

경기분석

시드니 올림픽 대표최종선발전
(2000년 1월 26~28일, 올림픽 역도경기장)



남자 -68kg 패자조 준결승전에서 강남원(경희대) 원발공격을 시도하고 있으나 김병욱(삼성에스원)이 날렵하게 피하고 있다. 김병욱이 1-0으로 승리를 거두고 대표팀에 선발됐다.

시드니 올림픽 대표 체급별

시드니 올림픽 태권도경기에 파견할 대표선수 최종 선발전이 1월 26일부터 28일까지 올림픽역도경기장에서 개최돼 체급별 대표 4명씩 총 16명의 선수들이 선발됐다.

이번 대회에는 지난해 시드니 올림픽 세계선발전과 아시아지역선발전에서 올림픽 출전권을 따온 김제경(삼성에스원), 김병욱(삼성에스원), 강해은(인천시청), 조항미(인천시청) 등 4명의 선수를 비롯해 지난해 4월 시드니 올림픽세계선발전 국

가대표선발전 1, 2위자, 지난해 12월에 열린 올림픽대표선발 1차 예선전과 2차 예선전 입상자 등 모두 49명이 출전해 올림픽 태극마크를 향해 치열한 접전을 펼쳤다

승자조에서 결승에 오른 2명과 패자부활전을 통해 결승에 오른 2명 등 각 체급별 4명씩 선발된 남·여 대표 16명은 2월 6일부터 태릉선수촌에 입촌하여 다시 3차례의 평가전을 치른 후 5월말 최종적으로 4명의 대표가 선발된다.

남자 -68kg

신준식(경희대), 노현구(한체대),
김병욱(삼성에스원), 유용진(국군체육부대)

우열을 가리기 힘들만큼 뛰어난 선수들이 많아 가장 치열한 접전을 펼친 체급이었다.

이 체급에 출전한 선수는 모두 14명. 선수들의 면면을 보면 모두 화려한 국제대회 전적을 갖고 있는 전, 현 국가대표선수들로 삼성에스원이 5명, 경희대

가 4명, 한체대와 한국가스공사가 각각 2명씩, 국군체육부대가 1명의 선수를 출전시켰다.

대회 첫날 열린 경기에서 힘이 좋고 빠른 신준식(경희대)은 같은 팀의 강남원과 정우열에게 승리를 거두고 3차전에 올라 김병욱(삼성에스원)을 맞아 1회전에 뒷차기로 1득점을 먼저 올린 뒤 3회에 다시 뒷차기를 추가해 2득점을 올리며 3회전에 1득점을 만회하는데 그친 김병욱에 2-1로 승리를 거두고 가장 먼저 대표로 선발됐다.

지난해 국가대표로 '99 세계선수권대회에 출전, 페

더급 우승 경력을 갖고 있는 노현구(한체대)는 한국가스공사의 이임수를 맞아 득점을 올리지 못한 가운데 우세승으로 3차전에 올라 월등한 신장을 이용한 다양한 발차기로 유용진(상무)에게 3-2로 승리를 거두고 대표팀에 선발됐다.

패자부활전에서는 지난해 시드니 올림픽 아시아 지역선발전에서 시드니 올림픽 본선 출전권을 따온 것을 비롯해 '95 세계선수권대회 패더급 우승과 '98 방콕 아시안게임 라이트급 우승을 차지한 김병욱(삼성에스원)이 경희대 강남원을 맞아 돌려차기를 적중시키며 1-0으로 승리를 거두고 대표로 선발됐다.

또한 지난해 시드니 올림픽세계선발전 대표선발전에서 유력한 우승후보들을 물리치고 우승을 차지하며 이번 대회에서도 변수로 기대를 모은 유용진(상무)은 승자조에서 삼성에스원의 윤종일을 1-0, 2차전에서 한체대의 신원일을 1-1 동점에 우세승으로 이기고 3차전에 올랐으나 한체대 노현구에게 3-2로 아깝게 패하며 패자부활전으로 가서 삼성에스원의 조진호와 격돌을 펼친 끝에 5-4로 승리를 거두고 대표팀에 합류하는데 성공했다.

4명씩 선발

한편 '99 세계선수권대회 밴텀급 금메달리스트인 고대환은 1차전에서 한국가스공사 김천규에게 3-1로 이기고 2차전에 올랐으나 같은팀 김병욱을 맞아 기권하며 패자부활전으로 가서 한체대의 신원일을 맞아 3-1로 이기고 2차전에 올랐으나 같은 팀 김동현과 만나 기권함으로써 탈락했다.

'99 세계선수권대회 플라이급 금메달리스트인 윤종일(삼성에스원)은 1차전에서 국군체육부대 유용진에게 1-0으로 패한 뒤 패자부활전으로 갔으나 같은팀 조진호와 만나 역시 기권하며 탈락했다.

남자 +80kg

**김제경(삼성에스원), 박천덕(경희대),
김경훈(삼성에스원), 문대성(삼성에스원)**

이 체급에는 삼성에스원 4명, 경희대 3명, 한체대 2명, 도시철도공사, 용인대, 춘천시청이 각각 1명씩 모두 12명의 선수가 출전해 태극마크를 노렸는데 삼성에스원에게서 3명, 경희대가 1명의 대표를 배출하는데 성공했다.

'93, '95, '97 세계태권도선수권대회 3연패, '94, '98 아시안게임 우승, '92 바르셀로나올림픽 우승을 자랑하고 있는 관록의 김제경은 이번 선발전에서 같은팀 문대성에게 2-1로 승리를 거두고 준결에 올라 같은팀 김경훈에게 기권승을 거두며 무난히 선발됐다.

스피드를 앞세운 박천덕은 1차전에서 같은팀 오선택을 만나 기권승을 거두고 2차전에서 도시철도공사 박형래와 치열한 접전 끝에 판정승을 거두고 준결에 올라 한체대 이석훈을 맞아 득점을 주고 받은 치열한 공방끝에 3-2로 승리를 거두며 대표팀에 합류했다.

한편 승자조에서 김제경에게 기권하고 패자조로 온 김경훈은 춘천시청의 이동완을 맞아 돌려차기, 뒷차기를 성공시키며 3-1로 승리를 거두고 대표팀에 합류했다.

또한 승자조에서 김제경에게 패하고 패자조로 온 문대성은 다양한 발차기를 구사하는 가운데 1차전에서 한체대 조원철에 5-2 판정승을 거두고 이어 이채성(성균관대)에게 2-1로 승리를 거두고 준결에 올라 한체대 이석훈을 맞아 돌려차기, 얼굴공격 등을 성공시키는 다양한 공격으로 4-1로 이기고 대표팀에 합류했다.

올해 웰터급 국가대표 1진으로 선발된 오선택은 1차전에서 오선택에게 기권한 뒤 패자조로 갔으나 이동완에게 3-2로 패하며 탈락했다.

지난해 세계선발전 국가대표선발전에서 이 체급에 우승을 차지한 박형래(도시철도공사)는 경희대 박천덕에게 2-2 동점에 감점 1점으로 패한 뒤 패자조로 갔으나 이동완에게 2-0으로 패하며 초반에 탈락했다.

여자 -57kg

**강해은(인천시청), 정재은(한체대),
심혜영(삼성에스원), 장지원(한체대)**

이 체급에는 모두 11명이 출전해 치열한 접전을 펼쳤다.

경희대가 장정은, 남보라, 채혜경, 강지현을 내세웠고 인천시청이 이지은과 강해은, 한체대가 장지원과 정재은, 삼성에스원이 신현순과 심혜영, 용인대가 이경숙을 출전시켰다.

