



▲ 97년도 정기 대의원총회에서 올해의 예산안과 사업계획을 놓고 진지한 토의가 벌어졌다.

개인경기종목 단체로는 가장 많은 액수

대한태권도협회의 올해 살림규모가 확정됐다. 협회는 지난 1월 23일 올림픽회관 1층 중회의실에서 97년도 정기 대의원총회를 열고 총 규모 31억 6천 2백 41여만원에 이르는 예산안과 사업계획을 승인했다.

태권도의 97년도 예산액은 대한체육회 가맹 경기 단체 가운데 개인경기종목 단체로서는 가장 많은 액수이며, 단체경기 종목까지 포함한 전 종목에서도 지난 해에 이어 3위에 랭크되는 액수다.

4억늘어-보람찬 한해

협회는 지난해에 27억 7천 7백여만원의 예산을 집행했고, 올해는 그보다 약 4억원이 많은 예산을 책정, 협회장기대회를 새로 마련하는 등 새 사업에 투자하기로 했다.

이날 이필균회장은 인사말을 통해 『97년태권도

발전의 큰 전환점이 되는 보람찬 한 해가 될 것으로 믿는다.』고 말하고 『경기규칙개정, 품새 및 수련 프로그램 개발, 역사정신연구, 그리고 태권도 성전건립 등 태권도인들의 숙원사업을 과감히 추진해 나가는 한 해가 될 것.』이라고 밝혔다.

협회는 97년도 사업계획의 기본방향을 다음과 같이 잡았다. ① 태권도 연구개발사업의 원활한 추진을 위

총 31억 6천 2백여만원 예산 이렇게 쓰인다.

성전건립위원회 가동, 회장기대회신설등

해 7천 5백만원을 뒷받침하고, 성전건립위원회의 운영에 1억원을 투자하며 ② 태권도가 온 국민들 사이에 깊이 뿌리 내리도록 생활체육화방안을 마련하는 한편 일선도장에 보다 많은 수련생들이 모이도록 일선도장 활성화 방안도 수립하고 ③ 태권도 지도자들의 자질을 한층 높이기 위한 교육연수사업과 태권도가 무도스포츠 가운데 가장 뛰어났음을 널리 알리는 홍보활동도 강화한다.

올해의 주요 추진 사업은 ▲대회운영 ▲국제교류 ▲경기력강화 ▲연구개발 ▲교육연수및 홍보등의 다

섯 분야로 크게 나누어 다음과 같이 역점을 두고 밀고 나가기로 했다.

▲대회운영

① 동아시아 경기대회(5월 17~18·부산) 태권도 경기의 성공적인 개최를 통해 태권도의 세계화를 더욱 확고히 다진다.

② 태권도 한마당이 태권도인 뿐 아니라 온 국민의 관심을 모으는 잔치로 자리매김하도록 운영개선에 힘을 기울이고 관광행사로서도 각광을 받게 만든다.

올해에 달라지는 일들

■대회 참가비 없애 : 선수들과 팀들의 부담을 줄이고 보다 많은 참가를 유도하기 위해 올해부터는 경기대회 참가비를 없앤다.

이로써 협회는 연간 약 1천 5백만원의 수입이 감소될 것으로 예상.

■대회 출전선수 상해보험가입 : 선수들이 경기도중에 입을 수 있는 상해를 보험으로 충당할 수 있도록 협회가 보험료를 지불해서 상해에 대비하게 된다. 연간 협회는 약 3천만원을 추가로 부담하게 된다.

■태권도지 월간화 : 계간지 「태권도」를 월간화하면서 보다 유익하고 재미있는 태권도 잡지

로 발전시킬 계획이다. 협회는 연간 약 1억 4천 5백만원의 발간비용을 더 부담하게 된다.

■여자일반부 신설 : 변경되는 여자부 여자개인 선수권대회가 폐지되는 대신 종별 선수권대회가 여자 일반부를 새로 마련한다.

협회장기대회(5월·국기원)가 신설되며, 소년체전에서 여중부가 우선 시범종목으로 치러지며 전국체전에는 여고부가 정식종목으로 신설돼 여자 태권도 활성화를 자극하게 될 것으로 보인다.

■심사추천비 2백원 인상 : 1품의 심사추천비가 2,400원에서 2,600원으로 인상되어 연간 약 5천만원의 수입 증가가 예상된다.

③ 대한태권도협회장기대회를 창설해서 5월 7일부터 10일까지 국기원에서 그 첫대회를 열어 선수들에게 경기출전의 기회를 넓혀준다.

④ 99년 세계선수권대회 서울유치를 검토한다. 태권도가 정식종목으로 채택된 첫 올림픽인 2000년 시드니대회를 한해 앞두고 한국에서 세계선수권대회를 개최함으로써 안으로는 국민들에게 자긍심을 심어주고, 밖으로는 태권도 종주국인 한국을 온 세계에 다시 한번 알리는 계기로 삼자는 것이 유치 검토의 배경이다.

▲ 국제교류

① 지난해에는 4차례에 걸쳐 미국, 모리셔스, 카메룬, 쿠웨이트, 베트남, 태국 등 6개 나라에 시범단을 파견했으나 올해에는 태권도가 올림픽 정식종목으로 더욱 깊이 뿌리 내리도록 2004년 올림픽 개최지에도 파견할 계획이다. 이밖에 중국, 아프리카, 남미도 시범단이 돌 예정이다.

② 사범파견 및 초청사업을 확대한다. 지난해에는 체코, 슬로바키아, 온두라스, 카타르, 루마니아, 터키, 불가리아 등 7개 나라에 6명의 사범을 파견했으나 올

태권도 발전 큰 전환점 되게

해에는 보다 많은 사범을 보다 많은 나라에 보내 정통 태권도를 가르칠 계획이다.

지난해에는 20개국 20명의 사범을 중국, 러시아, 우즈베크스탄 등 3개국 32명의 해외동포선수단, 그리고 중국, 미얀마, 카자흐스탄등 3개국 26명의 외국 전지훈련단을 각각 초청했으나 올해에는 그 규모를 더 확대할 방침이다.

▲ 경기력 강화

① 남자부와 함께 올림픽 정식종목으로 채택된 여자부의 전력강화를 위해 1억 7천 9백 60여만원의 강화훈련비 가운데 합리적인 상당액을 할당 한다. 또

'97년 태권도 예산

■ 수입

심사추천비	6억 8천 5백만원
보조비	6억 9천 9백 19만 7020원
찬조비	10억 7천만원
교육비	4천 9백 50만원
도서판매비	3억 4천 6백만원
광고비	5천만원
협찬비	5천 4백만원
수수료	9백 70만원
전기이월	1억 9천 9백 1만 4950원
합계	31억 6천 2백 41만 1970원

■ 지출

운영비	5억 7천 53만 7510원
대회비	3억 9천 7백 47만 1220원
강화훈련비	1억 7천 9백 60만 2960원
교육비	4천 8백 20만원
도서출판비	3억 1천 9백 10만원
보조비	3억 3천 8백 40만원
국제교류비	5억 1천 2백 20만 280원
기술심의비	2천 8백 90만원
연구개발비	7천 5백만원
장학비	5천만원
전산비	2천 3백만원
체육외교비	2천 5백만원
예비비	3천만원
성전건립위원회	1억원
발전기금	4억 6천 5백만원
합계	31억 6천 2백 41만 1970원

'97전국체전부터 여고부를 새로 마련함으로써 여고부 경기인구 확대를 기대한다.

② 태능선수촌안에 전용 훈련장을 확보했다. 복싱, 유도 등 다른 격투기처럼 이제 태권도도 태능선수촌안에 전용 훈련장을 마련함으로써 보다 효율적인 훈련을 기대할 수 있게 됐다.

③ '98 방콕 아시안게임 및 2000년 시드니 올림픽

'97년 예산 랭킹 베스트 10

(대한체육회 가맹 경기단체)

〈개인경기종목〉

종 목	금 액
① 태권도	31억 6천 2백만원
② 배드민턴	25억 1천 5백만
③ 육상	25억
④ 테니스	23억 9백만
⑤ 사격	18억 5천 5백만
⑥ 레슬링	17억 2천 9백만
⑦ 수영	17억 1천 1백만
⑧ 골프	14억 5천 2백만
⑨ 양궁	13억
⑩ 근대 5종	11억 6천 2백만

〈단체경기포함 전 종목〉

종 목	금 액
① 축구	74억 2천 2백만
② 배구	42억 1천 6백만
③ 태권도	31억 6천 2백만
④ 농구	28억 3천 4백만
⑤ 배드민턴	25억 3천 4백만
⑥ 육상	25억
⑦ 사격	18억 5천 5백만
⑧ 레슬링	17억 2천 9백만
⑨ 수영	17억 1천 1백만
⑩ 핸드볼	16억 3천 7백만

에 대비한 훈련을 올해부터 이어 나가 이 두 대회에서 좋은 성적을 거둘 수 있도록 뒷받침한다.

▲ 연구개발

① 태권도를 보다 재미있고 알기 쉬운 경기로 발전시키기 위해 경기규칙 개정, 연구와 미의 적용을 추진한다.

② 온 국민, 더 나아가서는 온 지구가족이 참여 할 수 있는 합리적인 건강품새를 개발해서 보급하도록 힘쓴다.

③ 연령과 체력, 그리고 경기력에 알맞는 수련프로그램의 개발보급을 추진한다.

④ 도장의 합리적인 경영에 도움이 되는 경영제도를 연구한다.

▲ 교육연수 및 홍보

① 상임심판원 연수를 강화한다. 태권도가 올림픽 정식종목으로 정착하고 많은 사람들로부터 사랑을 받기 위해서는 판정의 공정성이 보장되어야 하기 때문에 상임심판원의 자질을 향상시키기 위한 연수강화에 힘을 기울일 계획이다.

② 해외사범 초청세미나를 추진한다. 세계화가 이루어진 태권도가 가장 앞선 무도스포츠로서의 위상을 지킬 수 있도록 해외사범을 초청, 국내사범들과 심도 있는 의견교환의 마당을 마련한다.

③ 「태권도」지를 월간으로 낸다. 지금까지 기간으로 3개월마다 발간 돼왔던 「태권도」지를 매달 나오게 월간으로 탈바꿈시켜 보다 많은 정보를 보다 자주 태

새 품새개발

경기규칙 개정도

권도인들에게 전하고 다양한 의견을 수렴하는 매체로서의 구실을 다하도록 만든다.

④ 태권도 홍보물을 발간한다. 모든 국민들이 국기인 태권도에 대해서 잘 알게되고 보다 많은 관심을 기울이게 되도록 눈길을 끌 만한 태권도 홍보물을 발간한다.

이 홍보물의 발간은 경기인구 저변확대, 도장경영의 활성화, 태권도성전건립추진에 국민들의 참여 유발등의 효과를 거둘 것으로 기대되고 있다.

총회는 황학수 국회의원(신한국당), 송봉섭 서울시협회장, 김영태 세계연맹 사무차장, 장정옥 경원대 생활과학대학장 등 4명을 새로운 이사로 보선했다.

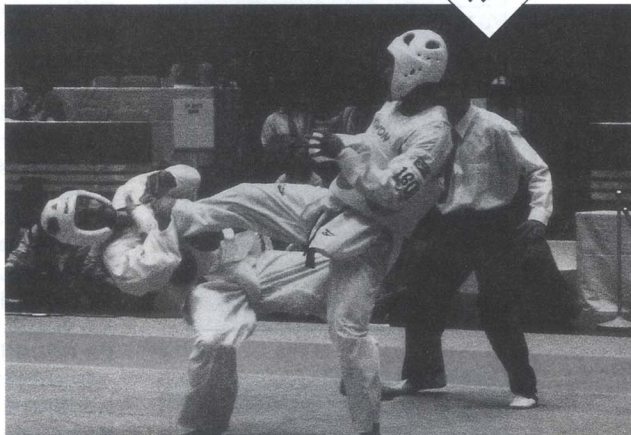
태권도가 올림픽에 살아 남으려면?

특집1

2000년 시드니 올림픽은 태권도의 올림픽 정식종목 채택의 골이 아니라 스타트라인으로 보아야 한다는 의견이 지배적이다.

태권도의 올림픽 정식종목 채택에 크게 이바지한 김운용 IOC 위원겸 세계태권도연맹 총재도 「월간 태권도」의 최초 발간을 축하하는 글 가운데서 「2000년 시드니올림픽 정식종목 채택은 태권도 세계화의 완성이 아니라 태권도 세계화의 시작일 따름이다」라고 강조하고 있다.

한번 올림픽의 정식종목이 됐다고 해서 앞으로도 계속 올림픽 정식종목으로 존속된다는 아무런 보장이 없기 때문이다.



2000년 시드니 올림픽은 골이 아니라 스타트 라인



김운용
IOC 위원
세계 태권도연맹 총재

1896년 그리스의 아테네에서 첫대회가 열린 이래 100년의 올림픽역사를 돌이켜 보면 단 한차례만 올림픽 정식종목으로 선보이고 사라져버린 스포츠도 적지 않다. 올림픽의 정식종목이 됐다가 사라져버린 스포츠들을 살펴보기로 하자.

영국에서 주로 치러지고 있는 크리켓은 1900년 파리대회에서 채택됐으나 그 뒤의 올림픽에서는 외면당하고 말았다.

자루가 긴 나무망치로 볼을 치는 크로케도 1900년 파리 올림픽에서 한 차례만 채택됐을 뿐이다.

골프는 1904년 세인트루이스대회에서만 치러지고 그

다음부터의 대회조직위원회로부터 위면당하고 말았다.

जू즈폼은 1908년 런던대회에서만 실시됐다. 라크 로스는 1904년 세인트루이스대회와 1908년 런던대회 두 차례만 치러졌다.

모터보트가 한 차례만 치러진 것도 1908년 런던대회에서였다. 말을 타고 스틱으로 볼을 치는 폴로는 1900년 파리, 1908년 런던, 1920년 앤트워프, 1924년 파리, 1936년 베를린 등 5차례의 올림픽에서 치러지고 난 뒤 올림픽 정식종목에서 빠지고 말았다. 자루가 짧은 나무망치로 볼을 치는 로케는 1904년 세인트루이스 대회에서만 치러졌다. 럭비도 올림픽에서 치러진 일이 있다.

1900년 파리, 1908년 런던, 1920년 앤트워프, 1924년 파리 등 4차례의 올림픽에서 럭비는 정식종목이었다. 1988년 서울올림픽에 모습을 나타낸 테니스도 사실은 1896년 아테네에서의 첫 대회때부터 정식종목이었다.

테니스는 1924년 파리대회까지 8차례(1906년 중간대회 포함)나 한번도 빠지지 않고 올림픽에서 치러진 뒤 빠지고 말았다.

조직위원회의 영향력과 그 한계

초기의 올림픽에서는 대회조직위원회, 바꾸어 말해서 개최국이 선호하는 스포츠가 종종 채택됐다.

올림픽이 제대로 틀을 잡아가면서 대회 조직위원회의 요구를 무턱대고 IOC가 받아 들이지는 않게 됐지만 그래도 역시 대회조직위원회의 뜻은 적지않은 영향력을 지니고 있다.

태권도만 하더라도 1994년 9월 파리에서의 IOC총회에서 2000년 시드니올림픽의 정식종목으로 채택될 때는 대회조직위원회의 뜻이 강하게 총회에 반영되어 받아 들여진 것이다.

태권도는 올림픽 정식종목으로 채택된 두번째의 동양 무도스포츠다. 첫번째로 올림픽 정식종목이 된 동양 무도스포츠는 유도다.

1964년 도쿄올림픽 조직위원회는 개최국의 잇점을 살려 일본의 금메달 획득가능성이 높은 배구와 유도를 정식종목으로 채택시키는데 성공했다.

이 건 회

IOC 위원



지난해 이건회 삼성그룹 회장이 IOC위원으로 추대된 것은 태권도가 올림픽 정식 종목으로 뿌리 내리는 데 큰 힘이 될 것으로 예상된다.

사마란치 IOC위원장에게 이어 세계 스포츠계에 큰 영향력을 미치면서 제 2인자로 꼽히고 있는 김운용 IOC위원과 협력, 태권도의 올림픽정착에 이 건회 IOC위원이 큰 몫을 하게 되리라는 기대를 하는데는 몇가지 그럴만한 까닭이 있다.

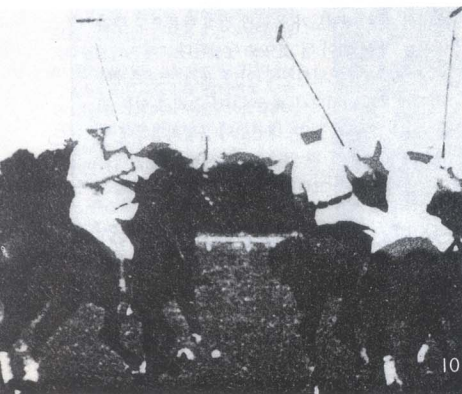
올림픽 정착화에 큰 힘

대한 아마추어 레슬링협회의 회장으로 재임중 FILA(국제 아마추어 레슬링연맹)를 물심양면으로 뒷받침 함으로써 이미 이건회 IOC 위원은 국제 스포츠계의 저명인사 대열에 합류, 국제 스포츠계에 미치는 영향력도 만만치 않다.

더구나 필요한 경우에는 세계의 삼성그룹 지사와 주재원들이 개척해 놓은 다양한 루트를 통해 각계 인사들과 접촉할 수 있는 로비능력은 높은 평가를 받고 있다.

문화체육부가 한국문화 CI(통합이미지) 가운데 하나로 선정해 태권도는 우리 문화를 보존 육성하고 세계에 널리 알리겠다는 삼성문화재단의 사업목적에도 맞는 우리 고유의 스포츠 문화다.

특히 삼성그룹이 이필근씨를 대한태권도협회 회장으로 내세워 태권도성전 건립을 비롯, 태권도 발전을 위한 여러가지 사업을 추진하고 있는 것은, 이건회 IOC위원이 김운용 세계태권도연맹 총재의 요청에 따라 태권도계의 후원자로 나서겠다는 강한 의지의 표현인 것으로 풀이되고 있다.



▲ 럭비는 1924년 파리대회까지 4차례의 올림픽에서 치러졌고(사진 위) 폴로는 1936년 베를린대회까지 5차례나 올림픽의 정식종목(사진아래)으로 치러진 뒤 각각 사라지고 말았다.

그 결과 여자배구와 유도 4개채급 가운데 3개채급의 금메달을 차지하는 한편 일본이 고유의 무도라 주장하는 유도가 올림픽에서 성장할 수 있는 발판까지 마련됐다. 그러나 유도는 다음 올림픽인 1968년 멕시코대회에서 빠졌다.

멕시코 올림픽 조직위원회는 자기네들의 메달획득 가능성이 희박한 유도를 경기종목에서 가차없이 빼버렸다. 멕시코대회 다음 올림픽이 1972년 유고강국인 서독 뮌헨에서 열린것은 유도를 위해서 다행한 일이었다. 뮌헨대회에서 치러지게 된 유도는 그 뒤 한번도 빠짐없이 올림픽 정식종목대열에 끼어 있다.

특집 1

태권도가 올림

온 세계를 열광시키는 축구도 올림픽에서 빠졌던 일이 있다. 1932년 로스 앤젤레스 올림픽조직위원회는 「세계의 스포츠」라 불리는 축구를 경기종목에서 제외시켜 버렸다.

미국에서는 축구가 별로 인기없는 스포츠였기 때문이다. 결국 이 올림픽에서 축구가 빠지게 된 것이 프로와 아마추어를 가리지 않고 출전시키는 세계축구 선수권대회인 월드컵을 탄생시키는 하나의 원인이 된다.

복싱도 1912년 스톡홀름올림픽에서는 조직위원회의 외면으로 치러지지 않았다. 이렇게 대회 때마다 큰 영향력을 미치는 조직위원회의 마음에 들지 않고서는 올림픽 정식종목으로 살아 남기가 쉽지 않다.

비록 그 대회 한 차례에 그치는 영향력이지만 조직위원회의 뜻은 결코 가볍게 보아서는 안되기 때문에 올림픽의 뜻내기 종목은 올림픽이 열릴 때마다 신경을 써야한다.

김운용 IOC위원장도 「태권도가 올림픽 정식종목으로 살아 남기 위해서는 앞으로 열리는 올림픽의 조직위원회들이 그 때마다 태권도를 선택해 주어야 한다.

올림픽의 무도 스포츠

올 림 픽		유 도	태 권 도
개최년도	개최도시		
1964	도쿄	처음으로 채택	
1968	멕시코	조직위원회가 종목으로 선정치 않음	
1972	뮌헨	정식종목	
1976	몬트리얼	정식종목	
1984	로스앤젤레스	정식종목	
1988	서울	정식종목	시범경기
1992	바르셀로나	정식종목	시범경기
1996	애틀랜타	정식종목	
2000	시드니	정식종목	처음으로 채택

픽에 살아 남으려면?

육상이나 수영등의 기본종목은 조직위원회가 빼 버릴 수 없지만 유도, 복싱, 태권도 등은 조직위원회가 고 개들리면 그 올림픽에서는 빠지게 된다」고 말하고 있다.

TV의 영향력도 막대

조직위원회가 종목을 선정할 때 그 영향력을 결코 무시할 수 없는 큰 세력이 있다. 막대한 방영권료를 지불해서 올림픽을 재정적으로 크게 도와주고 있는 TV방송사가 바로 그것이다.

'96 애틀란타 올림픽의 방영권료만 해도 5억 5천 9백 50만 달러(당시 환율로 약 4천 4백 76억원)나 되니 조직위원회는 물론 IOC마저도 TV방송사의 웬만한 요구는 거절할 수 없는 실정이다.

이렇다 할 재원이 없어 에버리 브런디지위원장은 자신의 비용으로 세계를 돌고, 스위스에서 보석상을 경영하던 오토 마이어 사무총장은 자기네 가게 한구석을 막아 사무국으로 쓰면서 파트 타이머인 타이피스트 1명만을 고용했던 가난한 IOC는 이제 TV머니의 덕택에 흥청망청이라는 표현은 지나칠지 몰라도 부족함이 없는 살림을 꾸려 나가고 있다.

TV의 영향력이 올림픽종목에 크게 미치고 있는 실례가 복싱이다. 선수의 뇌에 손상을 준다는 우려와 판정을 둘러싼 말썽때문에 늘 IOC의 골치거리가 되고 있는 복싱이 그래도 올림픽에 머물 수 있는 것은 복싱을 선호하는 미국 TV방송사가 바람막이 노릇을 해주고 있기 때문이다.

「복싱에 견주어 태권도는 호구의 착용으로 안전성이 확보되어 있고 전자심판기의 등장으로 판정에도 별 문제는 없다고 본다.

또한 컬러 도복착용여부를 놓고 의견이 갈라져 있는 유도와는 달리 일찍부터 호구의 컬러화로 TV쪽의 반응도 좋은 편이다.

다만 팬들과 TV의 관심을 보다 끌기위해 경기 규칙과 장비등의 개선, 그리고 새로운 기술의 개발에 대한 노력은 꾸준히 지속되어야 할 것으로 여겨진다」는

사마란치
IOC 위원장



태권도의 올림픽 정식종목 채택에도 크게 힘썼고 김운용 IOC위원과도 친분이 두터운 후안 안토니오 사마란치 IOC위원장은 「태권도가 올림픽 정식종목으로 뿌리 내리려면 무엇보다도 공정한 심판이 가장 중요하다」고 말한다.

공정한 심판이 태권도 살린다.

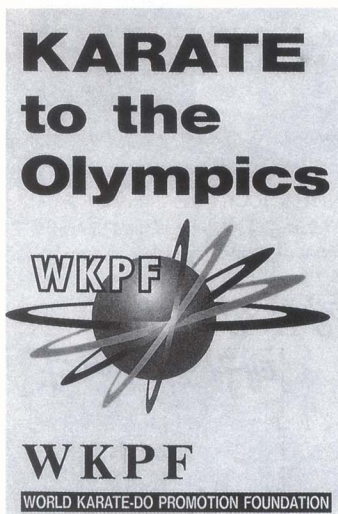
김운용 IOC위원에 따르면 사마란치 위원장은 「2000년 시드니올림픽은 태권도가 앞으로 올림픽 정식종목으로 살아 남기 위해서는 매우 중요한 시험무대가 될 것이다. 종주국인 한국이 주도하고 있는 올림픽 태권도경기의 심판이 공정하게 이루어져야만 세계 여러나라들이 태권도를 올림픽 정식종목으로 받아 들이는데 긍정적인 반응을 나타낼 것이다.」라고 김운용위원에게 도움말을 주었던다.

사마란치 위원장이 태권도경기 심판의 공정성을 특히 강조한 것은 이미 1904년 세인트루이스올림픽때부터 정식종목의 대열에 낀 복싱의 말썽을 교훈삼으라는 이야기다.

IOC 내부에서는 복싱을 올림픽 정식종목으로 그대로 존속시켜야 되느냐를 놓고 오래전부터 의견이 엇갈려 왔다.

복싱을 올림픽에서 내쫓아 버려야 한다는 쪽은 ① 선수의 건강보호대책 미흡과 ② 불공정한 심판의 두 가지를 복싱추방의 근거로 꼽고 있다.

「태권도가 올림픽에서 살아 남으려면 공정한 심판을……」이라는 사마란치 IOC위원장의 도움말을 명심해야겠다.



▲ ITKF(전통가라데 연맹)와 WKF(세계가라데도 연맹)가 손을 잡아 탄생시킨 WKPF(세계가라데도 진흥재단)는 올림픽 정식종목 채택운동을 끈질기게 벌이고 있다.

것이 김운용 IOC위원의 말이다.

다른 무도스포츠의 움직임

은 지구가족의 스포츠제전이라는 올림픽에 정식종목으로 들어가 있는 동양 스포츠는 유도과 태권도뿐이다.

유도는 서양의 격기(格技)인 레슬링과 맞선 풀이고 서양의 타기(打技)인 복싱과의 맞선 풀은 태권도인 셈이다.

그러나 동양의 태권도가 동양타기를 대표해서 올림픽 정식종목으로 채택됐다고 우리는 생각하지만 일본의 가라테와 중국의 우슈는 올림픽에 끼어 들기 위한

노력을 포기하지 않고 있다.

그동안 분열로 IOC의 승인이 유보됐던 가라테는 일단 외형상의 통합을 이루어 만든 WKPF(세계가라테도 진흥재단)를 통해 활발한 로비활동을 벌이고 있다.

애틀란타 올림픽에서 장 크로드 캉가 아프리카대륙 올림픽위원회 위원장으로부터는 긍정적인 반응을 얻어냈고 사마란치 IOC위원장도 만났단다. 아직 우슈는 올림픽 정식종목채택 문제에 관해서 태권도는 물론 가라테에도 한발자국 뒤져있다.

그러나 2000년 올림픽 유치경쟁에서 시드니에게 패배하지 않고 복경이 개가를 올렸더라면 중국정부와 북경 올림픽 조직위원회는 우슈의 국제화를 서둘러 IOC의 공인을 거쳐 올림픽 정식종목으로 채택되도록 크게 힘썼을게 분명하다.

