

Выслушав слова Линь Юя, Акаги кивнул и выразил полное согласие с ним.

Сразу же на лицах Акаги и остальных появился боевой дух.

Линь Юй хорошо сказал, неважно, что все начинают с малого, главное, чтобы был небольшой прогресс.

Выслушав всех, тренер Аньси усмехнулся: "Вообще-то, право выбора за вами. Раз уж все приняли решение, давайте бороться до конца".

"Этот Кубок Золотого Света не ограничен возрастом. Это не то же самое, что соревнования в средней школе. После окончания школы вы не имеете права участвовать".

"Поэтому достижения в этот раз не важны, ты должен быть знаком с игрой".

"Конечно, если ты сможешь сделать себе имя, это будет еще лучше".

"Не только это, если вы сможете добиться хороших результатов, это очень поможет вашей будущей баскетбольной карьере".

"Если вам повезет, вы можете быть отобраны в национальную резервную команду или в молодежную тренировочную команду НБА".

После того, как тренер Аньси закончил говорить, моральный дух игроков Сянбэя мгновенно поднялся, особенно Рукава Фэна, который ждал этого больше всех.

Прежде чем Рукава Фэн успел заговорить, Сакураги Хуадао разразился смехом и сказал: "Похоже, это мой шанс продемонстрировать свои таланты, посмотрите на меня в этом соревновании, и я смогу побороть всех: мужчину средних лет, босса гориллы, короля обезьян и маленького монаха. Потерпел поражение и парень из Бессмертного Дао".

Слушая слова Сакураги, Мияги и другие чувствовали себя уставшими и не знали, что сказать.

Чиму даже встал прямо, яростно ударил его кулаком и крикнул: "Сяньдао и Ючжу не участвовали".

Позволив Акаги ударить, Сакураги внезапно обиделся.

Однако он быстро проигнорировал это, и с триумфом сказал: "Похоже, они знают, что будут участвовать в этом соревновании только сегодня, поэтому они слишком напуганы, чтобы участвовать".

Увидев выступление Сакураги, Акаги потерял дар речи, и это был редкий случай, чтобы преподать ему урок.

Затем все один за другим заговорили о тренировках.

Через некоторое время Лин Юй встал и поднял их руки вместе.

"Продолжайте в том же духе!"

"Добиться чемпионства!"

"Наша нынешняя цель - доминировать в Кубке Золотого Света!"

"Это хорошо!"

Глядя на группу горячих мужчин перед собой, Цайцзы и тренер Аньси облегченно улыбнулись.

Сразу же тренер Аньси шагнул вперед и договорился со всеми: "Хорошо, поскольку все четко определили свои цели, нам необходимо провести несколько тренировок в этом месяце."

"Папа, давай, я не могу дождаться".

Сакураги обняла тренера Аньси и продолжала теребить его подбородок.

Прошел почти месяц у доктора Ванга, и Сакураги теперь очень хотел и сразу же бросился на тренировку.

"Тренировочные задания, которые я поручил тебе на этот раз, можно сказать, не имеют ничего общего с баскетболом".

"Что?!"

После того, как тренер Аньси закончил говорить, все в Сянбэе были ошеломлены.

"Все знают о Кубке Золотого Света. Есть только две четверти, поэтому вы оба должны играть как в четвертой четверти".

"Когда Сакураги и Рукава были травмированы, вспомните игру против Айхэ, мы почти проиграли и выиграли с перевесом в семь очков".

"За исключением Лин Юя и Акаги, физическая сила остальных можно сказать слабая, включая Рукаву".

"А сейчас Сакураги восстанавливается после травмы спины, но он не может играть две четверти с высокой интенсивностью. В конце концов, он все еще должен быть внимательным".

"Так что задача, о которой я говорю, - тренировать свою физическую форму! И свое тело!"

Услышав это, Сакураги почесал голову и сказал: "Но так, если баскетбольные навыки ухудшатся, разве это не ухудшит ситуацию...".

.....0

"Я не говорил, что вы не должны играть в баскетбол. Я сказал, что основная тренировка - это физическая подготовка. В частной жизни ты можешь выделить время для тренировки своих навыков. Это все равно нормально".