'97, '99 세계선수권대회 2연패와 함께 지난해 세계선발전에서 올림픽 티켓을 따온 강해은(인천시청)은 2차전에서 같은팀의 이지은을 만나 우세승으로 준결에 올라 삼성에스원의 심혜영과 1, 2회전에 득점을 올리지 못하다가 3회말 원발 돌려차기를



여자 -67kg 패자조 준결승전은 치열한 접전의 연속이었다.
경희대 신경현(오른쪽)이 양준희(김제시청)에게
1-1 동점에 우세승을 거두고 대표팀에 선발됐다.

성공시키며 승리를 이끌었다.

한체대의 정재은은 같은팀의 장지원에게 기권승을 거두고 준결에 올라 경희대의 남보라를 만나 1회전에 뒷차기로 실점을 당하며 뒤졌으나 3회전에 돌려차기로 득점을 이끌어내며 파이팅 넘친 경기 운영으로 우세승을 거두었다.

경희대에서 김유진, 신경현, 오정희, 정진영, 삼성에스원 이 정명숙, 이선희, 인천시청 이 조항미, 용인대가 유현정, 김제시청이 양준희, 서울체고 가 김연지와 이인중, 송곡여고가 이정민을 출전시켰다.

세계선수권대회 3연패와 함께 세계선발전에서 올림픽출전권을 따온 조항미(인천시청)는 파이팅이 넘치는 원숙한 기량과 노련함을 보이는 가운데 경희대 오정희를 맞아 3-1로 판정승을 거두고 준결에 진출, 경희대 신경현을 맞아 원발 뒷차기로 몸통을 적중시키며 승리를 거두

었다. 올해 국가대표최종선발전에서 웰터급 1진으로 선발된 이선희(삼성에스원)는 서울체고 김연지를 맞아 3-1로 승리를 거두고 준결에 올라 서울체고 이인종을 맞아 1화와 3화 각각 득점을 올리며 2-0으로 승리를 거두고 대표팀에 합류했다.

조항미에게 패하고 패자조 준결로 넘어온 신경현

16명의 입상자 태릉 선수촌에서 강화훈련 3차례의 평가전 거쳐 5월말 최종 4명선발

강해은에게 패하며 패자조로 간 심혜영은 경희대 체해경을 맞아 득점이 없는 가운데 우세승으로 대표팀에 합류했다. 역시 승자조에서 정재은에게 기권하며 패자조로 온 장지원은 남보라와 접전을 벌인 끝에 4-3으로 승리를 거두고 대표팀에 합류했다. 한편 경희대의 강지현과 장정은은 신장과 체력에서 오는 열세로 초반에 탈락했고, '98 아시아선수권대회와 방콕 아시안게임에서 밴텀급 우승을 차지한 이지은은 같은 팀 강해은에게 패하며 패자조로 왔으나 용인대 이정숙에게 3회말 뒤돌려차기로 실점을 당하며 1-0으로 패배 초반 탈락했다.

여자 -67kg

조항미(인천시청), 이선희(삼성에스원),
신경현(경희대), 이인중(서울체고)

이 체급에는 모두 12명의 선수가 출전했다.

은 김제시청의 양준희를 맞아 득점을 주고 받는 팽팽한 접전 끝에 1-1 동점에 우세승을 거둔 신경현이 대표팀에 합류했다.

또한 유연성을 바탕으로 다양한 발차기를 구사하며 득점력을 과시해 차세대 주자로 떠오르는 이인중(서울체고)은 승자조에서 김제시청의 양준희를 5-4로 이기는 기염을 토하며 준결에 올랐으나 삼성에스원의 이선희에게 2-0으로 패한 뒤 패자조로 가서 같은 학교 1년 선배인 김연지(서울체고)를 맞아 4-4까지 가는 치열한 접전을 펼쳤는데 우세승을 거두고 대표팀에 합류하는데 성공했다.

한편 세계선수권대회 3연패의 관록을 자랑하는 정명숙(삼성에스원)이 체중을 감량하고 이 체급에 출전해 관심을 모았는데 파워와 스피드에서 밀리며 1차전에서 서울체고 김연지에게 1-0으로 패배했다.

공교롭게도 패자조에서도 다시 김연지와 겨루게 된 정명숙은 1-1 동점을 이루었으나 우세승을 내주고 초반에 탈락했다.

시드니 올림픽 대표최종선발전



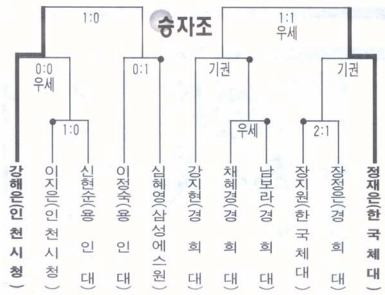
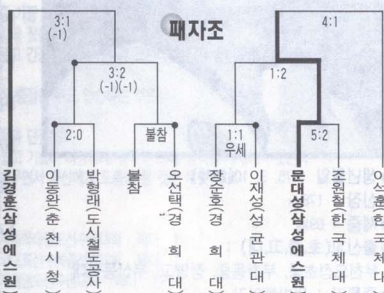
남자

-68kg



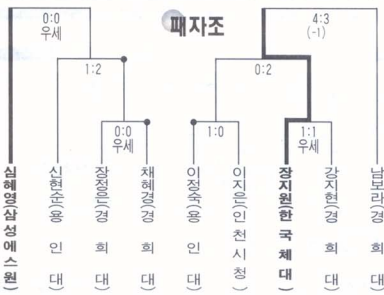
남자

+80kg



여자

-67kg



여자

-67kg



2000년 시드니 올림픽 대표선발 최종전 입상자 프로필



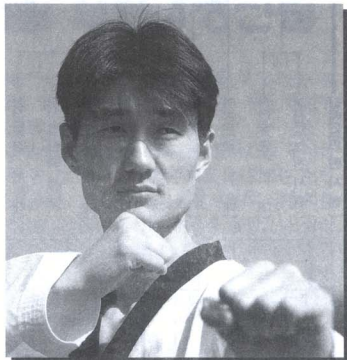
● 유용진 (상무)

- ▶이제 평가전만을 남겨두게 되었다. 소감 및 각오는?
최선을 다하자.
- ▶이번 대회에서 가장 힘들었던 상대는 누구였나? 어떻게 대처했는가?
침착하게 경기를 떨쳤다.
- ▶태권도를 언제부터 왜, 어디서, 누구에게 배우기 시작했는지?
초등학교 시절 몸이 허약해서.
- ▶징크스가 있는지? 있다면 어떤 것인지?
없다.
- ▶선수생활 중 가장 어려움을 느낀 때는 언제였는가? 슬럼프를 어떻게 해결했는가?
많은 운동량을 통하여 슬럼프를 벗어날 수 있었다.
- ▶경기를 앞두고 긴장감을 느끼는지? 느낀다면 어떤 방법으로 해소하려고 노력하는지?
긴장은 조금 하는 편이다.
- ▶훈련시 가장 중점을 두고 연습하는 것은?
체력과 전술에 역점을 둔다.
- ▶자신의 장점과 단점은?
스피드와 단점은 다양한 기술이 부족.
- ▶태권도를 배우면서 자신에게 도움이 된 것은 무엇인가?
인내를 배울 수 있었다.
- ▶주요전적
1996. 아시아태권도선수권대회 페더 2
1999. 한국대표선수최종선발대회 페더 3
2000. 한국대표선수최종선발대회 라이트 3

- ◆생년월일 : 75. 9. 10(25세)
- ◆신장 : 178cm
- ◆체중 : 69kg
- ◆출신교(초,중,고,대) :
부천오정초등, 부천동중, 정명고, 부산동아대
- ◆주특기 : 원발붙이기

● 김병욱 (삼성 에스원)