지난 90년 아시아 우슈연맹의 서재(徐才) 총재는 우슈가 올림픽을 겨냥하고 있다고 다음과 같이 밝힌 적이 있다.

「IOC 내부에서는 우슈와 태권도 그리고 가라테를

온 지구촌 가족

폭넓은 지지 받도록

꾸준한 노력 계속해야

동양무도라는 이름아래 하나로 묶고 3개세부종목으로 나누어서 치르는 형식을 갖추면 올림픽 정식종목으로 받아들일 수 있다는 목소리가 있었던 모양이다. 그러나 우리는 그런 형식의 통합은 바라지 않으며, 태권도를 올림픽에 알맞은 종목으로 발전시켜 나갈 계획이다.

태권도가 가라테나 우슈를 제끼고 세계화의 선두를 달리고 가장 먼저 올림픽 정식종목으로 채택될 수 있

픽에 살아 남으려면?

있던 까닭은 김운용 IOC위원의 뛰어난 스포츠 외교에도 힘 입은바 크지만 종전의 각 유파를 벗어나 태권도인들이 하나가 되어 태권도의 합리적인 스포츠화에 성공했기 때문이다.

앞으로도 태권도는 단결 그리고 합리적인 무도스포츠라는 두 가지 장점을 더욱 키워 나가야 올림픽에서 보다 든든한 발판을 마련할 수 있을 것으로 보인다.

가장 중요한 것은 지구가족의 지지

올림픽 정식종목으로 정착하려면 보다 재미있는 경기를 지향해야겠지만 지구가족의 폭넓은 지지를 받는 스포츠가 되도록 꾸준히 노력해야 된다는 원칙론도 꽤 강하다.

이규석교수(용인대)는 「결국 태권도에서 가장 중요한 것은 인성교육이다. 물질만능주의와 이기주의의 혼탁속에서 인성교육만이 인간사회를 정화시킬 맑은 샘이 될 수 있다.」고 강조한다.

「미국에서는 이제 학교선생님의 말씀조차 잘 안듣는 청소년들이 늘고 있다. 아직도 그들에게 영향력을 미칠 수 있는 사람은 신부나 목사등의 성직자와 무도 사범뿐이다. 미국의 부모들도 태권도 사범들이 수련생들에게 예의, 몸가짐, 올바른 말씨등의 정신교육을 베풀어 주기 바라고 있어요.」

이렇게 말하는 김영숙사범(재미 여성태권도 지도자)은 정기적으로 수련생들의 머리와 손톱까지 살피고 바람직한 시민으로 성장하도록 이끌어 주고 있다.

「한국이 태권도 종주국으로서의 위치를 지켜 나가기 위해서는 경기 기술의 부단한 개발과 아울러 태권도 철학의 이론적 체계화를 이루어야 한다. 태권도 철학이야 말로 태권도를 세계속에 깊이 뿌리 내리도록 만들어 줄 것이다.」(민경호·UC 버클리 교수·초대 미국 태권도 협회회장)

모처럼 정식종목으로 채택된 태권도가 올림픽과 지구 가족 사이에 깊이 뿌리를 내리도록 태권도인과 태권도를 사랑하는 모든 사람은 각자 자신의 위치에서 할 수 있는 최선을 다해야 될 것으로 여겨진다.



이 향 열

스포츠 TV 제작국 차장

태권도발전을 향한 한마음으로 나누는 대화는 더욱 뜨겁고 진지하다.

단지 올림픽 영구종목화를 위해 무엇보다 중요한 것 중 하나가 「관중동원 문제」란 것으로 집약되면, 일단 조심스런 표정으로 바뀌어야 하는 것이 안타깝다.

단지 TV에서 미리 화려한 예고등으로 볼모성을 유도하고 관심을 증폭시켜오며 그나마 명맥을 유지해 온 게 사실이다.

스포츠TV에 와서 비인기종목의 활성화를 위해 KBS가 씨름을 키웠듯이 열심히 태권도를 키워보자고 제안했다가 거센 반발에 부딪혔었다. 도대체 스탠드가 텅비어 '그림' 잡을게 없다는 것이다.

좋은 그림 만들기

맞는 얘기다. 그렇다면 태권도로 빛어낼 수 있는 좋은 그림은 과연 어떤 기법으로 가능할까? 그리 어렵지 않다고 본다.

첫째, 도복과 매트의 컬러화를 피하고 영상시대 에 걸맞게 경기장 주변을 다양하게 코디해 나가 시각적 효과를 극대화 해야한다.

둘째, 경기운영을 보다 더 박진감 넘치게 이끌어야 한다.

현재 협회에서 노력하고 있는 것중 하나인 '공격의 다양화'가 이뤄질 수 있도록 난이도에 따라 차등화된 채점기준이 반드시 마련돼야 한다.

그리고 또 한가지 바램이 있다.

모두가 돈을 내고 입장권을 사서 땀땀하게 당당하게 경기장을 찾아가자, 태권도를 처음 배울 때 호연지기 운운하면서 으시땀던 것처럼..... 늘 무상출입의 특권을 누리는 기자의 입장이지만 때론 가족들에게 경기장티켓을 사다주었으면 싶다.

한·말·씀·드·리·겟·습·니·다



김 윤 윤
연합통신 체육부 차장

동판지같은 이야기지만 이웃나라 일본 유도를 이야기하면서 풀어가면 어떨까.

태권도 얘기를 하면서 웬 일본이냐고 하겠지만 그들이 유도 중주국을 자처했지만 이미 국제무대에서 종이호랑이로 전락하고 있다는 충격적인 사실은 우리에게 얼마간의 교훈을 주기에 충분하다.

태권도의 대전환기는 지난 94년 9월.

국제올림픽위원회 제103차 파리총회에서 2000년 시드니올림픽 정식종목으로 채택돼 전 세계에서 올림픽메달 전락종목으로 급부상했고 한국의 위상 또한 상승기류를 탔다. 그러나 일본유도는 이와 대조적으로 유럽세에 밀려 몰락한 양반집처럼 궁색해 졌다.

'95년 지방에서 열린 국제유도연맹(IJF) 총회에서는 수장(首長)자리까지 한국에 넘겨졌지 않은가.

요즘은 유럽을 중심으로 일본어를 아예 유도의 공식언어에서 빼자는 제안과 함께 채점방식을 대폭 개선하자는 움직임까지 보여 중주국으로서 입지가 흔들릴 대로 흔들리고 있다.

공식용어에서 일본어를 포함해 독일어, 러시아어를 제외하는 아이디어는 IJF 경기위원회에서 나온 것이어서 더욱 당혹스럽다.

이 안은 오는 10월 파리총회에 상정, 통과될 공산이 크다.

당분간 '효과' '유효' '한판'에 해당하는 '고카' '유코' '잇폰' 등 경기용어는 살아남을 예정이지만

유럽은 아예 기술별 난이도에 따라 점수제를 도입할 움직임을 보이고있어 이 경기용어마저 언제까지 연명할 수 있을지 의문이다.

일본유도계는 TV중계와 관중들에 대한 서비스차원에서 컬러도복을 도입하자는 유럽의 요구에 완강히 저항했으나 96년말 결국 이를 수용하고 말았다.

당시 일본은 도복 전체를 청, 백으로 구분하지 않고 하의 재봉선에 3cm가량의 굵은 선(적, 청색)을 둘러 컬러화의 효과를 거두자는 궁색한 '묘책'을 냈지만 국제유도계로부터 시큰둥한 반응을 보여 오히려 체면만 구겼다.

일본 유도의 몰락

태권도 발전대책

일본유도의 몰락은 스포츠외교에만 있지 않다.

지난 해 애틀랜타올림픽에서 다무라 료코(48kg)가 북한의 계순희에게 패해 연승 신화가 무너져 내리는 것과 동시에 전체 14개체급중 3체급에서 금메달을 따낼 정도로 경기력에서도 프랑스, 한국에 위협당해 궁지에 몰리고 있다.

일본유도 흠쳐보기는 이쯤에서 끝내자.

그러나 태권도 종주국 한국의 위상이 2000년이후 이처럼 되지 않을 것이라고 장담할 수 없다. 이웃 일본의 예가 남의 일이 아니다.

어쩌면 턱없는 공상이라고 나무랄지 모르나 글썽 그런 심각한 일일 수 있다.

적어도 태권도에 관한 한 2000년까지는 모두 잘 될 것이다.

무엇보다도 국제 스포츠무대에서 제2인자 위치를 굳혀온 김운용 세계태권도연맹(WTF)총재가 국제 올림픽위원회(IOC)내에서 정치적으로 큰 우산 역할을 하고 있고, 60년대 이후 곳곳에 파견된 해외사범, 국내 지도자 또한 견고한 초석을 다져 놓았다.

2004년 올림픽이후에도 올림픽 정식종목에 태권도가 유도과 레슬링처럼 영구종목이 될 경우 문제는 달라진다.

별써부터 스페인과 이집트, 터키, 대만 등 일부 국가에서는 시드니 금메달에 미화 1백만달러를 내

남의 일이 아니다 큰 기대 걸고 싶어

걸 정도로 태권도를 전략종목으로 집중 육성을 하고 있고, 이집트는 아예 현직 총리가 막대한 예산을 투입해 한국 전지훈련을 시킬 만큼 독려하고 있다.

지금은 태권도가 전통적 의미에서 무도라기보다는 스포츠로 전환되는 시점이다.

이미 각국은 최근 2~3년간 월드컵임과 아시아선수권, 세계선수권대회에서 한국의 아성을 조금씩 잠

스페인, 이집트, 터키 등 전략종목으로 집중육성 한국아성 잠식해와 새 품새개발 등 대책을

식하고 있다.

'92 바르셀로나 올림픽과 '95 로마 국제대회, 마닐라 세계선수권대회에서 만난 재외사범들의 충고는 한결 같았다.

“향후 몇년안에 태권도계에는 상당한 변화가 있을 것이다. 올림픽 정식종목 채택은 어찌보면 한국 태권도가 누려온 기득권을 상실하는 것임과 동시에 태권도가 종주국 뿐 아니라 세계인의 스포츠가 된다는 의미다. 그동안 누려온 우위를 계속 확보를 위해 서라도 보다 체계적인 훈련과 인재 발굴이 시급하다”고 충고했다.

삼성물산을 포함, 남녀 실업팀들의 창단이 활발해지고 대한태권도협회도 (가칭) 태권도성전 건립을 추진하는 등 과거와는 다른 움직임을 보이고 있다.

세계연맹도 영국에서 오는 6월 김운용컵 태권도 선수권대회를 치르기로 하는 등 강력한 리더십을 발휘하고 있다.

태권도는 아직도 국내에서는 비인기 종목으로 분류된다.

태권도 한마당을 통해 남녀노소 모두 쉽게 즐길 수 있는 생활체육으로서 가능성을 확인했지만 대부분 학령기의 일과성 스포츠로 치우치고 있는 현실이다.

다행스럽게도 태권도협회가 지난 해부터 경기규칙 개선작업에 착수하고 새로운 품새개발 등 중장기적인 발전대책을 세우고 있다.

태권도는 한국 또는 한국인의 전유물이 아니고 전세계 모든이의 태권도가 되고 있는 이상 유도에서 일본이 종주국의 권위를 잃어가는 모습을 결코 가볍게 흘려버릴 수는 없다.

앞다투어 세계화로 치달는다



아시아의 격투기 스포츠들이 앞을 다투어 세계화의 길을 달리고 있다.

지난 64년 도쿄 올림픽에서 일본의 유도가 올림픽 정식종목으로 채택된 뒤 36년만인 2000년 시드니 올림픽에서는 한국의 태권도가 아시아의 무도 스포츠로서는 두번 째로 올림픽 정식종목 대열에 끼어 든다.

특집 2

아시안게임 정식종목에서도 아시아 격투기 스포츠의 수효는 늘어나고 있다.

86년 서울 아시안 게임에서 유도와 태권도가 정식종목이 되더니 90년 북경 아시안 게임에서는 중국의 우슈가 채택되고 94년 히로시마 아시안 게임에서는 일본의 가라데가 정식종목에 합류했다.

가라데와 우슈는 아시안 게임의 정식종목에서만 머무르지 않고 올림픽의 문을 노크하고 있다.

아시아의 격투기 스포츠들이 세계화를 향해 움직이게 된 배경은 무엇이며, 앞날의 전망은 어떤 것일까.

◀ 태국의 전통격투기 무에타이(타이 복싱)는 프로스포츠로서 세계화의 길을 달리고 있다.

아시아의 격투기 스포츠들이 온 세계의 관심을 끌게 된 것은 교통 통신의 발달과 활발한 국제교류로 이루어져 가고 있는 아시아문화에 대한 재평가가 그 바탕을 이루고 있다.

특히 복싱, 레슬링(그레코로만형)등 서양의 격투기 스포츠가 일반적으로 손을 무기로 쓰고 있는데 견주어 아시아의 격투기 스포츠는 태권도, 우슈, 유도, 가라테 등 모두 발까지 공격무술로 쓰고 있는 점이 대조적이다.

그동안 서구열강에 무력으로 억눌렸던 아시아의 여러 나라들이 2차대전 뒤 자주독립을 되찾아가는 것과 발맞추어 아시아 격투기 스포츠는 지구가족의 관심을 끌기 시작했다.

아시아의

격투기

스포츠

올림픽의 정식종목으로 채택되는 것을 세계화의 달성이라는 시각에서 본다면 64년 도쿄 올림픽에서 정식종목이 된 일본의 유도가 아시아 격투기 스포츠로서는 그 첫 스타트를 끊은 셈이다.

고대로부터 내려 온 매치기, 조르기, 굳히기등이 주 공격기술인 화술(和術), 체술(體術), 유술(柔術), 등을 바탕삼아 가노 지고로(1860~1938)가 창시한 근대 유도는 합리적인 경기규칙을 갖춘데다 호신술이라는 점에서 2차대전 이후 급속히 세계화가 이루어져 가장 먼저 올림픽 정식종목이 됐다.

또한 상대방의 힘을 이용해 매치는 유도기술의 원리와 「예(禮)」로 시작해서 예로 끝난다.」는 무도정신

아시아격투기스포츠의 세계화

■올림픽 정식종목

▲태권도 (한국)

▲유도 (일본)

■세계선수권 개최종목

▲WKF가라테 (일본)

▲극진가라테 (일본)

▲아마추어 스모 (일본)

▲우슈 (중국)

도 서구 사람들의 관심을 끄는데 도움이 됐던 것 같다.

태권도가 아시아의 다른 타기(打技)무도를 제치고 세계화의 선두를 달릴 수 있었던 것은 한 마디로 무도의 합리적인 스포츠화에 가장 먼저 성공했기 때문이다.

「지금 치러지고 있는 태권도는 한국전통무술에인 태권도가 아니라 경기 스포츠로서의 태권도다. 안전성에 대한 배려, 알기 쉬운 승패, 기타 경기를 성립시키는 갖가지 요소를 지금의 태권도는 모두 갖추고 있다.」(일본의 격투기 잡지「격투기 통신」 88년 12월호)

「아마도 한국인이 낳은 문화가운데 태권도처럼 세계적으로 보급된 문화는 없을 것이다. 거창하게 표현한다면 이조의 도자기나 현대의 자동차보다도 어찌면 김치나 갈비보다도 온 세계에 널리 퍼져 침투한 것이 태권도다. 예컨대 격투기 인구가 많은 미국에서도 무도체육관의 70%는 태권도가 차지하고 있고, 그 비율은 지금도 상승하고 있단다」(일본의 스포츠 전문 잡지인 「스포츠 그래픽 넘버」의 '88 서울 올림픽 특집호)

현재 올림픽에는 한국의 태권도, 일본의 유도 등 2개의 아시아 격투기 스포츠가 정식종목으로 들어가 있지만 일본은 유도에 이어 가라테가 올림픽 정식종목이 되기 위해 노력을 기울이고 있고, 일본 씨름인 스모(아마추어)도 역시 올림픽 정식종목으로 진입하기 위해 힘쓰고 있다.



▲ 호구를 걸치지 않아 선수안전대책에는 문제가 있다고 지적받는 극진가라데도 꾸준히 세계화의 길을 치달고 있다.

스모는 이미 세계 여러나라에 스모협회를 불러 나가면서 세계 선수권대회를 치르는 등 착실히 실적을 쌓아 나가고 있다.

중국의 우슈도 세화장을 계속해 나가고 있다. 현재 IWF(국제우슈연맹)에 가입한 나라는 60개국 가까이 이르렀고, 2년마다 치르는 세계 선수권대회도 회를 거듭할 수록 성장하고 있다.

IOC헌장 제44조는 올림픽헌장 올림픽 정식종목으로 채택되기 위해서는 「남자는 적어도 3개 대륙에 걸

쳐 50개국, 여자는 3개 대륙 35개국에서 널리 퍼져 있어야 된다.」고 못박아 놓았다.

4년 전까지만 해도 가맹국이 45개국이었던 국제우슈연맹도 이제는 IOC의 공인을 받은 뒤 우슈를 올림픽 정식종목으로 채택해 달라고 신청할 수 있는 조건은 갖춘 셈이다.

그러나 일본의 가라데와 중국의 우슈는 아직 올림픽 정식종목으로 채택되기에는 결정적인 약점을 지니고 있다.

이 두 종목은 아직 완전한 통일이 이루어지지 않아 세계화의 길목에서 자주 주춤거리고 있다.

가라데의 경우도 일단 IOC의 공인을 받았다가 WKF와 ITKF의 대립이 말썽이 되어 한때 공인이 유보됐던 적이 있고, 태권도처럼 호구를 착용하는 경식(硬式)가라데는 「WKF가라데와는 별도로 올림픽에 들어 가겠다.」고 따로 놀고 있다.

한편 호구도 걸치지 않고 손으로 얼굴을 공격하는

것과 급수공격만을 금지하고 있는 제일동포 최영의 관장이 창시한 극진 가라데는 「진짜 무도 가라데는 극진가라데뿐」이라고 주장, 4년마다 세계선수권대회를 개최하면서 역시 「올림픽에는 극진가라데가 들어가야 한다.」고 목소리를 높이고 있다.

가라데는 사람마다 유파가 다르다는 뜻의 「일인일파(一人一派)」라는 말이 있을만큼 유파(流派)가 많아 진정한 세계화를 이루기 위해서는 통합이 가장 시급한 과제로 여겨진다.

일본 가라데와

스모에...

중국 우슈

인니 시라트

미얀마 반도

세계화 겨냥



▲인도네시아의 정글격투기인 시라트가 일본에 상륙 격투기계의 주목을 끌고 있다.

아시안 게임의 아시아 격투기 스포츠

대 회	종 목	태 권 도	유 도	우 슈	가 라 데
'86 서울		처음으로 채택	처음으로 채택		
'90 북경	조직위가 종목으로 선정치 않음	정식종목		처음으로 채택	
'94 히로시마	정식종목	정식종목	정식종목		처음으로 채택
'98 방콕	정식종목	정식종목	정식종목	정식종목	정식종목

무술(武術)의 중국어 발음인 우슈는 한(漢)나라 때 부터 이어져 내려 왔으며, 나라가 넓어서인지 모두 1백 20여 문파(門派)로 나뉘어 있어.

이 문파를 하나로 묶는 것이 역시 올림픽 정식종목 채택이전에 우슈가 해결해야 할 과제다.

그리고보면 짧은 시일안에 통합을 이루고 지난 73

팬들을 확보하고 있는 킥 복싱은 태국의 무에타이가 원류다.

인도네시아 고유의 권법인 신란파와(派)의 시라트가 일본에 상륙했다. 인도네시아 대사관 후원으로 일본 시라트협회가 발족해서 격투기계의 관심을 모으고 있는 시라트는 정글 격투기로 태권도, 가라데, 우슈와

한나라때부터 이어진 우슈 모두 120여개 문파로 나뉘어 있어



킥 복싱의 원류인 무에타이 정글의 격투기인 시라트

년 WTF(세계태권도연맹)를 창립한 태권도인들의 단결력은 높이 평가 받을 만하다.

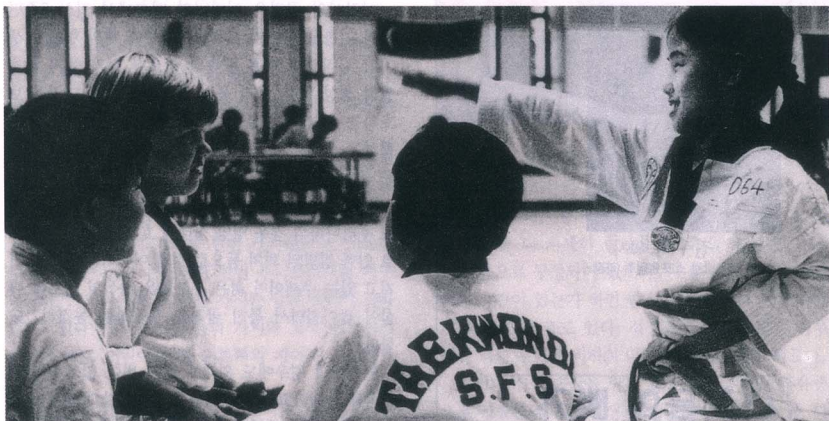
아직 올림픽에 들어가기에는 선수의 안전대책등 문제가 많은 태국의 무에타이(타이 복싱)는 프로 스포츠로서 세계화의 길을 달리고 있다.

본 고장인 태국은 물론 일본, 미국등에서 적지 않은

비슷하다.

미얀마에도 반도라는 그들 고유의 권법이 있다. 군사 정권이 지배하고 있는 탓에 국제 교류가 활발하지 않아 반도는 다른 나라에 널리 소개되고 있지 않지만 미얀마의 개방이 이루어지면 또 하나의 아시아 격투기 스포츠로 각광을 받게 될지 모른다.

36만 4천명의 어린이가 도복입고, 땀흘리고, 크고 있습니다.



하 권 익 박사
삼성 서울병원 스포츠의학과 과장



심 중 섭 박사
삼성 서울병원 소아정형외과 전문의

우리나라의 태권도 도장 수는 약 5,200군데 남짓 되고 한 도장에 약 70명의 어린이 수련생이 다닌다고 추산되고 있다.

그렇게 따지면 현재 36만 4천명 가량의 어린이들이 도복을 입고 땀을 흘리고 있다는 이야기가 된다.

한창 성장기에 있는 어린이들은 정신적으로나 육체적으로나 다 자란 어른들과 다른 특징을 지니고 있다.

많은 부모들은 그들의 자녀들이 태권도를 통해 정상적인 발육이 촉진되기를 바라고 있다.

어린이들의 몸은 어른들의 몸과 어떻게 다른가?

어린이들의 정상발육에 도움이 되려면 어떤 내용의 프로그램을 가르쳐야 되는가?

「월간 태권도」는 일선지도자나 부모들의 이러한 궁금증을 풀어 주기 위해 스포츠의학의 권위자인 하권익 박사(삼성 서울병원 스포츠의학과장)와 심중섭 박사(삼성서울병원 소아정형외과 전문의) 두 분에게 「어린이와 태권도」라는 주제 아래 어린이의 발육과 스포츠의 상관관계를 쉽게 풀어 달라고 부탁드렸다.

「어린이와 태권도」는 스포츠를 통해 어린이들이 구김살없이 튼튼하게 자라는 뚜렷한 길잡이가 되어주리라 여긴다.

우리나라에서도 손꼽히는 종합리조트인 삼성의료원 원장의 중책을 맡으셨는데도 선뜻 「월간 태권도」의 청탁을 받아 들여 주신 하권익 박사와 역시 바쁜 김사운데도 공동집필을 승락해 주신 심중섭 박사 두 분께 이 자리를 빌어 깊은 감사의 뜻을 전한다.

(편집자 주)

어린이와 태권도



하 권익 박사
삼성서울병원 스포츠의학 과장

어른들의 뼈가 고목나무라면 어린이의 뼈는 수양버들의 가지



심 중섭 박사
삼성서울병원 소아정형외과 전문의

어린이의 골격은 어머니의 배속에서 임신 5주면 벌써 기틀을 갖추기 시작하고 7주때 뼈의 형태가 생기기 시작하여 다른 배속의 중요한 장기 못지 않게 빨리 생성 된다. 우리 몸의 골격은 주요한 내장을 보호하는 기능을 가졌을 뿐 만 아니라 운동기능을 수행하는 중요한 기관이고, 팔과 다리의 부피나 중량은 몸의 3분의 1 이상을 차지한다.

어린이의 골격은 대개 부모의 골격을 닮게 되나 최근 우리나라의 경우 영양 상태의 호전, 의학의 발전으로 인한 질병의 퇴치 등으로 점점 어린이의 골격이 커지고 있는 추세이며 젊은 부모들은 자식의 외모에 관심이 많아지면서 특히 골격의 서구화를 동경하기도 한다.

필자들의 경우에도 외래에 전혀 병이 없고 건강한 자식들을 데리고 와서 “다리를 좀 더 길게 하는 방법이 없습니까?”, “딸의 다리가 약간 안정으로 휘어서 치마를 입기 싫어하는데 좋은 방법이 없습니까?” 등

소아골격의 특징

과하다 싶을 정도로 어린이들의 골격에 관심을 갖는 부모들이 늘어나고 있다.

이러한 어린이의 골격은 다른 장기들과 마찬가지로 어른의 축소판이 아니고 고유의 특징을 가지고 있다.

가령 응급실을 통하여 입원한 어린이가 너무나 심하게 다쳐서 도저히 회복되기 힘들다고 생각되었는데 몇 달 뒤에 기적같이 아무런 후유증 없이 회복되거나, 약간 다쳐 보여서 별로 대수롭지 않게 생각하였던 어린이의 외상이 치료 몇 달 뒤에 심각한 후유증이 나타나는 등 어린이 외상은 뜻밖의 결과를 종종 보이고 있다.

이러한 원인은 어린이의 골격, 특히 뼈의 특성이 어른과 다르기 때문이다.

이를 알아보면 첫째, 어린이의 뼈는 어른에 비하여 매우 여리다. 여리다는 이야기는 강도가 어른의 뼈보다 약하기 때문에 잘 부러질 수 있다는 뜻이다.

또한 수분의 함유가 어른 뼈보다 많다. 따라서, 어른의 뼈가 수령이 오래 된 고목의 가지라고 한다면 어린이의 뼈는 수령이 얼마되지 않은 어린 나무의 가지, 또는 수양버들처럼 잘 휘 수 있는 가지로 생각하면 된다.

약하고 잘 휘는 수양버들의 가지는 약한 힘으로도 쉽게 휘 수는 있다. 그러나 휘 가지를 꺾어서 잘라 내기는 여간 힘들지 않다.

반면 고목나무의 가지를 한번 생각해보자. 고목나무의 가지는 굵고 튼튼하여 한번 부러뜨리기는 매우 힘들다. 그러나 한번 부러진 가지는 쉽게 꺾어서 잘라낼 수 있다. 이들 수양버들의 가지와 고목의 가지의 차이가 바로 어린이 뼈와 어른뼈의 차이로 생각하면 된다.

