

“그땐 날아갈 것 같았죠”

‘수영’ 박태환 세계 1위 만든 박석기 감독 “오랜 기간 선수 생활 해줬으면”

2007년 3월25일 18세 고교생 박태환이 호주 멜버른에서 열린 제12회 국제수영연맹(FINA) 세계선수권대회 남자 자유형 400m 결승을 위해 출발대에 섰다.

350m 지점까지 4위를 달리던 박태환은 마지막 50m에서 무려 3명을 따돌리고 가장 먼저 터치 패드를 찍었다. 한국 수영 역사상 최초의 세계선수권 우승자가 탄생한 순간이었다.



강산이 한 번 변한다는 세월이 흘렀지만 당시 박태환을 지도했던 박석기(66) 감독은 영광의 순간을 마치 어제 처럼 또렷이 기억했다.

지난 20일 서울 시내 한 카페에서 만난 박 감독은 “우승이 확정된 뒤 두 손을 들었다. 그때는 정말 날아갈 것 같았다”고 회상했다.

▲에선 지나고 해볼 만하다
박태환이 등장하기 전까지 한국 수영은 ‘우물 안 개구리’에 불과했다. 몇 명의 아시아 챔피언을 탄생시키기도 했지만 세계무대에서는 명함도 내밀지 못하는 수준이었다. 박태환은 ‘기본 좋은 돌연변이’였다.

2006년 도하아시안게임 3관왕으로 예열을 마치고 멜버른에서 기어코 대형 사고를 쳤다.

박 감독은 “예산이 끝난 뒤 ‘충분히 해볼 만하다’는 생각이 들었다. 물론 상대가 힘을 숨겼겠지만 우리 역시 85~90% 정도만 했다. 결승에서도 리드할 수 있다는 자신감이 생겼다”고 말했다.

결승을 위해 경기장으로 향하는 차 안에서 그 기대는 조금씩 확신으로 바뀌었다. 아직 사춘기 소녀의 티를 떨치지 못한 박태환은 나이에 맞지 않게 무척 침착했다.

박 감독은 “태환이에게 ‘오늘이 내 결혼기념일이다’고 하니 웃으면서 ‘아 그럼 오늘 꼭 메달을 따야겠네요’라더니 난 ‘그럼 좋지요’라고 답했다. 마음의 여유가 있었다”고 떠올렸다.

350m 구간부터 시작된 스피트는 글자 그대로 훈련의 결과물이었다.

박 감독은 “최근에 유행하는 울트라 쇼트 레이스 페이스 트레이닝(USRFS)의 효과를 봤다. 호주의 한 박사가 자국 선수들이 미국 선수들의 많은 연습량을 무리하게 따라하는 것을 보고 고안한 훈련법이었다. 매주 토요일에는 스피드 훈련 하나만 했는데 태환이의 몸이 이를 확실하게 기억하고 있었다”고 부연했다.

▲헬프스 코치도 빈한 박태환
박 감독이 처음 박태환과 연을 맺은 것은 멜버른 대회가 3개월여 앞으로 다가온 2006년 12월이다.

지금은 세상을 떠난故 김봉조 감독이 박태환을 맡아 달라고 제안했고 박 감독이 이를 수락했다.

박 감독의 아버지인 박인호씨도 박 감독의 구상을 듣고는 ‘OK’ 사인을 했다.

예나 지금이나 3개월이라는 시간은 세계선수권을 준비하기에 턱없이 부족하다. 그럼에도 박 감독은 과감히 영남에 손을 대기로 결심했다.

조금만 교정해주면 기록이 좋아질 것이라는 확신이 있었기에 가능했다. 박태환도 동의했다.

그만큼 둘은 서로를 신뢰했다.

박 감독은 “그때 최고의 선수인 그랜드 해켓(호주)의 스트로크 수는 28~32개(50m 기준)였는데 태환이는 38~40개나 됐다. 스트로크 수가 많으면 체력 소모가 심할 수밖에 없다. 한 번에 밀고 가는 걸이를 늘려 놓고 그 속도에 적응을 시켰다. 강훈련보다는 어떻게 하면 수영을 길게 하느냐에 초점을 맞췄다. 그 결과 3월 초에는 스트로크 수가 32개 수준으로 줄었다”고 말했다.

