

Als de perfecte 1500 m bestaat, dan schaatste **Shani Davis** deze op 11 december 2009 in Salt Lake City. **Mark Tuitert** (twee maanden later olympisch kampioen) analyseert het wereldrecord (1.41,04).

MIJLPAAL



23,28

OPENING: 23,28

'Bij de opening probeer je op 97 à 98 procent van je vermogen te schaatsen. De eerste twintig, dertig meter start je zo hard mogelijk, daarna zoek je de balans tussen hard openen en ontspannen, technisch schaatsen. Je stopt er niet je hele hebben en houden in, zoals bij een 500 m, want dan loop je het gevaar jezelf op te blazen. In Heerenveen opende ik eens in 23,1 – en dat op een laaglandbaan. De rekening daarvoor kreeg ik later gepresenteerd in de vorm van een sterk oplopend schema. Wat Shani goed doet: hij trekt vlak voor die tweede bocht, dus na de eerste tijdmeting op 300 m, nog een keer hard aan. Veel schaatsers schakelen op dat punt even terug om rustig in hun slag te komen. Shani niet, die versnelt altijd. Daar heb je lef voor nodig. Ik deed het ook als ik goed was. Als ik iets van Shani geleerd heb, is dat het wel.'



START

Tuitert: 'Als je kijkt naar het lichaam van Shani zie je dat hij lange benen heeft en redelijk pezig is. Dat betekent dat hij lange slagen kan maken, maar tegelijkertijd niet zo veel weegt, dus soepel door een bocht kan. Hij drukt minder op het ijs dan een zwaardere, gespierde schaatser. De verhouding tussen benen, romp en gewicht is bij hem optimaal voor het rijden van een 1500 meter. Voor een korte sprint is hij misschien net niet gespierd en explosief genoeg, terwijl hij voor lange afstanden juist weer te veel spieren heeft.'



WERELDRECORD
1:41,04

FINISH:
1:41,04

'Toen ik die tijd zag, dacht ik: hoe moet ik dat in godsnaam evenaren? Ik denk dat-ie ook nog wel even blijft staan, hoor. Ik zie momenteel niemand die 'm kan verbeteren. Ik heb die race inmiddels wel honderd keer teruggekeken, kan hem dromen, maar nog steeds heb ik niet ontdekt waar hij nog winst had kunnen boeken. Die race is perfect. Technisch gezien heb ik Shani nog nooit zo goed zien schaatsen, ook daarna niet meer. Zelfs zijn rechte stukken, waar het nog weleens aan mankeerde, waren nu goed. Als ik dan toch een aanmerking moet hebben: hij was twee maanden te vroeg. Ha!'



6

BOCHT

'Hij pakt het wereldrecord in die tweede bocht van 'm, die van binnenuit wordt gefilmd. Dan zie je goed hoe perfect hij die rijdt. Hoe diep hij zit, hoe agressief hij zijn ritme opbouwt. Echt uniek. Geen greintje twijfel, vol overgave. Je ziet zijn shorttrackverleden; hij heeft geen moeite met hoge snelheid in een bocht. Technisch is hij ijzersterk, kent hij totaal geen beperkingen. Hij snijdt die bocht perfect aan, gaat niet meteen naar de blokken. Geeft zichzelf ruimte om naar binnen te snijden, waardoor hij nog kan versnellen. Vergelijk het met een emmer die je met gestrekte arm rondzwaait. Als je die vervolgens iets naar je toe trekt, voel je 'm ook sneller gaan.'



4

EERSTE RONDE: 24,7

'Ik zag de race op tv in Colalbo, waar ik een trainingskamp had. Toen ik de tijd van zijn eerste rondje zag, wist ik het zeker: dit wordt een wereldrecord. Die 24,7 kwam op dat moment in de buurt van het snelste rondje ooit gereden – en dat op een 1500 m! Ging helemaal nergens over.'



24,7

SLOTTRONDE: 27,31

'Hij blijft mooi rijden, ook in zijn tweede ronde (25,69). Ongelofelijk hoe hard hij daar nog gaat. Er zijn drie jongens die een duizend meter onder de 1,07 hebben geschaatst: Davis, Trevor Marsicano en Stefan Groothuis. En Davis rijdt hier gewoon twee rondetijden waarmee hij op een duizend meter onder de 1,07 was geëindigd. Pas in de slotronde komt het verval, in de bocht daar naartoe komen de grimassen. Komt hij ietsje omhoog, sterkt hij zijn knieën een klein beetje. Waarschijnlijk spuit het zuur uit zijn oren, maar toch blijft hij nog goed glijden. Dat kan hij omdat hij nog steeds zo veel snelheid heeft van die eerste ronden. Ja, bij de 1500 m is een goed begin het halve werk. Ik denk zelfs meer.'



27,31

WK AFSTANDEN DONDERDAG T/M ZONDAG, NPO 2, 17:50 UUR

Vanuit Thialf in Heerenveen met op donderdag: 3 km (v) en 10 km (m) en op vrijdag: 1000 m (v), 1500 m (m), 5 km (v) en achtereenvolgende (m).