

Race	Breakout lenght	Breakout Speed
Aubock Felix, Final - 400 Fr (25 m) [WCH Abu Dhabi 2021]	5,76	2,76
Rapsys Danas, Final - 400 Fr (25 m) [WCH Abu Dhabi 2021]	6,09	2,73

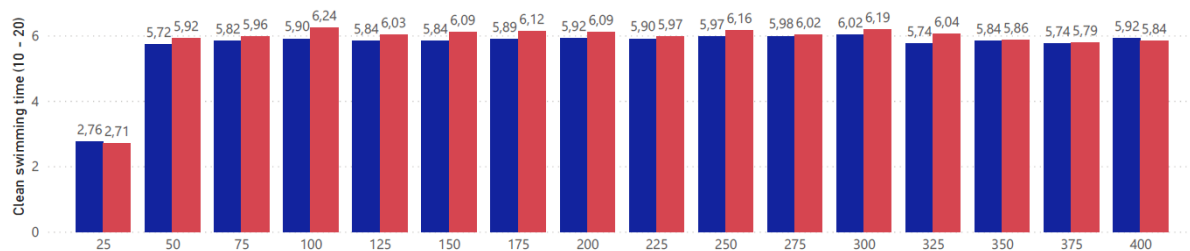
Felix konnte auf jeder Länge seine etwas höhere Übergangsgeschwindigkeit für einen schnelleren Schwimmstart nutzen. Rapsys brauchte mehr Energie für eine längere und ineffiziente Tauchphase und begann nach dem Übergang mit einem leichten Geschwindigkeitsverlust zu schwimmen.

Die Schwimmphase

Beim Schwimmanteil selbst war Felix fast das gesamte Rennen über deutlich schneller (insgesamt um 2,21 Sek) als Rapsys. Dies bedeutet, dass er physisch perfekt vorbereitet war. Der Nettoschwimmanteil macht bei einem 400m Rennen auf der Kurzbahn nur 38,75% aus (10m pro Länge). Dies ist im Vergleich deutlich weniger als die zurückgelegte Distanz während der azyklischen Wendenabschnitte (63,75%).

Clean swimming time (10 - 20)

Race ● Aubock Felix, Final - 400 Fr (25 m) [WCH Abu Dhabi 2021] ● Rapsys Danas, Final - 400 Fr (25 m) [WCH Abu Dhabi 2021]



Wenn der Schwimmerin sein trainiertes Tempo anwenden möchte, ist es notwendig, die beiden Komponenten – Schwimmen und Wenden – effizient zu verknüpfen. Genau das ist Felix perfekt gelungen. Obwohl er insgesamt langsamere Wenden hatte, verlor er während des Übergangs nicht an Geschwindigkeit und konnte sich auf sein gut trainiertes Schwimmtempo verlassen.