따라서 어린이 뼈는 쉽게 부러지고 휘 수 있지만 골막이 두껍고 단단하기 때문에 여간해서는 완전히 어긋나지 않으며 어긋나더라도 골막이 두꺼워서 골절을

잘 부러지고 잘 아물어 허벅지뼈 짧게 맞춰야

맞추기가 어른보다 쉽고, 또한 골막에서 골질 치유에 필요한 골진 같은 조직이 풍부하게 빨리 생기므로 치료기간이 빠르다. 따라서 어른의 뼈는 완전히 부러진 뼈를 맞추기 위해서는 대개 수술을 하여야 하지만 어린이 뼈는 특별한 경우를 제외하면 석고붕대 고정으로 치료가 가능하다.

또한 어린이의 골절은 신비하게도 영성하게 맞추어진 경우라도 나이가 어린 아기인 경우 대부분 잘 아물고 시간이 지남에 따라서 변형이 저절로 교정이 되는 수가 많다.

둘째, 어린이의 뼈는 어른이 갖고 있지 못한 성장판



을 가지고 있다. 성장판은 팔 및 다리 뼈의 관절마디 주위에 존재하는데 이 부위는 물렁뼈로 되어 있어서 뼈에 비해 약할 뿐 아니라 손상의 위험성도 높다. 성장판을 좀 더 자세히 현미경적으로 들여다보면 여러 겹의 층으로 구성되어 있으며, 이 층중에 성장을 담당하는 층판이 있는가 하면 좀 더 견고해서 뼈에 가깝게 이루어진 층도 있다. 성장판이 손상을 받은 경우 뼈의 다른 부위에 비하여 이루는 속도는 매우 빠르다.

그러나 심한 손상을 받은 경우 아문 뒤에는 후유증으로 성장판의 이상이 생겨서 성장이 멈추거나 팔, 다리의 변형이 생길 수 있다.

따라서 우리 의사들은 어린이 뼈의 손상 중 성장판이 손상된 경우 가장 적극적으로 맞추려고 노력하게 되며 성장에 아무런 이상이 없는 것을 확인할 때까지(심한 경우 1년 이상) 마음을 놓을 수 없다.

셋째, 어린이의 뼈는 길이 성장이 혈액순환을 왕성히 일어나게 되는 여러가지 조건에서, 예를 들어 뼈의 염증이 있거나 뼈가 부러진 뒤, 일시적으로 길어질 수도 있다. 특히 어린이의 다리, 허벅지 뼈는 부러진 뒤 일시적으로 1년 남짓 길이가 지나치게 자라는 특징을 가장 잘 가지고 있다.

따라서 의사들은 어린이의 허벅지뼈(대퇴골이라고 함)가 부러지면 일부터 1cm 내지 1.5cm 정도 오혀 짧게 맞추어서 치료를 하게 되는데, 부모들에게 이런 X레이 사진을 보여주면 잘 이해를 못하거나 심지어 치료를 잘못하였다고 항의까지하는 경우가 있다하니 치료하는 의사로서는 억울하기 짝이 없다.

이와같이 어린이의 뼈는 어른과 다른 여러 가지 재미있는 특징을 가지고 있어서 독자들에게는 매우 흥미로운 것이다.

태권도 산책



홍 중 수

원로 태권도 연구개발 특별위원회 위원장
전 국기원 부원장
전 대한 태권도협회 상근 부회장

우리의 5천년 역사를 돌이켜 보면 수 많은 충신들의 끈은 충절(忠節=충성스러운 절개)이 세월의 흐름 속에서도 떠나려 가지않고 찬연히 빛나고 있다.

나라를 위해 서슴없이 목숨을 바친 여러 무장(武將) 가운데 내가 가장 존경하는 분은 백제의 계백(計伯)장군이다.

백제의 마지막 임금인 의자왕은 재위하고 있던 전반기에는 신라를 자주 침공하여 왕권 확장에 힘썼으나 후반기에는 분에 넘치는 궁궐을 짓고 밤낮 술자리만 펼쳐 나라 일을 돌보지 않았을 뿐 아니라 바른 말하는 충신들을 죽음에 이르게 하는 등 나라를 멸망의 벼랑으로 몰아갔다.

서기 660년 당나라는 신라와 손을잡고 당의 소정방을 총사령관, 신라의 김인문을 부사령관으로 삼아 수군과 육군 13만명을 동원, 산동반도를 떠나 황해를 건너 백제에 이르렀다.

신라군도 무열왕 스스로 대장군 김유신과 함께 5만의 군사를 인솔해서 출진했다. 동서 양쪽으로 적군의 침입을 받은 백제는 당황한 나머지 허둥대다가 귀중한 시간만 헛되이 보내고 만다.

일찌기 바른 말로 임금의 잘못을 깨우치려 했다가 끝내 감옥에서 죽고만 좌평 성충(成忠)이 생전에 「백제가 침공을 받으면 동쪽의 탄현(炭峴)과 서쪽의 백강(白江)을 굳게 지켜야 살아 남을 수 있다」라고 예언한 이야기는 유명하다.

결단을 내리지 못해 고민하던 의자왕이 지난날 귀양살이 보냈던 충신 홍수(興首)에게 문의하자 성충과 똑같은 대답이었다.

「탄현과 백강을 굳게 지키고 임금은 성에 머물러 적군의 군량이 떨어지고 지쳤을 때 반격해야 한다」는 것이었다.

하지만 주저하고 있던 사이인 7월 9일 당군은 이미 백강 왼쪽 기슭에 상륙하고 말아 쉽사리 부여성을 향해 진격했다.

탄현을 넘어 선 김유신의 신라군은 황산벌(현재의 충남 논산군 연산면)에서 백제의 계백장군이 이끄는 5천명의 결사대와 맞부딪친다.

계백장군은 맹장이자 인장

태권도도 정신교육 힘써야

출전을 앞두고 계백은 살아 돌아오지 못할 것을 알고 적의 노비가 되는 치욕을 겪지 않도록 아내와 자식을 자신의 칼로 베어 저승으로 먼저 보낸 뒤 황산벌에 나갔다.

죽음을 각오한 5천결사대의 완강한 항전에 시달린 신라군은 나이 어린 화랑 관창(官昌)이 죽음을 무릅쓴 돌격을 강행하지 않을 수 없을 만치 궁지에 몰린다.

계백장군이 훌륭한 것은 그가 사나운 맹장(猛將)일 뿐 아니라 덕도 갖춘 인장(仁將)이었다는 점이다.

사로 잡혀 끌려온 관창을 보고 「나이 어린 소년이 용감하구나. 살려서 돌려 보내라」고 계백은 부하에게 지시했다.

되돌아간 관창이 다시 쳐들어와 잡히자 계백은 또 다시 그를 놓아준다.

이렇게 하기를 세번재, 드디어 관창은 죽음을 맞이

했고 5천결사도 4차례째의 항전을 마지막으로 황선벌의 이슬로 사라졌다.

후세의 사람들은 백제의 멸망을 이야기 할 때마다 5천결사의 빛나는 충성심에 가슴 뭉클함을 느끼게 마련이다.

전투력 못지않은 충성심을 지니고있지 않는다면 진정한 무인(武人)이라 할 수 없다.

대한태권도협회는 특별위원회를 두고 태권도의 역사체계를 세우고 정신정립을 위한 연구 작업에 착수했다.

태권도의 뿌리를 캐내는 역사의 체계화도 물론 중요하지만 태권도를 비롯한 무도의 핵심사상인 충(忠)의 참 뜻을 오늘에 되살리는 것도 매우 중요하다.

충이라는 글자를 풀이해보면 가운데 중(中)에 마음 심(心)이다.

자신이 나라를 위해 무엇을 하는 것이 마땅한가를 늘 마음에 되새기며 실천에 옮기는 것이 충이다.

봉건군주시대이던 지난날의 충은 오직 임금에 향한 것이었다.

그러나 오늘날의 충은 가정, 사회, 나라를 위해 의로운 일에 최선을 다하는 것이라고 나는 생각하고 있다.

우리 집의 가훈(家訓)은 충국효친(忠國孝親)이다. 글자 그대로 나라에 충성을 부모에게 효도를 다한다는 뜻이다.

충이나 효나 바탕은 지극한 사랑이다.

나라뿐만 아니라 자연환경보호에 힘쓰는 것도 지구 가족을 향한 사랑을 바탕삼은 충이고, 부모뿐만 아니라 스승, 형제, 벗들에게 최선을 다하는 것도 효의 개념 안에 포함시키고 싶다.

모름지기 태권도 지도자들은 태권도의 기술뿐 아니라 후진들의 정신교육에도 크게 힘써야 한다.

그러자면 지도자 스스로 우리의 역사속에서 태권도를 비롯한 무도가 이어져 내려 오면서 발전해 온 무인들의 사상과 몸가짐을 배우는 자세가 필요하겠다.

극도로 발달한 현대의 물질문명이 자칫 자기 자신만을 생각하는 이기(利己)주의를 팽배하도록 만들어가고 있는 오늘날 우리에게 가장 필요한 것 가운데 하나가 물질문명의 발달에 발맞춘 정신문명의 발달이다.

지난날 성현들과 무인들의 사상을 재 조명하고 우리가 그들에게 무엇을 배워야 할 것인지 진지하게 생각해야 할 때다.

계백장군과 5천결사 황산벌에서 항전



올해는 12간지로 따져 소의 해다.

흔히 남을 욕할 때 「짐승만도 못한 인간」이라는 말을 쓴다.

사실 우리 인간은 때로 동물에게도 배워야 할 것이 있다.

소가 묵묵히 밭에서 일하는 충직(忠直)함은 인간이 배워야 한다. 어떤 사물을 볼 때 그저 아무 생각없이 보아 넘기는 사람과 그 사물에서 무엇인가를 배우려는 사람은 세월이 흐를수록 사람됨에 차이가 나게 마련이다.

묵묵히 불평없이 일하는 소의 자세를 본받아 태권도인들은 모두 우리 앞에 산적해 있는 과제들을 해결하기 위해 비록 빠르지는 않으나 착실한 소걸음처럼 한 발자국, 한 발자국 전진해 나갔으면 좋겠다.

챔피언의

특 기

좀 봅시다

세계 으뜸의 기록만을 담은 기네스 북에 태권도 세계챔피언을 잇따라 4차례나 차지한 정국현의 이름이 올라 있다.

남들은 단 한차례도 올라 보기 힘든 세계정상을 그는 어떻게 해서 4차례나 정복 할 수 있었을까?

세계타이를 4연패의 정국현이 자랑했던 주특기 가운데 뛰어 뒤차기를 살펴 보기로 하자.

〈정순영 기자〉

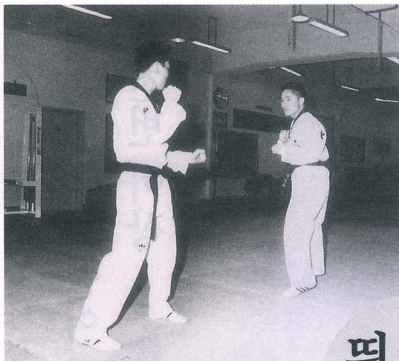
▼정국현의 주특기 가운데 하나인 뛰어 뒤차기



신화의 주인공 - 정국현

1961년 전남 무안에서 4남 2녀중 막내로 태어나 초등학교 시절부터 육상, 축구, 배구 등에 뛰어난 만능운동선수로 1년살 공책을 운동회때마다 부상으로 받는 '운동회의 스타'였다. 14대 1의 경쟁을 뚫고 입학한 전남체중에서 키 때문에 배구부에 못들어가 체조, 레슬링부에 들었다가 중 2때 늦깎이로 태권도부로 들어갔다. 합숙생활이 어쩌나 힘들고 어려웠던지 도망치는 아이들도 있을 정도였다. 하지만 그때 이를 악물고 참고 견뎌냈기에 오늘의 자신이 있다고 그는 돌이킨다.

타고난 체력이 좋기도 했거니와 씁없는 훈련으로 다져진 체력은 그의 승부욕과 함께 세계챔피언을 4번이나 거머쥌 수 있었던 중요한 요인이 됐다.



① 지켜보고 있다가 상대가 뒷발을 앞으로 끌
어 앞발 앞둘려 차기의 틈새를 보이면 ↓



③ 짧게 무릎을 굽혀 올리면서 몸을 날리고
다리를 뻗는다. ↓

뛰 어 뒤차기



② 뒷발쪽(이번 경우는 오른발쪽)의 어깨와
허리를 등쪽으로 틀면서 ↓



④ 이때 끝까지 상대를 주시해야 하고, 뒷물
은 세워야 공격의 위력이 크다

세계 선수권대회 4년연속 우승 기록

■ 주요경력 : 제5회 세계태권도선수권대회 1위
제6회 세계태권도선수권대회 1위
제7회 세계태권도선수권대회 1위
제8회 세계태권도선수권대회 1위
제6회 아시아태권도선수권대회 1위
제8회 아시아태권도선수권대회 1위
체육훈장 백마장 수상
체육훈장 거상장 수상

■ 자격증 : 국기원 공인 5단
경기지도자자격
■ 학력 : 한국체육대학, 동대학 대학원
■ 현재 : 경남태권도협회 및
경남체육고등학교 수석 코치
■ 저서 : Taekwondo kyorugi,
(Hartford /1994.)



같은 동작 되풀이 6천번 이상

로켓트 연구로 이름난 일본의 이도가와 히데오박사는 「사람들이 어떤 인물을 천재라고 부르는 것은 그 천재가 기술을 습득하고 작품을 만들어 내는 과정을 못보았기 때문이다。」라고 말한 적이 있다.

옳은 말이라고 생각한다.

「다리는 손보다 잔재주를 피우기가 어렵다. 발기술이 제

대로 먹혀 들어가려면 적어도 6천번 이상 같은 동작을 되풀이 해야 된다.」고 지금은 세상을 떠난 격투기의 대가는 말했다.

결국 꾸준한 훈련밖에 없다. 결국 천재란 타고 난 소질을 꾸준한 노력으로 꽃 피우게 만든 사람을 말하나 보다.

정국현은 선수시절 어떻게 컨디션을 조절했나?

그가 지금도 후배 선수들에게 매일같이 하는 말이 있다. 바로 「태권도를 생활화하라」는 것. 우스갯소리 같지만 걸어다니면서도 태권도 스텝을 밟으며, 나무를 상대선수라 생각하고 차보기도 하라는 것이다.

타고난 재능과 끊임없는 훈련을 통해 최정상의 자리에 오를 수는 있지만, 이를 지키기 위해서는 그야말로 철저한 자기관리가 필요하다. 그렇지 않으면 모든 것이 하루아침에 무너질 수도 있

다고.

정국현은 선수시절, 건강관리를 위해 술과 담배를 삼가고 규칙적인 생활을 게을리하지 않았다. 또 훈련의 양보다는 질을 더 중요시 했다고 한다. 훈련시간의 양보다는 정해진 시간 안에 자신의 능력의 몇 %를 발휘할 수 있는가가 중요하다는 것이다.

또 자신의 능력을 최대한 발휘하는 훈련이 일주일에 몇번이나 가능한가를 파악해보고 이를 점차 늘려나가는 것이다.

정국현은 도복안에 땀복을 입고 훈련을 했기 때문에 훈련중에는 체중이 많이 줄어들었다고 한다. 그래서 경기전에는 특별히 체중조절을 위해 별다른 음식량을 조절하기보다 운동량으로 컨디션을 조절 했단다.

국제대회를 많이 겪어보니 신장의 열세에서 오는 어려움은 체력으로 극복할 수 밖에 없다는 생각이 들었다는 정국현은 그래서 「선수들도 규칙적인 생활과 웨이트 트레이닝을 통해 체력을 향상시키는 것이 가장 중요하다」고 말했다.



유연성 훈련



유연성은 태권도에
절대로 필요한 체력요
소다. 따라서 스트레
칭은 훈련프로그램에
꼭 들어가 있다.

“역시 몸이 덜 풀렸어—다시 찍읍시다.”

취재메모

『역시 준비운동을 좀 더 했어야 되는 건데……,
기술이 제대로 표현되지 못했어요.』

이 페이지를 꾸미는 사진들을 살펴 본 정감독의
이웃살이 조금 찌푸려졌다.

추운 날씨인데도 충분치 못한 준비운동만으로
자신의 특기시범을 보였더니 본인 마음에 들지않

는 사진이 나오고 말았다는 것이다.

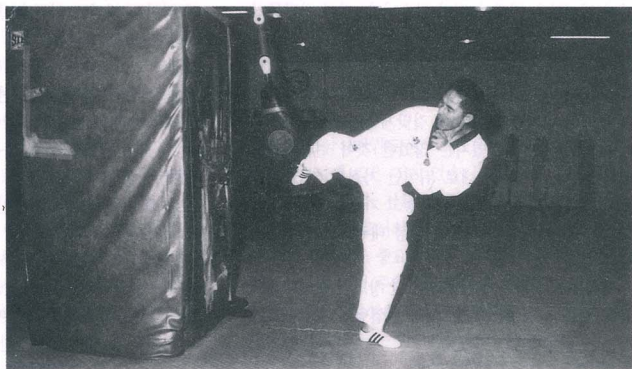
『다시 찍기로 하죠.』

번거로울텐데도 좋은 사진을 찍기 위해 다시 시
간을 내주겠다는 것이다.

마감시간에 쫓기는 바람에 비록 만족치는 않더
라도 이번호에는 이 사진을 그대로 쓰고 다음호의
사진은 다시 찍기로 달라고 난 뒤 『역시 세계타이
틀을 얻거꾸 4차례나 차지한 사람은 철저한 완벽
주의자일 수 밖에 없구나.』라는 생각이 들었다.

가격 훈련

표적을 이용해 정
확한 가격을 다듬는
훈련도 매우 중요하
다. 꾸준한 반복훈련
만이 경기력을 높여준
다.



“99년까지 남녀 각 10명씩”

삼성물산 태권도단 최 승 우 단장



단장 최 승 우
삼성물산 건설부문 경영지원실장

태권도계의 뜨거운 관심을 모으며 지난 1월 27일 탄생의 울음을 터뜨린 삼성물산 태권도단의 최승우 단장을 만나 팀창설의 배경과 앞날의 청사진을 들어보았다.

〈정순영 기자〉

차 한 잔



한 말 씀

태권도 저변인구 확대 이루어져

현역 은퇴후에도 계속 근무 보장

— 삼성의 태권도팀 창단은 대학을 졸업한 엘리트 선수들에게 마땅한 나날 길이 또 하나 열리게 됐다는 점과 실업태권도의 활성화에도 큰 자극이 된다는 점에서 적지않은 기대가 걸려 있습니다. 먼저 창단동기부터 말씀해 주십시오.

최단장 : 태권도가 우리나라의 국기이고 세계화를 이룩 2000년 시드니 올림픽의 정식종목으로 채택될만치 크게 뻗어 났지만 그 발전에 걸맞게 선수들을 위한 국내여건이 이루어져 있지는 않았던 것이 현실이라고 생각합니다. 말씀하신대로 뛰어난 자질을 지닌 선수들이 대학을 나온 뒤에도 마음놓고 기량을 닦을 수 있는 터전을 마련해 주기위해 삼성 태권도단은 창단했습니다.

저희들의 희망은 삼성 태권도단 창단이 실업태권도 붐에 불을 당겨 앞으로는 여러 실업팀이 창단됐으면 하는 것입니다.

— 엘리트 스포츠는 그 저변을 이루는 수많은 경기인구의 밑받침을 받아야 높은 수준의 경기력을 나타내게 된다고 들었습니다. 그런 뜻에서 삼성태권도단의 창단은 태권도 인구 저변확대에도 이바지하게 되리라고 내다보십니까?

최단장 : 그렇습니다. 저희 팀의 창단은 첫째 엘리트 선수들의 진로확대로 우수선수를 보다 많이 확보함으로써 전반적인 경기력 향상에 도움을 주자는 것입니다. 둘째는 메달을 많이 따는 엘리트 선수의 양성도 중요하지만 많은 실업팀이 생기면 그 실업팀들을 핵으로 삼아 태권도의 저변인구 확대가 이루어지리라 기대하고 있습니다.

건물을 지을때도 기초공사가 중요하듯이 스포츠에서도 충실한 저변인구가 중요합니다. 실업팀의 활성화는 태권도의 생활화로 이어진다고 믿습니다.

— 출범 첫 해이고 마땅한 선수들을 구하지 못해서

인지 감독 1명, 트레이너 1명, 선수 3명은 매우 조출한 팀이라는 인상을 줍니다. 앞으로 팀을 더욱 키우실 계획이 있으신지요.

최단장 : 물론이죠. 적어도 팀이라는 이름에 걸맞는 규모의 인원은 갖추 생각입니다. 올해 말까지 선수는 남자 6명, 여자 4명 모두 10명으로 늘리고 98년에는 선수 4명과 트레이너 1명을 더 보강할 계획입니다.

그러니까 99년에는 남자 10명, 여자 10명, 그러니까 20명의 선수들이 삼성 태권도팀의 이름으로 각종 대회에서 활약할 것입니다. 지켜보아 주십시오.

훌륭한 매너 갖추어

「태권도의 신사」 되어 주길

97년 10월이후부터 대학졸업예정자를 대상으로 선수선발작업을 진행시키겠습니다. 좋은 사람 있으면 추천해 주세요.

— 아무래도 엘리트 선수들은 선수생명이라는 것이 있어 일정한 나이를 넘어서면 현역으로 남아있기가 힘들것 같은데요. 그들이 선수생활에서 물러난 뒤의 생활에도 신경을 쓰고 계시는지요.

최단장 : 선수시절에는 태권도에만 전념할 수 있는 여건을 마련해 주고 은퇴한 뒤에는 삼성물산에 근무할 수 있도록 보장하겠습니다.

그러자면 일반사원으로서의 소양을 갖추어야겠지요. 그래서 선수들의 자기 개발을 위해 기흥직업훈련원의 교육계획에 따라 외국어, 컴퓨터, 행정사무처리 등 여러가지 교육을 실시해 보겠습니다.

태권도에서 불태웠던 투지를 교육받을 때에도 살린다면 은퇴후에는 훌륭한 일반사원이 될 수 있으리라 생각합니다.

— 선수들의 훈련을 위해서 특별히 마련된 훈련장이 있습니까? 아니면 새로 마련하실 계획입니까?

최단장 : 기흥에 있는 삼성기술연구소를 훈련장으로 이용하겠습니다. 선수들은 기숙사에서 숙식하면서 250평남짓의 태권도 전용체육관에서 파워를 키우는 웨이트 트레이닝을 비롯한 훈련에 집중할 수 있을 것입니다.



김영희
지하철공사팀 감독

다른 팀 창단에 큰 자극제 될듯

먼저 충심으로 축하의 뜻을 나타낸다.

삼성태권도단의 창단은 같은 실업팀의 입장에서 도 매우 반가운 일이다.

지하철공사, 보성주택, 진로, 대한통운에 이어 국내 굴지의 기업인 삼성이 태권도팀을 창단한 것은 앞으로 다른 실업팀의 창단에 큰 자극제가 될 수 있다는 점에서 뜻이 깊다.

더 나아가서는 실업태권도연맹구성의 가능성마저 높여주는 계기다.

한편으로는 새로 등장한 경쟁상대와 벌일 선의의 경쟁에 감독으로서의 투지가 더욱 불타오르는 눈금이다.

실업팀의 증가는 선수들이 훈련과 경기에 열중할 수 있는 여건의 마련이라는 점에서 매우 반가운 현상이다.

6월에 창단된 가스공사팀을 비롯, 앞으로도 실업팀 창단이 활발하게 이어졌으면 좋겠다.

— 혹시 삼성태권도단의 선수들에게 특별히 바라는 정신적자세 같은 것이 있습니까?

최단장 : 있습니다. 저희 삼성태권도팀의 선수들은 「태권도계의 신사」로서의 이미지를 키워 주었으면 좋겠습니다. 경기력도 중요하지만 그 경기력 못지 않은 훌륭한 매너를 지녀 주었으면 합니다.

한마디로 「삼성에는 태권도선수들도 삼성맨다운 몸가짐을 갖고있다」는 이야기를 듣고 싶습니다.



지도 : 박 영 철

'76 미스터 코리아
'82, '86, '88 미스터 아시아
'88 미스터 유니버스 3위
'89 월드게임 2위
하얏트 호텔 체력관리 센터 부장

전문가가 지도하는

태권도를 위한

웨이트 트레이닝

시범 : 이 호 열 (태권도 공인 7단, 국기원 심사위원)

근력 · 지구력 강화해야

막강한 파괴력 생겨

얼마전까지만 해도 우리 스포츠계에는 「웨이트 트레이닝을 하면 근육이 딱딱해서 유연성을 잃게 된다」는 「상식의 거짓말」을 그럴싸하게 믿는 사람들이 적지 않았다.

근육이란 오히려 쓰지 않으면 굳어지고 쓰면 탄력성을 지니게 마련이다.

스포츠과학이 발달된 오늘날 거의 모든 경기종목의 선수들이 웨이트 트레이닝으로 경기력을 향상시키고 있다.

웨이트 트레이닝의 대표적인 목적을 꼽는다면 ① 근력향상 ② 스키트 트레이닝에 의한 전신지구력강화 ③ 경기종목별 전문체력강화 ④ 단거리 달리기 필요한 순발형지구력강화 ⑤ 폭발적 근력 증대 ⑥ 유연성증가 ⑦ 부상방지 등이다.

태권도에서 손과 발에 의한 공격과 수비 양쪽 모두의 능력을 높이려면 웨이트 트레이닝을 하는 것이 바람직하다.

태권도전수를 위해 필요한 웨이트 트레이닝을 차례로 소개하겠다.

준비운동의 필요성

트레이닝중의 부상예방 뿐만 아니라 운동의 효과를 높이고 심리적 안정감을 지니기 위해서도 준비운동은 꼭 필요하다. 가벼운 조깅, 자전거타기, 체조 특히 스트레칭등을 5~10분 가량 실시하는 것이 바람직하다.

만약 준비운동을 할 시간적 여유가 없을 때는 매우 가벼운 무게(20~25차례 실시 할 수 있는 무게)로 트레이닝에 들어가는 것을 권하고 싶다.

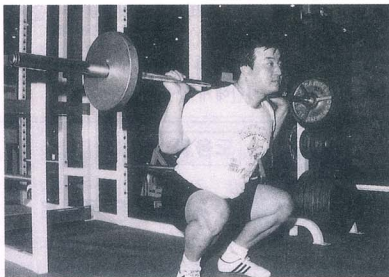
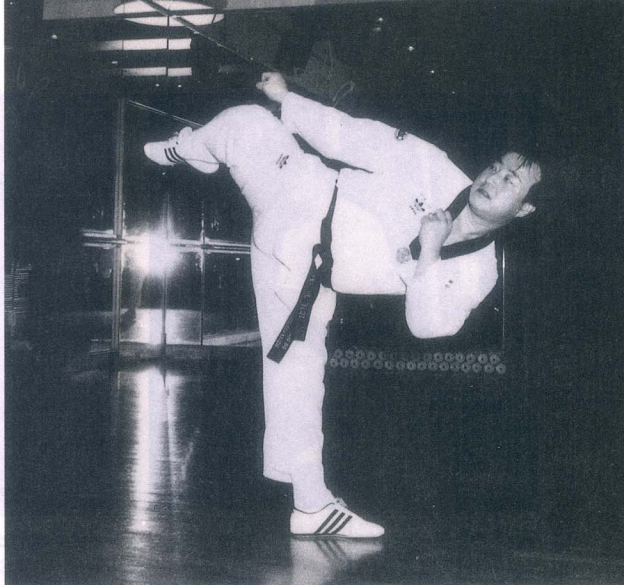
알맞는 무게

사용하는 무게는 트레이닝 목적에 따라 다르지만 일반적으로 큰 무리없이 8~12차례 반복할 수 있는 무게가 알맞다.

