Единственные, против кого я бы не пошел на все сто, это Киришима и Мина, если мы когда-нибудь столкнемся, в качестве компенсации за то, что они мои друзья.

Нам дали две недели выходных, чтобы потренироваться или сделать что-нибудь еще в рамках подготовки к спортивному фестивалю. Это дает мне достаточно времени, чтобы сделать некоторые вещи, над которыми я хочу поработать.

Школа закончилась очень рано, скорее всего, для того, чтобы мы могли начать тренировки как можно скорее, чтобы нам было чем похвастаться перед всем миром к приходу фестиваля.

Я на 95% уверен, что злодей может планировать нападение, наблюдая за фестивалем, наблюдая за их боевым стилем и наблюдая за их Люрой, что очень глупо со стороны Юэй, но неважно. Это их проблема, не моя.

Я помчался в сторону домика, быстро добравшись до него.

Я взял бумагу и нарисовал себе список вещей, над которыми нужно работать и тренироваться

-Скорость

-Сила

-Защита

-Ловкость

-Координация, сражаясь вместе с Рюдзином. (Так теперь зовут змейку)

-Увеличить костную силу как можно больше за счет потребления кальция

-Разнообразие атак

-Физические упражнения

-Исследование влияния моего голоса при достижении определенного уровня шума (Помните, как вся Япония содрогнулась, когда он впервые пробудил свою причуду, и как все, даже фоновые звуки, приглушились, когда он закричал в классе 1-А. Вот к чему это относится).

Похоже, это хороший список. Что ж, давайте приступим. Для начала давайте переместимся в более тихое и менее ценное место.

Я вышел из домика, оставил записку для своей семьи, уведомляющую их о том, что я ушел на тренировку, и отправился в изолированную часть леса, подальше от всего важного, что могло бы помешать тренировке.

Сначала я решил сделать упражнения. Я не делал много упражнений, поэтому я не мог с самого начала делать много упражнений, поэтому я пока остановился на низких числах. Я изучил множество методов хороших физических упражнений.

- 5 подходов по 10 отжиманий

- 5 подходов по 10 приседаний

- 5 подходов по 10 скручиваний

-5 подходов по 10 приседаний

- 5 подходов планок (каждый раз как можно дольше)

- 2-х километровая пробежка

Приступив к делу, я начал выполнять упражнения. Как я уже говорил, раньше я не делал много подобных упражнений, поэтому быстро выдохся.

Теперь, я уверен, вы, наверное, ожидаете, что я вымотаюсь до такой степени, что мое тело будет кричать мне остановиться, а я буду продолжать, называя это силой воли?

Нет. Это неразумно в любом смысле этого слова. Если вы занимаетесь спортом и очень устали, то это ваше тело говорит вам остановиться, и вам лучше прислушаться к нему. Игнорирование сигналов собственного тела не приводит ни к чему хорошему, более того, если вы продолжаете заниматься, даже когда ваше тело говорит вам остановиться, это верный способ повредить мышцы, что значительно ухудшит вашу жизнь.

(От автора: Это правда. Есть один парень, с которым я хожу в частный спортзал, он служил в армии. Когда он вернулся из армии, он начал делать много упражнений в тренажерном зале, и все время превышал предел возможностей своего тела, в результате чего порвал мышцы вдоль плеча, и в течение многих лет ему было очень больно даже поднимать руки. Пожалуйста, прислушивайтесь к своему телу, если занимаетесь спортом).

Поэтому всякий раз, когда я сильно уставал, я делал небольшой перерыв и продолжал, когда достаточно отдохнул. В основном проблемы возникали из-за упражнений, в которых упор делался не на ноги, так как они были моими самыми сильными мышцами, даже больше, чем у других людей. Но я знал, что это, возможно, самый важный шаг из всего того, над чем мне предстояло работать, поскольку чем сильнее мое тело, тем лучше становится все остальное по умолчанию.

В итоге я закончил физические упражнения примерно за 30 минут и отдохнул 4 минуты, прежде чем перейти к другому шагу.

Следующий шаг, над которым я хотел поработать, состоял из двух составляющих - силы и защиты.

Я хотел попытаться создать тонкий слой костей под кожей, чтобы постоянно повышать свою защиту, а также иметь гораздо более толстые и прочные кости в тех местах, которые я могу использовать для атаки, например, в руках и ногах.

Я точно знал, что это потребует большого контроля и точности, поэтому поручил Рюдзину проследить, чтобы меня ничто не беспокоило, пока я буду пробовать.

Я сел на землю и сосредоточился. Я представил очень тонкий слой костей под всеми слоями моей кожи, добавляя дополнительную защиту к каждому слою. Для тела практически любого другого человека это, скорее всего, имело бы какой-то негативный эффект, но благодаря моей Люре, что бы я ни делал с этим, ничего плохого не произойдет, либо ничего существенного, либо что-то хорошее, поэтому я не беспокоился о том, что что-то пойдет не так.

Затем я проявил слой вокруг своего тела, и сразу же заметил, что мое тело стало намного прочнее, чем раньше. Следующий шаг.