"

Другая причина в том, что когда мы готовились к национальным соревнованиям, степень обкатки нашей команды была достаточно высокой на пути к чемпионату, что видно из товарищеского матча с Зебеем и остальными."

"Так что теперь остается только наращивать мускулы. Только имея капитал для борьбы с ними, у тебя есть шанс выиграть финал!"

"Это хорошо!"

Акаги взял инициативу на себя и крикнул.

"Раз тренер Анкси так сказал, давайте сделаем это!"

Таким образом, Акаги возглавил игроков и начал разминку.

Поскольку команда Сянбэй не может остаться без всех игроков сразу, Ясуда, Какуда и другие должны были остаться и продолжать играть за школьную команду.

Поскольку Му Му собирался получить высшее образование, было жаль, что его больше нельзя использовать в качестве первой замены.

В настоящее время участниками являются: Акаги Такэкен, Рукава Каэдэ, Сакураги Флауэр Роуд, Мицуи Шоу, Мияги Рёда и Лин Юй.

Ротация из шести человек все еще относительно плотная в двух высокоинтенсивных четвертях.

Поэтому они также согласились с тренером Анси.

"Сначала пробегите пятьдесят кругов вокруг поля, чтобы разогреться!"

"Пятьдесят кругов?"

удивленно воскликнул Акаги.

Но вскоре Акаги успокоился и начал вести всех на пробежку.

Он ответственный капитан, и если у него есть цель, он сделает все, что нужно, чтобы ее достичь.

Таким образом, дьявольская физическая подготовка Акаги и тренера Анкси официально началась. Хотя члены команды очень не хотели, они все равно упорно трудились во имя своих идеалов. Дюйм.

Глава 501: Черт, пусть притворяется

"Если мы хотим укрепить нашу физическую форму, мы должны сначала улучшить нашу физическую силу!"

Когда Акаги вел команду бегом, он говорил с людьми позади него безошибочным тоном.

Через некоторое время несколько человек пробежали пятьдесят кругов, все без рубашек, и вернулись на край площадки, чтобы отдохнуть.

Акаги и Сакураги были в хорошем состоянии и не выглядели слишком уставшими.

Группа Мицуи и Рукава Каэдэ были немного уставшими, и их физическая форма явно снизилась.

"Босс, вы закончили?"

обеспокоенно спросил Мияги.

По сравнению с усталостью Мияги, Сакураги был немного нетерпелив, и сказал: "Горилла, этот вид базовой физической подготовки, вы, обычные люди, можете тренироваться просто отлично, этому гению это совсем не нужно."

"Этот день отличается от твоего. Я не буду похож на того, кто теряет силы в середине боя".

Слушая слова Сакураги, выражения лиц Мияги менялись, и один за другим они чувствовали себя несчастными.

Однако у них не было возможности опровергнуть его слова. В команде Сянбэй, если не считать случайных слов Лин Юя "три сорок", физическая подготовка Сакураги самая лучшая.

В этот момент Мицуи и остальные были немного подавлены, и они действительно позволили Сакураги притвориться, что они там.

Мицуи и остальные с чувством подавленности легли на землю рядом с ним, чтобы отдохнуть.

Из-за двухлетнего перерыва физическая форма Мицуи хоть и выросла, но все еще значительно хуже, чем у других.

Это все еще базовая подготовка. Если это будет противостояние в игре, то его слабость усилится.

Если бы Лин Юй в прошлый раз не увеличил его выносливость до 70, состояние этого парня, вероятно, было бы еще хуже.

Глядя на уставшего Мицуи и остальных, Сакураги с самодовольным видом сказал: "Горилла, я не думаю, что ты можешь ожидать от них слишком многого. Что если они устанут и прилягут перед участием в соревновании?".

Услышав слова Сакураги, люди в Мияги, которые изначально были слабыми, внезапно пришли в себя.

Этот ребенок Сакураги на самом деле смеялся над ними, что совершенно невыносимо.

Увидев выступление Мицуи и остальных, Акаги игриво улыбнулся и многозначительно посмотрел на Сакураги Хуадао.

