

"...Думаю, это можно сделать".

В номере гостиницы округа Шипин Ван Юаньбинь взял в руки мобильный телефон, посмотрел на туманную утреннюю дымку за окном и взволнованно сказал.

В конце концов, о вашем переводе из городской спортивной школы в центр управления соревнованиями уже ходят сплетни. Если это правда, как вы сказали, то если вы выйдете на этот шаг, то сразу же встанете на дыбы, и на вас будет оказываться большое давление в будущем. Ты должен быть морально готов к этому".

"Талант действительно хороший, люди много работают, и самое главное - я молод. Я наблюдал за ним два месяца и тщательно оценил его от начала до конца, национальный чемпион, и не в провинции, Если это будет сделано, неважно для меня или для тебя, он сможет вывести его на более высокий уровень."

"Хорошо, я пойду поздороваюсь с тобой позже и внесу некоторые коррективы в работу. Вот и все, у меня потом встреча".

"Увы, хорошо. Пока!"

Ван Юаньбинь, положив трубку, яростно сжал кулаки, вспомнив фразу из красной книги сокровищ, которую он читал, когда был подростком: "Десять тысяч лет - это слишком долго, просто сражайся день и ночь".

бах-бах-бах, раздался стук в дверь.

"Кто там?" Ван Юаньбинь повернулся к двери и крикнул.

"Ассистент профессора Ван, уже почти время, нам пора". За дверью послышался слабый голос.

"Понял, скоро буду".

Ван Юаньбинь вздохнул, очистил свой разум, открыл дверь отеля и вышел.

...

Утро 29 октября.

Третий день Национального чемпионата по легкой атлетике и финала Гран-при - это также последний день этих соревнований.

Мероприятия, проводимые сегодня, по сути, являются заключительными финалами. В 9:00 утра сначала стартует женская полоса препятствий на 3000 метров, затем женская полоса на 10 000 метров в 9:25.

Начиная с 10:10, на треке начались два других основных этапа шорт-трека - финалы забегов на 200 метров среди мужчин и женщин, а также финалы забегов на 110 метров с барьерами среди мужчин и 100 метров с барьерами среди женщин.

В спортивный зал Центра гимнастики округа Шипинг сегодня утром пришло не так много зрителей. После свежести проведения спортивных соревнований дома в первый и второй день, многим зрителям, которые присоединились к веселью, было уже неинтересно. Кроме того,

вчера снова был рабочий день, в результате чего зрителей было меньше, чем в первый день.

После женского спринта на 200 метров в 10:20 на финальной сцене один за другим появились финалисты мужского забега на 200 метров. Финалы расположились в последовательности предварительных соревнований 12345678, что соответствует подиуму 45362718 соответственно. Это также международная последовательность расположения взлетно-посадочных полос, которая в целом одинакова, за исключением некоторых особых обстоятельств.

Из-за изгибов на дистанции 200 м стартовые позиции бегунов в основном отличаются. От точки старта рассчитайте разницу длины дуги между полосами полукруглой взлетно-посадочной полосы, чтобы определить расстояние до точки старта.

Для каждой дорожки дистанция бега справедлива, но в статистике соревнований по спринту на 200 метров чемпион в спринте на 200 метров, скорее всего, появится на дорожке 3-6, а на дорожке 8 игроков относительно легко вывести из игры.

Общий анализ заключается в том, что игроки на крайних дорожках относительно слабы в предварительных соревнованиях, а другой - в том, что средняя дорожка имеет относительно психологическое преимущество, на ней легко увидеть общую ситуацию, и она благоприятствует ритму бега.

Поэтому в спринтерском беге, хотя дистанция у всех одинаковая, преимущества средней дорожки нельзя игнорировать. В спринтерском беге восьмое и девятое чудо может быть поставлено да, в конце концов, это очень редко.

Су Цзу был третьим в предварительных забегах, и он находился на третьей дорожке в соответствии с разделением. На этот раз его предварительные забеги на 200 метров не были медленными. По сравнению с его предыдущими результатами тестирования, он улучшился. Значительно. Он успешно продвинулся к отметке 21 секунда и достиг 20,98 секунды. Между нынешними лучшими результатами в Азии все еще существует большой разрыв.

В 2001 году лучшее время в беге на 200 метров в Азии составляло 20,59 секунды, которое совместно показали Ян Гуанцзун и японский спортсмен Синго Сусуке. В 2002 году Сусуке Синго, известный японский спринтер, который вступил в период вспышки высоких достижений, выиграл золото со временем 20,37 секунды на только что завершившихся Азиатских играх в Пусане. И также на неофициальной арене, 100-метровку пробежал за 10,05 секунды, а 400-метровку - за 45,99 секунды.

В это время в 2002 году Ян Гуанцзун все еще мог конкурировать с этим легендарным спринтером из Японии на дистанции 200 метров.

