"Я побил рекорд?"

Когда Су Цзу увидел свои оценки, все были ошарашены, да и он сам не мог в это поверить.

На этом предварительном отборе он бежал изо всех сил, но иногда эго может почувствовать, находится ли он в наилучшем состоянии.

А в этом отборочном турнире, не говоря уже о влиянии предыдущего отборочного турнира, о рекорде игрока из Гуандуна Лян Цзюньсиня, даже в одном только утреннем соревновании состояние движения человеческого тела совсем не вошло в лучший период.

В научном смысле, общий уровень метаболизма человеческого организма и соревновательное состояние достигают пика в течение дня во второй половине дня и вечером.

Впечатления Су Цзу от его результатов в беге на 100 метров все еще были на уровне 10,97 секунды на апрельском турнире, но прошло уже более четырех месяцев, и он также выполнил два полных забега в составе команды города Хэдао. Месяцы целенаправленных интенсивных тренировок, не говоря уже о совершенствовании атрибутов плагина, как системы.

Он чувствует, что стал лучше, чем раньше, но ему не хватало сильных результатов, поэтому то, что он пробежал за 10,45 секунды в предварительных соревнованиях, побив рекорд соревнований, превзошло все его ожидания.

"Неудивительно, что тренер Ли не пришел, Сяо Су, ты просто талант, с твоей силой можно участвовать в Китайских играх".

Увидев, что Су Цзу возвращается в зону отдыха, Вэнь Жунгуан с улыбкой поприветствовал его и похвалил. Титул также логично изменился с одноклассника Су Цзу на Сяо Су.

Вэнь Жунгуан счастлив, посторонние не знают его настроения, думая о "политическом задании" на спине, это совсем не просто.

Однако в этой ситуации его мнение о Ли Чжичжуне, тренере центра управления соревнованиями, полностью изменилось. Это безответственно, это явно в сердце, а спортсмены под его началом бьют рекорды случайным образом. Этому тренеру простительно не приехать. Он не любит такую маленькую сцену, как Китайские игры. Золотая медаль кажется стабильной.

Су Цзу присел на стул в зоне отдыха.

Несколько тренеров и игроков, которые не играли в зоне отдыха, все улыбались и поздравляли его. Некоторые бойкие мальчишки даже подняли вверх большие пальцы и махали моделью.

Игрок в беге на 110 метров с барьерами проиграл и даже не вошел в полуфинал. Руководитель команды Вэнь Жунгуан и несколько тренеров были очень мрачны, пока Су Цзу не побил рекорд в предварительном забеге на 100 метров, и во всей зоне отдыха атмосфера стала намного легче.

Этой сессии китайских Игр суждено стать самой яркой сессией легкоатлетических соревнований.

Пока Су Цзу находился в зоне отдыха и ждал начала следующего забега на 100 метров, по трансляции конференции непрерывно передавали новости о том, что побиты рекорды в

нескольких видах спорта.

Среди рекордсменов - толкание ядра (квалификационные соревнования), предварительные забеги на 100 метров среди мужчин, полуфинальные забеги на 110 метров с барьерами среди мужчин и второй спринт на 100 метров среди женщин. Среди них в предварительном забеге на 100 метров среди мужчин Лян Цзюньсинь из провинции Гуандун и Су Цзу из провинции Ронхай установили новый рекорд соревнований.

Всего за несколько часов с начала игры в 8:00 утра было побито 4 рекорда Китайских игр, и большинство из них - в предварительных и вторых матчах. Многие тренеры и игроки, участвовавшие в соревнованиях, жаловались на то, что произошло на этих Китайских играх. Когда в нашей стране ученики средних школ стали такими сильными, сюда не приедут ученики спортивных школ и профессиональные спортсмены.

Другими словами, стимулированный новостями об этой серии рекордов, мужской рекорд на 100 метров, побитый Су Цзу в предварительных соревнованиях, стал чуть менее заметным.

В 11:20 начался мужской забег на 100 метров. Всего 4 группы людей, 32 на 16.

На этот раз Су Цзу привлек внимание некоторых игроков и их тренеров.

В конце концов, шесть игроков в той же группе просто запомнили его внешность и номер, прикрепленный к спине его коротких рукавов.

"Брат, твой предварительный забег был 10 секунд 45?".

Во второй зоне соревнований первая группа уже начала ходить по дорожке, чтобы подготовиться к соревнованиям. Черный и худой подросток, говорящий на не слишком стандартном мандаринском языке, пробежал перед Су Цзу и спросил.

"Ну, да". Су Цзу кивнул, глядя на черного и худого молодого человека с какой-то необъяснимостью.

Сначала я подумал, что это игрок, который недоволен собой, и хочет спровоцировать его, заключить пари или что-то вроде обычного, но когда чернокожий и худой юноша продолжил следующие слова, Су Цзу чуть не рассмеялся.