스쿼트의 경우 자기 몸무게의 2분의 1부터 시작해서 자기 몸무게의 1.5배 들어 올리는 것을 목표로 삼는다.

태권도는 중국의 우수나 일본의 가라데등 유사격투기 종목에 견주어 화려하고 강한 발기술을 많이 쓰는 것이 특징의 하나로 꼽히고 있다.

손보다도 몇배 강한 힘을 나타내는 발을 이용한 공격기술은 그 위력이 대단하다. 보다 강한 발기술을 원한다면 웨이트 트레이닝으로 다리근육을 강화해야 한다.



대퇴부(THIGH) 운동

바벨 스쿼트(BARBELL SQUAT)

<자세>

바벨을 목뒤부분 어깨에 짊어지고 두손은 어깨보다 좀 넓게 잡는다. 두발은 어깨넓이로 벌리고 두발끝이 조금 바깥쪽으로 향하도록 디딘다.

<동작>

① 숨을 들이마신 상태에서 무릎을 앞으로 향하게 천천히 구부린다. 이때 무릎이 발끝보다 앞으로 나오

게해서는 안된다.

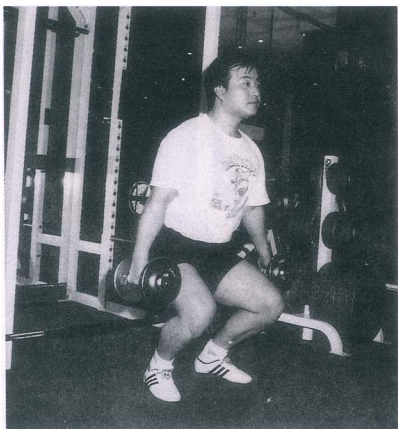
② 허벅지가 바닥과 수평이 됐을때 약1초간 멈춘다.

③ 무릎을 천천히 펴면서 뒷뭇을 일으키며 숨을 입으로 내쉰다.

④ 동작중 허리는 곧게 펴 있어야 한다.

⑤ 만약 앉을 때 발뒤꿈치가 들리면 3~5cm 두께의 책이나 각목을 뒷꿈치에 고인다.

동작중에는 뒷뭇이 앞뒤로 흔들리지 않도록 등줄기를 곧게 펴고 목으로 부터 허리까지의 긴장을 늘 유지한다.



덤벨 스쿼트

(DUMB BELL SQUAT)

바벨대신 아령(덤벨)을 두손에 쥐고 수직으로 내려 뜨린 채 바벨 스쿼트와 똑같은 요령으로 동작을 실시한다.

이 덤벨 스쿼트는 초보자 혹은 바벨을 짊어지면 척추에 무리가 오는 사람에게 알맞는 운동이다.



내로우 스탠스 스쿼트

(NARROW STANCE SQUAT)

두발의 간격을 10cm가량으로 유지하면서 두발이 평행이 되도록 디디다.

이 운동은 허벅지 앞부분, 특히 바깥쪽부위의 발달을 자극한다.



도움말 한마디

가슴펴서 등 똑바로

스쿼트를 할때 가장 유의해야 될 일은 등을 똑바로 유지해야 된다는 점이다. 그렇다면 어떻게 해야 등을 곧게 펼수있을까? 요령은 간단하다. 앞가슴을 활짝 펴면 등은 저절로 곧게 세워진다. 그리고 앉을 때의 자세와 일어날때의 자세는 순서만 다를뿐 닮은꼴이 되어야 한다.

호흡은 멈추지말고 넓적다리에 의식을 집중시켜 힘을 주는 것이 좋다.

간혹 관절이나 근육에 이상이 생기면 즉시 의사나 코치에게 상의해야 한다.

<박영철>



소감 한마디

공격기술·

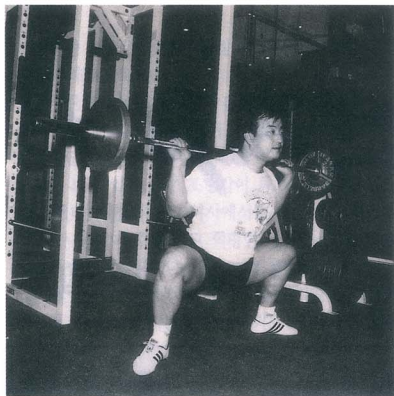
격파 큰 도움

실제로 웨이트 트레이닝을 해보니까 근력이 강해져 격파에도 큰 도움이 되고 운몸에 자신감이 넘치게 된다. 공격기술이 위력을 나타내려면 역시 근육의 힘이 강해야 된다.

달리기, 자전거 타기, 수영 등으로 심폐기능을 강화하고 요가나 스트레칭으로 유연성을 키우며 웨이트 트레이닝으로 근력을 향상시킨다면 균형 잡힌 트레이닝 효과를 기대할 수 있다고 생각한다.

많은 태권도인들이 웨이트 트레이닝에 힘썼으면 좋겠다.

<이호열>



와이드 스탠스 스쿼트 (WIDE STANCE SQUAT)

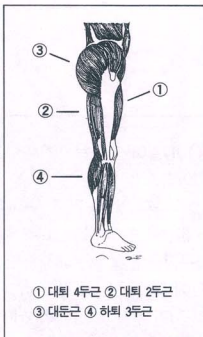
두 발의 간격을 어깨넓이보다 약 1.5배 가량 벌린다. 두발끝은 바깥쪽으로 향하도록 한다.

이 운동은 허벅지 안쪽과 엉덩이근육을 발달시켜 준다.

스쿼트의 트레이닝 효과

스쿼트를 알맞게 실시하면 점프력이나 차는 힘이 놀랍도록 강해진다.

- △ 점프력
- △ 차는 힘
- △ 일반적 순발력
- △ 민첩성



스쿼트로 강화되는 근육

△주로 움직이는 근육
: ① 대퇴 4두근
△보조로 움직이는 근육 : ② 대퇴 2두근
③ 대둔근 ④ 하퇴3두근

① 대퇴 4두근 ② 대퇴 2두근
③ 대둔근 ④ 하퇴 3두근

밀론의 송아지.....

오버로드의 원칙



웨이트 트레이닝의 효과가 나타나 근육이 커지고 근력이 강해지려면 근육이 커지도록 자극시킬만한 운동부하(運動負荷)가 필요하다.

이것을 「오버로드(Over load)의 원칙」이라 부른다.

그러나 처음부터 지나치게 무거운 중량을 사용하면 피로만 쌓이거나 부상을 입을 뿐 트레이닝 효과는 나타나지 않는다.

차츰 중량을 늘려 나가는 오버로드만이 바람직한 트레이닝 효과를 가져온다.

고대 올리피아에서 레슬링의 영웅이었던 크로토나의 밀론은 바로 이 점진적인 오버로드의 트레이닝으로 힘을 키운 사람으로 전해진다.

밀론이 갓 태어난 송아지를 어깨에 짊어지는 트레이닝을 송아지가 큰 황소로 자랄때까지 하루도 빠짐없이 계속했더니 4년뒤에는 큰 황소를 거뜬히 지고 일어날 수 있었다.

아무튼 웨이트 트레이닝은 점진적으로 중량을 늘려 나가야 한다는 점을 명심할 일이다.



두목시너

호로아 글·그림

첫 머리

동학란(갑오농민전쟁)이 일어난 것은 1894년. 그러니까 그리스의 아테네에서 근대올림픽의 첫 대회가 열리기 고작 2년 전의 일이다.

겨우 100년 남짓 밖에 지나지 않았는데도 우리나라 근대사에 어떤 뜻으로든 큰 충격을 주었던 동학란의 진실은 아직도 밝혀지지 않은 부분이 적지않아 사학자를 비롯 여러사람들이 그 발굴에 힘을 기울이고 있다.

동학란을 이끌었던 녹두장군 전봉준에 대해서도 모르는 일이 많고, 그를 도와 몇십만 대군을 움직이는 작전을 세웠던 군사(軍師)에 대해서도 알 길이 없다. 당시 농민들의 고통을 촉구했던 사발통문이 귀중한 역사적 자료로 남아 있긴 하지만 부분적으로 훼손되어 있는 바람에 군사는 뵈었으나 누구인지 그 이름이 남아 있지 않다.

이 이야기는 그 수수께끼를 바탕으로 꾸며졌다.

아직도 안풀리는 수수께끼

나뭇잎이 다 떨어져 앙상한 모습을 드러내고 있는 겨울밤의 갑나무처럼 을씨년스러운 것도 드물다.

1894년(갑오년) 1월 10일 저녁.

배들의 말목장터 삼거리 갑나무 밑에 모여든 수 많은 농민들은 날카로운 살기(殺氣)를 뿜어 내고 있었다.

앉아서 굶어 죽느니 고부관아로 쳐들어가 군수 조 병갑의 목을 잘라 높이 달고 전주감영을 짓밟은 뒤 서울로 밀려 올라가 나라를 바로 잡자는 한결같은 염원이 그들을 한 덩어리로 뭉치게 만들고 있었다.

머리에는 흰 수건을 질끈 동여맸고 손에는 대나무를 뾰족하게 깎아 만든 죽창이나 무기로도 쓸 수 있는 낫, 곡괭이 등을 저마다 쥐고 있었다.

조금 형편이 나은 사람은 그래도 숨이 들어간 바지, 저고리 차림이지만 대부분은 누더기 헛바지에 벼가마

니를 잘라 퍼서 어깨에 걸쳐 추위로 부터 체온을 지키려 애를 쓰고 있었다.

갑나무 밑에 말고삐를 잡고 서 있던 건장한 사나이가 바로 옆의 몸집 작은 사나이에 나즈막한 목소리로 말했다.

『장군, 달이 서산에 걸렸소. 이제 슬슬 출발합시다.』

몸이 작아 녹두장군이라 불리는 전봉준은 고개를 끄덕이더니 날렵하게 말안장 위에 올랐다.

건장한 사나이도 두툼한 손으로 말엉덩이를 톡톡치더니 이내 검은 말에 올라탔으나 괴이하게도 그의 얼굴은 복면으로 가리워져 있었다.

복면사이로 번뜩이는 눈매는 시원했고 큰 칼을 등에 맨 몸집은 우람해 가히 장수(將帥)다왔으나 이 무리의 우두머리는 전봉준이다.

『군사(軍師) 함께 앞장섭시다.』

전봉준 장군은 복면의 긴장한 사나이를 분명 군사(軍師)라고 불렀다.

군사란 오늘날의 참모총장같은 자리로 모든 작전이 그에게서 나오도록 되어 있다.

동학군은 천천히 감나무 밑을 떠나 그들의 원한의 대상이 되고 있는 군수 조병갑이 묵고 있는 고부관아로 향했다. 이것이 우리 역사에서는 그 유래를 찾아보기 힘든 농민이 주체가 된 혁명인 동학란, 일명 갑오 농민전쟁의 시작이었다.

이제 100년 남짓 밖에 지나지 않았지만 동학란의 역사적 사실을 밝히는데에는 아직도 풀어지지 않은 수수께끼가 많다.

전봉준의 생년월일과 태어난 곳, 그리고 처음으로 거사한 날짜도 정확하지가 않다. 문헌마다 그 기록이 다르기 때문이다. 또 그 많은 농민들을 동원해서 전주까지 점령하고 서울서 내려 온 관군을 철저히 괴롭힌 동학군의 군사가 누구인지도 밝혀지지 않고 있다.

다만 당시의 귀중한 역사적 자료인 동학의 쥬기 취지와 결의가 담긴 사발통문의 맨 끝부분은 「우와 여회 결의가 되고 따라서 군략(軍略)에 능하고 서사(庶事)에 민활한 영도자가 될 장……」이라는데까지만 읽을 수 있고 그 뒤는 도저히 알아볼수가 없어 동학군 즉 농민군의 군사는 오늘까지도 베일에 가려져 있는 셈이다.

문둥이 군사(軍師)

자기네 피를 뺏아 먹은 조병갑 군수와 그의 수하인 아전들을 피의 제물로 삼기 위해 밤길을 고부관아로 향하고 있는 동학군들은 그들의 수령인 전봉준장군은 불사신이며 전장군이 써준 부적만 몸에 지니고 있으면 총알도 비켜 간다고 굳게 믿고 있었다.

그만치 전봉준의 동학군들 사이에 널리 알려진 인 물이고 신망도 높았다. 하지만 그들도 전봉준과 나란히 말을 몰고 있는 우람한 복면군사에 대해서는 별로 아는 바가 없었다.

『이봐, 저 사람은 뭐야? 전봉준 장군 옆에 복면을 쓰고 나란히 가는 저 덩치 큰 사나이가 말이야.』

『으음, 나도 모르겠네. 왜 저 사람은 복면으로 얼굴

을 가리고 있지? 무슨 죄를 지었나?』

『설사 관가에는 죄인이라도 우리들에게는 죄인이 아니잖아. 그리고 세상이 바뀌는 이 마당에 이제는 얼



굴을 감추었지?』

고부관아를 향해 진군하고 있는 그들의 눈에도 복면군사의 모습은 괴이하게 비칠 수 밖에 없었다.

사람이 많으면 그 가운데에는 아는 것이 많거나 아는 체 하는 사람이 있기 마련이다.

『저 사람이 복면을 쓰고 있는 것은 죄인이기 때문이 아니라 문둥이기 때문이야.』

『…….』

말포장터에서 비교적 가까운 두지리에서 왔다는 돌

쇠가 섰듯 내뻗은 이 한 마디는 그 둘레 사람들의 말을 막히게 만들었다.

『그……. 그게 정말이야? 저 사람이 문둥이야?』

『그렇다니까. 송인호 어른께 들은 말이니 틀림없어..』

송인호는 이번 거사를 모의하기 위해 서부 죽산리 송두호 집에 모였던 사람 가운데 하나이니 믿을 수 밖에 없는 노릇이었다. 문둥병이란 어쩌면 그 당시에는 가장 무서운 병이었는지 모른다.

나병(癩病) 혹은 대풍창(大風瘡)이라고도 불린 문둥병은 나균(癩菌)에 의한 만성전염병으로 진행이 되면 피부가 문드러지고 손가락 발가락이 마디로부터 끊어져 몸에서 떨어져 나가기도 한다.

때로는 온 몸에 홍갈색의 반점이 생기고 신경이 마비되며 눈섭과 머리털이 빠지며 종양이 생겨 얼굴이 소위 「사자얼굴」로 변하기도 한다.

노르웨이의 한센이 문둥병의 원인인 나균을 발견한

물, 침 등에 장기간 직접 접촉하지 않으면 감염되지 않아 주로 가족 사이에 전염되는 사람이 많았지만 별다른 치료방법이 없었던 당시에는 문둥병이란 정말 무서운 병이었다.

『하필이면 사람이 없어 문둥이에게 군사를 맡기다니…….』

예정에서 백정노릇을 하다가 이 거사에 참가했다는 범수가 못마땅한 듯 말했다.

『그건 모르는 소리야. 저 문둥이는 제갈공명 뻘치게 군략에 뛰어난 데다가 수박(手搏)을 비롯, 여러 무예에 뛰어난 달인이야. 생각해보게. 오죽 재주가 빼어났으면 문둥이에게 군사를 맡기겠나.』

돌쇠의 풀이는 그렇듯했다.

수박(手搏)이란 부여, 고구려 등으로부터 이어져 내려온 우리 고유의 격투기로 오늘날 태권도의 뿌리 가운데 하나로 여겨지고 있다.

『그래? 문둥이가 아니 저 군사가 수박의 달인이

『군사(軍師) 함께 앞장섭시다.』

『하필이면 사람이 없어 문둥이가 군사야?』

『모르는 소리, 군략에 뛰어난 수박의 달인이야!』

것은 동학란이 일어나기 20년 전인 1874년의 일이다.

그래서 문둥병은 한센병이라고도 불린다. 서양에서는 레프라(Lepa)라고도 불리우는 문둥병은 그 환자가 조선의 남쪽에도 많았지만 구약성경에 따르면 중동지방에도 많았던 모양이다.

옛날 이스라엘에서는 문둥병 걸린 사람들을 일정 장소에 격리 시켜 다른사람에게 전염되는 것을 막으며 환자가 격리장소를 떠나 일반사람들 가까이 갈 때에는 한눈에 문둥임을 알 수 있는 복장을 하고 입으로는 「문둥이가 갑니다」라는 경고를 자주 되풀이해야만 했다.

지난날 문둥병은 하늘이 죄인에게 내린 벌로서의 병으로 받아 들여져 천형병(天刑病)이라 일컬어 졌었다.

사실은 나균의 전염력이 약해 환자의 고름이나 콧

아?』

어찌보면 힘이 지배하는 남자들의 세계는 단순하다. 범수는 복면군사가 수박의 달인이라는 사실 하나만으로 존경심을 품은 듯 말투가 달라진다.

동학군은 고부관아 습격에 앞서 대열정비를 위해 윤학동으로 향하고 있었다.

줄포의 일본건달

전봉준이 복면군사를 처음 만난 것은 그보다 1년 전인 1893년 가을 줄포(苜浦) 항구에서였다.

줄포에는 조선의 곡창지대인 호남평야에서 거둬들인 질 좋은 쌀이 몰려들어 일본으로 실려가기 위해 객주 창고마다 그득히 쌓여 있었다.

엄청난 무력을 배경삼아 조선정부를 협박해서 겁탈

하다시피 맺은 강화조약(1876년)에 따라 조선은 부산, 원산, 인천 등의 항구를 일본에 열어 주었고, 일본인 거류민의 치외법권을 인정한데다가 일본상품에 대해서는 관세를 부과 할 수 없다는 무관세 무역조항까지 받아들여 버렸다. 관리와 지주들의 착취로 끼니조차 이어가기 어려웠던 조선농민들은 강화조약에 따른 개국으로 숨통마져 끊어질 지경이었다.

일본상인들이 조선의 쌀을 싣 쏘여가기 때문이었다. 개국과 동시에 시작된 일본과의 무역은 그 내용이 조선쌀 구입이 전체의 80%에 이를 정도였다.

따라서 조선 국내에서는 쌀이 모자라 쌀값도 2배, 3배로 폭등했다.

그 비싼 쌀도 그나마 돈을 주고 살 수 없을만치 구하기가 힘들었다. 농민들이 생산한 쌀은 거둬 들이는 족족 일본상인이 매점해 버렸다.

마지막에는 논에 묘를 심자마자 그 묘마저 일본상인들에게 매점 당하는 사태에 이르렀다.

그 뿐만 아니라 일본상인들은 농민들의 어려운 생활형편을 악용해서 높은 이자로 돈을 빌려주어 2중, 3중으로 조선농민들을 착취했다.

〈이대로 나가다가는 나라가 망하고 만다. 썩은 조선의 관리와 악덕지주, 그리고 욕심사나운 왜놈 상인들이 물리쳐야만 백성들이 살아 남을 수가 있다.〉

이미 무력봉기의 길 밖에 남지않았다고 판단을 내린 전봉준은 농민들의 피땀의 열매인 쌀이 일본으로 실려 나가는 현장의 상황을 살피기 위해 슬며시 줄포에 모습을 나타냈던 것이다.

경제적으로 일본에게 수탈 다하는 가운데 부둣가에는 쌀가마를 나르는 인부와 화물선의 선원, 그리고 일본상인, 조선객주 등을 고객삼은 술집, 밥집 등이 제법 흥행하고 있었다.

〈배도 제법 출출하니 끼니나 때울까.〉

정본관이 마땅한 밥집을 몰색 할 요량으로 두리번거리고 있을 때였다.

『요.....용서하십시오. 소인이 잘못했습니다. 제발 살려주소요.』

자신의 귀를 때리는 비명애 가까운 애원 소리에 전봉준은 그쪽으로 고개를 돌렸다. 참으로 별난 광경이었다.



하역인부인듯 싶은 조선인이 쌀가마를 땅에 내려 놓은채 엎드려 고개를 조아리고 사죄하는 앞에는 일본옷인 하오리 하카마를 걸친 일본상인이 엄청나게 큰 개의 목줄을 잡고 버티고 있었다.

무슨일이냐 싶어 전봉준도 그 앞에 몰려든 사람들 틈에 끼어들었다.

일본어통변(통역)인듯한 조선인이 오히려 일본상인보다 더 거드름을 피우면서 동족인 인부를 나무랜다.

『이봐, 자네가 뭐길래 기무라상이 가시는 앞길을 가로 지르는가? 이분이 어느 분이시라고 그런 짓을 했는가.』

일본상인 기무라 옆에는 일본웃인 유까다의 한쪽 어깨를 훌쩍 벗고 용의 문신을 들어 낸 그의 경호원 다즈(辰)가 통변의 말을 제대로 알아 듣기나 하는지 비웃음을 띄며 고개를 끄덕이고 있다. 아마도 하역을 서두르던 인부가 쌀가마를 진채 기무라의 앞을 가로 지른 것이 트집이 된 모양이었다.

일본 규수(九州)의 쌀장사 가운데로 큰 손이라는 기무라는 조선이 개국하자 재빨리 호남에 진출해서 악랄한 장사로 떼돈을 버는 한편 줄포에서는 안하무 인격인 행동으로 조선사람들이 모두 외면하는 존재였다.

더구나 기무라가 끌고 다니는 도사(土佐)견은 매우 사나워 그 개에 물린 사람이 한둘이 아니었다. 그 가운데는 장만지 살이 뜯겨져나가 절름발이가 된 사람까지 있었다.

그런 경위를 아는 인부는 개에 물릴 것이 두려워 남작 옆드린채 사죄하면서 달달 떨고 있는 것이다.

일격에 부서진 도사견의 머리

일이 어떻게 돌아가고 있는지 대강 짐작하게 된 전봉준이 울분을 참지 못해 앞으로 나서려고 할 때 누군가가 그의 어깨를 힘차게 잡아 제지를 하고, 대신 앞에 나섰다.

흰칠한 키에 딱 벌어진 어깨의 우람한 몸집을 지닌 그 사나이는 그러나 얼굴을 복면으로 가리고 있었다.

똥박의 인물이 기무라 앞에 나서자 그도 잠깐 놀란 표정이었고 둘러싼 사람들은 기대와 호기심어린 눈초리를 복면사나이에게 집중 시켰다.

『여보시오. 통변. 이 일본사람에게 이렇게 전하시오. 남의 나라에 와서 돈벌이까지 하면서 이게 무슨 못된 짓이냐고 말시오.』

나즈막한 목소리였으나 큰 도사견과 일본건달을 앞에 두고 조금도 주눅이 들지 않은 당당한 말투였다.

통변이 일본 말로 옮길 필요도 없었다. 몇 해째 조선을 들락거리고 있던 기무라는 복면사나이의 말 뜻을 알아듣고 잡았던 개의 목줄을 놓아주었다.

『셋!』

주인이 덤비라고 내뱉은 목소리를 채 듣기도 전에

그 큰 몸집의 도사견은 충알처럼 복면사나이의 목덜미를 향해 뛰어 올랐다.

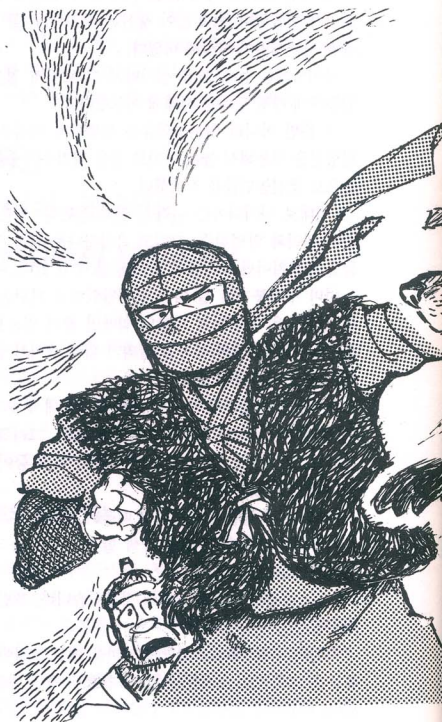
『앗!』

도사견의 날카로운 이빨이 복면 사나이의 목덜미에 꽂힐 것이라 여기는 구경꾼 입에서 비명이 터져 나왔다.

그러나 복면사나이는 여유있게 한발을 뒤로 빼고 몸을 옆으로 돌려 도사견의 아가리를 피하더니 주먹권 오른쪽 정권을 개의 옆구리 깊숙히 꽂았다.

『아삭!』

분명 갈비뼈 몇대 나가는 소리에 사람들 눈은 휘둥그레졌다.



『개깡! 깡!』

그 사납던 개의 어디에서 그런 처량한 비명소리가 나오는지.

털썩 땅바닥에 떨어진 도사전은 일어나려고 앞발을 일으켜 세워 안간힘을 쓰지만 부상이 워낙 깊어서인지 도로 뒹굴고 만다.

『오오, 그래 아프지? 곧 편하게 해주마.』

복면 사나이는 도사전에 마치 자신의 애견이나 되는 듯 부드러운 말투로 위로 하더니 이번에는 몸을 숙이며 왼쪽 정권을 날렸다.

『으악!』

개주인 기무라의 비명이 어찌나 큰지 개의 두개골



정권에 머리가 부서진 도사전의 눈과 입에선 시뻘건 피가...

부서지는 소리는 들리지 않고 말았다. 정권에 머리가 부서진 도사전의 눈과 입에서는 시뻘건 피가 흘러 나와 땅바닥을 적셨다.

몸을 천천히 일으키면서도 복면사나이의 왼발은 번개처럼 뻗어 기무라의 경호 다짜의 옆구리에 박혔다.

『호옥!』

숨막히는 다급한 목소리로 쓰러지는 다짜의 오른손에는 방금 품에서 뽑아낸 단도가 쥐어져 있었다.

『안되지. 어린애가 이런 위험한 장난감을 가지고 놀면.....』

복면사나이는 혼자 중얼거리듯 말하면서 단도를 빼앗아 곁에 선 전봉준의 품안에 넣어 주더니 다짜의 팔꿈치 관절을 뒤로 제껴 꺾어버렸다.

『으아아!』

팔꿈치가 부러지면서 지르는 다짜의 울음소리에 둘러싼 사람들은 심전 목은 체증이 싹 내려가는 듯한 시원함을 느꼈다.

『히야아. 오랫동안 장사다운 장사 만나 보았군.』

『저게 수박이라는 무술이야. 암 우리 조선의 무술이지.』

일본 고쥬(高知)현(縣)이 원산인 몸집 큰 맹견 도사전을 때려죽이고 일본간달의 팔꿈치를 어련에 손목 비틀듯 꺾어버린 복면사나이는 바로 그때 조선민중들이 기다리고 있던 시대의 영웅인 셈이었다. 구경꾼들이 왁자지껄 함성을 지르는 가운데 기무라는 걸음이나 살려라고 저만치 도망가고 있었으나 복면사나이는 뒤쫓을 생각도 않고 그저 눈만 웃고 있었다.