На самом деле, с нынешней силой Ян Гуанцзуна, участие в мужском 100-метровом спринте также имеет возможность войти в тройку и пятерку лучших, но в это время Чэнь Цзянь ожесточенно сопротивляется, а Ян Гуанцзун все еще участвует в соревнованиях на 100-метровке. Слабее Чэнь Цзяня, поэтому он в основном атаковал 200-метровку в соревнованиях. По сравнению с медалью, которая не вполне определена в национальных соревнованиях на 100 метров, она, конечно, не так привлекательна, как прямая победа в чемпионате на 200 метров.

Точно так же Чэнь Цзянь редко участвовал в забеге на 200 метров из-за отсутствия физической подготовки и устойчивой скорости во второй половине дистанции.

Су Цзу заметил очень интересное явление, когда наблюдал за первым и вторым игроками на четвертом и пятом этапах предварительных соревнований, то есть за Ян Гуанцзуном, первым в предварительных соревнованиях, и вторым в предварительных соревнованиях игроком Гу Каем, оба они бегут в очках.

Хотя это была ночная игра, Ян Гуанцзун был в темных солнцезащитных очках, а Гу Кай, игрок, который был специально завербован университетом Цинхуа в прошлом году, выглядел вежливым и носил пару темных солнцезащитных очков. Близорукость. Не бывает спринтеров в очках, но, относительно говоря, довольно удивительно, что на легкоатлетическом поле одновременно находятся двое.

Гу Кай и Су Цзу - новички, впервые выступившие на национальных соревнованиях по легкой атлетике. Оба они записались на мужские соревнования на 100 метров, но Гу Кай, кажется, на 100 метров. Не прошел отбор на матч-реванш из-за плохой формы. Напротив, он вырвался вперед в соревнованиях на 200 метров, состоявшихся на следующий день, и сразу занял второе место в групповом предварительном забеге.

Это также является общей проблемой для молодых игроков. Состояние нестабильно. Когда состояние хорошее, они могут напрямую бросить вызов лучшим игрокам-чемпионам. Когда состояние плохое, они могут быть напрямую исключены в первом раунде предварительных соревнований.

Особенно в таких соревнованиях, как Национальный чемпионат по легкой атлетике, который, по сути, представляет собой раунд предварительных соревнований и прямой финал. Многие сильные спортсмены случайно падают в песок в предварительном раунде и не попадают в финал.

Самая большая разница между бегом на 100 метров и бегом на 200 метров, первое - это кривая, а второе - способность поддерживать скорость во второй половине. Для многих спринтеров бег на 200 метров сложнее, чем на 100 метров, из-за этих двух моментов. В истории легкой атлетики количество людей, пробежавших 200 метров за 20 секунд, гораздо меньше, чем количество людей, пробежавших за 10 секунд 100 метров.

"Место..."

200 метров от первой дорожки до восьмой дорожки, перед каждой стартовой линией с количеством вперед, все спортсмены начали готовиться.

"Приготовиться..."

Огромный стадион на мгновение замолчал.

"Поп!"

С четким звуком стартового пистолета спортсмены, стоящие перед каждой стартовой линией, одновременно выбежали на старт.

Су Цзу все еще сохранял хорошую стартовую реакцию. После того как прозвучал стартовый пистолет, его взгляд упал на спортсменов на 45678 пяти дорожках впереди справа.

В это время нужно догнать других игроков, которые вышли на другие дорожки, но это

отнюдь не простая задача.

По крайней мере, в этом углу старта, даже если у Су Зу быстрый темп, он все равно не сможет полностью поднять свою скорость и достичь наивысшего значения.

до крайнего значения.

Что еще более важно, из-за недостаточной тренированности Су Цзу на 200-метровке ему трудно определить свою позицию во время криволинейного бега на 200 метров.

На одной или двух дорожках с левой стороны он не может наблюдать за соперником позади себя. Пять игроков на правой дорожке в основном находятся перед ним. Если он специально не тренировался в беге на 200 метров, ему трудно определить, в какой позиции он находится среди восьми игроков в это время.

И как только вы потеряете суждение о том, где вы находитесь во всей игре, это скажется на вашем психическом состоянии и скорости.

Вскоре поворот становится прямым. В это время все снова принимают горизонтальное положение.

Су Цзу еще раз четко измерил, где он сейчас находится. Он отставал не на немного, а на пятое и шестое место.

Ян Гуанцзун, который находился на четвертой дорожке справа от него, уже открыл разрыв в один метр, а до Гу Кая справа было расстояние более чем в две позиции. Остальные игроки более или менее превышали половину его тела.

Однако он уже на прямой, так что это легко сказать.

Ускоряйся и догоняй.

<http://tl.rulate.ru/book/74631/2073400>