- ▶이제 평가전만을 남겨두게 되었다. 소감 및 각오는?
마지막이라는 각오로 최선을 다한다.
- ▶이번 대회에서 가장 힘들었던 상대는 누구였나? 어떻게 대처했는가?
모두다 최고의 기량을 선수였다.
- ▶태권도를 언제부터 왜, 어디서, 누구에게 배우기 시작했는지?
초등학교때 부모님 권위로.
- ▶징크스가 있는지? 있다면 어떤 것인지?
없다.
- ▶선수생활 중 가장 어려움을 느낀 때는 언제였는가? 슬럼프를 어떻게 해결했는가?
대학때 부상, 보강훈련
- ▶경기를 앞두고 긴장감을 느끼는지? 느낀다면 어떤 방법으로 해소하려고 노력하는지?
긴장은 하지만 두렵진 않다.
- ▶훈련시 가장 중점을 두고 연습하는 것은?
특점력.
- ▶자신의 장점과 단점은?
끝까지 최선을 다하는것.
- ▶태권도를 배우면서 자신에게 도움이 된 것은 무엇인가?
자신을 다스리는 법.
- ▶주요전적
1992. 세계대학태권도선수권대회 밴텀 1
1995. 세계선수권대회 페더 1
1998. 아시아태권도선수권대회 라이트 1
1998. 아시아인게임태권도경기 라이트 1
1999. 세계태권도선수권대회 라이트 2



- ◆생년월일 : 73. 9. 13(27세)
- ◆신장 : 189cm
- ◆체중 : 71kg
- ◆출신교(초,중,고,대) :
성남제2초, 양영중, 풍성고, 한국체대
- ◆주특기 : 돌려차기



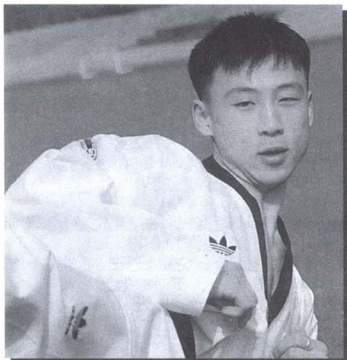
- ◆생년월일 : 79. 1. 3(21세)
- ◆신장 : 184cm
- ◆체중 : 70kg
- ◆출신교(초,중,고,대) :
성남북초, 성남서중, 풍생고, 한체대
- ◆주특기 : 주먹, 뒤차기, 내려차기

● 노현구 (한국체대)

- ▶이제 평가전만을 남겨두게 되었다. 소감 및 각오는?
무조건 앞으로 전진한다. 목숨 걸겠다.
- ▶이번 대회에서 가장 힘들었던 상대는 누구였나? 어떻게 대처했는가?
전선수들.
- ▶태권도를 언제부터 왜, 어디서, 누구에게 배우기 시작했는지?
6살부터 형을 따라서, 이성주 관장님께.
- ▶징크스가 있는지? 있다면 어떤 것인지?
없다.
- ▶선수생활 중 가장 어려움을 느낀 때는 언제였는가? 슬럼프를 어떻게 해결했는가?
중요한 시합에 졌을 때. 주위의 도움으로.
- ▶경기를 앞두고 긴장감을 느끼는지? 느낀다면 어떤 방법으로 해소하려고 노력하는지?
많이 웃는다.
- ▶훈련시 가장 중점을 두고 연습하는 것은?
하체훈련
- ▶자신의 장점과 단점은?
파이팅이 좋고 기술이 다양하다. 동작이 크다. 성격을 자제하지 못한다.
- ▶태권도를 배우면서 자신에게 도움이 된 것은 무엇인가?
예의, 자신감.
- ▶주요전적
1998. 세계대학태권도선수권대회 페더 1
1999. 한국대표선수최종선발대회 페더 1
1999. 세계태권도선수권대회 페더 1
1999. 전국체육대회 페더 1

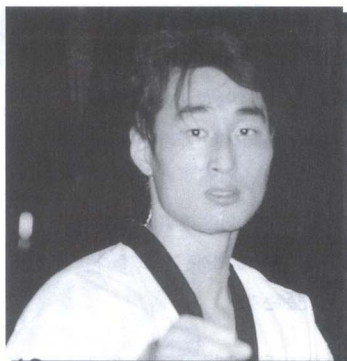
● 신준식 (경희대)

- ▶이제 평가전만을 남겨두게 되었다. 소감 및 각오는?
꿈만 같고 ... 최선을
- ▶이번 대회에서 가장 힘들었던 상대는 누구였나? 어떻게 대처했는가?
모두 다.
- ▶태권도를 언제부터 왜, 어디서, 누구에게 배우기 시작했는지?
단대 초등학교 때 문운홍 사범님에게.
- ▶징크스가 있는지? 있다면 어떤 것인지?
첫게임을 잘하지 못한다.
- ▶선수생활 중 가장 어려움을 느낀 때는 언제였는가? 슬럼프를 어떻게 해결했는가?
대학진학 때.
- ▶경기를 앞두고 긴장감을 느끼는지? 느낀다면 어떤 방법으로 해소하려고 노력하는지?
별로 없다. "꼭" 이긴다는 생각 안한다.
- ▶훈련시 가장 중점을 두고 연습하는 것은?
거루기.
- ▶자신의 장점과 단점은?
별로 없다.
- ▶태권도를 배우면서 자신에게 도움이 된 것은 무엇인가?
친구를 많이 사귀게 됐다.
- ▶주요전적
1997. 한국대표선수최종선발대회 페더 1
1999. 전국남·녀우수선수권대회 라이트 2
1999. 한국대표선수최종선발대회 라이트 1



- ◆생년월일 : 80. 1. 13(20세)
- ◆신장 : 173cm
- ◆체중 : 70kg
- ◆출신교(초,중,고,대) :
단대초, 서중, 풍생고, 경희대
- ◆주특기 : 빠른발

2000년 시드니 올림픽 대표선발 최종전 입상자 프로필



● 김경훈 (삼성 에스원)

- ▶이제 평가전만을 남겨두게 되었다. 소감 및 각오는?
최선을 다하여 평가전에 임한다.
- ▶이번 대회에서 가장 힘들었던 상대는 누구였나? 어떻게 대처했는가?
이동환. 평소 나의 스타일대로
- ▶태권도를 언제부터 왜, 어디서, 누구에게 배우기 시작했는지?
초등학교 3학년때 부모님의 권유로 성남동 화랑체육관 윤원근 사범님께 배웠다.
- ▶징크스가 있는지? 있다면 어떤 것인지?
없다.
- ▶선수생활 중 가장 어려움을 느낀 때는 언제였는지? 슬럼프를 어떻게 해결했는지?
대표탈락 때 정신적인 어려움. 그러나 다시 기회가 있다고 생각했다.
- ▶경기를 앞두고 긴장감을 느끼는지? 느낀다면 어떤 방법으로 해소하려고 노력하는지?
별로 긴장하지 않는다.
- ▶훈련시 가장 중점을 두고 연습하는 것은?
특정력 훈련.
- ▶자신의 장점과 단점은?
신체적 조건이 좋다. 근파워 부족.
- ▶태권도를 배우면서 자신에게 도움이 된 것은 무엇인가?
최선을 다하면 길이 있다는 것.
- ▶주요전적

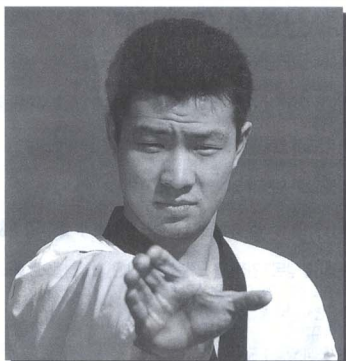
1994.	군월계임태권도경기	웰터 1
1996.	아시아태권도선수권대회	웰터 1
1997.	월드컵태권도선수권대회	웰터 1
1997.	세계태권도선수권대회	웰터 3

