

"Поп!"

Соревнование начинается!

Су Цзу пнул стартер обеими ногами и быстро бросился бежать. Как только прозвучал выстрел, восемь участников мгновенно стартовали и начали быстро разгоняться.

Третья дорожка - Чэнь Цзянь, четвертая - Ян Гуанцзун, пятая - Су Цзу, шестая - Шэнь Юньбао. Все четверо долгое время проходили специальную тренировку стартовой реакции. Их скорость очень высока.

Однако на этапе разгона, на первых 20 метрах, скорость у всех разная.

Шэнь Юньбао и Су Цзу вместе участвовали в международных соревнованиях в закрытых помещениях в Вене. В первой половине забега Су Цзу хорошо знал свою силу, потому что он был невысокого роста, с низким центром тяжести, быстрым темпом и быстрым ускорением. В этом финальном забеге на 100 метров он также лидировал на первых 20 метрах. За исключением Чэнь Цзяня, который едва поспевал за половиной своего тела, все остальные отрывались на одну-две позиции.

Такой игрок, как маленькая стальная пушка, можно сказать, сверхбыстрый на старте и на 30 метров впереди. Такие люди, как Су Цзу и Ян Гуанцзун, могут только наблюдать за его бегом.

Еще на начальной стадии, когда Су Цзу начал практиковать спринтерский бег, он тоже был игроком такого типа. Поскольку его рост в то время был таким же, как у Шэнь Юньбао сейчас, он ускорялся в первой половине, и обычно более высоким игрокам было очень трудно угнаться за ним.

не преобладает.

На первых 30 метрах скорость четырех человек в основном, Шэнь Юньбао быстро занял первое место, затем Чэнь Цзянь, который также был хорош в первой половине, был вторым, а Су Цзу был третьим, с лучшей скоростью и выносливостью Ян Гуанцзун был на четвертом месте. Двое из трех других игроков были почти на одном уровне с Ян Гуанцзуном, а остальные восемь игроков отстали.

Спешка! Спешка! Спешка!

Как только прошли первые 30 метров разгона, Шэнь Юньбао и Чэнь Цзянь выпрямились друг за другом и сразу же перешли на скоростной путь бега, но Су Цзу и Ян Гуанцзун пробежали еще метр или два, только прямо.

Это связано с ростом, поскольку центр тяжести находится высоко, а ноги длинные, требуется большее расстояние, чтобы разогнаться до максимальной скорости, поэтому первая половина старта может оказаться позади маленького спринтера.

Но как только разгон завершен, и он начинает входить в фазу бега, это преимущество быстро отражается.

Не прошло и пятидесяти метров, как Чэнь Цзянь уже догнал Шэнь Юньбао и начал постепенно обгонять. Сзади скорость Су Цзу и Ян Гуанцзуна также полностью возросла, шаг был большим, а частота шагов - быстрой, и несколько человек тут же плотно сцепились друг с

другом.

Зрители, наблюдавшие со стороны, только почувствовали, что они в одно мгновение вернулись на стартовую линию, и несколько человек быстро заняли прежние позиции.

Однако отличие от первого старта в том, что сейчас все находятся в состоянии высокой скорости, и скорость Шэнь Юньбао, который начал лидировать, уже пошла на спад, в то время как Су Цзу и Ян Гуаньцзун все еще стабильно развивали максимальную скорость.

Шестьдесят метров, семьдесят метров, восемьдесят метров, Су Цзу начал выбегать на первую позицию, Шэнь Юньбао постепенно отрывался от него на полкорпуса, а Чэнь Цзянь также был в позиции после.

Необычно, что сегодня Ян Гуаньцзун находится в отличном состоянии, он близок к Су Цзу и не отстает даже на полпозиции. горизонтальной линии.

Он - особенный бегун на 200 метров. Его рост составляет 1,87 метра, у него длинные ноги и длинный шаг, он обладает хорошей скоростью и выносливостью. Это точка силы.

У соревнований есть сила, чтобы бороться за медали.

Тренерский штаб может организовать этот Гран-при по легкой атлетике в Янчэне, и есть надежда, что эти четыре человека смогут разжечь искру и добиться новых прорывов.

