

На третий день пригласительного турнира в 5 часов вечера - главное событие соревнований, финал на дистанции 100 метров.

"Ян Ханьлинь, давай!"

Команда Баодао вышла со стадиона, и У Цзяньмин, у которого было плохое настроение, подбодрил его.

"Расслабься, позволь мне вернуть тебе чемпионство, мы вместе сильнейшая команда из Менгка, посмотрим, как я смогу отомстить тебе!".

Ян Ханьлинь был полон уверенности, протянул кулак и коснулся У Цзяньмина.

"Не стоит недооценивать противника, эти материковые... люди, все еще очень сильные эксперты. Я уже проиграл. Если ты проиграешь снова, то потеряешь лицо, когда вернешься на остров".

У Цзяньмин вспомнил вчерашнего игрока. Он уже был в лучшей форме и хорошо бежал, но его все равно безжалостно уничтожили. Первый результат его группы в матче-реванше составил 11,03 секунды, что превзошло первый результат Ян Ханьлиня в предварительных соревнованиях - 11,07 секунды.

Они с Ян Ханьлинем тренируются в одной команде. Уровень каждого не сильно отличается. Он наверняка знает, что 11,07 секунды - это почти лучший результат Ян Ханьлиня.

"Понял, подбодрите меня!"

Ян Ханьлинь замахал руками за спиной, не оглядываясь на своих спутников, он пошел прямо к стартовой площадке.

...

"Ого, Су Цзу, у тебя есть общественная мораль?"

На смотровой площадке спортивной школы Цзяньпин Су Цзу положил рюкзак и начал снимать длинную одежду и брюки. Чжан Цюаньшань, который пришел посмотреть битву вместе с ним, преувеличенно воскликнул.

"Что за черт?" Су Цзу подозрительно посмотрел на Чжан Цюаньшаня. Этот паренек выбыл в матче-реванше на 200 метров, но он совсем не был подавлен. В районе соревнований проекта все разбежались.

Спортивная школа Цзяньпин не участвовала во многих спринтерских соревнованиях.

Чжан Цюаньшань выбыл в полуфинале на 200 метров, Юань Чэнмин даже не вошел в полуфинал на 400 метров, и теперь все внимание приковано к Су Цзу на 100 метров.

"На виду у публики ты фактически разделся. Вон там, видишь, несколько красавиц смотрят на тебя".

У Чжан Цюаньшаня было расстроенное выражение лица, но его глаза продолжали закатываться, а в зале время от времени появлялись красивые фигуры.

"Они думают, что я в хорошей форме, мне не позавидуешь". Су Цзу продемонстрировал свои

бицепсы. С момента своего возрождения он неосознанно помолодел. Перед финалом, чтобы снять давление, Чжан Цюаньшань тоже не прочь пошутить.

В обществе, надевая и снимая пиджаки на корте, особенно брюки, обычные люди могут чувствовать себя неловко, но какие спортсмены сюда не приходят. Неважно, когда и где нужно защищать свое тело и поддерживать его в форме, тело - это весь капитал спортсмена.

"Ладно, хватит проблем".

"Перед игрой вы можете расслабить свою психику, но не будьте слишком расслаблены. Сохраняя определенное чувство напряжения, твоему телу будет легче полностью войти в состояние и выступить на исключительном уровне."

Чжуан Тао отшлепал Чжан Цюаньшаня, который валял дурака, показал на него и сказал: "Почему ты не попал в финал 200-метровки, ты не можешь показать такой результат, просто ты не воспринимаешь это всерьез, это был бардак".

Чжан Цюаньшань покачал головой, ухмыльнулся и отошел в сторону. Чжуан Тао был очень зол из-за того, что ему не удалось выйти в финал на 200 метров, потому что Чжан Цюаньшань тоже мог бежать на уровне тройки лидеров в финале. выйти. Но игра есть игра. Если у тебя есть силы, ты все равно должен играть. Если ты случайно опрокинулся, ты ничего не сможешь сделать. Это будет просто резвиться и бить в набат.