나는 문둥이오

『주모. 이 개 한마리를 다 줄테니 목덜미와 뒷다리 하나만 수육과 개장국을 만들어 주시오.』

줄포 외진 주막집에 들어서면서 복면사나이는 오른손에 움켜쥐어온 도사전을 바닥에 털썩 내려 놓았다.

누가 마다고 하겠는가. 동물성 단백질이야 제사나 잔치때 고기 몇점 빼고는 닭이 고작이었던 시절 큰 개 한마리를 가져 주겠더니 호박이 넝쿨째 굴러 들어온 셈이다.

『아이구, 그러세요. 방에 들어가 약주 들고 계시면 소인이 털을 잘 그을려 맛있게 수육과 개장국을 만들어 올리겠습니다.』

주모는 재빨리 도사전이 80근 가까이는 나가리라 눈짐작하고 입이 함지박만 해졌다. 전봉준은 뛰어난 무예를 지닌 이 복면사나이를 끌어다려 거사에 참가시킬 요량으로 이야기를 나누기 위해 이 주막집에 데려온 것이다.

우선 술사발과 신 김치 그리고 바글바글 끓는 된장 뚝배기가 썰그려진 상에 실려 들어오자 복면사나이는 얼굴을 가린 두장의 형질 가운데 눈아래의 것을 풀어 이마만 가린채 눈과 코, 입을 들어냈다.

사나이의 눈밑에는 검은 연고같은 약이 칠해져 있는 것을 보고 전봉준은 의아한 눈초리로 그를 바라보았다.

『먼저 이야기 해 둘 것이 있소. 나는 문둥이요. 나에게 병이 옮을까봐 두려우면 그냥 일어서시오.』

말을 마친 복면사나이는 술사발을 기우리더니 된장 뚝배기를 한술가락 떠서 입에 넣는다.

잠시 뜻밖이라는 표정을 지은 전봉준은 그러나 대수롭지 않은 듯 술사발을 시원하게 비우고 역시 같은 된장뚝배기에 수저를 넣어 시래기를 건진 뒤 입으로 가져갔다.

그 광경을 물끄러미 보고있던 복면사나이는 웃으면서 고개를 끄덕이더니 다시 입을 열었다.

『좋습시다. 전봉준 접주, 나에게 무슨 부탁이 있소.』

짐짓 눈이 커진 전봉준이 이번에는 되물었다.

『나를 아시오? 어떻게 아시오.』

『알지요. 이 썩은 세상을 바로 잡기 위해서는 농민들이 들고 일어나야 한다는 동학 남접 가운데도 담대하고 인망높은 전봉준 접주를 제가 어찌 모르겠소.』

꼭 삶은 수육과 개고기에 고시리, 토란줄기 등을 넣어 된장을 알맞게 풀어 구수하게 끓인 개장국이 들어올때까지 두 사람의 소리를 낮추어 어려운 시국과 기

아선상에서 허덕이는 농민들의 딱한 사정에 대해 이야기를 나누었다.

사나이는 자신이 문둥병을 앓아 이마에 창(廠)이 솟아 보기에 흉해 복면을 벗을 수가 없으며 이름은 남들이 부르는 대로 두억시니로 불러 달라고 했다.

두억시니란 민간에서 이르는 모질고 사나운 귀신의 이름이며 한자로는 두옥신(斗玉神)이라고 쓴다.

아닌게 아니라 도사건을 일격에 때려 죽인 복면사나이에겐 두억시니는 꼭 알맞는 이름이라고 전봉준은 생각했다. 이야기를 나누는 동안 전봉준은 두억시니의 높은 식견에 감탄하지 않을 수 없었다.

〈그렇지 않아도 군사(軍師)를 맡을만한 인재가 없어 고민해왔는데 이 사람이면 믿고 맡길만 하지 않은가.〉

쇠뿔은 단김에 빼겠다고 전봉준은 두억시니에게 자기들 편에 서 달라고 간청했다.

『장사. 우리 일을 도와주지 않겠소?』

두억시니의 대답은 싱거울만치 간단했다.

『그렇습다.』

『네? 도와 주겠다는거요?』

『나 같은 사람이라도 좋다면 접주편에 서겠소. 접주의 뜻도 좋지만 그 배짱이 마음에 들어서입니다.』

『나의 배짱이요?』

전봉준이 얼핏 알아듣지 못하겠다는 표정을 짓자 두억시니는 크게 웃음보를 터뜨렸다.

『아무런 대단한 배짱이지요. 내가 문둥이라고 털어 놓으면 열이면 열사람 놀라서 후다닥 자리를 박차고 일어나 손을 씻고 양치질하고 난리를 피웁니다. 혹시 문둥병이 옮을까 봐서지요. 그러나 접주는 내가 문둥이라고 밝힌데도 태연히 내가 수저를 담긴 된장뚝배기에 수저를 넣어 떠먹어 주었소. 정말 대단한 배짱이요. 그 배짱에 반해서도 접주편에 서겠소.』

격론 끝의 군사(軍師) 추대

거사를 앞두고 모의는 고부군 서부면 신중리 대피 마을의 송두호의 집에서 가졌다. 전봉준, 송두호, 송인호, 황찬오, 황채오, 송주옥, 최경선 등 기록에 남아 있는 20명과 또 항상 얼굴을 복면으로 가린 두억시니



가 자리를 함께 했다.

전봉준이 미리 염려한대로 그 자리에 모인 거의 모두가 복면으로 얼굴을 가리운 두역시니의 정체를 믿을 수 없다고 따져 들었다.

『복면으로 얼굴을 가리운 정체를 모르는 사람을 어찌 믿고 거사에 참여 시키려는 거요?』

『관아의 밀정이 아니고서야 왜 우리들에게 얼굴을 감추어야 하오?』

그렇지 않아도 관아의 정탐꾼들에게 모의 사실을 들킬까봐 바짝 신경을 곤두세우고 있는 판에 전봉준이 불쑥 복면 쓴 두역시니를 데리고 나타났으니 그들이 적지 않은 충격을 받은 것은 당연하다.

다른 사람들이 언성을 높이고 떠드는 동안 전봉준과 두역시니는 입을 굳게 다물고 아무 대꾸도 하지 않았다.

사람들이 가슴 속에 품은 의문을 모두 쏟아내고 잠잠해지자 비로소 두역시니가 입을 열었다.

『나는 경상도 청도에 살던 사람으로 지금 관가에서는 죽은 것으로 치부되어 있소. 2년전 청도민란때 앞장섰던 한사람이요. 본명을 밝히지 못하는 까닭은 내가 살아 있다는 사실이 관가에 알려지면 또 모진 추적

이 뒤따르기 때문입니다.』

사실 2년전인 1892년에는 함경도 함흥, 강원도 낭천, 경상도 청도 등지에서 학정을 견디다 못한 농민들이 잇따라 민란을 일으켰다.

『그 민란 중에 나는 처자를 잃었고 그 뒤 뜻하지 않은 대풍창(문동병)이 도져 이 몰골이 됐소. 자아 보시겠소?』

두역시니는 서슴치않고 한손으로 복면의 매듭을 풀고 벗겨 자신의 얼굴을 들어 내보였다.

『.....』

사람들은 아무말 못하고 두역시니의 처참한 모습에 숨마저 멈추었다. 눈아래는 그런대로 제 모습이 남아 있으나 눈썹은 빠지고 이마에는 부스럼과 그 위에 바른 검은 고약이 보기에다 끔찍했다. 잠시 땀을 들인 뒤 전봉준이 문제의 매듭을 지어버렸다.

『자아 보셨죠. 이제 의심은 풀렸으리라 믿소. 이제 두역시니 장사를 우리의 군사로 추대하는데 반대 할 사람은 없는 줄 알겠소.』

동학에 복면군사가 탄생한 순간이었다.

〈다음호에 계속〉

태권도와 나



김 집

전 체육부장관
한국 청소년 연맹총재

『으응. 참으로 대단해』

대한태권도협회가 몇 해 전부터 마련했다는 태권도 한마당의 여러가지 행사 가운데 격파장면을 TV 화면으로 지켜보던 내 입에서는 절로 탄성이 새어 나왔다.

도저히 인간의 힘으로는 깨뜨리기 어려울 것 같은 두께의 나무판이 정권이나 발날에 의해 두쪽으로 갈라질 때의 통쾌함은 보는 이를 사로 잡게 마련이다.

겨루기라 부르는 태권도 경기도 재미있지만 인간의 능력의 한계를 추구하는 격파의 박력은 무도 스포츠만이 지니는 매력이라 할 수 있다.

원래 나는 대구에서 학생시절 육상의 중장거리 선수로 땀을 흘렸으나 검도 초단과 아와라(유도의 원형) 2단을 받은 무도인이기도 하다.

지금 우리나라의 젊은이들은 지난 날에 견주어 매우 행복한 환경에서 자라고 있다고 생각한다.

의·식·주 모든 분야에서 우리의 생활수준은 급격히 향상되어 특히 무도 스포츠를 택하려는 사람들에게는 더 할 나위 없는 좋은 조건이 갖추어져 있는 셈이다.

우리 고유의 무도인 태권도가 스포츠화를 달성해서 온 세계에 퍼졌고 여러 지역 대회에서 뿐만 아니라 2000년 시드니 올림픽의 정식 종목으로까지 채택됐기 때문이다. 만약 내가 젊다면 아마 서슴치 않고 태권도를 익힐 것 같다.

'86 서울 아시안 게임과 '88 서울 올림픽의 두가지 역사적 스포츠 행사때 나는 영예롭게도 한국대표 선수단의 단장을 맡았다.

하늘이 도우셨는지 '86 서울 아시안 게임에서는 일본을 꺾어 이길 수 있었고 '88 서울올림픽에서는 놀랍게도 세계 4강 대열에 끼어 들었다.

그리고 이 두 대회는 태권도의 역사에도 한 페이지를 남길만한 대회였다.

'86 서울 아시안 게임때 태권도는 처음으로 아시안 게임의 정식종목이 되었고 '88 서울 올림픽에서는 태권도의 화려한 시범이 온 세계 지구 가족의 눈길을 TV화면에 고정시켜 '92 바르셀로나 올림픽에서의 시범에 이어지고 끝내는 2000년 시드니 올림픽에서는 정식 종목 대열에 끼게 됐다. 이미 나는 80년대 초반에 태권도의 위력을 몸으로 체험한 사람이다. 아니 정확하게는 태권도인의 위력이라고 해야 될까? 아직도 공산체제가 무너지지 않고 있었던 80년대초 한국 사람이 공산권에 들어 간다는 것은 매우 어려운 일이었다.

그러나 나는 헝가리에 입국해서 다뉴브 강변을 거닐어 보고 헝가리의 문화와 그들의 생활을 직접 보고 느낄 수가 있었다. 그러면 당시 한국인을 받아들이지 않던 공산권에 국회의원이나 동료 한사람이 어떻게 들어 갈 수 있었나라는 의문이 제기 될 것이다.

대답은 간단하다. 태권도 지도자가 해결해 주었다.

오스트리아 빈에서 활약하고 있던 태권도 사범이 그 영향력을 행사해서 헝가리의 입국비자를 받아 내 주었다. 나는 지금도 그분에게 고마움을 느끼고 있다.

한마디로 당시 우리 정부나 외교관도 해내지 못한 일을 이경명 사범은 해 낸 것이다.

비슷한 경험을 아프리카에서도 겪은 일이 있다. 아프리카의 한 나라에 들어갔다가 다시 들릴 일이 있어 재입국 비자를 신청했더니 아무리 기다려도 발급되지 않는 것이었다.

그때 짧은 경제성장 실적이 두드러진 코리아의 국위도 아프리카 여러 나라에 알려져 있었을 때라 한국의 국회의원이라면 쉽사리 재입국비자가 발급되리라 여기고 있었다.

그러나 며칠이 지나도 재입국비자는 나오지않았다.

『이게 어찌된 일인가? 대한민국의 국회의원을 이렇게 홀대하다니…….』

『아무래도 뭐가 잘못된 것이 아닐까?』

나까지 포함해 4명의 국회의원은 안절부절 하면서 처분만 기다리고 있었다.

그 때도 문제를 해결해 준 것은 그 나라에 나가 있던 우리 태권도 지도자였다.

그 분이 움직이니가 비자는 바로 발급됐다. 유럽에서 아프리카에서 이렇게 두 차례나 태권도 지도자의 도움으로 그 어려운 입국 비자 문제가 해결되고 나니까 태권도에 대한 나인의식이 새로와 질 수 밖에.

태권도가 2000년 시드니 올림픽의 정식 종목으로 채택되도록 올림픽채택 추진위원회가 구성됐을 때 모자란 내가 위원장을 맡았던 것도 태권도를 위해서는 무엇이든지 해야겠다는 마음에서 였다.

김운용 IOC위원의 뛰어난 스포츠외교와 온 세계 태권도인의 열망이 열매를 맺어 태권도가 올림픽 정식 종목으로 채택됐을 때는 나도 무척이나 기뻐했다.

그리고 보면 나는 체육인으로서 매우 운이 좋은 사람이다.

일본을 꺾은 '86 서울 아시안게임, 세계 4강에 진입한 '88 서울 올림픽의 한국선수단 단장, 그리고 체육부장관을 지낸데다 태권도의 올림픽 정식 종목 채택에도 관여할 수 있었으니 이보다 더한 영광이 어디 있겠는가.

지난 해 12월 26일 올림픽 파크텔의 올림피아 홀에서 있었던 가칭 태권도성전 건립추진위원회 창립

입국비자, 태권도 사범이 받아내 모두 힘합쳐 훌륭한 성전 건립을

『아하. 태권도 지도자의 영향력은 때로 외교관보다 그 힘이 더 클 수도 있구나. 앞으로도 뛰어난 태권도 지도자들이 해외에 많이 진출한다면 나라일이나 해외영행하는 우리 국민들에게 큰 도움이 되겠구나』는 생각이 들었던 것은 당연하다.

뒷날 태권도 발전을 위해 나름대로 내가 협조를 아끼지 않게 된 것은 이런 경험과 생각이 바탕을 이루고 있기 때문이다.

4년전 김운용 세계태권도연맹 총재가 대한체육회 회장과 KOC(대한올림픽위원회) 위원장에 추대되도록 도와 드린 것은 IOC(국제올림픽위원회) 위원으로서 다향인 역량을 국내 체육행정에 쏟아 주셨으면 하는 바람에서였다.

총회때에도 나는 임시의장을 맡았다.

태권도의 종주국인 우리나라에 웅장한 태권도 성전이 지어져야겠다. 우리나라 뿐만 아니라 온 세계의 태권도인들이 모두 태권도 성전이 세워 지기를 바라고 있을 것이다. 태권도 성전이 세워 지는 날 나는 이 성전의 건립에 작은 힘이나마 보탠 사람으로서 긍지를 느낄 수 있을 것 같다.

이제 우리 태권도인들과 태권도에 관심을 지닌 국민들, 그리고 기업체, 정부 모두가 물심양면으로 힘을 합쳐 훌륭한 성전을 건립해야겠다.

어떨까? 이만하면 나도 이제 준 태권도인이라고 자부해도 되지 않을까.



서울특별시협회

97년도 신년 인사회 개최

지난 1월 21일 낮 타워 Hotel에서 엄윤규 명예회장, 이종우 고문, 이용우, 이교운 자문위원, 송봉섭 신임 회장, 그리고 신집행부 임직원 및 서울시내 25개구 각 지회장등 60여명의 인사들이 참석한 가운데 신년 인사회를 가졌다.

이 자리에서 송봉섭 회장은 태권도의 뿌리 찾기 운동과 지부 활성화에 대한 중점 지원을 언급했고, 태권도의 올바른 상하 관계 정립을 통한 전체 태권도인의 화합과 단결을 강조했다.

신도립초등학교
시범단 해외 파견

협회는 지난 1월 26일부터 31일 까지 5박 6일간 마카오 경찰청 이동섭 사범의 초청으로 중국 주해시, 홍콩, 마카오 등을 순회하면서 태권도 시범을 보일 어린이 태권도 시범단 26명을 파견했다.

이들은 중국 주해시 선경 SKC 공장에서 현지 근로자 1,000여명을 대상으로 태권도 시범을 펼칠 예정이며, 마카오 경찰청과 경찰학교, 특경대 등지에서도 각각 시범 경연을 보여줄 예정이다.

신도립초등학교 어린이 시범단의 마카오 방문시범은 이번이 6번째이다.

부산광역시협회

우수선수 · 공로자 시상

협회는 지난 1월 8일 코모도호텔(희락정호) 회의실에서 전체 대의원이 참석한 가운데 정기대의원총회를 개최, 96년도 사업및 결산을 통과시키고 홍인길(국회의원)씨를 새 회장으로, 이근후(전일체

육관장)씨를 상근 부회장으로 만장일치 추대했다. 감사로는 한덕현, 고시식씨가 선출됐다. 또한 지난해 태권도 발전에 기여한 우수선수 및 공로자에게 시상도 있었다.

수상자는 다음과 같다.

◆우수선수 : 문대성

김민우(동아대)

◆지도상 : 김우규(동아대 감독)

◆공로상 : 김민곤(기희분과)

박영준 사범을 찾습니다

1997년 한국 사범과 태권도장을 운영했던 독일인이 옛 친구를 찾는 글을 대한태권도협회에 보내왔다.

편지의 주인공은 Hans-Joachim Schmidt씨인데 1977년 독일 HAMBURG에서 태권도장을 함께 운영하던 박영준 사범을 찾고있다. 박사범은 HAMBURG에서 약 10년동안 태권도를 가르치다가 귀국했다고.

Hans-Joachim Schmidt씨의

독일 주소 : Borstels Ende 4A 22337 Hamburg

연락처 : TEL 0049-40-5366319

: FAX 0049-40-6069177

최창신씨, 사무총장에

월드컵 조직위원회



전 문화체육부 차관보 최창신씨가 월드컵 조직위원회 사무총장으로 취임했다.

최창신 사무총장은 태권도성전 건립위원회 창립위원을 맡고 있다.



윤상인(기획분과)
이유환(기획분과)
이영기(경기분과)
안광준(경기분과)
김장환(심판분과)
김학용(심판분과)
이병천(심사분과)
성승제(심사분과)
전영배(심사분과)

◆우수심판상 : 서동균(상임 심판), 김홍표(상임심판)
정대륙(상임 심판), 윤홍기(상임심판)
이미옥(상임 심판)

◆공로상 : 박철호(동아대 체육부장)

부산·호주 태권도 경기교류

협회는 1월 21일부터 26일까지 5박 6일간 태권도 선수단을 호주에 파견, 호주 태권도 선수들과 친선 경기교류를 가졌다. 이번 부산 태권도 선수단의 호주 방문은 지난 11월 4일 부산·호주협회와의 자매결연 협의서 서명에 따른 것으로, 매년 1회(부산 10월, 호주 1월전후) 상대를 초청해서 경기를 하게 된다.

이번 호주 방문 선수 중에는 앞으로 올림픽 등에서 메달이 기대되는 유용진, 김민우(동아대)를 비롯 국가대표급 선수들이 포함되어 있다.

대전광역시협회

제3대 한용석 회장 유임

협회는 지난해 12월 16일 대림관광호텔에서 대의원 12명 전원이 참석한 가운데 정기대의원총회를 갖고 96년도 사업및 결산을 승인하고 97년도 사업계획 및 예산안을 심의 확정했다. 이날 대의원총회에서 대의원들은 그동안 어려운 협회를 잘 이끌어온 한용석 회장의 노고를 치하하여 대전광역시 태권도협회 제3대 회장으로 재추대할 것을 만장일치로 결의했다.

또한 올해의 사업목표를 우수선수 및 지도자 확보육성, 지도자 자질향상, 전국대회 상위권 쟁취에 두었으며, 지난 한해동안 태권도 발전에 공로가 큰 김세형 이사및 장진성(와동 체육관장) 지도자에게 공로패를 수여했다.

대구광역시협회

제13대 회장에 이종호씨

협회는 1월 24일 뉴영남 호텔대원회에서 제13대 이종호 회장 취임식겸 '96 태권도인의 밤 행사를 개최했다. 이 회장은 취임사에서 평생을 태권도와 함께 한 경험과 젊은 세대의 지혜를 모아 협회를 이끌어 나갈 것이며, 팀육성과 경기력 향상에 최선을 다하겠다고



◀이종호
신임회장

소감을 피력했다. 이회장은 1932년생으로 태권도 8단이며, 경북태권도협회 상임부회장, 경북체육회 이사 등을 역임했다.

태권도인의 밤 행사에서는 96년 한 해 동안 대구 태권도의 발전을 위해 노력한 유공자들에게 감사패와 공로패가 수여되었다.

수상자 명단은 다음과 같다.

◆감사패 : 안영목(신암중 교장)
정병윤((주) 보성 단장)

◆공로패 : 서종수(이전 회장)
이영호(이전 부회장), 장상환(이전 부회장)
박성진(이전 부회장), 김종옥(근영학숙 재단 이사장), 김영환((주) 보성 감독), 정일환((주) 보성 총무과장)
서성교((주) 보성 코치), 김연호(영진전문대 감독)
최말교(영진전문대



강원도협회

이수일씨 신임회장에



◀이수일
신임회장

지난해 12월 28일 97년도 정기 대의원총회가 도협회 사무실에서 열렸다.

97년도 수요예산(안)은 143,290,833원으로 책정되었다.

또 이 자리에서는 이수일 회장을 신임회장으로 추대했다.

이 회장은 1월 22일 춘천 베어 스타운에서 가진 취임식에서 지방 협회로는 최초로 해외업무활동을 전담, 추진할 수 있는 '국제부'를 신설하여 태권도 종주국으로서의 체계적인 기술교류 활동을 펼칠 계획이라고 밝혔다.

충북도협회

전종운 회장 취임

협회는 97년도를 정기 대의원총회를 지난 96년 12월 16일 협회 임원진과 11개 각 시·군 대의원

코치), 이준명 (경상공고 감독), 임성욱 (경상공고 코치) 박시현 (신암중 감독), 김정윤 (경기분과위원), 이은석 (경기분과위원) 김용기 (경기분과위원), 우봉관 (경기분과위원), 김기만 (심판분과위원) 김찬옥 (심판분과위원), 정종국 (심판분과위원), 신만희 (심판분과위원) 강태우 (심판분과위원), 김병목 (심판분과위원), 김옥영 (심판진행위원) 김희동 (심사진행위원)

◆표창패 : 이안호 ((주) 보성 선수), 손원기 ((주) 보성 선수), 김건일 ((주) 보성 선수) 윤정호 (영진전문대 선수), 피주열 (경상공고 선수)

제13대 임원명단은 다음과 같다.

- ▲ 회장 : 이종호
- ▲ 실무부회장 : 오광웅
- ▲ 부회장 : 장한걸, 윤점수
임규용, 정우득
- ▲ 전무이사 : 양영덕
- ▲ 경기이사 : 이귀화
- ▲ 심판이사 : 배종기, 한국선
- ▲ 도장관리이사 : 문성렬

- ▲ 상벌이사 : 임정호
- ▲ 교육이사 : 안영태
- ▲ 이사 : 김문화, 조용명, 박유서
장세민, 박상봉
한창현, 조준섭
- ▲ 감사 : 조동희, 김영진

경기도협회

5대 회장에 황광철씨

협회는 지난해 12월 10일 협회 회의실에서 재직 대의원 14명 전원 참석한 가운데 97년도 정기대의원총회를 열고 황광철 회장을 5대회장으로 유임했다. 황회장은 인사말을 통해, 일선 관장들의 복지에 관련한 사업은 정상궤도에 올랐다고 판단되며, 97년에는 태권도 전용체육관 설립을 위해 노력하겠다는 의지를 밝혔다.

97년 집행부 임원명단은 다음과 같다.

- ▲ 회장 : 황광철
- ▲ 상임부회장 : 안종웅
- ▲ 부회장 : 문익근, 엄기섭
- ▲ 전무이사 : 안종웅
- ▲ 이사 : 최학수, 채만춘, 김형호
김명희, 유종범
서명기, 김경덕
남목현, 강선장
정공덕, 홍성무
최동순, 김종곤
- ▲ 감사 : 조승익, 권영래



천태종 총무원장에 도체육회 부회장도



▲전종윤 회장

지난 96년 12월 16일 열린 97년도 정기대의원총회에서 전종윤 전회장을 만장일치로 재선출했다. 전종윤회장은 63년도에 동국대학교를 졸업했고, 불교계에 입문해 도를 닦고 수련, 마침내 1980년 12월에 대한불교 천태종 총무원 총무원장이 되었으며, 81년 6월에 충청북도 태권도협회 회장직을 맡아 지금까지 계속 총무원장과 본도협회장으로서 협회발전은 물론 지역발전에 지대한 공헌을 해왔다.

95년 부터는 충청북도 체육회 부회장직을 겸하고 있어 앞으로 태권도 발전은 물론 본도 체육발전에 도 더 많이 헌신하게 된다.

들이 참석한 가운데 열렸다.

협회장으로는 전종윤 전회장이 재선출되었으며, 감사로는 신용철 이사과 김기륜 대의원이 선출되었다.

부회장으로는 김홍목, 김일중, 김천호 씨등 3명이 보임되었다.

충남도협회

이종승 회장 재선



협회는 지난해 12월 19일 세원 부패에서 대의원 25명 전원이 참석한 가운데 정기대의원총회를 개최, 회장 선거를 자유경선에 의한 무기명 투표로 실시, 이종승 현회장을 재선출 했다.

이회장은 협회 운영에 있어 태권도 가족간의 친목과 화합을 최우선으로 하고 일선 코치 및 지도자들의 의견을 각 시·군 대의원들로부터 충분히 수렴하여 민주적인 방법으로 협회를 이끌어 가겠다고 말했다.

이 회장은 올 전국체전 상위 입상을 목표로 우수선수를 조기에

발굴, 집중적으로 지원 육성하고 지도자 수련대회 및 보수교육 등을 통해 지도자의 자질을 향상시키고 충남협회의 내실을 다지는데 전력을 쏟겠다고 말했다.

경기규칙 강습회 개최

협회는 3월 중순께 경기규칙 강습회 및 체육관장 사범 수련회를 1박 2일간 실시할 예정이다. 올해는 교수층을 더욱 많이 초빙하여 지속적인 지도자 교육이 이루어질 수 있도록 노력할 것이다.

전북도협회

유기대 회장 유임



협회는 대의원 총회를 지난해 12월 11일 정원 15명 중 14명이 참석한 가운데 대의원총회를 열고 유기대 회장을 만장일치로 제14대 회장으로 다시 추대했다.

협회 임원명단은 다음과 같다.

▲회장 : 유기대

▲부회장 : 유형환, 유기동



김동진

▲자문위원 : 이영기, 이병하
최동열, 강영수

▲기술심의공동의장 : 이정학
김현덕
양재실
권형남

▲전무이사 : 강동화

▲사무국장 : 김형진

▲운영부장 : 고봉수

▲이사 : 김석주, 김창석, 김현덕

김이봉, 권형남
강대옥, 김보익
박창섭, 박철순
배남선, 오영복
임귀택, 임승환
이정학, 이강오
이경만, 윤창길
정인기, 최대환
양재실, 전정술
신재룡, 노진홍

▲감사 : 오형근, 김익수

전남도협회

임형연 회장 취임

협회는 96년 12월 28일 97년도 정기간대원총회를 2시에 개최.