- ◆생년월일 : 75. 7. 15(25세)
- ◆신장 : 195cm
- ◆체중 : 80kg
- ◆출신교(초,중,고,대) :
성내초, 자양중, 동성고, 한국체대
- ◆주특기 : 뒷차기

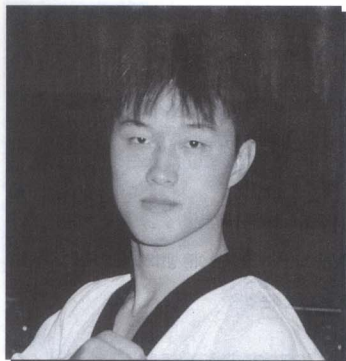
● 문대성 (삼성 에스원)

- ▶이제 평가전만을 남겨두게 되었다. 소감 및 각오는?
최선을 다할 것이다.
- ▶이번 대회에서 가장 힘들었던 상대는 누구였나? 어떻게 대처했는가?
최선을 다했다.
- ▶태권도를 언제부터 왜, 어디서, 누구에게 배우기 시작했는지?
초등학교 5학년때 태권도가 좋아서 학교 이화현 관장님께.
- ▶징크스가 있는지? 있다면 어떤 것인지?
특별한 것은 없다.
- ▶선수생활 중 가장 어려움을 느낀 때는 언제였는지? 슬럼프를 어떻게 해결했는지?
평상시 꾸준한 연습이 최선이라고 생각했다.
- ▶경기를 앞두고 긴장감을 느끼는지? 느낀다면 어떤 방법으로 해소하려고 노력하는지?
상대와의 경기를 머리속으로 그리며 대응방안을 연구한다.
- ▶훈련시 가장 중점을 두고 연습하는 것은?
오른 돌려차기, 내려차기.
- ▶자신의 장점과 단점은?
상대방의 장점을 내것으로 만드는 것.
- ▶태권도를 배우면서 자신에게 도움이 된 것은 무엇인가?
좋은 선후배를 얻게 되었다.
- ▶주요전적

1996.	세계대학태권도선수권대회	헤비 1
1998.	세계대학태권도선수권대회	헤비 1
1999.	세계태권도선수권대회	헤비 1
2000.	한국대표선수최종선발대회	헤비 1



- ◆생년월일 : 74. 9. 3(26세)
- ◆신장 : 190cm
- ◆체중 : 90kg
- ◆출신교(초,중,고,대) :
구월초, 구월중, 리라공고, 동아대
- ◆주특기 : 뒷차기



● 박천덕 (경희대)

- ▶이제 평가전만을 남겨두게 되었다. 소감 및 각오는?
최선을 다하겠다.
- ▶이번 대회에서 가장 힘들었던 상대는 누구였나? 어떻게 대처했는가?
없다.
- ▶태권도를 언제부터 왜, 어디서, 누구에게 배우기 시작했는지?
초등학교 3학년때 부산에서 김중동 관장님께.
- ▶징크스가 있는지? 있다면 어떤 것인지?
없다.
- ▶선수생활 중 가장 어려움을 느낀 때는 언제였는가? 슬럼프를 어떻게 해결했는가?
99년도에 아버지가 돌아가셨을 때. 훈련으로 극복했다.
- ▶경기를 앞두고 긴장감을 느끼는지? 느낀다면 어떤 방법으로 해소하려고 노력하는지?
가끔 느낀다. 웃으면서 즐긴다.
- ▶훈련시 가장 중점을 두고 연습하는 것은?
생각하며 하는 연습겨루기.
- ▶자신의 장점과 단점은?
장점: 특점력이 뛰어나다. 단점: 흥분을 잘 한다.
- ▶태권도를 배우면서 자신에게 도움이 된 것은 무엇인가?
사교성이 많아졌다.
- ▶주요전적
1997. 전국체육대회 미들 1
1999. 한국대표선수최종선발대회 미들 2
2000. 한국대표선수최종선발대회 미들 1

- ◆생년월일 : 79. 4. 14(21세)
- ◆신장 : 183cm
- ◆체중 : 82kg
- ◆출신교(초,중,고,대) :
부산금정초등, 함도중, 개금고
- ◆주특기 : 빠른발, 나래차기

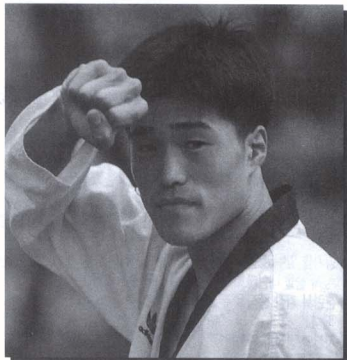
● 김제경 (삼성 에스원)

- ▶이제 평가전만을 남겨두게 되었다. 소감 및 각오는?
지금까지 해왔던 훈련을 생각하며 최선을 다하겠다.
- ▶이번 대회에서 가장 힘들었던 상대는 누구였나? 어떻게 대처했는가?
같은 팀의 문대성 선수.
- ▶태권도를 언제부터 왜, 어디서, 누구에게 배우기 시작했는지?
초등학교 때 태권도가 좋아서. 울산병영체육관 김화영, 최영근 사범님께.
- ▶징크스가 있는지? 있다면 어떤 것인지?
늘 하던대로.
- ▶선수생활 중 가장 어려움을 느낀 때는 언제였는가? 슬럼프를 어떻게 해결했는가?
부상 당했을 때.
- ▶경기를 앞두고 긴장감을 느끼는지? 느낀다면 어떤 방법으로 해소하려고 노력하는지?
항상 긴장은 있으며, 물을 조금씩 마신다.
- ▶훈련시 가장 중점을 두고 연습하는 것은?
체력.
- ▶자신의 장점과 단점은?

- ▶태권도를 배우면서 자신에게 도움이 된 것은 무엇인가?

참을성
주요전적

- | | | | |
|-------------------|------|-------------------|------|
| 1992. 아시아태권도선수권대회 | 헤비 1 | 1992. 올림픽대회태권도경기 | 헤비 1 |
| 1993. 세계태권도선수권대회 | 헤비 1 | 1994. 아시아태권도선수권대회 | 헤비 1 |
| 1994. 아시아게임태권도경기 | 헤비 1 | 1995. 세계태권도선수권대회 | 헤비 1 |
| 1997. 월드컵태권도선수권대회 | 헤비 1 | 1997. 세계태권도선수권대회 | 헤비 1 |
| 1998. 아시아태권도선수권대회 | 헤비 1 | 1998. 아시아게임태권도경기 | 헤비 1 |



- ◆생년월일 : 70. 11. 10(30세)
- ◆신장 : 187cm
- ◆체중 : 87kg
- ◆출신교(초,중,고,대) :
울산병영초, 중앙중, 울산공고, 동아대
- ◆주특기 : 뒷차기

2000년 시드니 올림픽 대표선발 최종전 입상자 프로필



● 장지원 (한국체대)

- ▶이제 평가전만을 남겨두게 되었다. 소감 및 각오는?
최선을 다해서 꼭 1등 할 것이다.
- ▶이번 대회에서 가장 힘들었던 상대는 누구였나? 어떻게 대처했는가?
이정숙, 차분히 뛰었다.
- ▶태권도를 언제부터 왜, 어디서, 누구에게 배우기 시작했는지?
중학교 3학년때 운동을 좋아하고 태권도를 하고싶었다. 권오민 코치님.
- ▶징크스가 있는지? 있다면 어떤 것인지?
없다.
- ▶선수생활 중 가장 어려움을 느낀 때는 언제였는가? 슬럼프를 어떻게 해결했는가?
없다.
- ▶경기를 앞두고 긴장감을 느끼는지? 느낀다면 어떤 방법으로 해소하려고 노력하는지?
나는 할 수 있다는 신념으로 긴장을 푼다.
- ▶훈련시 가장 중점을 두고 연습하는 것은?
체력훈련.
- ▶자신의 장점과 단점은?
연결, 스텝이 잘 안된다. 신장과 해아겠다는 정신력으로 뚫는다.
- ▶태권도를 배우면서 자신에게 도움이 된 것은 무엇인가?
항상 최선을 다하는 마음.
- ▶주요전적