"Понял, тренер".

Су Цзу сдержал улыбку, Чжуан Тао говорил о психологической адаптации перед лицом битвы, слишком сильное напряжение, безусловно, нехорошо, но и слишком сильное расслабление, легко позволяющее людям полностью отпустить эмоции, не способствует результату игры.

В общих спортивных соревнованиях тренеры предпочитают, чтобы у игроков было чувство срочности, а не позволяли им слишком расслабляться и не воспринимать все всерьез.

Почувствовав атмосферу перед соревнованиями, в сердце Су Цзу тихонько натянулась струна.

Как описать это чувство, оно похоже на второй и третий предметы экзамена по вождению. Хотя я знаю, что этот вид теста безобиден и не окажет на меня особого влияния, я действительно ступаю на трассу обеими ногами. Чувство подавленности все равно останется.

В этом также заключается прелесть спортивного соревнования. В любое время к нему нельзя относиться легкомысленно.

"Привет, Су Цзу, давай!" раздался крик из зала.

Су Цзу поднял голову и увидел Сюй Вэньцзюня, высокого парня, с которым он познакомился вчера, который поднял вверх большой палец и сделал ему ободряющий жест. Рядом с ним Чжан Чжунъюй, тренер спортивной школы Наньшань, тоже улыбался и аплодировал. Эти двое

прибыли, как и обещали, и действительно появились в зале.

Су Цзу улыбнулся, поманил к себе, повернулся и вышел на поле.

...

Перед стартовой линией бегуны со всего мира начали занимать свои места. Су Цзу был на пятой дорожке, а на четвертой дорожке слева от него стоял Ян Ханьлинь, игрок из "Острова сокровищ".

Когда все встали на стартовую колодку и прижали пальцы к стартовой линии, стартер начал поднимать стартовый пистолет.

"Старт!"

"Поп..."

После выстрела из маленького облачка белого дыма, поднимающегося от стартового пистолета, выскочили восемь фигур.

"Бип..."

Но не успели они отбежать на несколько метров, как тут же раздался быстрый свисток.

"Бегун четвертого круга спешит". Стартер указал на Ян Ханьлиня и сказал.

Бег наперегонки в основном означает, что спортсмен считается бегущим наперегонки до того, как прозвучит звук стартового пистолета, или после того, как он услышал звук пистолета, и его стартовая реакция составляет менее 0,1 секунды.

В большинстве официальных соревнований по легкой атлетике на данном этапе в соответствии с правилами Международной федерации легкой атлетики допускается один забег. Любой спортсмен, который впоследствии бросится бежать, независимо от того, будет он первым или нет, будет дисквалифицирован.

Если после 2010 года будет введена система "нулевого бега", любой игрок, который побежит первым, будет удален с поля с красной карточкой.

Финал на 100 м начался снова, и уже устоявшаяся атмосфера добавила немного напряжения. До того, как правило первого забега было изменено на нулевое, правило одного забега давало спортсменам возможность. Некоторые спортсмены, зная, что первый обгон не наказывается, намеренно скремблировали во время игры, оказывая давление на соперников и создавая напряженную атмосферу.

Неизвестно, была ли спешка Ян Ханьлиня преднамеренной или нет, но точно можно сказать, что несколько игроков в финале были затронуты в определенной степени.

Соревнования по спринту на 100 метров, каждое звено, каждое крошечное движение - это соревнование.

Перед стартовой линией стартер снова начал выкрикивать пароль после того, как каждая

группа участников была готова.

"Па..." Снова раздался четкий звук стартового пистолета.

Из-за того, что Ян Ханьлинь уступил место, скорость стартовой реакции этой группы, включая Су Цзу, снизилась.

По крайней мере, в момент старта нет возможности выступать как обычно, все боятся, что случайно убегут, а в этот раз их сразу отправили в путь.

Но все же нашелся человек, который выбежал с оружием. Ян Ханьлинь, игрок острова сокровищ, выскочил почти сразу, как только прозвучал выстрел, быстро захватив преимущество на старте.