Вы должны знать, что спринтеры всегда сильны, когда они сильны. Почему легко добиться результата, соревнуясь с бегунами высокого уровня? Потенциал.

Всего 100 метров, более десяти секунд, в этом ожесточенном противостоянии, кажется, что все время было замедлено, смена лидирующей позиции до и после, соответствующие спортсмены, занимающие дорожку Рейтинг заставляет людей чувствовать себя ошеломленными.

Девяносто метров, девяносто пять метров, пересечь линию!

Зрители на обочине, у которых всего за десять секунд защемило сердце, захлопали, как песок в ладоши, и отпустили.

Кто же пробежал первым?

Расстояние до финишной черты настолько близко, что мало кто может видеть ее отчетливо. Только те, кто был совсем рядом с финишной чертой, едва могли разглядеть, что Шэнь Юньбао на шестом круге бежал немного медленнее, а остальные трое, Чэнь Цзянь, Ян Гуаньцзун и Су Цзу, не сильно отличались.

Такие спортсмены мгновенно попадают на линию, если только это не абсолютное преимущество, или в пределах 100 метров, это просто ослепительное время, трудно определить, кто первый, а кто второй.

Пробежав дистанцию от 20 до 30 метров, люди, пересекшие финишную черту, постепенно замедлились, развернулись, и табель учета времени показал результат 10.26.

10 секунд 26, это лучший результат в Китае в этом году, верно? !

В это же время прозвучало оповещение о трансляции.

"В мужском финале на 100 метров Чжан Фанбэй из Юго-Западной провинции на первой дорожке - 10.34, Цао Юньчжан из провинции Гуандун на второй дорожке - 10.37, Чэнь Цзянь из провинции Гуандун на третьей дорожке - 10.28. Ян Гуанцзун, игрок из четвертого города демонов, - 10.27, Су Цзу, игрок из провинции Ронхай, - 10.26, Шэнь Юньбао, игрок из города Шуанцин, - шестой, 10.

29, а седьмой..."

"10 секунд 26?!"

Су Цзу не мог поверить в такой результат. На этот раз он добавил немного атрибута к качеству ловкости, но... Но как это улучшение могло дать такой значительный эффект?

В настоящее время эта группа лучших спринтеров Китая соревнуется вместе, стимулирует друг друга и врывается в сильнейшее состояние силы.

В этом Су Цзу не сомневается, не только он показал лучший личный результат, но и Чэнь Цзянь, Ян Гуанцзун, Шэнь Юньбао пробежали в пределах 10 секунд в этой группе 30. Даже Чэнь Цзянь и Ян Гуанцзун вошли в число призеров чемпионата мира и олимпийского чемпионата В.

"Это потому, что после улучшения моей физической силы и выносливости, эффект от добавления ловкости стал чрезвычайно значительным".

Мысли в голове Су Цзу крутились, вспоминая, что первоначальный эффект от добавления ловкости был чрезвычайно очевиден, но после добавления ловкости до определенной степени, она постепенно не имела большого эффекта, и другие аспекты тела не могли идти в ногу. Этот метод в полной мере использует эффект, вызванный улучшением качества ловкости.

Но теперь, когда он тренируется уже долгое время, и физическая форма, и сила, и выносливость улучшились до определенной степени. очень очевидные изменения.

Однако он также находится в состоянии нечеткой оценки, и я боюсь, что ему придется изучать и проверять это в будущем.

"Хороший мальчик, хороший бег".

Когда Ян Гуанцзун и Чэнь Цзянь увидели результаты, они все подбежали и с улыбкой погладили Су Цзу по голове. Он был самым младшим, и несколько человек периодически подшучивали над ним и любили вести себя как старший брат. .

Хотя Чэнь Цзянь и Ян Гуанцзун не заняли первое место в этой игре, но в целом, это всего лишь подэтап Гран-при, и все остались довольны. В конце концов, в этот раз победил тот, кто показал личный рекорд. Они все члены команды, поздравления также заслуживают.

Шэнь Юньбао сбоку возбужденно повернул голову и бросился к нескольким людям, чтобы

найти их волосы, протянул руку и, наконец, смог только рассмеяться и похлопать по рукам нескольких людей и плечу.

Черт, не хватает роста.

<http://tl.rulate.ru/book/74631/2073525>