1998.	한국대표선수최종선발대회	라이트	3
1999.	전국체육대회	라이트	1
1999.	전국교·여우선수권대회	페더	1
2000.	한국대표선수최종선발대회	페더	1

◆생년월일 : 79. 8. 30(21세)

◆신장 : 174cm

◆체중 : 59kg

◆출신교(초,중,고,대) :

연은초, 상신중, 경성여실, 한체대

◆주특기 : 돌려차기

● 심혜영 (삼성 에스원)

- ▶이제 평가전만을 남겨두게 되었다. 소감 및 각오는?
최선을 다해서 우승.
- ▶이번 대회에서 가장 힘들었던 상대는 누구였나? 어떻게 대처했는가?
모두 다 힘든 상대였다. 침착하게 대응했다.
- ▶태권도를 언제부터 왜, 어디서, 누구에게 배우기 시작했는지?
중학교 3학년 시작할 무렵 철산여중에서 이재원 사범님께.
- ▶징크스가 있는지? 있다면 어떤 것인지?
없다.
- ▶선수생활 중 가장 어려움을 느낀 때는 언제였는가? 슬럼프를 어떻게 해결했는가?
없다.
- ▶경기를 앞두고 긴장감을 느끼는지? 느낀다면 어떤 방법으로 해소하려고 노력하는지?
깊게 숨을 내쉰다.
- ▶훈련시 가장 중점을 두고 연습하는 것은?
체력.
- ▶자신의 장점과 단점은?
장점:스텝.
- ▶태권도를 배우면서 자신에게 도움이 된 것은 무엇인가?
사교성이 좋아졌다.
- ▶주요전적

1997.	동아사이경기대회	-49kg급	1
1998.	아시아태권도선수권대회	플라이	2
1999.	여자세계태권도선수권대회	플라이	2
2000.	한국대표선수최종선발대회	플라이	1



◆생년월일 : 80. 10. 29(20세)

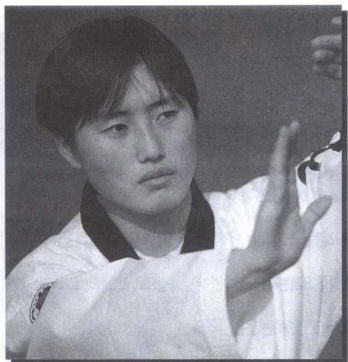
◆신장 : 164cm

◆체중 : 52kg

◆출신교(초,중,고,대) :

성포초, 장충여중, 리라공고, 용인대

◆주특기 : 빠른발



● 정재은 (한국체대)

- ▶이제 평가전만을 남겨두게 되었다. 소감 및 각오는?
아무런 느낌이 없다. 그냥 최선을 다해야겠다는 생각 뿐이다.
- ▶이번 대회에서 가장 힘들었던 상대는 누구였나? 어떻게 대처했는지?
모두다 힘든 상대였다. 코치의 작전 지시를 따라다.
- ▶태권도를 언제부터 왜, 어디서, 누구에게 배우기 시작했는지?
초등학교때 오빠 따라서 다녔다.
- ▶징크스가 있는지? 있다면 어떤 것인지?
없다.
- ▶선수생활 중 가장 어려움을 느낀 때는 언제였는지? 슬럼프를 어떻게 해결했는지?
대학교 1학년 때 하리가 많이 아프고 전적이 안좋을 때.
- ▶경기를 앞두고 긴장감을 느끼는지? 느낀다면 어떤 방법으로 해소하려고 노력하는지?
별로 느끼지 않는다.
- ▶훈련시 가장 중점을 두고 연습하는 것은?
스텝.
- ▶자신의 장점과 단점은?
연결 공격이 없다.
- ▶태권도를 배우면서 자신에게 도움이 된 것은 무엇인가?
자신감.
- ▶주요전적

- 1997. 여자세계태권도선수권대회 페더 1
- 1998. 아시아태권도선수권대회 페더 3
- 1999. 여자세계태권도선수권대회 밴텀 2
- 2000. 한국대표선수최종선발대회 밴텀 1

◆생년월일 : 80. 1. 11(20세)

◆신장 : 163cm

◆체중 : 56kg

◆출신교(초,중,고,대) :

은천초, 자양중, 한림여실고, 한국체대

◆주특기 : 빠른발

● 강해은 (인천시청)

- ▶이제 평가전만을 남겨두게 되었다. 소감 및 각오는?
오로지 우승뿐이다.
- ▶이번 대회에서 가장 힘들었던 상대는 누구였나? 어떻게 대처했는지?
인천시청의 이지는 정신력으로 대처.
- ▶태권도를 언제부터 왜, 어디서, 누구에게 배우기 시작했는지?
초등학교 5학년 때 도복이 멋있어서, 체육관에서 이장돈 관장님께.
- ▶징크스가 있는지? 있다면 어떤 것인지?
없다.
- ▶선수생활 중 가장 어려움을 느낀 때는 언제였는지? 슬럼프를 어떻게 해결했는지?
2000년 국가대표 선발전 운동량을 늘렸다.
- ▶경기를 앞두고 긴장감을 느끼는지? 느낀다면 어떤 방법으로 해소하려고 노력하는지?
긴장감을 느낀다. 발차기를 한다.
- ▶훈련시 가장 중점을 두고 연습하는 것은?
거리
- ▶자신의 장점과 단점은?
장점: 탄력이 좋다. 단점: 서두른다.
- ▶태권도를 배우면서 자신에게 도움이 된 것은 무엇인가?
정신수양
- ▶주요전적

- 1994. 아시아태권도선수권대회 라이트 3
- 1996. 월드컵태권도선수권대회 라이트 2
- 1997. 여자세계태권도선수권대회 라이트 1
- 1998. 세계대학태권도선수권대회 페더 1
- 1999. 여자세계태권도선수권대회 페더 1



◆생년월일 : 77. 7. 9(23세)

◆신장 : 170cm

◆체중 : 56.75kg

◆출신교(초,중,고,대) :

면중초, 용곡중, 경성여실고, 상명대

◆주특기 : 뒷차기

2000년 시드니 올림픽 대표선발 최종전 입상자 프로필



● 이인중 (서울체육고)

- ▶이제 평가전만을 남겨두게 되었다. 소감 및 각오는?
최선을 다하겠다.
- ▶이번 대회에서 가장 힘들었던 상대는 누구였나? 어떻게 대처했는가?
모두 침착하게 과감하게 대처했다.
- ▶태권도를 언제부터 왜, 어디서, 누구에게 배우기 시작했는지?
초등학교 4학년 때, 체육관.
- ▶징크스가 있는지? 있다면 어떤 것인지?
있다.
- ▶선수생활 중 가장 어려움을 느낀 때는 언제였는가? 슬럼프를 어떻게 해결했는가?
경기를 앞두고 긴장감을 느끼는지? 느낀다면 어떤 방법으로 해소하려고 노력하는지?
정신을 집중한다.
- ▶훈련시 가장 중점을 두고 연습하는 것은?
연결, 순발력.
- ▶자신의 장점과 단점은?
장점: 얼굴공격, 단점: 연결발이 없다.
- ▶태권도를 배우면서 자신에게 도움이 된 것은 무엇인가?
집중력.
- ▶주요전적
1998. 협회장기전국남녀단체대항대회 -67kg급 1
1999. 문화관광부장관기전국남·여중고대회 라이트 1