И на этот раз он не стал лидировать. Если кто-нибудь увидит его начальную скорость реакции, то с удивлением обнаружит, что его начальная скорость реакции равна всего лишь 0.124 секунды - скорость реакции лучшего спринтера мирового класса.

Это под силу любому.

Но Ян Ханьлинь осмелился, и на самом деле это не только благодаря его хорошим психологическим качествам, но и потому, что он специально прошел такую стартовую подготовку.

Тренеры двух 100-метровых спринтеров, которые приехали из Баодао в этот раз, провели глубокий обмен опытом спринтерской подготовки в Японии. Среди них есть специально направленная стартовая подготовка, чтобы найти и использовать лазейки в правилах.

Возможно, японские спринтеры не показывают высоких результатов на международном уровне, но в Азии они практически сметают своих соперников.

На самом деле, тренеры во многих странах изучают этот аспект, но не так много спортсменов, которые действительно осмеливаются использовать его на соревнованиях. Использование правила упреждения заключается в том, что сосуществуют высокая доходность и высокий риск.

После первого забега он будет оказывать давление на других игроков, но он также будет оказывать давление на самих бегунов, и они будут продолжать нажимать на пистолет, чтобы бежать, превращая это давление на соперника в Для собственного преимущества, выбегайте снова со сверхточной скоростью стартовой реакции, чтобы получить стартовое преимущество.

И действительно преуспели на поле, и полученные преимущества также поражают воображение. Стартовая реакция иногда на 0,1 секунды быстрее, а чтобы потом наверстать упущенное, требуется вдвое больше усилий.

А игроки в игре - все подростки, мало кто сталкивался с такой вещью, как финальный забег, и их психология и состояние будут нарушены.

В это время Су Цзу также обнаружил, что одной из особенностей игроков Баодао является быстрая, очень быстрая стартовая реакция. Вчерашний У Цзяньмин был таким, и сегодняшний

Ян Ханьлинь тоже такой. Он лучше, чем другие в Китае. Молодые игроки из всех городов очень быстры.

Сумев занять первое место в предварительных соревнованиях, Ян Ханьлинь сам является относительно сильным игроком в этой возрастной группе.

На самом деле, в Китае много игроков этой возрастной группы с отличными показателями. Финалисты Национальных игр для средних школ в основном могут бежать на уровне национального спортсмена. В спринтерских провинциях также есть много юношей и девушек, которые пробежали дистанцию выше 10,95 секунды среди спортсменов первого уровня.

Но на этот раз юношеский турнир по легкой атлетике между двумя сторонами Тайваньского пролива и тремя местами очень известен, но, в конце концов, это всего лишь провинциальные юношеские соревнования, проводимые в провинции Ронхай. Игроки не были заинтересованы в участии. Помимо игроков из своих провинций, это были в основном ученики второ- и третьесортных спортивных школ в некоторых городах. Они воспользовались этой возможностью, чтобы потренироваться и познакомиться с атмосферой следующего соревнования.

Спринт на 100 метров в этом пригласительном соревновании - это уже топ-группа, которая может бежать примерно до 11 секунд 1 в электрическом рекорде.

Стремительный рывок Ян Ханьлиня и лидерство с пистолета вызвали невообразимое давление на бегунов позади. Двое из бегунов быстро отреагировали на старт почти из-за проблемы со стартом. Через более чем 0,5 секунды, если выбежать вперед, это почти расстояние в одно тело.

Су Цзу повезло, что, хотя он не бежал с пистолетом, как Ян Ханьлинь, и мгновенно получил преимущество, его психологические качества намного сильнее, чем у молодых людей этого возраста, и качество реакции неплохое.

Три метра, пять метров, десять метров...

На этапе ускорения перед стартом разрыв между большинством бегунов не особенно велик, но исключением является то, что каденция Су Цзу быстрее, чем у других бегунов, а качество ловкости, которое только что преодолело 20 баллов, находится в При поддержке нескольких качеств сильной физической силы и выносливости, он может ворваться в более высокую скорость.

