

"Как чувствуют себя эти руки?"

"Как ты думаешь, на что они похожи?" Трой выстрелил в ответ, морально не готовый быть правдивым. Его руки были слабыми, слабее, чем они были в течение долгого времени. Если бы выбор зависел от него, движение в них прекратилось бы. Трой сел бы на землю и спокойно расслабился, пока энергия возвращалась бы туда, где она должна была быть.

Как было бы здорово, если бы такой выбор был возможен. В его сознании уже возникали эти безнадежные мечты, которые, скорее всего, никогда не осуществляются. Воплощенный дьявол, стоящий рядом с молодым человеком, никогда бы не допустил такой вещи, как достойный отдых.

"О, у нас все еще есть силы для сарказма?" - Сказал Чарли в легком шоке, зайдя так далеко, что приложил руку к груди. "Должно быть, я недостаточно помог тебе! Быстро, прекрати свой перерыв. Сейчас мы переходим к молотку curls".

Трою это не понравилось. Он ненавидел это. Почему он вообще согласился на это? Как может человек быть таким глупым? Или он был здесь единственным? Чарли несколько раз откровенно смеялся над выражением ужаса на лице молодого человека. И хотя Зеп пыталась сохранить невозмутимое выражение лица, Трой видела, как эти губы приподнимались слишком много раз, чтобы сосчитать. Самоконтроль явно не входил в репертуар каждого, независимо от того, насколько сильно они в нем нуждались.

"Вы двигаетесь неэффективно. Дальнейшее использование расслабленной спины может привести к серьезной травме и необходимости в большем количестве повторений", - дал совет Адам. Единственная причина, по которой Трой послушался в этот момент, была связана с упоминанием о дополнительных тренировках.

Как долго они этим занимались? Целый час был посвящен тому, чтобы привести тело в порядок, и это было очень долго. Тело Троя было настоящим испытанием со всех точек атаки. Гиперспецифичные движения, направленные на очень мелкие мышцы, смешанные с регулярными тренировочными упражнениями, заняли много времени. Как минимум, два часа с тех пор, как они начали. Может быть, три... Лучше было этого не знать. В конце концов, не было никакой необходимости впадать в депрессию.

Напрягая мышцы спины, Трой изо всех сил старался стоять идеально. Его руки двигались синхронно, вес удерживался настолько точно, насколько это было возможно. Это было тяжело, так как вес был на пределе того, что молодой человек мог поднять. Добавляя это ко всем упражнениям, выполненным ранее, становилось очевидным, что вскоре все сложится воедино. Его физический предел приближался, и с этим ничего нельзя было поделать.

Всякий раз, когда предел приближался, Чарли заставлял Троя сосредоточиться на другой группе мышц. Вместо упражнений для ног ему разрешили бы расслабиться с помощью упражнений для грудной клетки. Короткое время расслабления, прежде чем новые мышцы поймут, что они должны чувствовать. И этим чувством обычно была усталость.

"Почему мы вообще все тело целиком?" Трой вышел между повторениями, стараясь не задерживать дыхание. "Разве это не... плохо?"

"Меньше разговоров, больше подъема. Необходимо полностью сосредоточиться на теле, иначе ты начнешь совершать непоправимые ошибки", - приказал Чарли, звуча совершенно как тиран, которым он и был. В какой-то момент мускулистый мужчина нашел двухкилограммовую гантель. Последние полчаса он безуспешно пытался заставить его вращаться на безымянном

пальце левой руки. Или Трой предпочел бы назвать это бесплодным, когда на самом деле этот человек явно продвигался вперед в своих усилиях. "Но, если ты хочешь знать, это скорее знакомство с твоими мышцами. Если мы делаем это правильно, ваше тело вскоре должно испытывать сильную метаболическую усталость. У буквального блина будет больше шансов ходить, чем у вас, если мы продолжим эту тренировку. И не воспринимай это как предлог, чтобы расслабиться сейчас! "

Поскольку Чарли все больше и больше переходил на лекторский тон, Трой тоже принял свою обычную форму слушания, оставаясь неподвижным и время от времени кивая. Не самый лучший инстинкт, когда тебя ругают даже за то, что ты замедлился на тренировке. Сделав быстрый репортаж, Чарли, по-видимому, остался доволен красным борющимся лицом Троя.

"Это то, что произошло бы обычно, если бы не безупречная помощь вашего покорного слуги", - сказал Чарли, продолжая свою предыдущую речь. "С моей престижной должностью в отделе увеличения..."