13대 회장으로 임형연 회장을 취임시켰고, 부회장과 감사를 제외한 후속인사는 회장에게 위임하기로 했다. 감사로는 김이현, 이진 채감사가 만장일치로 선출되었다.

압해중고 태권도부 창단식



▲압해중고 태권도부가 선수 9명으로 창단되었다.

1996년 12월 13일 신안 압해중 합고등학교는 압해면 초, 중학교에서 지정육성되고 있는 태권도부(감독 김노현) 활동을 더욱 발전시키고 실질적인 저변확대를 기하고자 김경민 외 9명의 남, 녀로 구성된 태권도부를 창단하였다.

전남태권도 교육연구회 초등학생 발표대회

전남 태권도교육연구회는 지난해 12월 24일 제14회 연수회 및 제1회 전남 초등학생 태권도 발표대회를 가졌다.

본회는 회장 최철규(목포 대성초등학교 교장) 및 회원 117명으

로 구성되었고, 태권도 교육 현장 지도와 연구 및 회원의 상호 정보교환, 친목도모를 목적으로 활동하고 있다.

주요활동으로는 90년 이래 14회의 연수회를 가졌고, 연수 내용은 태권도 현장 지도사례 보고와 태권도 품새 지도 기술에 관한 보고, 경기지도기술, 태권도 마스게임 지도와 회원 상호간의 정보교환 및 친목도모 등이다.

초등학생 태권도 발표에서는 품새, 창작품새, 격파, 호신술 등의 부문에 14개팀 85명의 아동들이 그 기량을 발휘했다.



- ▲총무이사 : 이억근
 ▲이사 : 윤영현, 이병길, 장정설
 황길성, 황일휴
 이종호, 류호성
 최이석, 설규호
 강문도, 김종, 진상대
 황수갑, 강진홍
 석시용, 조금용
 김정철, 최낙덕
 이운근, 유재영
 박재화, 방종근
 김영희, 김만두
 박찬욱, 최호진
 배철우, 엄이섬
 박명중, 김판구
 황궁일, 박희열
 ▲감사 : 정인화, 이병희

경남도협회

체전 상위입상 노력
 이순달 회장 유임



◀이순달 회장

이호텔 4층 대연회장에서 임원 및 전문위원회 의장, 각 분과 위원장 100여명이 참가한 가운데 97년도 신집행부 임원 상견례를 가졌다.

제 23대 회장에 유임된 이순달 회장은 취임사를 통해 경남에서 개최되는 제78회 전국체육대회에서 상위에 입상해 도민에게 신뢰 받는 협회가 될 수 있도록 다같이 노력하자고 말했다.

임원명단은

- ▲회장 : 이순달
 ▲부회장 : 배영석, 김갑수
 박영주, 김성배
 강재현, 조영제
 ▲부회장겸 전무이사 : 김선규

협회는 1월 31일 오후 5시 사보

경북도협회

신임회장에 강석호씨
 선수 16명에 경기상



◀강석호
 신임회장

협회는 1997년도 유공자 시상식 및 1997년도 정기대의원총회를 지난해 12월 20일 상오 경북체육회 2층 강당에서 개최했다.



▲'97 경북도협회 정기 대의원 총회

1996년 한 해 동안 본도 선수로 전국 각종 대회 및 제12회 아시아 태권도 선수권대회에서 우수한 국가대표 김현용(영천시청) 선수를 비롯한 16명에게 경기상 및 격려금이 주어졌으며, 제31회 대통령기 단체대항 일반부에서 우수한 영천시청(감독 윤종욱)과 고등부 3위를 한 경북체고는 단체경기상을 수상하였다.

또한, 지도상은 도리원초등학교(코치 신기철), 포항 대동중학교 교사 안정민선생이 수상하였으며, 장한 아버지상에는 최광규씨(최지철 선수 부친), 이영순씨(강상교 선수 모친)이, 감사패는 박대영 교장(영천중학교)의 8명, 처음 실시한 시, 군지부 업무 행정감사에

서는 청송군 지부(회장 한성기)가 우수한 업무 행정 능력으로 모범 지부상을 수상하여 타 시, 군의 부러움을 샀다.

이어, 10개시 13개군지부 대의원 전원이 참석한 가운데 정기총회가 열려 포항시지부에서 추천한 강석호씨(43살)를 대의원 만장일치로 회장에 추대했으며, 부회장 5명과 감사 2명을 뽑고, 이사 선임은 신임 회장단에 위임하였다.

1997년 사업계획 및 예산심의와 결의는 추후 임시 대의원총회를 열어, 다루기도 했다.

6일 뒤인 12월 29일 오후 4시에 소집된 임시 대의원총회에서는 97년 사업계획을 수정없이 심의·결의했으며, 예산액은 당초보다 12,

695,000원이 증액된 234,450,000원을 통과시켜 전년도 예산보다 55,409,205원이 늘었다.

앞으로 4년 임기 동안 옹도 경북 태권도의 명예를 되찾기 위해 젊음의 정열과 정성을 기울일 강석호 회장의 약력과 임원명단은 다음과 같다.

▲회장 : 강석호

▲부회장 : 예조해, 정한철

정연덕, 한성기
박해봉

▲이사 : 윤종욱, 유영재, 김상일
정동안, 김진복
이정수, 이광석
조용구, 정명엽
강재곤, 김성조
백태환, 박현수



박상원, 권장현
문종국, 시인규, 백인수

▲감사 : 최기열, 원영수

수영연맹 부회장도

신임 강석호 회장은 1955년 경북 포항 출신으로 한국 외국어대를 졸업했다.

(주)삼일 상무이사로 재직하면서 노동부장관 표창을 받았고 현재 (주)삼일 부회장을 맡고 있다.

또 95년 경북도의회 상임위원을 역임했고, 96년 월드컵유치 범국민운동본부 경북 위원회 조직위원장을 맡았으며, 경북 수영연맹 부회장직에 재임중이다.

제주도협회

고우방 회장 연임

협회는 지난해 12월 21일 오후

3시 한국전기통신공사 제주도회 회의실에서 20명의 대의원중 14명이 참석한 가운데 대의원총회를 열고 96년도 사업보고 및 결산을 심의하고 97년도 사업계획과 수지예산안을 통과시켰다.

임기 만료된 고우방 회장이 제 15대 회장으로 재선출되었다.

1주일간 합동훈련가져 몽골 태권도 대표선수단

몽골태권도협회 선수단(단장 간

'97 기술심의회 구성

대한 태권도협회는 97년도 기술심의회를 다음과 같이 구성했다.

- 의 장 : 황춘성
- 부 의 장 : 양영모, 한규인, 최영렬
- 자문의원 : 이영근, 안영택, 김경지
- 지도위원 : 이택명, 박창덕, 박덕규, 유문규, 박종명

분과위원회	직	책	성 명
기 획 조 사	위 원 장	김용길	
	부 위 원 장	김영희, 유병관	
연 구 개 발	위 원 장	조근중	
	부 위 원 장	성낙준, 안용규	
사 업	위 원 장	김강인	
	부 위 원 장	하태은, 윤동섭	
홍 보	위 원 장	윤종완	
	부 위 원 장	김영선, 이철주	
국 제	위 원 장	김화룡	
	부 위 원 장	전익기, 박형철	

분과위원회	직	책	성 명
경 기	위 원 장	김갑식	
	부 위 원 장	박석천, 최주수	
심 판	위 원 장	심명구	
	부 위 원 장	최정호, 이춘우	
상 별	위 원 장	최정도	
	부 위 원 장	이종찬, 이재수	
경기력향상	위 원 장	성재준	
	부 위 원 장	주신규, 김세혁	
기 록	위 원 장	조호철	
	부 위 원 장	신충현, 김경찬	
경 연	위 원 장	이종관	
	부 위 원 장	김석련, 이동준	
심 사	위 원 장	김기용	
	부 위 원 장	강세형, 허진강	
도 장	위 원 장	이백운	
	부 위 원 장	강성철, 최복현	
교 육	위 원 장	조광민	
	부 위 원 장	진중희, 유수철	
여 성	위 원 장	남궁숙	
	부 위 원 장	임신자, 박정옥	



바타르)이 지난 1월 10일 내도. 13일부터 20일까지 도대표선수들과 한라체육관에서 합동훈련을 가졌다.

협회(회장 고우방)와 지난 93년 자매결연후 해마다 상호방문으로 친선과 기량을 향상시켜온 몽골태권도협회는 이번 제주도에 임원 5명, 선수 11명등 모두 16명으

로 구성된 선수단을 파견, 5회째 제주도를 방문했다.

협회는 태권도의 보급을 위해 해마다 몽골태권도협회에 장비와 기술등을 적극 지원함으로써 제주 태권도의 위상을 높였다.

회관 법인화 추진

① '98전국체전 제주개최를 앞

두고 선수들의 경기력 향상에 주력

② 실업팀을 창단하여 고등학교 및 대학교 선수들의 기량을 향상시키며 태권도 인구의 저변확대에 기여

③ 2000년 시드니 올림픽에 제주출신 국가대표 선수를 출전시키

회장에 김일권 사범— 재독 대한태권도협회



김일권 회장 ▶

97년 1월 4일 독일 중부에 위치한 레버쿠젠 유겐트 브르거하우스에서 97년도 재독 대한 태권도협회 총회가 있었다.

이날 96년 총 보고에 이어 이루어진 제11대 회장 선거는 독일 태권도협회가 창설된 이래 최고로 많은 대의원 67명의 사범들이 참석해서 이루어졌다.

회장에 당선된 김일권 사범은 당선 소감에서 혼자서는 아무 일도 할 수 없음을 강조하며 선후배 사범들간의 진실되고 친절한 바른 교제로 서로 도와가며 사랑을 나누어 훌륭한 협회를 만들어 보자고 말하고 회장으로서의 책임을 성심 성의껏 다하겠다고 각오를

피력했다.

1954년 태권도계에 입문한 김일권 회장은 67년 체육관 사범으로 지도자의 길에 들어서며, 70년도 군 태권도 교관, 72년엔 베트남 파병 퀴는 맹호 부대 태권도 교관을 역임했다. 77년 내뚝한 김일권 회장은 종합체육관 사범으로 활약하면서, 79년에 세계 태권도 국제 심판 자격증, 국제 사범 자격증을 취득하여 지도자로서의 자격을 고루 갖추어 대한민국의 문화 상징으로 선정된 태권도를 더 널리 보급키 위해 84년도에 줄링엔 시에 종합체육관을 개설하고 86년도엔 뒤셀도르프 시에 또 하나의 종합 체육관을 개설하여 후진양성에 온 정성을 쏟고 있다.



▲최종국 감독과(왼쪽부터) 박철민, 이희수, 박형민군

태 권 도 의 현 장

리라초등학교

리라초등학교가 1주일에 3시간의 체육시간에 학생들에게 태권도를 가르치고 있어 화제,

어린이의 전인교육을 지향한다는 방침아래 96년 3월부터 의무적으로 3학년부터 6학년까지의 학생들이 태권도를 수련하게끔 해왔다.

리라공고와 동아대에서 라이트급 선수로 활약한 최종국 감독의 지도아래 태권도를 수련하고 있는 어린이들은 태권도외에도 수영, 빙상, 롤러, 스키 등의 스포츠를 통해 온몸으로 스포츠를 배우면서 즐기고 있다.

대부분의 어린이들이 태권도장에 다니고 있어 가르치는 데는 별 어려움은 없고, 오히려 태권도를 배우지 않은 여학생들이 더 큰 관심을 가지고 열심히 수련에 임하고 있다고.

이쉬움이 있다면 학교행사와 체육시간이 겹치게 되면 한 주를 건너뛰게 되어 연속적인 교육이 이뤄

기 위하여 우수선수 발굴육성

④ 협회 기금을 확충하여 협회가 자립할 수 있는 기반을 조성하여 태권도인들에 대한 연금을 지급할 수 있도록 여건 마련

⑤ 회관 법민화 추진

중고연맹

장준웅 회장 유임

연맹은 지난해 12월 14일 동성고



◀장준웅 회장

등학교에서 총회를 열고 장준웅씨를 회장으로 유임시켰다. 이번 총회에서 선출된 97년도 임원명단은

▲ 회장 : 장준웅 (태웅식품주식회사 대표이사)

▲ 부회장 : 김인수 (동성고 교사)
김현린 (체육교역전무)
박성귀 (박성귀 법률사무소 변호사)

▲ 감사 : 대한 태권도협회
파견감사 1명
이택명 (서울지방경찰청 태권도사범)

▲ 전무이사 : 박종식 (동성고 교사)

▲ 이사 : 김부영 (고대부중 교사)
최권열 (문영여중 교사)



1주일에 3시간 수련

여학생들 더 좋아해

지지 못한다는 점이다. 그러나 태권도를 통해 소극적이던 아이들이 자신감을 갖게되는 모습을 볼 때 태권도를 가르치는 보람을 느끼게 된다고 최감독은 말한다.

리라초등학교가 이처럼 태권도를 체육 교과과정에 넣게 된 것은 다른 경기단체(태슬링협회) 회장을 10년 넘게 역임한 권응팔 교장의 강한 생활체육 보급의 의지때문이라고 이중현 교감은 말한다. 태권도부가 있는 초등학교들은 많지만 태권도를 체육 정규과목으로 채택한 학교는 드물 것이라는 것.

학생들이 좋아하는 것은 물론이고 한결 의젓해진 아이들을 보면서 학부모들의 호응이 매우 대단하다고 이교감은 밝힌다.

대회에 출전하여 학교의 명예를 드높이는 것도 의미있는 일이지만 보다 많은 아이들이 정규 수업시간을 통해 태권도를 수련하면서 자연스럽게 아이들의



▲ 일주일에 3시간씩 태권도수련을 받는 리라초등학교 어린이들

생활, 예절교육과 연결 되어 정신교육 효과가 높다는 것이다.

박형민군은 겁이 많아서 자신감을 키우려고 태권도를 배우기 시작. 요즘에는 밤에 심부름 다닐때도 겁이 안나고 자기보다 덩치가 큰 아이들을 만나도 당당해질 수 있다고 한다.

7살 때부터 태권도를 배운 박형민군은 태권도 겨루기와 호신술에 관해서 더 많이 알고싶고 태권도지에도 이런 기술을 보여주는 사진이 많이 실렸으면 좋겠다고, 물론 재미있는 만화가 많이 실렸으면 좋겠다고 이구동성으로 외치기도.

최재혁(배명고 교사)
손규홍(오금중 교사)
양성관(경성여실고 교사)
유수철(리라공고 교사)
윤창욱(한성고 교사)
최태수(용곡중 교사)
차동철(부산체고 교사)
정지수(선인고 교사)
도용석(강원체고 교사)
김재천(국체고 교사)
성경찬(고창여고
태권도코치)
오승재(이천고 태권도코치)



스트레칭

태권도에도 꼭 필요하다

건강을 지키기 위해서는 달리기, 수영, 자전거 타기 등의 에어로빅스(Aerobics)로 지구력(심폐기능)을 강화하고, 웨이트 트레이닝 같은 파워 업(Power up)으로 근력을 강화하는 한편 근육을 펴는 스트레칭(Stretching)으로 관절의 가동범위를 늘리고 근육의 탄력성을 키워 주어야 한다.

이미 심폐기능과 근력의 강화는 오랜 옛날부터 스포츠맨의 필수적인 운동으로 여겨져왔으나 30여년전 모습을 들어낸 새로운 체력 강화 운동인 스트레칭의 필요성에 대한 인식은 아직 널리 뿌리내리지 못하고 있는 실정이다.

어째서 스트레칭이 엘리트선수 뿐 만 아니라 일반인들의 건강에도 필요한지 알아보자.

아픔과 기지개가 바로 스트레칭

영어로 스트레칭이라면 자칫 대단하게 들리지만 사실 알고 보면 별것 아니다.

피곤하거나 혹은 일, 공부하다가 컨테로움을 느낄 때면 자연히 아픔이 나오고 기지개를 펴게 된다. 이것이 바로 스트레칭의 원조이다.

몸을 크게 뻗으면 근육이나 인대 그리고 관절까지 펴져서 상쾌해 진다.

아마도 이것은 척추동물의 본능이 가르쳐 주는 스트레스 해소법인지도 모르겠다.

스트레칭이란 글자 그대로 무엇을 편다는 뜻이지만 지금 스포츠에서의 스트레칭이란 몸을 편다, 즉 근육을 편다는 뜻으로 쓰이고 있다.

전에도 유연체조처럼 반동을 써서 근육을 펴는 운동이 없었던 것은 아니지만 스트레칭은 반동을 쓰지 않고 근육을 천천히 무리하지 않을만치 주욱 뻗어서 그 상태를 20~60초 가량 유지하는 운동이다.

스트레칭은 스포츠맨 뿐 만 아니라 일반인들에게도 필요한 운동이다. 장거리 주자의 경우 「러너 무릎」이

부상 예방과

라는 아픔을 무릎에 느끼기 쉽다. 하지만 달리고 난 뒤 스트레칭을 하고나면 아픔은 싹 가신다. 팽팽해진 장딴지의 아픔도 마찬가지다. 이 아픔도 스트레칭을 하고나면 거짓말처럼 사라진다.

책상에 오랫동안 앉아 일하는 일반 직장인이 운동 부족 탓에 느끼게 되는 무릎의 아픔, 자동차운전을 오래 하다보면 무릎관절에 찾아오는 아픔도 마찬가지다.

다리와 허리의 근육을 쓰지 않고 오랫동안 앉아서만 지내는 생활이 계속되면 근육의 노화가 촉진되고 특히 허벅지의 근육이 오무라 들어(적응성 단축·適應成短縮) 갑자기 일어났을 때 허벅지 뒷쪽이 다치는 수가 있다.

스포츠를 지나치게 해도, 또 반대로 운동부족이 돼
도 근육은 오무라 들어 여러가지 상해를 일으키기 쉽
다.

데브리즈 박사가 이름지어

오늘날에는 거의 모든 스포츠종목에서 준비운동
(워밍업 · Warming up)과 정리운동(쿨링 다운 ·
Cooling down)으로 쓰여지고 있는 스트레칭은 1962
년 USC(남 캘리포니아 대학교)의 H·A 데브리
즈 박사가 이름지었다.

그러나 스포츠계에 스트레칭이 소개된 것은 그리
오래 된 일이 아니다.

데브리즈 박사가 처음에 스트레칭의 효과를 발표한
것은 그것이 스포츠상해의 예방에 크게 도움이 된다
는 사실을 밝혀 냈기 때문이다.

격렬한 운동을 한 뒤 근육은 꽤 굳어진다. 굳어진
근육의 조직이 끊어지기 쉽다는 것은 몸이 굳은 사람
들이 부상을 잘 입게 된다는 사실로도 잘 알 수 있다.

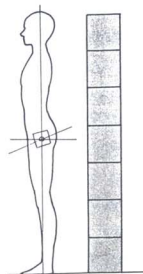
따라서 굳어진 근육은 스트레칭으로 펴서 부드럽게
만들어 정상적인 상태로 되돌려 놓아야 한다.

준비 · 정리운동

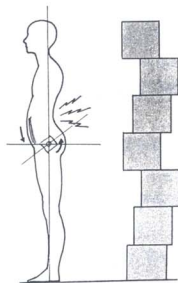
태권도는 수영처럼 펴는 근육인 신근(伸筋)을 많
이 쓰는 스포츠다. 근육을 펴는 점에서는 스트레칭
과 공통점을 갖지만 스피디하게 팔을 뻗거나 다리를
들어 올리는 태권도는 천천히 무리하지 않고 근육을
펴는 스트레칭과 속도, 그리고 근육을 펴는 상태에서의
지속시간이 다르다.

한마디로 태권도에서도 천천히 무리없이 근육을 펴
고 일정시간 그 상태를 유지해 근육을 부드럽고 따뜻
하게 만드는 스트레칭으로 준비운동을 하고 난 뒤 빠
르고 격렬한 움직임을 펼치는 편이 컨디션 조절에도
도움이 되고 부상 예방에도 효과가 있는 것은 다시 말
할 나위가 없다.

바른 자세를 지키는 데도 큰 도움이 된다.



올바른 자세



척추가 앞으로 구부러진 자세

스트레칭이 낳은 신화

스트레칭이 처음 등장했을 때 스포츠계에는 갖가지
신화가 태어났다.

골프의 제왕 잭 니콜라우스가 40살에 기적의 컴백
을 이룰 수 있었던 것은 스트레칭으로 긴장을 풀고 집
중력을 강화할 수 있었기 때문이다.

1976년 몬트리올 올림픽 남자 평영 200m에서 금메
달을 차지한 영국의 데이빗 윌키도 스트레칭으로 근
육과 마음의 긴장을 풀어 성취의욕을 불태웠다고 한
다.

미국에서 태어난 스트레칭은 육상, 프로야구 등을
통해 다른 경기로 퍼져나가 이제는 온 세계의 거의 모

미국 프로야구 샌트루이스 카디널스의 스타플레이어 스텐 뮤지얼이 근육상해로 은퇴하려고 했을 때 새로 트레이닝 코치로 취임한 닥 에버허트는 뮤지얼을 1주일도 갖지않고 체육관으로 불러 스트레칭과 웨이트 트레이닝을 묶어서 시켜 뮤지얼의 기적적인 컴백을 실현시켰다.

요즘은 스트레칭에 대한 올바른 인식을 가진 지도자와 선수들이 많아 각종 경기를 앞두고 스트레칭에 열중한 모습을 볼 수가 있다.

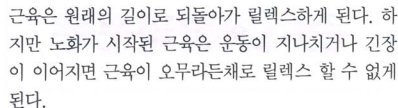
「몸을 알맞게 움직이면 그 기능이 높아지지만 움직이지 않으면 시들어 버리고 만다」는 것은 생리학자 루우의 유명한 말로서 건강을 유지하는 원칙이다.

운동부족인 사람의 혈관은 30대부터 노화현상이 일어나고 근육도 굳어져 온몸 이곳 저곳에 근육통이 일어나게 된다.

근육과 혈관의 노화를 막기 위한 노력은 평생 계속
되어야 한다.

다발로 묶는 막을 경향조직이라 부른다.

운동이나 긴장에 의해 근육은 오무라들지만 정상의



나이가 많아짐에 따라 몸이 굳어지는 것은 이 신축성이 시들기 때문이다.

이것을 긴장증후군이라 부르며 이로 말미암아 근경련이나 근육통의 증상이 나타나게 된다. 말하자면 최악의 노화현상이다.

근선유다발 사이를 혈관이나 신경이 지나고 있지만

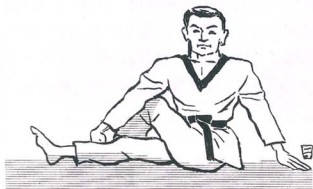
오무라들과 굳은 근육의 혈관은 언제나 짓눌려 있는 상태라 혈액순환도 나빠진다. 혈관까지 노화해 버린다는 이야기다.

탄력성있는 근육 속을 지나고 있는 혈관을 고무관 이라 치다면 오무라들과 굳은 근육 속을 지나고 있는 혈관은 깨어지기 쉬운 유리관이라 할 수 있겠다.

따라서 스트레칭에 의해 근육을 꾸준히 펴주어 탄력성있게 만들어 줌으로써 혈관의 젊음도 유지해 주어야 한다.

두통, 어깨결림에도 효과

예전같으면 어깨가 결리는 것은 노인네들에게나 일어나는 현상이었다. 그러나 요즘에는 20대나 30대의 젊은이 그것도 남녀를 가리지 않고 어깨결림에 시달



리고 있는 사람들이 적지 않다.

긴장된 직장에서의 인간관계, 기계적인 단조로운 작업의 연속 등 현대 특유의 근로양식, 그리고 생활양식에서 오는 스트레스가 어깨결림을 증가시키고 있다.

컴퓨터의 키보드를 두드리는 키 펀치는 물론 책상 앞에 오래 앉아 일하고 있노라면 목에서부터 어깨 그리고 등 위쪽의 근육이 결리기 쉽다.

책상 앞에 오래 앉아 일하다 보면 팔을 매달고 있는 승모근(목으로 부터 어깨에 걸친 근육)이 쉴새 없이 긴장해서 오무라들기 쉽다. 그래서 어깨가 결리는데 다 무거운 머리를 받치고 있는 목이 앞으로 숙여져 오랫동안 일을 하니가 목의 근육도 긴장하게 된다.

목이나 어깨의 근육이 만성적으로 긴장해서 굳어지는 어깨결림에 그치지않고 이러한 퇴행성변화가 자율 신경의 실조(失調)까지 가져오면 위가 아프거나 설사, 혹은 변비도 일으킨다.

또 운동부족은 다리근육까지 오무라들게해서 피로는 더욱 쌓이게 마련이다.

직업상 같은 자세를 오랫동안 고정시켜야 되는 사립일수록 스트레칭이 필요하다.

스트레칭은 일반인의 건강을 위해서도 실시해야 될 운동이다.

태권도 품새와 스트레칭

대한태권도협회가 태권도의 발전을 위해 구성한 연구개발 특별위원회는 새로운 품새 개발에도 힘을 기울이고 있다.

전문가들로 이루어진 품새 개발팀은 선수들의 수준과 연령에 각각 알맞는 품새를 개발중이다.

중국을 여행해 본 사람이라면 누구나 이른 아침 공원에서 노인네들이 태극권의 품새를 느린 동작으로 펼치고 있는 모습을 보았을 것이다.

느린 속도로 무리없이 펼치는 합리적인 품새 동작이야말로 근육의 탄력성을 되찾아주고 혈관의 젊음을 회복시켜 몸무 구석구석에 산소공급을 원활하게 해주므로써 노화를 늦추는 스트레칭과 맥을 같이하고 있다.

우리나라에서도 건강을 지키려는 의지에 불타고 있는 고령자들이 이른 아침 가벼운 등산이나 산책 등을 실천하고 있으나 우리의 국기인 태권도 품새를 스트레칭이나 건강체조 대신으로 실천하고 있는 사람은 찾아보기 어렵다.

스트레칭은 컨디션 조절에도 효과가 있지만 심폐기능 강화나 근력강화에는 그다지 도움이 못된다.

따라서 몸을 움직여 심폐기능강화에 도움이 되고 근육에 힘을 주는 동작이 섞인데다 스트레칭의 장점이 조화를 이룬 건강 태권도 품새가 개발됐으면 참 좋겠다.

그런 품새가 개발되면 그 품새 하나만으로 건강을 증진시킬 수가 있기 때문이다.

2004년 올림픽 정식종목 진입위해 세계 가라데도 진흥재단 앞장서

가라데 · KARATE

그동안 세계가라데연맹(WKF)과 국제 전통가라데연맹(ITKF)의 두파로 크게 나뉘어 왔던 가라데가 통합을 이루고 올림픽 정식종목에 채택되도록 세계 가라데도 진흥재단을 통해 활발한 스포츠외교를 펼치기 시작했다.