- ◆생년월일 : 82. 8. 2(18세)
- ◆신장 : 175cm
- ◆체중 : 62kg
- ◆출신교(초,중,고,대) :
금촌초, 고양중, 서울체육고
- ◆주특기 : 돌려차기

● 신경현 (경희대)

- ▶이제 평가전만을 남겨두게 되었다. 소감 및 각오는?
일단 선발이 되어서 기쁘다. 꼭 시드니에 가겠다.
- ▶이번 대회에서 가장 힘들었던 상대는 누구였나? 어떻게 대처했는가?
항상 당당하고 자신감있게 공격을 펼치는 조항미.
- ▶태권도를 언제부터 왜, 어디서, 누구에게 배우기 시작했는지?
중학교 3학년말에 호기심으로 체육관에 갔다가 두달 정도 배우고 고등학교 입학하면서,
문산중고 양상식 관장님께 배우기 시작했다.
- ▶징크스가 있는지? 있다면 어떤 것인지?
있다. 초콜릿을 꼭 먹어야 한다.
- ▶선수생활 중 가장 어려움을 느낀 때는 언제였는가? 슬럼프를 어떻게 해결했는가?
대학전학 못하고 시정팀으로 갔을 때이다. (이것도 운명이라나 생각하니 마음이 편해졌음.)
- ▶경기를 앞두고 긴장감을 느끼는지? 느낀다면 어떤 방법으로 해소하려고 노력하는지?
많이 긴장하는 편이다. 기도하고 이긴다라고 다짐 또 다짐하고 음악을 듣는다.
- ▶훈련시 가장 중점을 두고 연습하는 것은?
특기발과 체력이다.
- ▶자신의 장점과 단점은?
중량에 비해 스피드가 빠르다고 생각한다. 단점은 마음이 좀 약한 편이다.
- ▶태권도를 배우면서 자신에게 도움이 된 것은 무엇인가?
나에 대한 자신감이 생겼고 도가 무엇인지 조금은 알 것 같다.
- ▶주요전적
1998. 세계대학대권도선수권대회 헤비 1
1999. 한국대표선수최종선발대회 헤비 1
2000. 한국대표선수최종선발대회 헤비 1



- ◆생년월일 : 77. 12. 12(23세)
- ◆신장 : 173cm
- ◆체중 : 67kg
- ◆출신교(초,중,고,대) :
금촌초, 파주여중, 문산중합고
- ◆주특기 : 뒷차기, 오른발(공격,방어)



● 이선희 (삼성 에스원)

- ▶이제 평가전만을 남겨두게 되었다. 소감 및 각오는?
최선을 다해서 꼭 올림픽을 나가겠다.
- ▶이번 대회에서 가장 힘들었던 상대는 누구였나? 어떻게 대처했는가?
태권도를 언제부터 왜, 어디서, 누구에게 배우기 시작했는지?
초등학교 5학년 때 부모님의 권유로 체육관에서.
- ▶점크스가 있는지? 있다면 어떤 것인지?
진다는 생각이 자주 들면 그날은 꼭 지게 된다.
- ▶선수생활 중 가장 어려움을 느낀 때는 언제였는지? 슬럼프를 어떻게 해결했는지?
98년, 99년 때. 그냥 훈련시간에 열심히 했다.
- ▶경기를 앞두고 긴장감을 느끼는지? 느낀다면 어떤 방법으로 해소하려고 노력하는지?
느낀다. 그냥 편하게 생각한다. 상대선수를 생각하고 무엇을 해야하는지 생각한다.
- ▶훈련시 가장 중점을 두고 연습하는 것은?
연결과 스텝
- ▶자신의 장점과 단점은?

- ◆생년월일 : 78. 10. 21(22세)
- ◆신장 : 170cm
- ◆체중 : 66kg
- ◆출신교(초,중,고,대) :
삼송초, 고양중, 고양중고, 용인대
- ◆주특기 : 뒷차기

- ▶태권도를 배우면서 자신에게 도움이 된 것은 무엇인가?
자신감이 생겼다.
- ▶주요전적
1996. 아시아태권도선수권대회 라이트 1
1998. 아시아태권도선수권대회 라이트 3
1998. 아시안게임태권도경기 라이트 2
2000. 한국대표선수취종선발대회 웰터 1

● 조향미 (인천시청)

- ▶이제 평가전만을 남겨두게 되었다. 소감 및 각오는?
인생의 마지막인 기회 놓치고 싶지 않습니다.
- ▶이번 대회에서 가장 힘들었던 상대는 누구였나? 어떻게 대처했는가?
전 선수이다.
- ▶태권도를 언제부터 왜, 어디서, 누구에게 배우기 시작했는지?
중학교 2학년 때 선생님 권유로
- ▶점크스가 있는지? 있다면 어떤 것인지?
선수생활 중 가장 어려움을 느낀 때는 언제였는지? 슬럼프를 어떻게 해결했는지?
전국체전 마치고, 선생님과 많은 만남.
- ▶경기를 앞두고 긴장감을 느끼는지? 느낀다면 어떤 방법으로 해소하려고 노력하는지?
경기시 기압.
- ▶훈련시 가장 중점을 두고 연습하는 것은?
커트나 연결.
- ▶자신의 장점과 단점은?
장점: 하이킥이 좋다. 단점: 단발.
- ▶태권도를 배우면서 자신에게 도움이 된 것은 무엇인가?
여러 사람을 만나도 당당해지는 것 같다.
- ▶주요전적



- 1991. 여자세계태권도선수권대회 웰터 3 / 1992. 세계대학태권도선수권대회 웰터 2
- 1993. 월드컵태권도경기 웰터 1 / 1994. 아시아태권도선수권대회 웰터 3
- 1995. 여자세계태권도선수권대회 웰터 1 / 1996. 아시아태권도선수권대회 웰터 1
- 1997. 월드컵태권도선수권대회 웰터 2 / 1997. 여자세계태권도선수권대회 웰터 1
- 1998. 월드컵태권도선수권대회 웰터 1 / 1998. 아시안게임태권도경기 웰터 1
- 1999. 여자세계태권도선수권대회 라이트 1 / 2000. 한국대표선수취종선발대회 라이트 1

- ◆생년월일 : 73. 4. 15(27세)
- ◆신장 : 167cm
- ◆체중 : 62kg
- ◆출신교(초,중,고,대) :
산곡초, 부인천여중, 인천체고, 경희대
- ◆주특기 : 오·원 받아치기, 찌기, 턴

세계대학선수권대회 파견 남녀 경희대 5명의 대표 배출하며

오는 3월 29일부터 4월 2일까지 대만 가오슝에서 열리는 제 6회 세계대학선수권대회에 파견될 남녀 국가대표선발전이 지난 1월 24일 한체대 체육관에서 펼쳐졌다.

이번 대회에는 대학에 재학 중인 선수로 전국 규모대회에서 입상전적이 있는 선수들에게만 출전자격을 부여한 데다 세계대학선수권대회가 대학생들만이 출전할 수 있기 때문에 졸업을 앞둔 4학년이 출전 자격을 잃어 참가선수족이 줄었다. 또한 대회 이틀 후부터는 시드니 올림픽

대표최종선발전이 있어 이 대회 출전을 앞두고 있는 대학선수들이 부상 등을 우려해 출전을 포기함으로써 출전선수는 상당히 적어 박진감이 떨어졌다.

남자부 86명, 여자부 38명 등 모두 123명의 선수가 참가한 가운데 열린 이번 대회는 토너먼트식 복합경기 방식으로 2분 3회전 경기로 진행됐는데 경희대가 5명, 한체대와 용인대가 각각 4명, 조선대와 고려대, 상명대가 각각 1명씩 대표를 배출했다.