"Ты имеешь в виду мою престижную должность в отделе увеличения, верно?" - Крикнул Зеп сбоку. Трой слышал, как она встала с какого-то пыточного устройства, на котором остановилась ранее, и направилась к ним. "Потому что все, что делает твоя дерьмовая задница, - это не то, что ты можешь дать маленькому парню. Потому что, знаете ли, крайне противозаконно даже думать о том, чтобы заниматься подобными глупостями".

Это действительно имело смысл для Троя, который, не сознавая, кивнул на крики. Такая реакция вызвала неожиданный предательский взгляд Чарли, который выглядел более комично обиженным, чем что-либо другое.

"У меня более высокий ранг, чем у вас, поэтому я мог бы просто официально попросить вас о помощи, чтобы вы были обязаны это сделать!" - Ответил Чарли, явно уже теряя лицо. Если бы не очень напряженное положение, в котором находился Трой, он, возможно, даже не удержался бы от смеха.

"Это не связано с работой, идиот", - немедленно опроверг Зеп. "Ты не можешь заказывать у меня дерьмо. Я здесь доброжелательный человек, преподносящий подарок из хорошего места".

"Больше похоже на плохое место", - пробормотал Чарли в ответ, все еще очень отчетливо слышимый. Это была отрицательная сторона открытых пустых мест. Звук может так легко попасть не тому человеку в ухо".

"Я всегда мог просто воздержаться от того, чтобы давать тебе что-либо из этого", - размышлял Зеп вслух. "Это избавило бы меня от бумажной волокиты и помешало бы определенному человеку быть французским придурком".

Трой никогда раньше не видел, чтобы кто-то так быстро падал на колени. Совершая движение, очень похожее на взлет из воздуха, Чарли, по-видимому, знал, что произойдет, еще до того, как это произошло. Опустившись на колени перед Зепом, Трой смог увидеть только причудливый поклон. Хотя... с озабоченным мускулистым мужчиной никто никого не стал бы винить, если бы определенный человек принял небольшое-

-Продолжайте тренироваться. Прогресс не достигается частыми остановками.`

... Конечно. Трой просто продолжал тренироваться, его держало в напряжении существо, которого никто не мог видеть, и только он мог слышать. Идеальный. Просто денди. Никаких

жалоб, кроме того, насколько иногда это было совершенно несправедливо.

"О, могучее существо. Пожалуйста, пощади этого глупца за его глупые слова ", - сказал Чарли в ритме скандирования. Зеп смотрела на это, явно недовольная, поджав губы. "Я всего лишь идиотское существование, пронизанное ошибками. Может ли такой превосходный человек, как ты, пощадить..."

"Я так и сделаю, если ты перестанешь так жутко разговаривать", - сказал Зеп, ударив Чарли по голове, чтобы прекратить разговор мужчины. "Ты можешь оставить это для Дарлоу. Я бы предпочел не участвовать в этом ".

"Идеально!" - Объявил Чарли, мгновенно возвращаясь к прежнему тону. Улыбка на его лице продолжалась, даже когда он наблюдал за Троем, не следя за соблюдением режима. Мускулистый мужчина был даже немного удивлен, что младший так долго не отставал. Несмотря на то, что, возможно, не было какой-либо заметной силы ядра, природная устойчивость была тем, о чем стоит помнить. Если у Троя было хоть малейшее желание достичь новых высот, Чарли не сомневался, что он сможет их достичь. Однако, если есть одна вещь, которую нужно всегда помнить, больше работы не всегда означает лучшие результаты. Хотя этот урок лучше всего усвоить естественным путем, не было необходимости делать это в условиях, чувствительных ко времени. "Трой, положи эти гири сейчас же. У нас есть более интересные дела, которыми можно заняться. А именно, наблюдать, как ты борешься с тем, чтобы тебя не вырвало!"

Если бы не строгое воспитание, Трой бы бросил гантели, сила на его пальцах наконец показала свою силу. Вместо этого он совершил благородный поступок и просто отпустил свое тело. Вид ошеломленного лица Чарли, когда он сам упал лицом на землю, был тем, что Трой запомнит на долгие годы, потому что боль после этого момента была какой угодно, только не легкой.