▲ '96 애틀란타 올림픽에서 사마란치 IOC위원장을 만난 세계가라데도 진흥재단의 타츠노 이사장(중앙 오른쪽)

이미 태권도와 마찬가지로 IOC(국제올림픽위원회)의 승인을 받았던 가라데는 WKF와 ITKF로 분열되는 바람에 한동안 IOC의 승인이 조건부로 철회됐었다.

이 두 단체를 통합시키는데 주도적역활을 맡았던 타츠노 구니오(辰野邦男) 이사장을 앞세우고 세계 가라데도 진흥재단을 설립, '96 애틀란타 올림픽 기간중에는 사마란치 IOC위원장과 접촉하는 등 올림픽 정

식 종목 채택을 노려 움직이고 있다.

세계가라데도 진흥재단의 발기인으로는 잭 데루쿠루 WKF회장, 다카이치 마노 WKF사무총장, 임사스 압둘라 WKF부회장, 나카오 에이이치 건설장관, 니시 ITKF회장 등의 이름이 올라 있다.

이 재단은 2004년 올림픽에서 가라데가 정식종목으로 채택되도록 추진하는 한편 아직도 많은 유파(流派)로 갈라져 있는 여러 가라데단체를 하나로 묶어 올림픽 정식종목 채택에의 장애를 제거하려고 힘을 기울이고 있다.

겨루기서 일본 금 1개뿐

가라데 세계판도, 큰 변화

WKF의 제13회 세계 가라데 선수권대회가 96년 11월 7일부터 10일까지 남아프리카 쉐니티에서 열려 그 결과 가라데의 세계판도가 크게 달라졌다.

종전까지 가라데는 일본, 프랑스, 영국의 3개국이 종합우승을 다투어왔으나, 이번 제13회 대회에서는 스페인, 러시아, 스웨덴 등이 새로운 세력으로 등장했다. 특히 일본은 이번 대회 17개 종목 가운데 남자 겨루기 80kg이상급의 시미즈와 여자폼새 개인전과 단체전, 그리고 남자 폼새 단체전의 4개종목에서만 우승했을 뿐 종합우승은 금메달 5개를 차지한 영국에게 빼앗겼다.

더구나 일본이 차지한 4개의 금가운데 3개는 폼새에서 나온 것이며, 13개 겨루기에서는 금이 하나뿐이라는 점에서 가라데 경기수준의 세계평준화도 급속도

전문지들이 전하는 세계격투기 소식



▲가라데종주국 일본은 이번 세계선수권대회 13개 겨루기 세부종목에서 남자 80kg급의 시미즈(사진 오른쪽)만이 금메달을 건졌을 뿐이다.

로 진행되고 있음을 알 수 있다.
전적은 다음과 같다.

제13회 세계 가라데선수권 전적

<품새>

▲여자 개인전(26명) : ①미무라(일본) ②게농(미국) ③맨수리(독일)

▲남자 개인전(45명) : ①밀론(프랑스) ②아베(일본) ③모리노(이탈리아)

▲여자 단체전(11팀) : ①일본 ②미국 ③프랑스

▲남자 단체전(19팀) : ①일본 ②프랑스 ③이탈리아

<겨루기>

▲여자 53kg(32명) : ①랄슨(스웨덴) ②마즈리예르(프랑스) ③라우코바(슬로바키아) ③최(호주)

▲여자 60kg(35명) : ①토니(영국) ②바바(일본) ③부스(이탈리아) ③게디크(터키)

▲여자 60kg(30명) : ①더긴(영국) ②두케니(그리스) ③올테가(스페인) ③세이프스타인(네델란드)

▲여자 자무제한(36명) : ①센프(안티르) ②나베키(일본) ③간슈(오스트리아) ③미네트(이탈리아)

▲여자단체전(27팀) : ①영국 ②이탈리아 ③스페인 ③호주

▲남자 65kg(46명) : ①아모자테(이란) ②골딩(호주), ③발몬티(프랑스) ③칸다즈(터키)

▲남자 70kg(47명) : ①구바체프(러시아) ②가조(슬로바키아) ③모세니(스웨덴) ③레페브레(벨지움)

▲남자 75kg(46명) : ①오토(영국) ②에레로(스페인) ③마츠모토(일본) ③탈라리코(이탈리아)

▲남자 80kg(49명) : ①시미즈(일본) ②아니키네(러시아) ③라직(유고) ③롤(영국)

▲남자무제한(58명) : ①앤더슨(영국) ②올리바레스(스페인) ③폰세카(미국) ③다케노우치(일본)

▲남자단체전(36팀) : ①프랑스 ②영국 ③유고 ③스페인

<종합순위>

①영국(금5·은1·동1) ②일본(금4·은4·동3) ③프랑스(금3·은2·동2) ④스페인(금1·은2·동4) ⑤러시아(금1·은1) ⑥스웨덴(금1·동1) ⑦안티르(금1) ⑧미국(은2·동1) ⑨이탈리아(은1·동5) ⑩터키(은1·동2)

극진가라데 후원회 발족

새 회관 건립 모금도

실전가라데의 총수였던 재일동포 고 최영의 관장의

전문지들이 전하는 세계격투기 소식



▲실전기라데의 창시자 고 최영의 관장의 후계자인 재일동포 문장규 극진회관 관장은 일부 일본인 지도자의 이탈에도 불구하고 세계선수권대회 개최등 여러가지 사업을 추진해 나가고 있다.

유언에 따라 후계자로서 극진회관의 사령탑에 오른 재일동포 문장규 관장을 지지하는 극진회관 총본부

후원회가 지난해 11월 4일 저녁 도쿄 데이코꾸호텔에서 발족됐다.

고 최영의 관장의 유언에도 불구하고 일부 일본인 지도자들은 최영의 관장의 미망인 오야마 치야코여사를 대표로 또하나의 극진회관을 내세워 현재 극진가라데는 크게 두파로 나뉘어져 있는 실정이다.

하지만 문장규 장관이 이끄는 극진회관은 일본선수권대회, 세계선수권대회 등의 큰 행사를 차질없이 소화하면서 실적을 쌓아가고 있으며, 최영의 관장이 신임하던 나카무라 마코또 세계챔피언을 비롯한 많은 일본인 지도자와 보비 로, 루크 홀란드, 피터 창 등 중진 외국인 지도자들의 지지를 받고 있어 통통성을 인정받고 있다.

문장규 관장은 또 최관장의 유지를 받들어 새로운 극진회관 건립기금 모금에도 힘을 쓰고 있다.

컬러도복 착용 계속 추진하기로 TV 중계 유리 · IOC 요청따라



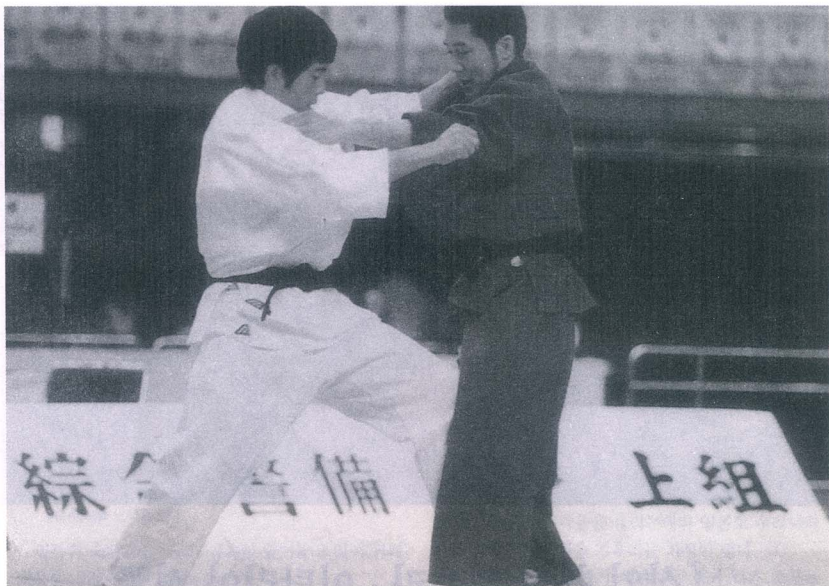
▲일본의 반대에도 유도의 컬러도복 착용을 밀고 나가겠다는 박용성 IJF 회장

유도 · JUDO

IJF(국제유도연맹)는 흰색과 푸른색의 도복을 입는, 이른바 컬러도복 착용이 IOC(국제올림픽위원회)의 강한 요청임을 내세우면서 그동안 컬러도복 착용에 강력히 반대해 온 일본을 설득하고 있다. IOC와 IJF는 컬러도복을 입었을 경우, 기술이 어떻게 걸렸는지와 승패를 알아보기 쉽다는 점에서 컬러도복 착용을 주장해 왔으나 유도의 종주국인 일본은 「흰색은 유도의 정신」이라는 이유로 반대해 왔다.

한국의 박용성 IJF 회장은 지난해 12월 6일 일본 후쿠오카에서 기자회견을 갖고 ① 66년 마스트리히에서 결의된 컬러도복 착용의 각 대륙연맹별 실험적 도

전문지들이 전하는 세계격투기 소식



▲유럽유도연맹이 주축이 되어 제안된 푸른색과 흰색의 쥘리도복은 어떤 기술이 걸렸는지 쉽사리 눈에 들어와 TV방송국 그리고 IOC의 지지를 받고 있다.

입은 현재도 계속되고 있다. ② 일본은 한번쯤 쥘리도복 착용을 시험해 보고 의견을 나타내 주었으며 좋겠다. ③ 97년 유럽국제대회는 쥘리도복 착용이 유럽유도연맹에서 이미 결의되어 있다. 일본도 참가할 경우에는 쥘리도복을 착용해야 한다. ④ 도복의 쥘리화는 IOC의 강한 요청이다. ⑤ 95년 프예르토 리코에서의 IJF이사회는 만약 가능하다면 97년 파리 세계선수권대회에서 쥘리도복 착용도 있을 수 있음을 승인했다. ⑥ 일본이 쥘리도복 착용대신 제안한 흰 바지에 붉은 줄무늬, 푸른 줄무늬를 넣고 쥘리 도자리를 채택하는 방안은 개인적으로 환영한다고 밝혔다.

보다 알기 쉽고 다채로운 TV 중계를 위해 TV쪽이 요구하고 IOC와 IJF가 이를 지지하고 있는 유도의 쥘리도복 착용은 일본의 반대에도 불구하고 올림픽과 세계선수권등 주요국제대회에서 채택되는 것이

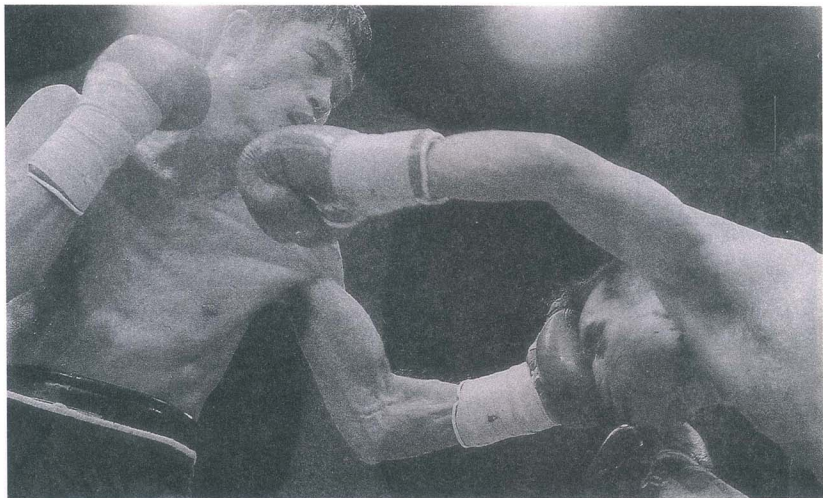
시간문제로 보인다.

유도의 원형 유술 시범

지난해 11월 22일부터 24일까지 도쿄체육관에서 열린 '96 가노컵 국제유도대회는 2일째인 23일 유도의 원형으로 꼽히고 있는 유술(柔術)의 약속대련을 시범으로 보여 많은 유도인들의 관심을 모았다.

이날 선보인 유술은 덴진성요류(天神眞楊流)로 기또류(起倒流)와 함께 고도강(講道館) 유도의 기본이 된 유파다.

흰색 도복에 감색 하카마(재래식 일본 바지)를 걸치고 치리진 이날의 시범에서는 맞다리후리기, 업어치기등의 던지기 기술 뿐만 아니라 차기, 관절꺾기 등 실전적인 기술이 많이 섞여 있어 주목을 끌었다.



『살인 복싱 없애라』 이탈리아 시끌 데 키아라, TKO뒤 병원에서 뇌사 선고

복싱 · BOXING

이탈리아에서 상대선수의 펀치를 맞고 쓰러진 프로 복서가 사망하자 또다시 복싱폐지론이 거세게 일고 있다.

지난해 11월 16일 북이탈리아 아벤자에서 치러진 이탈리아 미들급 타이틀매치 12회에서 인파라트의 강타를 얼굴과 복부에 잇달아 맞은 데 키아라는 TKO 패를 당한 뒤 자기 코너까지 제발로 걸어 돌아 갔으나 그곳에서 쓰러져 병원으로 실려갔다.

산타 키아라 병원에서의 두차례 뇌수술에도 불구하고 이틀뒤인 18일 데 키아라는 뇌사선고를 받았다.

1904년 이후 이탈리아에서 경기도중 입은 뇌손상으로 사망한 프로복서는 데 키아라까지 모두 7명이 됐다.

이탈리아 검찰당국은 데 키아라 선수의 사망원인규명에 나서 경기 비디오 테이프를 압수하는 한편 시체 부검을 하겠다고 밝혔다.

한편 이탈리아정계도 이 사건을 중시해서 복싱폐지론이 일고 있었으나 사망한 데 키아라선수의 어머니인 키아라여사는 TV인터뷰를 통해 「내 아들은 복싱을 무척 사랑했다. 복싱을 폐지하는 것은 아들의 꿈을

소년 검도인구 '81년의 절반으로 부쩍 줄어

검도 · KENDO



▲최근 일본 검도계는 소년 검도인구의 뚜렷한 감소에 위기의식을 느끼고 있다.

일본의 소년검도인구가 급속히 줄어들고 있어 관계자들을 긴장시키고 있다.

재단법인 전일본검도 도장연맹이 밝힌바에 따르면, 연맹에 등록해 있는 2100개 도장가운데 396개 도장을 대상으로 조사한 결과 검도붐이 한창이던 81년에 건주어 소년검도인구가 거의 반으로 줄었다는 것이다.

초·중생을 합친 소년검사 수에는 지난 81년에 한 도장 평균 79.3명이었던 것이 96년에는 36.6명으로

줄었다.

초등학생과 중학생을 나누어보면 초등학생은 62.3명으로 부터 25.1명, 중학생은 17.0명으로부터 11.5명으로 각각 줄어들어 초등학생쪽의 감소가 매우 심각함을 들어냈다.

기간별로 보면 특히 감소율이 높은 것은 93년부터 96년사이로 이 시기에 축구의 J리그가 발족해서 폭발적인 인기를 모아 많은 소년들이 축구쪽에 마음을 빼앗긴 것 같다는 풀이가 나오고 있다.

가족계획탓에 어린이들의 수요가 줄어들고 있는 것도 소년검사의 감소원인 가운데 하나로 꼽히고 있지만 인기스포츠로 마음을 돌리는데다 일본도 우리나라처럼 과외공부에 힘을 기울이는 가정도 많다.

검도에 시간을 쪼개기 어렵다는 점과 다른 스포츠와는 달리 검도는 도구마련에 적지않은 비용이 들어가는 것도 무시할 수 없는 모양이다.

야구나 럭비등도 소년경기 인구가 줄어들고 있다고는 하나 그대로 내버려두면 검도경기인구는 계속 줄어 일본의 전통문화 가운데 하나를 후세에 전할 수 없게 될 것이라고 검도 관계자는 걱정하고 있다.

부정해 버리는 것이나 다름없다."고 복싱 페지론에 정면으로 반대하면서 「아들의 죽음은 운명이다」라고 말했다.

텍사스에서도 링사고

지난해 11월 14일 미국 텍사스주 산 마르코에서 치러진 플라이트급 8회전에서 패배한 레이 페르난도(29살)가 경기도중 입은 대머지로 사망했다.

페르난도는 7회 TKO패를 당한 뒤 입원했으나, 경

기 뒤 30시간만인 16일 뇌손상으로 사망했다.

이 사고에 충격받은 텍사스주의 복싱커미셔너는 「선수가 다운당한 경우 그 시점에서 재빨리 경기를 중단시킨다.」는 시험적인 제안을 내놓았으나 실현성이 희박해 매스컴으로부터의 비난방지용이라고 보는 사람이 적지않다.

아무튼 뇌손상에 의한 사망방지 대책수립은 호구를 걸치지 않고 있는 프로복싱이 해결해야 될 가장 시급한 과제로 여겨지고 있다.



◀ 맨손으로 황소 뿔을 쥐는
실전가라데의 총수
고(故) 최영의 관장

「바람의 파이터」를 바짝

태권도 슈퍼스타의

오사카에서 방화용 수통을 주먹으로 쳐서 구멍을 내는 바람에 조총련 행동대장 하야시(한국어를 임·林)가 이끄는 패거리들이 주눅이 들어 꿈무늬를 빼버린 이야기는 유명하다.

방화용 수통이란 2차대전중 미군기의 폭격으로 목조가옥인 일본집이 불 탈 때 그 불을 끄기 위해 물을 담아 두었던 통으로 시멘트와 자갈로 만들어져 있었으며 그 두께가 보통 5cm는 되었다.

폭력조직의 분쟁에도 끼어 들었던 최영의의 목숨을 노리는 세력이 늘어나자 최영의에게 권법도 가르쳤고 뒷날 민단의 단장이 된 조영주는 『이제 폭력의 세계에서 떠나 무도에만 전념하라』고 충고 한다.

스승의 충고를 받아들여 기요즈미산에 들어가 18개월 동안의 수련을 쌓은 최영의는 다메야마의 도살

『어쨌서 태권도에는 이름이 널리 알려진 스타가 없을까?』

흔히들 하는 이야기다.

아닌게 아니라 세월의 이만기, 유도의 하형주, 김재엽, 프로복싱의 유명우처럼 온 국민이 기억하는 영웅이 태권도에는 별로 존재하지 않는 것 같은 느낌이 든다.

하지만 태권도에도 막강한 선수들이 없었던 것은 결코 아니다. 다만 그들의 눈부신 활약이 태권도인 사이에서는 화제에 올랐으나 매스컴에 크게, 그리고 연속적으로 보도가 되지 않았기 때문에 널리 알려지지 않고 역사의 그늘에 묻혔을 뿐이다.

지금 미국 뉴욕에 살고 있으면서 미국 태권도협회 부회장까지 지낸 박연희사범은 분명 태권도사에 그 이름이 길이 남을 최강자 가운데 한 사람이다.

박연희의 위대함을 밝히기 위해서는 실전 가라데의 총수 고 최영의 관장의 이야기부터 해야겠다.

얼마전에 방학기가 「스포츠 서울」에 연재했던 극화 「바람의 파이터」 등을 통해 최영의가 걸어 온 길은 일부 픽션까지 곁들여져 우리나라의 격투기 팬들에게도 잘 알려져 있다.

1923년 전북 김제에서 태어난 최영의는 16살때 일본으로 건너가 가라테를 배워 18살의 나이에 2단을 따고, 1947년 교포에서 열린 일본 가라데 선수권 대회에서 우승, 두각을 나타내기 시작했다.

1945년 8·15광복을 맞아 한반도가 남북으로 분단되고 재일교포사회도 민단과 조총련으로 갈라진 혼란속에서 최영의는 한동안 오사카, 도쿄를 무대삼아 민단의 행동대장으로 조총련행동대를 깨부수는 데 앞장섰다.

고두현의



장에 나타나 황소 뿔끼기에 도전한다.

한국에서 6·25동란이 터진 1950년 최영의가 급소인 귀밑을 쳐서 쓰러뜨리거나 뿔을 쥐는 황소의 숫자는 자그만치 47마리, 그가운데 4마리는 족사했다.

1952년 미국으로 건너 간 최영의는 위스키병을 손날로 자르고 돌을 깨는 등의 시범으로 인기를 모으고, 일본 프로레슬링의 아버지라 불리는 역도산을 이긴 미국의 프로레슬러 톰 라이스를 삼각차기로 침몰시키는 등의 활약을 펼쳐 이름을 떨치게 된다.

1963년 최영의가 탄생시킨 극진가라데는 고단자들이 허이옥, 안수영, 조일삼, 조태연, 노초웅, 문장규 등 거의 모두가 한국계로 「한국계 가라데군단」으로서 기존 일본 가라데 유파를 압도했다.

일본에서 전설적인 무도인으로 떠오른 최영의가

긴장시킨 박연희

발자취를 재조명하자

가장 신경을 쓰고 경계를 했던 무도인 가운데 한사람이 태권도의 박연희 사범이었다는 이야기를 필자는 최영의의 막역한 친구인 손성교 관장으로 부터 들었다.

10년쯤 전이었을까. 최영의 관장의 초청으로 극진가라데 일본선수권대회를 참관했던 필자는 손성교 관장과 이야기를 나눌 수 있는 기회를 가졌다. 손성교(일본 이름 다케다 노부무) 관장은 오사카에서 한무관이라는 가라데도장을 경영하던 일본 무도계의 큰별이었다.

『지난 66년 한국학생 태권도 선수단이 일본에 원정과 교포에서 일본권법선수들과 대결했죠. 일본권법선수들은 얼굴에 검도선수가 쓰는 마스크를 써서 경기를 했습니다. 그러나 박연희와 박동근은 마스크

71년 박연희사범은 민단 오사까지부의 초청을 받아 일본으로 건너 가 민단계 청년 20명에게 태권도를 가르쳐 그들에게 조총련 행동대와 대결할 수 있는 전투력을 키워 주는 한편 조총련과 충돌이 있을 때는 '64 도쿄올림픽 유도 미들급 동메달리스트인 김의태와 함께 민단행동대의 선봉을 맡기도 했다.

일본 후지TV의 「깜짝 쇼」에도 출연, 격파시범등을 보인 박연희의 실력을 높이 평가한 손성교 관장은 최영의 관장에게 『박연희를 도쿄로 데려 가 당신의 후계자로 키우면 어떻소?』라고 제의했다.

그러나 어떤 일인지 최영의 관장은 이 제의에 고개를 가로 젖고 말았다.

손성교 관장으로부터 이 이야기를 전해 들은 필자는 서울에 돌아와서 박연희의 스승인 이종우 관장(현재 세계태권도연맹 부총재)을 만났을 때 『손성교 관장으로 부터 들은 이야기 입니다만 박연희를 데려가 키우라는 제의를 최영의 관장이 거절했답니다.』라고 전해 주었다.

『최영의 관장은 박연희를 좋아하지 않았습디다. 최영의 관장이 서울에 왔을 때 격파를 보여 주기로 되어 있었어요. 그보다 먼저 박연희의 격파가 있었습디다. 박연희는 격파도 일품이었죠. 박연희의 깨끗하고 힘찬 격파를 보더니 최영의 관장은 갑자기 자기는 격파를 하지 않겠다고 포기하더군요. 박연희에 견주어 자신의 격파에 자신이 없었던 것 같아요』

이종우 관장의 이 말을 듣고 보니 최영의 관장이 박연희 사범을 기피했던 까닭을 어렵잖이나마 알 것 같았다. 당시 아직 40대여서 투지는 뜨거웠던 최영의 관장은 뛰어난 실력을 지닌 박연희 사범에게 일종의 경계심을 품었던 것이 아닐까.

청소년들에게 태권도인으로서의 희망과 꿈을 심어 주기 위해서라도 태권도가 낳은 슈퍼스타들의 발자취를 재조명 해야겠다는 생각이 든다.

<양해를 구합니다.>

박연희 사범이 교국을 떠난지 하도 오래 지나고 보니 여기저기 심지어 언론기관 조사자료실까지 알아보았으나 그의 사진을 얻지 못했습니다. 이번 칼럼에 박연희 사범의 능률한 모습을 신지 못한 점 이쉽게 생각합니다.

스코어카드

의 쇠를 걸어차는 바람에 발이 피투성이 되면서도 일본권법 선수들에게 압승을 거두었어요. 아마 사상 최강의 팀이었던 것 같습니다.』

1942년 전북 정읍에서 태어나 전주 공교 우석대(뒤에 고려대와 통합)를 나온 박연희 사범은 고교 시절부터 태권도를 익히기 시작 앞차기와 주먹을 컴비네이션으로 묶은 독특한 주먹기를 개발했으며 1m 80cm의 장신을 이용한 그의 앞차기는 『한대 맞으면 안 쓰러지는 선수가 없었다』고 박동근사범이 증언할 정도로 무서운 공격기술이었다. 손성교 관장도 『극진 가라데의 문장규(최영의의 후계자로 현재 극진회관 관장)의 발기술이 매우 뛰어 나다는 이야기를 듣고 있지만 박연희가 분명 한수 위의 실력을 지니고 있었습니다.』고 격찬한다.

여자 8개체급 가운데 5개체급 여고생이 휩쓸어

97년도 국가대표 선발전 예선(1월 29일~2월 1일 국기원)은 한마디로 여고생 선수들의 눈부신 활약이 돋보인 대회였다.

플라이급의 심혜영(리라공고 1), 페더급의 홍영재(경성여실고 2), 라이트급의 신성분(리라공고 2), 미들급의 서영하(효원고 3), 헤비급의 권지희(리라공고 3) 등 여고생 선수들이 여자부 8개체급 가운데 5개 체급을 석권해 국내 여자 태권도 판도에 강한 변화가 일어날 것임을 예고했다.

김제경 복귀 순조

진승태 · 박희철 최종전서 재격돌

'97 국가대표 선발전 예선의 이모저모

리라공고 명문확인

리라공고는 3개체급 제패와 미들급의 오정희가 2위를 차지함으로써 명문임을 다시 확인했다.

특히 플라이급에서 1위를 차지한 심혜영은 리라공고 1년생으로 8개체급 우승자 가운데 가장 나이가 어린데다 중학 3학년때부터 태권도를 시작해 선수경력 고작 1년에 이토록 급성장 함으로써 태권도인들을 놀라게 만들었다.

아마도 초등학교때 육상선수로 활약했던 순발력이 태권도 선수로서 자라는데도 밑거름이 된 것 같다.

「지난해 우수선수 선발 대회에 이어 이번 결승에서

서미라선수(인청시청)를 물리친 것이 기뻐요.」라고 심혜영은 웃음을 띄며 소감을 털어 놓았다.

방영수코치는 「심혜영은 순간적인 찬스를 포착하는 감각이 남달리 뛰어난 선수입니다. 앞으로도 열심히 노력한다면 그 2000년 시드니 올림픽 때는 가슴에 태극기를 달고 있을 것입니다.」고 칭찬을 아끼지 않았다.

왕좌복귀 노리는 김제경

남자 헤비급의 대돌보인 김제경(상무 · 선수겸 코치)이 헤비급 1위를 차지함으로써 다시 왕좌복귀를

노리고 있다.