"Ого, это действительно ты. Меня зовут Лян Цзюньсинь, ты знаешь, что я побил рекорд несколько минут назад, а ты побил его снова. Я такой бесстыжий". Черный и худой мальчик преувеличенно громко позвал.

Су Цзу услышал Лян Цзюньсиня и тут же отреагировал: "Не знаю, есть ли у тебя лицо, но когда транслировали твой рекорд, следующие три предварительных соревнования еще не закончились, но одна кучка людей хочет тебя побить."

"Эй, старший брат, не будь слишком страшным". Лян Цзюньсинь посмотрел налево и направо, пока он говорил, и обнаружил, что действительно было несколько игроков, ожидающих игру, чтобы посмотреть: "Не то чтобы действительно есть люди, которые хотят быть польщенными. Я? Забудьте, после того, что вы сказали, я сделаю вид, что этого никогда не было".

Обнаружив, что кто-то смотрит на него, Лян Цзюньсинь сделал вид, что осторожно сжимает шею: "Ты в четвертой группе, я в третьей, если мы не сможем встретиться в следующей игре,

то подождем полуфинала и финала."

"Ты должен быть осторожен, я не сделал все возможное в предварительных играх". Лян Цзюньсинь сказал позже, его хихикающее выражение лица стало немного серьезным.

"Так совпало, что и я тоже". Су Цзу улыбнулся.

Спортсмены или спортсменки, которые могут достичь вершины, относятся к тому типу людей, которые имеют сильную волю к победе или поражению.

Даже если его личность эксцентрична или интровертирована, он будет более преданным и серьезным, чем другие, когда имеет дело с игрой.

Такой тип менталитета, который фокусируется только на участии, может быть хорошим спортсменом, но точно не лучшим.

Например, Лян Цзюньсинь подошел к нему и весело поприветствовал его.

Тот, кто занимает первое место в спортивном соревновании, не только привлекает внимание обычных людей, но и спортсмены того же соревнования сразу же рассматривают его как объект трансценденции и эталон для измерения собственного уровня производительности. Кто-то будет молча наблюдать и втайне усердно работать, кто-то будет лелеять героев и знать, как это трудно, а кто-то будет открыто провоцировать и пытаться нарушить психику соперника.

Вскоре начался забег на 100 метров в третьей группе. Лян Цзюньсинь по-прежнему легко заняла первое место в этом раунде, но результат был хуже, чем в предварительных соревнованиях. Табло показало, что 10 секунд 67, это еще очень легко для выхода в полуфинал.

Су Цзу и последняя четвертая группа игроков, следуя указаниям стартера и помощника судьи, вышли на дорожку.

Сохраняя привычку учиться в спортивной школе, сначала попробовали устойчивость и расстояние между педалями стартового блока. Участники соревнований бывают разного роста, и тем, у кого длинные ноги и короткие ноги, нужны разные положения стартовых колодок. Только наиболее подходящее расстояние может дать полную отдачу скорости на старте.

"Все на месте... готовы..."

Хлоп!

Как только прозвучал выстрел стартового пистолета, Су Цзу бросился бежать. Начиная со спортивной школы и заканчивая командой города Хэдао, он проводил множество целенаправленных тренировок по старту, и его стартовая реакция была близка к реакции первоклассного игрока. Чаще всего она достигала 0,2 секунды.

На этот раз его старт также был очень плавным, его тело внезапно взорвалось от статического состояния, быстро раздался звук шипов, наступающих на резиновую дорожку, и эффект усиления тренировки силы был чрезвычайно значительным, он мог чувствовать Оказалось, что при сохранении быстрого каденса, каждый удар сильнее, а шаг больше, чем раньше. Тренировка основной силы талии и живота делает центр тяжести более устойчивым во

время бега.

Как только фаза стартового ускорения прошла, на расстоянии около 30 метров он уже лидировал, и сохранил это лидерство до самого конца.

Никакого волнения нет, Су Цзу на этот раз бежал первым в группе с результатом 10,71 секунды, немного медленнее Лян Цзюньсиня, и нет никаких проблем с выходом в полуфинал. Теперь все учли, что во второй половине дня еще две игры, и начали как следует сливать воду, чтобы сохранить энергию.

По общему мнению людей, физическая сила, затрачиваемая в беге на 100 метров, не должна быть большой, по крайней мере, она легче, чем во многих спринтах на длинные дистанции.

Но на самом деле, бег на 100 метров - это чисто анаэробный бег, и это упражнение с самой высокой нагрузкой на организм. Из состояния полной неподвижности, внезапно ворваться на самую высокую скорость физический предел. У организма просто нет времени на медленный переход к адаптации, и вся энергия будет высвобождена в одно мгновение. Уровень усталости и нагрузки на организм ошеломляет.

Утренний забег закончился, и вот-вот начнутся полуфинальные и финальные забеги на 100 метров.

http://tl.rulate.ru/book/74631/2073292