대다수 수영 전문가들은 박태환의 기술을 두고 천부적인 수준이라고 칭한다.

▲“내가 아는 태환이의 목표는 우승”
박태환은 2012년 런던올림픽이 끝난 뒤 쓴 자서전 ‘프리스타일 히어로’에서 박 감독에 대해 언급했다.

박 감독과 함께 한 시간은 1년에 불과했지만 큰 울림을 받은 듯 했다.

전담팀의 박석기 감독님은 외국 코치들처럼 늘 자율성을 강조했다.

“태환아, 지금 하는 훈련은 네 몸이 기억할 수 있을 만큼 네가 해야 돼. 머리론만 기억하는 것은 아무 의미가 없어!”(중략) 그래서 이번 런던 올림픽에서도 위기를 넘겼던 것 같다. 머리가 멍해지는 순간에도 몸이 기억한 레이스가 추리의 위기를 막았다. 내 몸이 기억할 때까지 주도적으로 훈련할 수 있는 분위기가 한국 대표팀에도 자리 잡기를 바란다.”

박 감독은 “지도자와 선수 사이에 인간적인 신뢰가 쌓여야 한다. 일방적으로 지시하고 무조건 따라야 하는 분위기에서 빨리 벗어나고 편안한 마음으로 웃으면서 훈련 내용을 이야기할 수 있을 때 우리 수영이 세계 수영에 가까이갈 수 있을 것”이라고 말했다.

박태환은 내년 자카르타 아시안게임까지 선수 생활을 지속할 뜻을 밝히면서 그 이후의 일은 아직 구상하지 않았다고 했다. 박 감독은 박태환에게 한 가지 당부의 말을 남겼다.

“태환이는 우리나라가 꼭 필요로 하는 선수입니다. 메달이 문제가 아닙니다. 훈련을 하는 모습을 보여주는 것만으로도 후배들에게는 엄청난 힘이 됩니다. 부침이 있었지만 경기를 이내 회복했습니다. 태환이는 아량이 다릅니다. 도쿄올림픽까지도 충분히 가능합니다. 정말 오랜 기간 선수 생활을 해줬으면 합니다.”

▲김민근기자

‘스포츠창업의 든든한 후원자’ 문체부, 스포츠산업 창업지원센터 6개소 선정

선정된 지역센터, 스포츠창업 인재 육성 ‘앞장’

문화체육관광부(문체부)는 국민체육진흥공단(공단)과 함께 스포츠 창업을 지원해 일자리 창출에 기여할 스포츠산업 창업지원 지역 센터 6개소를 선정했다고 21일 밝혔다.

공모를 통해 선정된 지역센터는 국민대, 대구대, 인천대, 조선대, 한남대 등 5개 대학과 민간 벤처 육성 기관인 (주)에브리스타벤처스다.

지역 센터는 예비창업자 및 3년 미만 새싹기업(스타트업)을 대상으로

교육생을 선발하고, 집합 이론교육과 멘토링, 현장실습 등 4개월 동안 대상자별 맞춤형 교육프로그램을 제공한다. 또한 교육생 중 우수 팀을 선발해 2000만원부터 3000만원까지의 범위 내에서 보육비를 지원한다.

이 밖에 입주 공간과 컨설팅, 관계망 구축 및 투자유치 등의 창업보육 프로그램을 제공하고 교육생들의 사업(비즈니스)모델을 보완해준다.

이번에 새로 선정된 지역 센터는 최

장 3년(기본 2년+평가 후 1년)의 다년도 협약을 체결해 사업의 지속성을 높일 예정이다.

센터로 선정된 5개 대학은 교내 창업지원센터 등과 협업체 우수 창업 지원 프로그램을 적용해 스포츠창업 인재를 키워낼 계획이다.

또한 유일한 민간 벤처 육성 기관인 (주)에브리스타벤처스는 민간 기업의 장점을 살려 우수한 창업 아이디어를 사업화하도록 멘토링을 제공하고, 국내외 후속투자 유치에 지원을 아끼지 않을 예정이다.

/김민근기자

무주군 그라운드 골프대회 성료



2017무주군 그라운드 골프대회가 지난 21일 설천면 생활체육공원에서 개최됐다.