"Чувствуешь себя там денди?" - Сказал Зеп, звуча слегка обеспокоенно. Разумный поступок, когда видишь, как кто-то безвольно падает на землю. Трой был немного раздражен тем, что Чарли отреагировал в своей обычной манере смеяться.

"Просто денди", - подтвердил Трой, пытаясь игнорировать гравитационный удар, который он только что почувствовал. Его обучение не плакать после пощечины подготовило его к этому моменту! Если не считать покрасневшего лица, на его лице не было видно ни намека на боль. На самом деле он почти гордился этим, если бы не глубинные проблемы с чувством гордости за такой поступок.

С дрожащим телом, которое наконец-то позволило себе почувствовать, как на него давят, Трой поднялся на ноги. Когда колени были слегка согнуты, существовал разумный шанс, что он сможет сохранить равновесие тела.

"По-моему, ты не выглядишь таким уж щеголем", - сказал Зеп, плавно забираясь под плечо Троя и помогая ему держаться прямо. "Чарли, не мог бы ты быть порядочным человеком и занять мое место здесь? Нужно очень быстро схватить меня за спину".

Взяв себя в руки, мускулистый мужчина ловко заменил женщину, крепко держа Троя за плечо. Как только захват стал достаточно крепким, чтобы Зеп не чувствовала необходимости беспокоиться о том, что младшая упадет, она быстро двинулась за своими приготовленными смесями.

"Ты действительно нечто, не так ли, Трой?" - Сказал Чарли, ткнув молодого человека в бок одним из своих пальцев. "Способен легко идти в ногу до того момента, когда тебя отпустят".

"Это то, что происходит без надлежащего отдыха", - ответил Трой, чувствуя барабаны революции. Его внутренние органы брали управление на себя, не веря, что мозг пригоден для командования. Это звание вскоре достанется левому легкому, поскольку у него было больше практического опыта в управлении шоу. Но не правое легкое. Этот человек уже совершил несколько тяжких преступлений.

...

Трой, по-видимому, был не в состоянии как следует поразмыслить.

"Ну, без надлежащего отдыха вы бы не достигли необходимой точки", - ответил Чарли, нисколько не сожалея о своих действиях. "Вашему организму нужно привыкнуть к такому образу жизни, иначе он будет мешать вам еще несколько месяцев. Закончить все это за несколько часов - это гораздо лучше, чем то, что еще можно было бы сделать принудительно. Всего через мгновение вы почувствуете себя намного лучше и будете готовы тренироваться в другой день".

"Почему это звучит не очень хорошо?" - Спросила Трой, на самом деле не ожидая ничего хорошего в качестве ответа. Чарли только рассмеялся своему бормочущему языку, даже не потратив времени на то, чтобы сказать какую-нибудь глупость.

Всего через несколько минут Зеп вернулась со своей сумкой в руке. Он был и близко не такого размера, как тот, который Чарли привез с собой, но все же больше, чем тот, что был у Троя. Вырисовывалась закономерность, и он не был уверен, что к этому относиться.

"Я надеялся использовать это как тренажерный зал после тренировки, но, думаю, некоторым людям это нужно больше, чем мне", - сказал Зеп. Вытащив руку из сумки, она обнаружила в ней маленькую фляжку. В нем могло быть не более нескольких сантитров, но было очевидно, что Зеп проявлял осторожность, держа его в руках.

"В чем дело?" - Спросил Трой, когда ему передали варево. "Может быть, вариант энергетического напитка с виски?"

"Если бы только все было так просто", - сказала Зеп, покачав головой. "В настоящее время вы владеете одной из многих государственных тайн, которые может предложить наша прекрасная страна. На самом деле у него пока нет официального названия, так что вы можете называть его как вам заблагорассудится".

Получив такой никчемный ответ, Трой мог только пожать плечами. Открыв фляжку, он осушил ее одним махом. Это было здорово, что он это сделал, иначе сильный кашель после этого факта вообще помешал бы ему выпить его.

"Ужасный вкус, если я не ошибаюсь", - сказал Чарли, вспоминая. "Просто меня радует, что я не тот, кто пьет эту гадость".

"Эй, заткнись. Ты ревнуешь и знаешь это! - обвиняющим тоном сказал Зеп.

Чарли снова рассмеялся, прежде чем на макушке мужчины загорелась фигуративная лампочка.

"Это напомнило мне", - воскликнул Чарли. "Не хочешь присоединиться к моему маленькому сюрпризу?"

<http://tl.rulate.ru/book/81391/2596155>