Он не ожидал, что Сакураги Хуадао может стимулировать Мицуи и других.

Сразу же Акаги сказал Мицуи и остальным: "Поскольку все устали, давайте сегодня сначала пойдем сюда".

После того, как все закончили тренировку, тренер Аньси ушел.

После того, как все немного отдохнули, они приступили к тренировке новых навыков.

Это уже не базовая тренировка, Сакураги и другие явно более энергичны, а их боевой дух высок.

Глядя на выступление Сакураги и других, Линь Юй кивнул, поняв намерение тренера Аньси.

По сравнению с обычными людьми, Мицуи и другие обладают сильной способностью к

самоконтролю, но они все еще ученики старшей школы.

Поэтому для слишком простых вещей, для скучных базовых тренировок, терпения явно недостаточно.

Не только Мяги и другие, но даже Лин Юй.

Если он продолжит тренироваться в том же духе, то долго не протянет.

К счастью для него, у него есть помощь системы, которая значительно сокращает подобные тренировки.

Видя, что Лин Юй не тренируется, Чиму подошел к нему и спросил, "Лин Юй, ты в порядке?".

"Без проблем".

Лин Юй слегка улыбнулся.

Услышав слова Лин Юя, Акаги расслабился.

Когда он увидел, что Лин Юй перестал тренироваться, он подумал, что Лин Юю, как и всем остальным, не хватает немного физической силы.

В это время Рукава Фэн подошел к ним двоим и сказал: "Капитан, у меня есть предложение, я не знаю, смогу ли я его выполнить?".

"Какое предложение?"

с любопытством спросил Акаги.

Рукава Фэн сказал: "Мы можем разместить тренировочную площадку прямо на стадионе Бинхай".

Услышав слова Рукава Фэнга, Лин Юй и Акаги были немного удивлены.

Акаги слегка обеспокоенно сказала: "Но так тренировки не будут раскрыты".

"В любом случае, группа людей, которые играют на стадионе Бинхай, не каждый день такие. Мы можем посмотреть на них, когда будем в порядке. Это хорошо, чтобы записать их личную силу".

"Да, Рукава - хорошая идея. Стадион Бинхай относительно большой, и там можно провести больше мероприятий."

Что касается предложения Рукавы Каэдэ, то Сакураги, услышав его, сразу же активно поддержала его.

Такое выступление Сакураги удивило всех, и это было редкостью, когда он и Рукава Фэн соглашались.

Акаги подумал некоторое время и решил, что предложение Рукавы Фэн имеет определенный смысл.

Акаги задумался на мгновение и сказал: "Днем мы будем тренироваться в спортивном зале, а после обеда пойдем на стадион Биньхай, чтобы потренироваться, и попутно сыграем несколько игр."

"Это хорошо!"

Мицуи и Мияги тоже были немного взволнованы.

В первый день возобновления тренировок, количество утром не слишком велико.

В конце концов, если вы отдохнете несколько дней и возобновите тренировки слишком интенсивно, вы можете повредить мышцы.

После еды в полдень все немного отдохнули и отправились на стадион Биньхай.

Однако, придя сюда на этот раз, они не увидели тени Цзэбэя и Сяньдао.

"Странно, сейчас же праздник, почему Цзэбэй не приходит играть?"

Увидев, что тень Зебэя не найдена, Мицуи пробормотал про себя немного озадаченно.

Прислушавшись к словам Мицуи, Мияги на мгновение задумался и сказал: "Дзебэй уже давно готовится к поездке в США, возможно, он уже отправился в путь".

Услышав слова Мияги, Лин Юй и остальные понятиливо кивнули.

Хотя Цзэбэй так и не отправился в путь, его план был составлен давно, и он мог улететь на самолете.

Просто Цзэбэй немного неадекватен, поэтому он не попрощался с ними.

Хотя они не видели Зебэя и Сяньдао, в их глазах появилась еще одна знакомая фигура...

"Привет Брюс, все еще так усердно работаешь".

"О, ты здесь, я впервые вижу эту рыжую".

<http://tl.rulate.ru/book/74627/2074088>