무주군이 주최하고 무주군 체육회와

무주군 그라운드골프협회가 주관한 이날 대회는 그라운드골프 확산과 동호인들의 화합, 군민건강증진을 위해 마련된 것으로, 개최식에는 황정수

군수와 무주군의회 유승열 의장, 백경태 도의원을 비롯한 군의원들과 무주군그라운드골프협회 임흥이 회장 등 선수 80여 명이 참석했다.

행사는 기념식과 선수대표 선서 순으로 진행됐으며 황정수 군수는 격려사를 통해 “골프와 게이트볼의 장점을 갖춘 그라운드골프가 군민건강 증진에 기여하는 운동으로 더 큰 사랑을 받고 더 많이 알려졌으면 하는 바람”이라고 전했다.

5개 팀 80여 명이 참가한 이날 대회는 전국 그라운드골프협회 경기규칙에 따라 단체전과 개인전으로 치러져 관심을 모았다.

선수들은 “아직은 좀 생소한 감은 있지만 열심히 활동을 해서 그라운드골프가 어느 지역보다도 활성화될 수 있도록 할 것”이라고 전했다.

/무주=전문선기자

무주중학교 여자축구클럽 탄생

무주중학교 여자축구클럽이 탄생했다.

지난 21일 무주중학교 강당에서 열린 창단식에는 황정수 군수와 무주군의회 유승열 의장, 백경태 도의원을 비롯한 군의원들과 전북체육회 서정일 부회장, 무주유소년축구클럽 윤치병 감독 그리고 선수와 학부모 등 60

여 명이 참석해 의미를 더했다.

이 자리에서 황 군수는 “무주중학교 여자축구클럽이 초·중·고등학교들의 스포츠클럽을 활성화시키는 계기가 되고 학생들의 건강한 청소년기를 위한 비탄민이 되기를 바란다”며 “신체적으로나 정서적으로 변화를 겪는 청소년들이 운동을 즐기기에 좋은 환

경과 여건을 만들기 위해 노력과 지원을 아끼지 않겠다”고 전했다.

무주중학교 여자축구클럽은 무주중학교 주예슬 학생(3학년, 주장)을 비롯해 1학년과 3학년 학생 19명으로 구성돼 있으며 대한체육회의 지원을 받아 창단됐다.

선수들에게는 선수복과 신발, 장비 일체가 지원되며 연 1회 축구캠프에도 참가할 수 있는 자격이 주어진다.

/무주=전문선기자

‘축구테마 뮤지엄’ 풋볼팬타지움, 1박2일 축구캠프 개최

대한민국 최초의 체험형 축구테마 뮤지엄 ‘풋볼팬타지움’이 여름방학을 맞이한 어린이들에게 평생 잊지 못할 추억으로 남을 ‘1박2일’ 체험을 제공한다.

대한축구협회는 풋볼팬타지움에서 축구를 좋아하는 어린이들이 함께 모여 하룻밤을 보내는 ‘스타디움 나이트’를 8월 6일부터 24일까지 매일 진행한다

행사는 유소년 축구클럽, 태권도화원, 교회 등에서 단체 신청을 받아 1회당 20~30명 규모로 진행한다.

주요 프로그램으로는 ▲풋볼팬타지움 체험 ▲OX퀴즈 및 토크콘서트 ▲풋볼드림시네마 ▲서든레스 풋볼 쉐

리니 ▲월드컵경기장 투어 등이 있다.

숙박은 풋볼팬타지움 내 공간에 설치된 텐트에서 이뤄지고 식사도 제공된다. ‘스타디움 나이트’는 여름 방학 이후에는 매주 금요일과 토요일에 진행할 예정이다. 요금 및 예약 문의는 02-305-2002로 하면 된다.

/김민근기자



본인이 **똥똥** 하다고 생각하시면 몇 kg 정도 를 빼고 싶으세요?

뱃살, 내장지방, 체지방을 요요현상 없이
귀하가 원하는 만큼 쏙 빼수 있습니다

상담전화: 010-3655-9009
블로그: <http://kangsb1959.blog.me>
메일: ndtherapy119@gmail.com