Я представил, что кости вокруг моих рук и ног должны быть толще и прочнее. Затем я проявил этот образ и мгновенно почувствовал, как вышеупомянутые области стали сильнее. Я почти уверен, что прямо сейчас, без использования стойки Земли или какой-либо скорости для увеличения моей силы, я мог бы навсегда пробить твердый куб, полностью сделанный из стали.

Следующее, над чем я хотел поработать: Ловкость. Конечно, я был быстр, но мне хотелось быть достаточно ловким, чтобы маневрировать почти во всем. Я не знал многих способов, как это можно тренировать, поэтому придумал импровизированный: Рюдзин напал на меня, а я должен был уклоняться от его атак с минимально возможным количеством движений. У него также было разрешение на использование подлых атак. Я хотел, чтобы это было действительно сложно, иначе я ничему не научусь.

В течение первых 45 минут я много раз был близок к тому, чтобы попасть под удар, и в итоге попал. Однако после этих 45 минут начались заметные изменения. Я уклонялся каждый раз, с каждым разом все меньше двигаясь, и в конце концов, я уклонялся, двигаясь так мало, что даже человек с Люрой восприятия, вероятно, подумал бы, что я не сдвинулся ни на дюйм, и что мой противник промахнулся. На данный момент это лучшее, что я могу сделать для Ловкости.

Далее, Скорость. Сейчас я не знал способа увеличить свою природную скорость, поэтому я собирался попробовать усовершенствовать стойку Молнии, чтобы увеличить множитель скорости, который она мне дает.

Пока я занимался этим, я собирался попробовать усовершенствовать все мои другие стойки, так как я мог бы это сделать. Нет какого-то супер «понимания», которое я использовал для улучшения стойки, я просто исправил некоторые действительно очевидные недостатки, которые были в них, и на которые у меня раньше не было времени. В качестве примера можно привести улучшение устойчивости стойки, а также то, что каждая стойка ощущалась правильно, пока я искал изменения, которые можно было бы в нее внести.

Это была самая легкая часть, и я также получил легкое увеличение множителей. Теперь все мои стойки увеличивали соответствующие фокусы на множитель 15.

Следующее: Улучшение координации при сражении вместе с Рюдзином. Это было то, в чем я очень хотел преуспеть, потому что это сделало бы нас обоих гораздо более смертоносными, чем мы уже были.

Мы придумали, как это сделать. Мы попросили Пикси Боб использовать ее Люру, чтобы создать земных существ, с которыми нам предстояло сражаться. Конечно, мы и так могли бы легко победить их, но нам нужно было не это, а сделать так, чтобы мы прикрывали друг друга в каждом своем движении.

Я быстро побежал к домику и рассказал ей о том, что хочу сделать. Она была очень рада тому, как серьезно я отнесся к тренировкам, и крепко обняла меня.

Я любил свою семью.

Она согласилась помочь мне и Рюдзину и присоединилась к нам в пустынном месте, где мы тренировались раньше. Она призвала существо, похожее на тигра.

Мы с Рюдзином сразу же включились в игру. В течение примерно 50 минут мы были не так уж хороши, но мы постоянно совершенствовались. По истечении 50 минут мы достигли того уровня, когда могли реагировать на движения друг друга и прикрывать друг друга, то есть мы могли проводить бесконечные комбо-атаки, не давая противнику времени среагировать или попытаться отбиться.

Пока что я был доволен тем, что получилось на сегодня. В конце концов, у меня было две недели на тренировки, так что такое улучшение в первый день – это уже здорово. Я обнял Пикси Боб и проводил ее в домик.

Последняя написанная вещь, над которой нужно поработать на сегодня, прежде чем я попробую то, о чем давно думал. Разнообразие атак. До сих пор я был исключительно ближнего боя, никаких возможностей дальнего боя. У меня есть идея, что может быть хорошей дальнебойной атакой. Точнее, две.

Давайте попробуем первую. Я представил, как из кончиков моих пальцев очень быстро вылетают маленькие косточки с острыми кончиками. Затем я воплотил это в жизнь.

Маленькие острые косточки вылетали из кончиков пальцев со скоростью звука, возможно, даже выше, и неслись по воздуху, пока не пронзили 5 деревьев, после чего потеряли достаточную скорость и упали.

Костяные пули.

Приятно знать, что идея сработала. Теперь давайте попробуем что-нибудь другое.

Я получил вдохновение, изучая в Интернете удивительно эффективную защиту дикобразов от шипов.

Я представил себе острые кости, выстреливающие из всего моего тела. Затем я воплотил это в жизнь.

Кости выстрелили из меня со скоростью даже быстрее, чем мои костяные пули, и покрыли почти всю область тем, что по сути является костяными копьями со скоростью выше скорости звука и чрезвычайной пробивной силой.

Отлично, оба приема удались. Теперь попробуем ту штуку, о возможности которой я думал.

Я схватил ближайшее животное, которое не было Рюдзином. Это была крыса. Ну что ж, сойдет.

Я очень сильно сосредоточился и заставил что-то произойти.

В конце концов, из спины крысы вышел крошечный костяной шип. Успех.

Похоже, я могу управлять костями и других организмов.

О, это будет весело...

<http://tl.rulate.ru/book/61244/1719656>