김제경은 94년 히로시마 아시안게임에서 우승했을 때 입은 무릎부상 탓에 수술을 받았으나 꺾이지 않는 투지로 중요대회에서는 계속 우승을 따내 다른 선수들에게 본보기가 되고 있다.

김제경은 90년 대통령기 미들급 1위를 시작으로 91년 대통령기, 92년 바르셀로나 올림픽 시범경기, 93년·95년 세계 선수권의 헤비급 6위 등 뛰어난 전적

플라이급 대표선수였던 진승태(진로종합식품)가 8강전에서 박희철(성균관대 1)에게 1-2로 지고 말았다.

진승태는 91년 종별 선수권대회 편급 1위를 첫 머리로 91, 92, 93년 대표선수 최종선발전에서 연거푸 편급 1위를 누렸고, 92년 대통령기와 전국체전, 93년 세계선수권, 94년 월드컵, 95년 세계선수권, 96년 전국체전의 편급우승, 96년 국방부장관기 플라이급 우



▲헤비급의 1위 김제경(상무)이 이승만 부회장으로부터 상장을 받고 있다.

을 남겼으나, 지난해 국가대표 최종선발전에는 나가지 못했다.

「지난해 국가대표 선수 최종선발전에 빠졌으나 이번에는 지금까지 보다 곱으로 멋진 경기를 펼칠 수 있도록 열심히 훈련하고 있습니다.」

김제경은 언제 보아도 듬직하다.

남자부 플라이급에서는 큰 이변이 일어났다. 95년

승 등 화려한 경력의 소유자다.

진승태의 패배라는 이변에 대해 그가 소속한 진로종합식품팀의 정국현 감독의 말을 들어 보았다.

심적부담 탓, 실력발휘 못해

「두 선수 모두 상대방에 대해 지나친 경계와 심적

부담을 안고 겨루었기 때문에 양쪽모두 지니고 있는 실력을 제대로 발휘 못한 것으로 본다.

박희철은 고교 2년때부터 플라이급의 국가대표로 뛴 역량있는 선수다. 그동안 국제대회에서 비록 입상은 못했지만 국제 경기감각을 익히게 되면 잘 뛸어 나갈 수 있을 것이다.

진승태는 지난해의 전적 우수자로 경기력 향상 분과위원회의 추천을 받아 최종선발전에 나갈 자격이 주어져 첫 경기에서 다시 박희철과 맞붙게 됐다.

예선전에서 당한 패배가 진승태의 투지를 새롭게 다지는 계기가 됐다면 최종선발전에서 두 선수는 볼만한 경기를 펼칠 것으로 예상된다.」



▲가장 나이 어린 우승자인 여자 플라이급의 심혜영(리라공고 1)이 박영수코치와 함께 기쁨의 포즈를 취하고 있다.

'97 국가대표 선발전 예선 전적

(상위 4명이 최종선발전에 진출)

■ 남자부

▲핀급

결 승 김태현(전북체고) 7:6 김종성(여수고)

준결승 김태현 1:0 조성민(단국공고) / 김종성 2:1 박동종(충남대)

▲플라이급

결 승 서상훈(진로종합식품) 2:2 박인수(풍생고) -1감점

준결승 박인수 2:0 박희철(성균관대) / 서상훈 3:1 이기철(경희대)

▲밴텀급

결 승 황병런(성균관대) 5:2 이순태(관동대)

준결승 황병런 기권승 김건일(보성) / 이순태 우세승 1:1 김천규(한체대)

▲페더급

결 승 김인동(조선대) 우세승 6:6 신준식(풍생고)

준결승 김인동 3:0 임광수(용인대) / 신준식 7:6 정기원(상무)

▲라이트급

결 승 이준희(용인대) 우세승 1:1 이동주(동아대)

준결승 이동주 2:0 하태호(한체대) / 이준희 2:0 김병욱(상무)

▲웰터급

결 승 류근무(경희대) 8:5 고성석(청주대)

준결승 류근무 2:0 박남석(부평기술고) /
고성석 2:1 양현모(군산대)

▲미들급

결 승 최희성(한체대) 5:5 윤귀상(고려대) -1감점

준결승 윤귀상 4:3 이영근(용인대) / 최희성 3:2 지상규(청주대)

▲헤비급

결 승 김제경(상무) 6:2 빙원철(한체대)

준결승 빙원철 6:5 심재섭(상무) / 김제경 5:1 이재성(성균관대)

■ 여자부

▲핀급

결 승 장정은(경희대) 5:3 박은경(광주협회)

준결승 장정은 우세승 1:1 전성아(충북체고) / 박은경 2:1 정하나(인천북공고)

▲플라이급

결 승 심혜영(리라공고) 6:5 서미라(인천시청)

준결승 서미라 2:1 윤송희(한체대) / 심혜영 3:2 윤희순(용인대)

▲밴텀급

결 승 이지은(경희대) 4:2 전남수(경성여실고)

준결승 전남수 기권승 박현기(한체대) / 이지은 3:0 김경희(송곡여고)

▲페더급

결 승 홍영재(경성여실고) 5:4 김지호(송곡고)

준결승 홍영재 기권승 최윤희(동신실업고) / 김지호 2:1 채혜경(경희대)



▲라이트급

결 승 신성분(리라공고) 4:2 이혜경(한체대)

준결승 신성분 우세승 2:2 김혜선(인천시청) / 이혜경 7:6 이현희(강원대)

▲웰터급

결 승 김미영(고려대) 7:5 안근아(한체대)

준결승 안근아 2:0 신세연(경성여실고) / 김미영 5:4 조미례(한체대)

▲미들급

결 승 서영하(효원고) 기권승 오정희(리라공고)

준결승 서영하 3:2 한은진(조선대) / 오정희 4:3 박은희(은광여고)

▲헤비급

결 승 권지희(리라공고) 기권승 서정화(강원대)

준결승 권지희 7:6 유승아(조선대) / 서정화 8:7 윤현숙(송곡고)

「월간 태권도」를 펴내면서



이 필 곤 회장

여러분들에게 태권도계의 소식을 전해드렸던 「태권도」지가 얼마
나 나오던 계간에서 달마다 나오는 월간으로 탈바꿈하게 된 것
을 또 하나의 발전이라 여기고 기쁘게 생각합니다.

「태권도」지의 월간화는 협회가 태권도인들에게 보다 많은 정보를
제공하려는 노력으로 받아 주시기 바랍니다.

협회는 2000년 시드니 올림픽에 정식종목으로 채택된 태권도가 지
구촌 가족들 속에 깊이 뿌리내리는 바탕이 이루어지도록 태권도성전
건립, 추진위원회 발족을 비롯해 경기규칙 개정, 품새 및 수련프로그
램 개발, 역사 및 정신 연구 등 당면한 과제의 연구, 개발에 이미 착
수했습니다.

태권도인들의 관심거리인 이러한 중요과제들을 해결해 나가기 위
해 논의를 벌일 수 있는 마당이 바로 「월간 태권도」입니다.

「월간 태권도」는 바로 태권도인 여러분의 「대화의 광장」인 것입니
다.

사람마다 생각새가 다르고 생각 또한 다르게 마련이지만 태권도인
이라는 연결고리로 하나가 되어있는 우리들은 대화를 통해 태권도계
의 나아갈 길을 모색해야만 합니다. 여러분의 건설적인 의견이 이 잡
지에 많이 반영되도록 참여해 주시기 바랍니다.

협회는 이 잡지를 통해 협회가 어떠한 뜻으로 어떠한 사업에 얼마
의 예산과 인력을 투입하는지, 또 협회사업에 여러분들이 어떻게 참
여해 주셔야 되는지 알기 쉽게 풀어서 전해드리려고 합니다.

모든 태권도인들이 한 날, 한 시에 한 자리에 모여 협회와 대화를
나누는 일은 불가능합니다만 「월간 태권도」의 특집기사를 통해서
그런 일이 가능하리라 생각합니다.

세삼 다시 강조하고 싶은 것은 「월간 태권도」가 모든 태권도인들
의 대화의 터전이라는 점입니다.

협회는 「월간 태권도」가 유익하고도 재미있는 잡지가 되도록 힘
쓰겠습니다.

태권도 발전사업은 모든 태권도인들이 주인공이며, 협회는 태권도
인의 뜻을 받들어 앞장서고 있는데 지나지 않습니다.

부디 「월간 태권도」가 태권도인 여러분들의 잡지라는 점을 잊지
마시고 애독해주시기 바랍니다.

「월간 태권도」를 통해 우리 모두 하나가 됩시다.

대한태권도협회
회장 이 필 곤

민족의 국기인 태권도는 한국문화의 총집합체일 뿐 아니라 우리의 정신 세계까지 간직하고 있습니다.

반만년이라는 민족의 긴역사가 태권도 품새 곳곳에 스며 있고 조상의 슬기와 열을 그 속에서 찾을 수 있는 것입니다.

뿌리가 없는 스포츠는 결코 세계적인 스포츠로 성장 할 수 없습니다. 태권도는 지금 전세계인의 스포츠로 성장했습니다.

태권도의 올림픽 정식종목 채택은 많은 의미를 내포하고 있습니다.

첫째는 이제 우리민족도 올림픽운동의 중심에 서게 되었다는 점이고, 둘째는 우리 말과 언어가 세계에서 4번째로 올림픽 공식언어가 되었다는 것입니다. 세번째는 올림픽에서 메달획득 전략에 청신호를 울려 스포츠 강국의 위치를 확고히 할 수 있는 기틀을 마련했다는 점이고, 아울러 앞서 말한대로 우리 문화와 정신세계를 전세계에 심어줄 수 있다는 것을 들 수 있다.

그러나 무엇보다도 더 고무적인 것은 50억 지구촌 인구가 TV를 통해 태권도를 본다는 뿌듯한 자부심과 민족적 자긍심을 크게 높혔다는 점, 그리고 우리나라와 우리나라 스포츠의 위상을 전세계인에게 깊히 인식시켰다는 점입니다.

2000년 시드니올림픽 정식종목 채택은 태권도 세계화의 완성이 아니고 태권도 세계화의 시작일 따름입니다.

지금까지 해온 일보다 더 많은 과제가 남아있는 것입니다.

먼저 세계인의 태권도답게, 전통만을 고집하지 말고 현대화된 룰과 운영방안이 검토 되어야하며 태권도 종주국에 걸맞은 태권도 성전이 건립되어야 합니다.

또한 시드니올림픽뿐만 아니라 올림픽사와 영원히 함께 남을 수 있도록 영구종목 채택을 추진해야하는 등 해야할 일이 산적해 있습니다.

지금까지 계간으로 발간해 온 “태권도”지는 국내 유일의 태권도 전문지로써 우리 태권도인에게 국내외 태권도의 신속한 정보를 제공해 주고 또한 하나로 단합시키는 촉매역할을 충실히 담당해 주었습니다.

신속하고 정확한 정보는 현대인에게는 필수요건이면서 경쟁에서 이길 수 있는 무기가 됩니다.

그런 의미에서 계간에서 월간으로 새롭게 태어난 태권도지가 태권도를 사랑하는 모든 이들에게 지침서로 자리를 잡고 더욱 알찬 지면으로 태권도 전문지의 역할을 충실히 담당해 주기를 바랍니다.

아울러 우리 태권도인이 풀어가야 할 많은 숙제에 대한 해답을 허심탄회하게 제시하고 토론하는 광장이 되어 세계화 추진에 날개가 되는 「월간 태권도」가 되기를 당부드립니다.

끝으로 「월간 태권도」의 무궁한 발전을 기원하면서 태권도인들이 더욱 단결하여 태권 창달의 새전기가 이룩되기를 진심으로 기원합니다.

IOC(국제올림픽위원회)위원

세계태권도연맹

총재 김 윤 용



김 윤 용 총재

「계간
태권도」의
월간화를
축하하며

개인종목 경기중 최고 31억 6천 2백여 만원

'97 대한태권도협회 예산안 통과

대한체육회 가맹경기단체가운데 개인경기 종목단체로는 가장 많은 31억 6천 2백여만원의 올해예산안이 지난 1월 23일 올림픽회관에서 대한태권도협회 97년도 정기대의원총회에서 의욕적인 사업계획안과 함께 통과됐다.

▼ 97년도 예산안통과를 알리는 이필곤 대한태권도협회 회장





▲ 남자부 라이트급 준결승전 - 하태근 선수(홍)가 정한백 선수(청)를 맞아 뒤차기공격을 시도



▲ 개회사를 대독하는 김순배 부회장

올해의 국가대표를 뽑는 97년도 국가대표선발
예선전이 지난 1월 29일부터 2월 1일까지 나흘동
안 국기원에서 남자부 354명, 여자부 138명 모두
492명의 선수들이 참가한 가운데 불꽃을 튀겼다.

이 예선전에서 입상한 남녀 8개체급 상위 4명,
모두 64명의 선수들은 96년 국가대표 1·2위 선
수, 96년 우수선수권대회 1·2위 선수들과 함께
최종선발전(2월 12일~14일·국기원)에서 대표
선수의 자리를 다툰다.

총 492명... 불꽃 혈전

'97 국가대표선발 예선전



정정 당당히

▶ 헤비급 왕자인
상무 김제경 선수의
선수선서

공정한 판정을

▶ 공정한 판정을 다짐하는
상임 심판원들





▲ 단기를 흔드는 최승우단장

5번째 실업팀 창단 실업 태권도에 큰 활기

다섯번째 실업팀인 삼성물산 태권도단이 지난 1월 27일 신라호텔 다이내스티 룸에서 창단식을 가졌다.

200여명의 관계자들이 참석한 이날의 창단식은 대학을 졸업하는 엘리트 선수들에게 계속 태권도에 접움을 불태울 수 있는 또 하나의 문호가 개방됐다는 점에서 태권도계의 뜨거운 관심을 모았다.



▲ 감독 김세혁
국가대표팀 코치 역임,
SBS 태권도 해설위원.



▲ 트레이너 김철호
한체대 졸업
'89, '91 세계 선수권 우승,
상명대 코치 역임.



▲ 삼성 태권도단 마스코트



▲ 창단 축하를 드는 삼성 태권도단 임원들



삼성물산태권도단



▲ 선수 이승민
74년생 / 경희대 졸업.
'93, '96 세계선수권 우승.
페더급.



▲ 선수 정광재
72년생 / 한체대 졸업.
'94 아시안 게임 금메달.
웰터급.



▲ 선수 원선진
74년생 / 경희대 졸업.
'89, '96 세계대회 우승.
밴텀급.

막강한 파괴력을 자랑한다.



무도의 증명

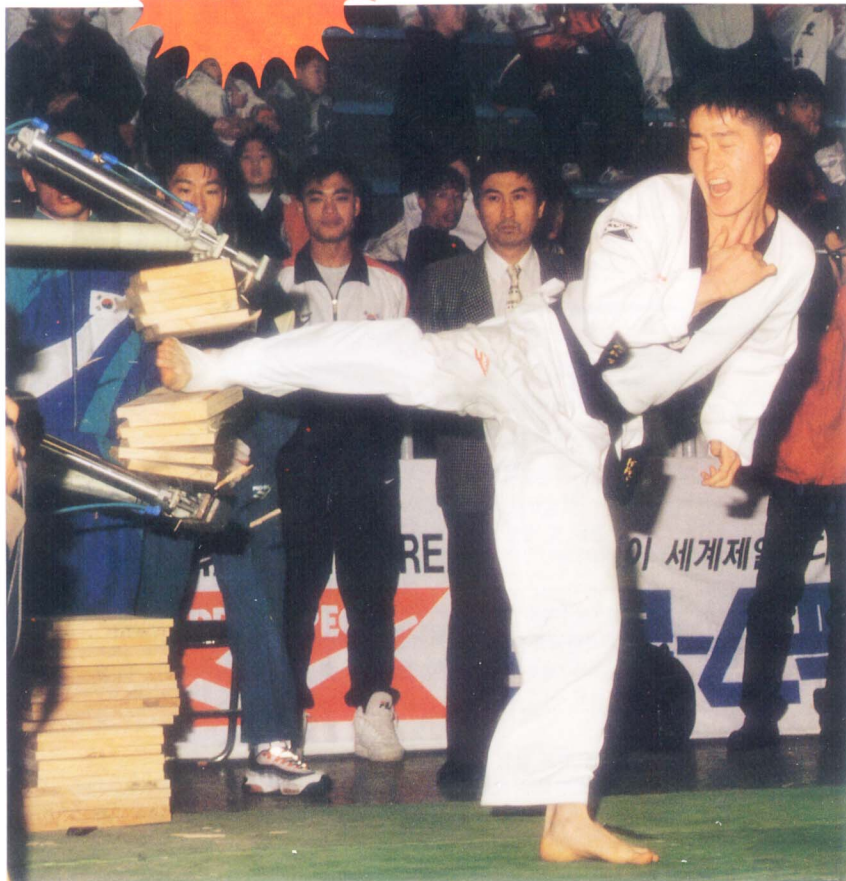
격파

막강한 파괴력을 나타내는 격파는 태권도가 무도임을 증명한다.

해를 거듭할수록 관심이 더해 가고 있는 태권도 한마당의 여러 종목 가운데도 격파는 가장 뜨거운 눈길을 끌고 있다.

협회는 태권도 한마당 운영개선 속에서 격파의 박진감을 어떻게 살릴 것인지 연구하고 있다.

(사진 : '96 태권도 한마당에서)





커버
스토리

무도가 지니는 숙연함



이규형사범의 품새는 언제 보아도 질도가 있어
무도가 지니는 숙연한 상쾌감을 느끼게 해 준다.

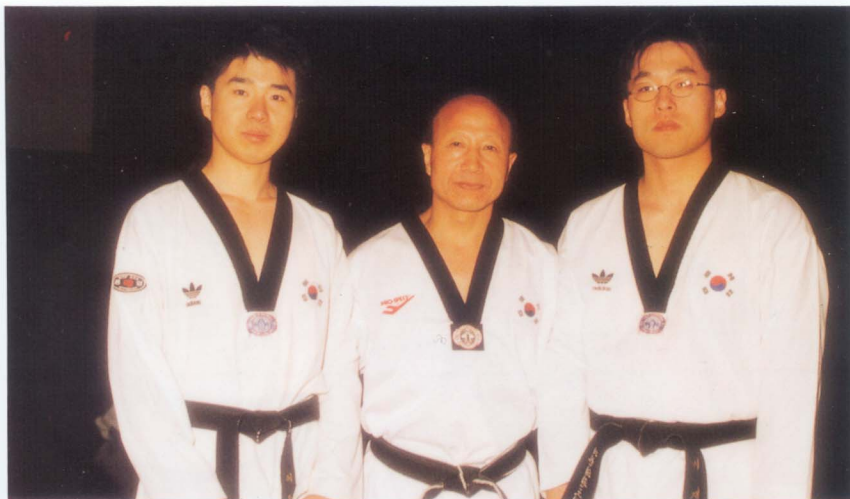
「동작할 때는 팔소매와 바지자락에서 바람 소리가
일어야 한다. 바람소리가 난다는 것은 그 동작이
빠르고 정확하고 강하다는 증명이다.」

이규형사범의 설명은 알아듣기 쉽도록 핵심을 찌
르고 있다.



| '86 아시안 게임때 미동 태권도 시범단

'86 아시안 게임을 앞두고 묘기를 펼치는 미동초등학교 태권도 시범단. 이제는 그들도 모두 어른이 됐을 것이다. 이규형 사범의 제자들은 태권도의 지도자로 속속 자라 나고 있다.



이규형 사범과 제자들

▲ 내일의 씩인 어린이들을 가르친다는 보람을 함께 느끼며, 이규형 사범을 도와주고 있는 이동원, 이재환 부사범

이규형 사범(50)은 중전에는 거의 불가능한 것으로 여겨져 왔던 무도교육과 민주교육을 제대로 조화시켜 태권도계 뿐만 아니라 교육계로부터도 주목을 끌만한 인물이다.

미동초등학교 태권도 시범단의 구성은 어린이들의 투표에 의해서 결정되고, 주장·부주장도 투표로 뽑는다.

하지만 일단 태권도 훈련에 들어가면 매우 엄격하다.

어린 제자들은 잘못을 저지르거나 문제가 생기면 새벽 1시, 2시에도 전화를 걸고 용서를 빌거나 도움말을 요청한다. 지도자와 제자들 사이의 두터운 신뢰감 구축은 이규형 사범의 태권도를 통한 인성교육이 성공을 거두고있음을 밝히고 있다.

초등학교때 싸우다 흠뻘 맞아

이젠 「힘받고 싸우면 안된다」



약 40년전 전북 장수초등학교에 다니던 이규형소년이 싸움을 했다가 흠뻘 두들겨 맞았다. 이 소년은 어린 나이에 복수심을 불태우며 강해지기 위해 태권도를 열심히 배우기 시작했다.

그 때의 소년은 어른으로 자라 미동초등학교와 국가대표 시범단의 단장에 오른만큼 태권도의 달인이 됐다.

「이제는 어린 제자들에게 절대로 힘을 믿고 싸움해서는 안된다」는 말을 해두는 입장이 됐다고 이규형 사범은 웃는다.



우리는 내일의 세계 챔피언

▲ 미동초등학교시범단의 놀라운 재주는 유연성, 민첩성, 순발력 등을 고루 강화하는 훈련이 바탕이 되어야 가능하다. 유연성을 키우기 위해 허리를 돌리며 파트너와 손뼉치기를 하는 어린이들.

▶ 미동초등학교 태권도부의 주장단들

(왼쪽부터) 맹형주 주장, 방덕권 부주장, 황준영 부주장, 김지나 부주장.

방덕권 부주장은 2학기 전교 어린이회 회장이고 김지나 부주장은 1학기 전교 어린이회 부회장이자 대전 EXPO 폐막식의 꿈돌이.

이들은 「태권도 뿐 만 아니라 학업과 친구 사귀기에도 힘쓰라」는 이규형 사범의 가르침이 맺은 열매들이다.



마스터 카드 TV 광고에도

이규형사범의 빼어난 품세는 마스터(MASTER) 카드의 TV광고에 소개됐을 정도다. 여러차례 출연을 사양한 끝에 「태권도를 널리 알리기 위해서……」라는 명분 뚜렷한 설득에 끝내 고개를 끄덕였다고. 이규형 사범은 그런 사람이다.



2000년을 향해 앞으로!

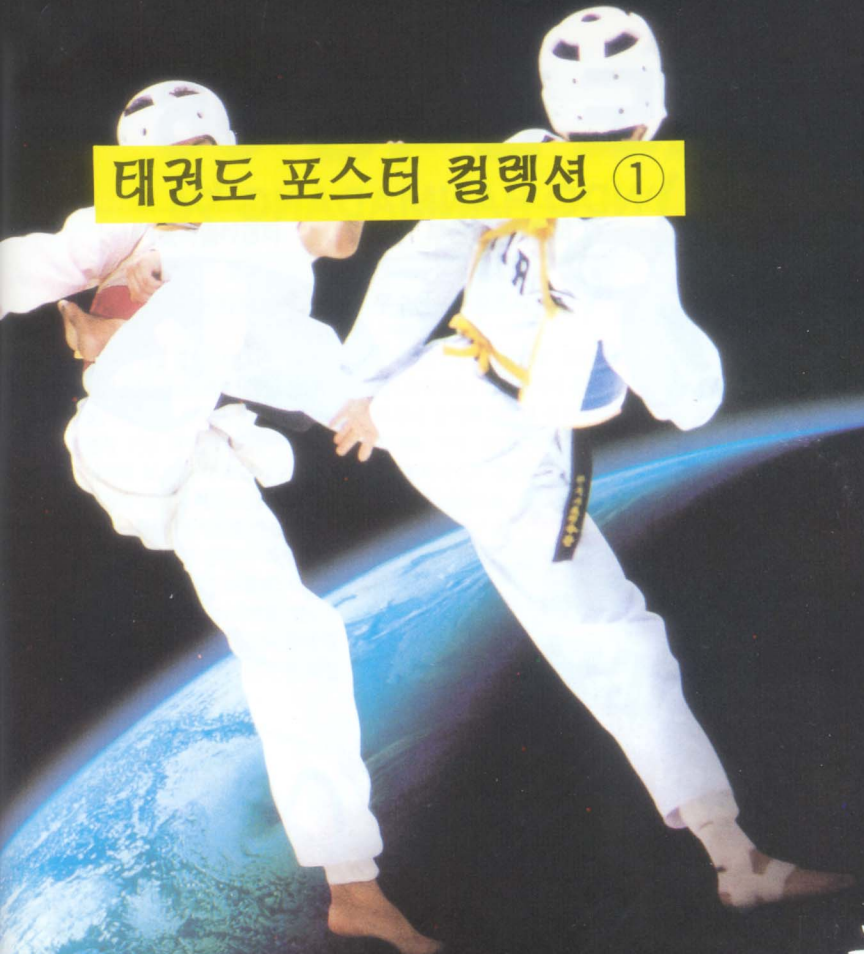


21세기는 태권도의 세기다.
2000년 시드니 올림픽을 첫 머리로 올림픽
정식종목이 된 태권도의 정신과 빼어난 무도
스포츠로서의 가치를 온세계에 확산시키는 세
기다.

그 영광스러운 역사적 사명은 내일의 주인
꿈인 어린이들이 짊어지게 된다.

우리 민족의 꿈을 실현시키기 위해 태권도
어린이들은 씩씩하게 자라고 있다.

태권도 포스터 컬렉션 ①



'88서울 올림픽에 이어 '92바르셀로나 올림픽에서도 태권도는 연거푸 시범종목으로 채택돼 온 세계에 한국고유의 무도가 지니고 있는 화려한 움직임과 빼어난 기술을 한껏 자랑했다.

이러한 준비단계를 거쳐 태권도는 끝내 2000년 시드니올림픽의 정식종목이 되는 영광을 안았다.



Jocs de la
XXVa Olimpíada
Barcelona 1992

Juegos de la
XXV Olimpiada
Barcelona 1992

Jeux de la
XXV^e Olympiad
Barcelona 1992

Games of the
XXV Olympiad
Barcelona 1992

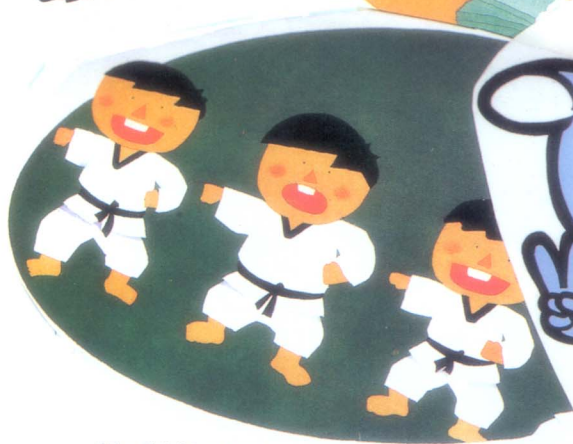
태권도 한마당 '96

TAEKWONDO HANMADANG '96



제1회

태권도 한마당 '92



태권도 한마당을 키웁시다.
 여러분의 잔치인 태권도 한마당이 보다 많은 태권도
 인, 그리고 국민들의 관심을 끌도록 좋은 개선 방안이
 있으면 그 아이디어를 알려 주십시오.

〈대한태권도 협회〉