Су Цзу может сказать, что эта поездка - самая быстрая из всех, что он когда-либо бегал.

Его беговая карьера недолгая. Этот человек первым завершил шаг ускорения, вырвался вперед в первой половине забега, а затем поддерживал высокую скорость, не будучи догоняемым другими, и, наконец, установил победу.

Только встретив Баодао, эти два бегуна, специально тренировавшие свои стартовые реакции, обнаружили, что опыт и навыки соперника в первой половине забега превосходят их воображение, так что они не только не имели преимущества в первой половине забега, но и Готта преследовали друг друга.

На расстоянии около 60 метров Су Цзу, наконец, вернул лидерство Ян Ханьлину своим быстрым темпом, и двое почти сравнялись.

Это уже скоростной этап 100-метрового забега, и скорость у всех уже достигла максимума.

Ян Ханьлин крепко стиснул зубы, на этой дистанции он чувствовал огромную угрозу и чувство угнетения. Нет никого, кто мог бы вбежать в финал, а его небольшое преимущество в лидерстве постепенно съедается и догоняется. На пятой дорожке правой руки Су Цзу бежал быстрее и мощнее его. После того, как они пробежали бок о бок расстояние более десяти метров, он уже чувствовал, что второй участник начинает проскакивать из параллельной позиции.

Шипы быстро терлись о резиновую дорожку, и серия шагов прозвучала так же быстро, как петарды.

Беспорядочные размышления - это лишь вопрос мгновения, а рассказ о постоянном замедлении движения, на самом деле, во многих случаях спортсмены слишком быстро соображают во время бега.

От старта до финиша прошло чуть больше десяти секунд, Су Цзу начал спринтерский бег со всей силы.

Финишная черта в поле зрения.

"10 секунд 97!"

Время выскочило на электронном табло.

Су Цзу недоуменно обернулся. Он бежал слишком быстро, поэтому не смел отвлекаться. Несколько игроков вокруг него крепко кусали друг друга.

Он не был уверен, что это его собственная заслуга.

Только через несколько секунд мальчик из той же группы вдруг подошел и похлопал его по спине, чтобы поздравить, и Су Цзу был уверен, что он пробежал первым.

Более того, он пробежал за 11 секунд.

В мире спринта на 100 метров каждые 0,1 секунды и каждые 0,01 секунды - это гора. Спортсмены поднимаются на эти горы шаг за шагом.

Су Цзу сжал кулаки на месте, желая завывать.

Первое место в финале, бег за 11 секунд, всего 0,02 секунды до национального норматива спортсмена первого уровня.

Относительно регулярный чемпион в беге на 100 метров.

Даже если в душе он не молодой человек, даже если он пережил много взлетов и падений, в тот момент, когда он увидел результаты, Су Цзу все еще испытывал сильные эмоции в груди.

На стадионе некоторые люди кричали, некоторые выпячивались, некоторые орали, и в хаосе

маленьких рожков и свистков раздавались бесчисленные звуки "хула-ла".

Зачем преследовать эту нереальную спортивную мечту? Если не произойдет регенерации системы, то все равно все пойдет по этому пути? Если упорствовать в прошлой жизни, будут ли достижения?

У самого Су Цзу нет ответа. Шанс вернуться к жизни важнее всего остального. Будут достижения, если вы выберете другие пути, но ничто в мире не сравнится с осуществлением вашей мечты.

Возможно, вы будете продолжать идти и карабкаться к самой высокой вершине, и вам придется приложить бесчисленные усилия, но это уже самая большая удача, не так ли?

Нет предела вашему таланту, есть обман, пока вы продолжаете упорно трудиться, в конце концов, однажды вы достигнете вершины.

"Я всегда буду побеждать, у меня есть системные бонусы, я тренируюсь усерднее других, я не буду ограничен талантом, я всегда буду первым".

<http://tl.rulate.ru/book/74631/2073224>