Глава 62: Тренировка 2

В этом упражнении приходилось совершать много подходов, так как на лестнице менялись упражнения, которых было немало.

- Ладно, идите попейте воды! У вас пять минут на все ваши дела! - Остановил Аникей тренировку. В зале стало жарко и душно, из-за чего горло быстро сохло, что сказывалось на тренировке. Кому-то даже надо было умыться и смыть с себя часть пота.

Главная пятёрка стояла вместе возле скамьи и никуда не уходила, так как Джин взял заранее с собой воду.

- Кто-нибудь будет? - Спросил он, промочив слегка горло.

- Я буду! - Первым отозвался Алонсо.

- Пока этот балбес пьёт, думаю сейчас подходящее время для знакомства. Ты Джин скорее всего уже понял, что эти двое являются оставшимися игроками нашего основного состава. Мы впятером сильно выделяемся на общем фоне даже во время разминки. - Махнул рукой Хонор на стоящих рядом парней, которых позвал с собой: - Высокого зовут Томас Шелби - он британец, если что... - Шепнул он на ухо Джину, хотя слышать это могли все: - А нашего американского друга зовут Дэйв Хол. Как ты понял, высокий наш тяжёлый форвард, играющий иногда под кольцом вместе с Алом. Ну и атакующий защитник, наш снайпер - это Дейв. Я же разыгрывающий. Это так на всякий случай, если ты не знал. -

- Приятно познакомиться, меня зовут Джин Роудс... - Протянул он руку ближе стоящему Дейву.

- Аналогично, наконец мы сможем выиграть этих старшеклассников, а то совсем зазнались! - Крепко пожал руку парень. Следующим был на очереди Томас, который без лишних приветствий подошёл и обнял Джина.

- Я тоже рад познакомиться с тобой. Ты такой интересный, я хочу играть с тобой! - Такая симпатия проявленная к Джину, смутила присутствующих.

- Полегче парень, раздавишь все кости... - Джин был приятно удивлен, когда почувствовал силу обнимающего. Тот мог запросто сломать ему кости, но всего лишь обнял. Такая сила в команде устрашает.

- Джин, Томас очень неординарный игрок. Обычно он играет слишком хорошо, но когда в его комнате появляются по-настоящему сильные игроки, он и сам становился сильнее. У него что-то на подобии триггера, который переключается, когда видит сильного игрока. Так что такие, как мы, положительно влияем на игру Томаса... - Пока он и Джин общались все остальные, распивали воду, как будто она была нескончаема. Продолжить Хонору не дал свисток тренера.

- Всем собраться! Сейчас я вас ввиду в курс дела! Для начала расскажу, что есть множество вариаций бросков и разных обманок, на которые ведутся. Вы пока что на вашем уровне просто не сможете их выполнить. Как минимум вам нужны ладони побольше и хват посильнее. К Томасу это не относится, но он и не играет на той позиции, в которой это нужно... - Обратил он своё внимание на высокого мальчика: - Ты всё равно не расслабляйся. Тебе тоже стоит

заниматься, как и им, рано или поздно это тебе пригодится. Так вот... - Повернул обратно голову ко всем присутствующим: - Сейчас потренируем ваши броски. Сначала точность, а потом и скорость. -

Какое-то время в зале стояла гробовая тишина, что даже шороха не было слышно. Лишь Аникей в этой тишине объяснял для своих подопечных, чем те будут заниматься следующие тридцать минут, а то и час.

- Для особо одаренных... - Встретился тренер взглядом с Джином: - Да-да, я это про тебя. Исполняем только классические броски. Свою индивидулку отдельно потренируете. -

Все разошлись по площадке. В зале было восемь корзин и на каждую было по два игрока. Каждый чередуется между собой. Сначала один делает пять бросков, потом другой. И так по кругу. Единственное, что менялось это место и расстояние для броска.

Джин был в паре со своим соперником за позицию. Каждый из этой двойки не хотел уступать второму. Поэтому почти все их броски залетали в корзину. Джин всего был впереди на один или два мяча, из-за чего второй даже не думал сдаваться. Жаль...

Жаль, что он понимал, что Джин специально промахивается по кольцу, так как хотел увидеть весь нынешний потенциал игрока перед собой. Ведь если он играл в основе, значит должен был иметь какие-то навыки для этого. Таким образом Джин сам себе создавал больше проблем, высвобождая чужой потенциал. Со временем промахов становилось все меньше и появлялись они редко.

За этим действием следил не только Аникей, который не мог убрать ухмылку со своего лица, но и Хонор. Ему тоже интересно было наблюдать за происходящим процессом, хотя и приходилось отвлекаться на броски.

После того как каждый выполнил норматив в двести попаданий. Все стали играть у кольца. Нужно было сделать два шага и на третий прыгнуть как можно выше, закинув мяч в корзину. Парни нарабатывали само действие, а чтобы жизнь мёдом не казалась, каждому добавили во вторую руку мяч семёрку. Они должны были вести одной рукой мяч, а на вытянутой второй руке держать мяч пальцами, тем самым балансируя во время прыжка, чтобы мяч не упал.

Такие махинации были слишком легки для основы, даже соперник Джина справился с этой задачей.

После этого добавилось ведение второй рукой, и точно также при броске зафиксировать пойменный мяч в ладони, чтобы тот не упал. И если справлялись с фиксацией, то не справлялись с ведением, даже основа не смогла сразу выполнить идеально упражнения. Но со второго раза уже было хорошо...

Ещё какое-то время были разные задания. Аникей старался, чтобы все вымотались как физически, так и морально. Только подействовало это, пожалуй, на слабую половину, чем на сильную. Основные игроки так вообще, зажглись к концу тренировки, так как всем не терпелось уже сыграть вместе с новичком. Увидеть на что он способен во время командной игры.

- Так, посмотрим... Первая команда - Джин, Хонор, Тревис, Арчи и, и, и... Ай ладно, иди к ним уже Алонсо. Вторая команда - Дейв, Томас, Альберт, Олби и Пирс. Остальные могут посмотреть игры, либо пойти по домам... - Дал альтернативный вариант для незадействованных игроков, после того как определил команды тренер. Но никто никуда не уходил, всем было крайне

интересно, кто же сможет победить.

Разойдясь по своим сторонам, команды стали обговаривать свой план действий.

- Джин, наша задача быстрым прорывом набрать очки. Так же нужно быть внимательным и следить за каждым шагом Дейва, он очень хорош. Его процент попаданий вовремя стрессовых игр был семьдесят процентов. Понимаешь? Он будет стрелять из далека и будет попадать. Здесь для него нет стресса... Альберт же самый обычный игрок, просто более умелый, чем другие. Ты кстати зря ему дал надежду, всё равно в составе будешь ты, а не он... - Высказался Хонор: - Остальные, прошу от вас полной отдачи, не пропустите Томаса, иначе нам всем будет плохо. Это кстати твоя задача Ал! -

- Да знаю я, знаю. Будет все сделано по высшему разряду! -

- Тогда, выиграем эту игру и сможем официально объявить Джина как игрока основного состава! - Парни же из запаса были действительно рады таким событиям, они не могли играть в основе, но и не все туда стремились, так как видели, какое давление падает на плечи игроков. Ужасные последствия ударяют по игрокам основы, когда те проигрывают второму или третьему классу...

Спасибо за чтение и поддержку!

Прошу вас поставить лайк и пятёрку этому фанфику, вам не сложно, а мне приятно. Мотивируя меня лайками, вы тем самым ускоряете выход глав!)

http://tl.rulate.ru/book/65266/1771559