핀급 김대룡, 끝까지 투혼 발휘하며 역전승

남자부 경기에서는 용인대가 3명, 한체대와 경희대가 각각 2명씩, 조선대가 1명의 대표선수들을 배출했다.

용인대는 이번 대회에서 플라이급 김대룡, 페더급 이태웅, 라이트급 정동혁이 뛰어난 활약을 보이며 태극마크를 달게 됐다.

올해 국가대표최종선발전에서 플라이급 1진으로 선발돼 오는 5월 홍콩에서 열리는 제 14회 아시아 선수권대회에 파견을 앞두고 있는 김대룡은 이번 세계대학선수권대회 파견 국가대표선발전에서도 플라이급 대표로 선발됨으로써 올해 국제대회 2관왕을 노리게 됐다.

김대룡은 원발 빠른발을 주특기로 한체대 이용운에게 2-0, 성균관대 박희철을 3-0으로 이기고 결승에 올라 역시 준결에서 고려대 손우락을 1-1에 우세승으로 이기고 결승에 올라온 동아대 문정훈과 태극마크를 놓고 치열한 접전을 펼쳤다.

1회전에 문정훈은 돌려차기와 뒷차기로 김대룡을 공격하며 2-0으로 앞서 나갔다. 2회전에 김대룡은 원발 돌려차기로 1득점을 올려 2-1로 득점차를 좁

혔다. 이어 3회전에서도 김대룡은 종료직전까지 적극적인 공격을 펼친 끝에 원발 빠른발로 득점을 추가하며 2-2 동점을 이루었다.

심판원들은 2회와 3회에 적극적인 공격을 펼친 김대룡에게 우세 판정을 내림으로써 김대룡은 역전승을 거둘 수 있었다.

1회 2-0으로 지고 있는 상황에서도 끝까지 포기하지 않고 최선을 다해 역전승을 거둔 김대룡에게 관중들은 많은 박수를 보내며 축하를 아끼지 않았다.

페더급에 출전한 이태웅은 우수한 신체적 조건을 바탕으로 준결에서 한체대 이창희를 맞아 치열한 접전 끝에 3-3 동점에 우세승을 거두고 결승에 올라 충남대 박순웅을 돌려차기로 공격, 1-0으로 승리를 거두고 태극마크를 달았다.

라이트급 정동혁은 뛰어난 뒷차기 기술을 발휘하는 가운데 예선에서 경원대 홍춘식에게 2-0, 준결에서 경희대 박기덕을 판정승으로 이기고 결승에 올라 경원대 장세웅을 무려 4-1로 크게 이기며 태극마크를 달게돼 기쁨을 감추지 못했다.

대표 16명 선발 최강 자랑



▲남자 페더급 결승에 오른 이태웅(용인대·왼쪽)이 박순웅(충남대)을 맞아 2회 원발뒷차기로 득점을 올리며 1-0으로 승리를 거두었다.

한편 경희대와 한체대는 각각 2명씩 남자 대표를 배출했다.

경희대는 편급 김진희가 빠른발을 주특기로 용인대 고현석을 2-0, 경희대 조성민을 1-0으로 이기고 결승에 올라 강원대 김남진에게 3-1로 승리를 거두

이 뛰어난 기량을 발휘하는 가운데 체급 정상에 올라 태극마크의 주인공이 됐다.

김민수는 용인대 이영우를 3-1로 이기고 결승에 올라 고려대 윤귀상을 맞아 1회초 빠른발 공격을 퍼부으며 득점을 먼저 올린 가운데 2회에 받아차기

전국규모대회 입상한 대학 재학생 123명 출전 올림픽 최종예선 관계로 출전선수 적어 아쉬움

고 대표로 선발됐다.

또한 웰터급 이광석은 성균관대 김재광에게 2-0, 동아대 엄광흠에 2-0, 용인대 이영근에 1-0으로 차례로 이기고 결승에 올라 한체대 조원철의 뒷발 공격을 받아차기로 역습하는 가운데 2-1로 승리를 거두고 체급 정상에 올랐다.

한체대는 미들급과 헤비급에서 김민수와 이석훈

를 내주며 1-1동점을 이루는 팽팽한 대결 끝에 우세승을 거두었다.

한편 이석훈은 조선대 홍광석, 한체대 송성빈, 계명대 천희라를 차례로 이기고 결승에 올라 계명대 현재호를 맞아 3-2로 승리를 거두고 체급 정상에 올랐다.

1명의 대표를 배출한 조선대는 '98 아시아선수권

제 6회 세계대학태권도선수권대회 한국대표선발대회

대회 금메달리스트인 김의철이 밴텀급에서 경희대 홍률락, 경희대 장원모를 이기고 결승에 올라 용인대 유현석을 맞아 원발 돌려차기를 연속적으로 성공시키며 3-0으로 이기고 태극마크를 달았다.

한편 핀급 김남진과 라이트급 장세웅 등 결승에 2

미향. 미들급 박은희가 뛰어난 활약을 보이며 태극마크를 달게 됐다.

핀급의 강지현은 157cm의 키에 46kg의 작은 체구에도 불구하고 유연성과 승부근성을 바탕으로 적극적인 공격을 펼치며 용인대 윤희순을 3-1, 용인대

『작은 땅콩』 강지현, 국가대표 주혜원 물리치고 정상에

명을 진출시키며 이목을 모았던 경원대는 경희대 김진희와 용인대 정동혁에 각각 판정패함으로써 국가대표 배출에 실패했다.

여자부 경기에서는 경희대가 3명, 한체대 2명, 용인대와 고려대, 상명대가 각각 1명씩 대표를 배출했다.

경희대는 이번 대회에서 핀급 강지현, 페더급 박

양은정을 2-0으로 이기고 결승에 올라 신장이 월등한 데다 올해 국가대표 핀급 1진으로 선발된 한체대 주혜원을 맞아 빠른발로 상대방의 공격을 차단하는 가운데 오른발 뒷차기로 몸통 공격을 성공시키며 3-1로 승리를 거두는 기염을 토했다.

여자 페더급 박미향은 경원대 주미영에 1-0, 용인대 이정숙을 1-1 동점에 우세승으로 이기고 체급

인터뷰

한국대학태권도연맹 조 근 중 전무이사

한국 남·여 종합우승 목표 - 가장 유력한 상대국은 대만



오는 3월 29일부터 4월 2일까지 대만 가오슝에서 열리는 제 6회 세계대학태권도선수권대회에 파견할 남·여 국가대표가 선발됐다.

대표선발전을 가진 한국대학태권도연맹의 조근중 전무이사로부터 이번 대회의 전망에 대해 들어보았다.

◀조근중 전무이사(한양대 교수)▶

- 이번 세계대학선수권대회에는 몇개국에서 참가하며, 한국의 목표는?

모두 20여개국에서 참가할 것으로 예상된다. 그동안 한국은 남자부가 모두 5연패를 달성했으며 여자는 지난 98년 멕시코에서 열린 5회 대회에서 대만에 종합우승의 자리를 내주며 준우승을 차지한 것을 제외하곤 4회 대회까지 종합우승을 차지했다. 이번 대회에서 남자는 물론 여자부에서도 종합우승을 차지해 세계최강의 실력을 보여줄 수 있도록 하겠다.

- 한국의 가장 유력한 상대국가는 어느 나라인가?

한국을 가장 위협할 상대국은 역시 대만이다. 대만은

이번 대회를 개최하는 나라이기 때문에 여자부 뿐만 아니라 남자부에서도 한국을 따돌리기 위해 총력을 기울일 것으로 보인다. 그리고 스페인, 프랑스, 네덜란드 선수들이 역대 대회에서 뛰어난 경기력을 보여주었다. 체력과 체격면에서 앞서는 이들 유럽선수들의 도전이 거셀 것으로 전망된다.

