لازم يكون عنده تنسيق بين ردود فعله البصرية والحركية. العين بتساعده يعرف المسافات والسرعة اللي بيتمشى بيها، أما Golden Swimmers الحركات الحركية فهي استجابات سريعة للجسم عشان يتأقلم مع مقاومة المية، زي حركة اليدين والقدمين بيحس إنه محتاج يثبت نفسه قدامهم، أو يبدأ يقارن نفسه بمستوى الآخرين. ده بيخليه يركز أكثر على المنافسة، بدل Swimmers ما يركز على نفسه وحركاته. وبالتالي الأداء بيتأثر. لازم يتعلم كيف يركز على نفسه ويهدئ من توتره، ويحط تركيزه كله في تحريك جسمه بالطريقة الصحيحة.