- 이번에 선발된 국가대표 선수들의 훈련일정은?

각 대학별로 선수들이 훈련을 가지면서 기술 및 체력훈련을 갖고 난 후 대회 파견전에 10일 정도 합동훈련을 가질 예정이다. 이 기간 동안 코칭스태프와 선수간의 호흡을 맞추고 정신력 강화 및 상대국 선수들에 대한 대응전략을 집중적으로 훈련할 예정이다.

제 6회 세계대학태권도선수권대회 한국대표선발대회

정상에 올랐고, 미들급 박은희는 경원대 김미란에게 1-1 동점에 우세승, 한체대 황미선에 1-0으로 승리를 거두고 태극마크를 달았다.

한편 한체대는 플라이급 최유리, 라이트급 양혜정, 등 2명의 대표를 배출하는데 성공했다.

플라이급 최유리는 빠른발을 주특기로 목원대 박신애를 2-1, 용인대 오정길을 2-1로 이기고 승리를 거두었다.

라이트급 양혜정은 동아대 김수현과 막상막하의 경기를 펼치며 2-2 동점을 이룬 끝에 우세승으로 준결에 올라 고려대 김미영을 1-0으로 이기고 결승

에 올라 경원대 김정은에 3회 2득점을 올리며 2-0으로 승리를 거두었다.

웰터급에 출전한 상명대의 하민숙은 경희대 정진영에 2-1, 고려대 우연정에 2-0으로 각각 승리를 거두고 대표로 선발됐다.

한편 용인대는 밴텀급 김태정이 월등한 체격조건을 바탕으로 경희대 전성아를 몰아붙여 1-1 동점에 우세승을 거두고 대표로 선발됐다.

고려대는 '98 월드컵태권도대회에서 우승을 차지한 권지희가 노련미를 바탕으로 경희대의 김순주를 4-2로 이기고 승리를 거두어 대표로 선발됐다.

입상자명단

		남 자 부		여 자 부	
체 급	등 위	성 명	소속학교	성 명	소속학교
핀	1	김진희	경희대	강지현	경희대
	2	김남진	경원대	주혜원	한체대
	3	조성민	경희대	양은정	용인대
플라이		명재진	한체대	박효진	용인대
	1	김대룡	용인대	최유리	한체대
	2	문정훈	동아대	오정길	용인대
	3	손우락	고려대	박신애	목원대
밴텀		박희철	성균관대	오성숙	용인대
	1	김의철	조선대	김태정	용인대
	2	유현석	용인대	전성아	경희대
	3	박성현	성균관대	이옥미	성신여대
페더		장원모	경희대		
	1	이태웅	용인대	박미향	경희대
	2	박순웅	충남대	이정숙	용인대
	3	이원재	조선대	차세영	용인대
라이트		이창희	한체대	주미영	경원대
	1	정동혁	용인대	양혜정	한체대
	2	장세웅	경원대	김정은	경원대
	3	박기덕	경희대	김미영	고려대
웰터		장택상	성균관대		
	1	이광석	경희대	하민숙	상명대
	2	조원철	한체대	우연정	고려대
	3	이영근	용인대	정진영	경희대
미들		성지민	계명대		
	1	김민수	한체대	박은희	경희대
	2	윤귀상	고려대	황미선	한체대
	3	노진영	한체대	김미란	경원대
헤비		이영우	용인대		
	1	이석훈	한체대	권지희	고려대
	2	현재호	계명대	김순주	경희대
	3	고경민	관동대		
		천희라	계명대		

제 6회 세계대학태권도선수권대회 파견 국가대표 프로필(남자)



편 금

김 진 희

경희대학교

- 생년월일(나이) : 80. 11. 16 (20) ■ 키 : 174cm ■ 몸무게 : 57kg
- 출신학교(초-중-고-대) : 남천초 - 배명중 - 리라공고 - 경희대
- 주특기 : 빠른발
- 좌우명 : 최고보다 최선을
- 태권도를 언제부터 배우기 시작했나 : 초등학교 3학년
- 선수생활 중 목표 : 국가대표
- 선수생활 장래 후 장래 희망 : 체육교사
- 주요 경기전적 : '98 한국대표선수최종선발대회 편 3위
- '99 한국대표선수선발예선대회 편 2위

플라이급

김 대 릉

용인대학교

- 생년월일(나이) : 80. 9. 14 (20) ■ 키 : 169cm ■ 몸무게 : 59kg
- 출신학교(초-중-고-대) : 동교초-한성중-한성고-용인대
- 주특기 : 원발, 빠른발
- 좌우명 : 자만은 패배를 부른다
- 태권도를 언제부터 배우기 시작했나 : 초등학교 2학년
- 선수생활 중 목표 : 국가대표, 기억에 남을 수 있는 선수가 되길
- 선수생활 장래 후 장래 희망 : 교수나 지도자
- 주요 경기전적 : '98 전국체육대회 플라이 1위
- '99 전국대학개인대회 플라이 1위
- '99 한국대표선수최종선발대회 플라이 1위



밴텀급

김 의 현

조선대학교

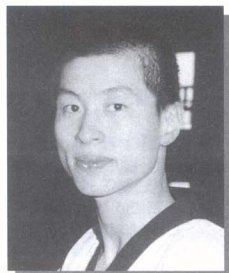
- 생년월일(나이) : 80. 3. 22 (20) ■ 키 : 175cm ■ 몸무게 : 65kg
- 출신학교(초-중-고-대) : 양동초-문성중-문성고-조선대
- 주특기 : 원발, 플러지기
- 좌우명 : 최선을 다하자
- 태권도를 언제부터 배우기 시작했나 : 초등학교 3학년
- 선수생활 중 목표 : 2001년 국가대표
- 선수생활 장래 후 장래 희망 : 교수
- 주요 경기전적 : '96 세계주니어태권도선수권대회 밴텀 2위
- '97 동아시아경기대회 -58kg 1위
- '98 아시아태권도선수권대회 밴텀 1위

페더급

이 태 웅

용인대학교

- 생년월일(나이) : 79. 9. 12 (21) ■ 키 : 176cm ■ 몸무게 : 68kg
- 출신학교(초-중-고-대) : 영동초-동신중-금정고-용인대
- 주특기 : 나래자기
- 좌우명 : 언제나 최선을
- 태권도를 언제부터 배우기 시작했나 : 초등학교 3학년
- 선수생활 중 목표 : 올림픽 대표
- 선수생활 장래 후 장래 희망 : 지도자
- 주요 경기전적 : '97 전국종별선수권대회 페더 1위
- '99 대통령기전국단체대항대회 단체전 1위
- '99 한국대표선수최종선발대회 페더 3위



제 6회 세계태권도선수권대회 파견 국가대표 프로필(남자)



라이트급

정 동 혁

용인대학교

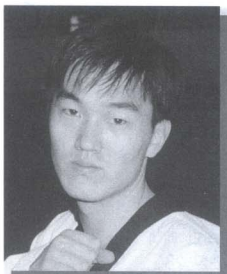
- 생년월일(나이) : 79. 8. 6 (21) ■ 키 : 177cm ■ 몸무게 : 72kg
- 출신학교(초-중-고-대) : 철포초-흥해중-경북체고-용인대
- 주특기 : 뒷차기
- 좌우명 : 최선을 다하자
- 태권도를 언제부터 배우기 시작했나 : 중학교 2학년
- 선수생활 중 목표 : 국가대표
- 선수생활 장래 후 장래 희망 : 지도자
- 주요 경기전적 : '97 문화체육부장관기남녀중고대회 웰터 1위
'99 대통령기전국단체대항대회 단체전 1위
'99 전국체육대회 라이트 3위

웰터급

이 광 석

경희대학교

- 생년월일(나이) : 77. 9. 14 (23) ■ 키 : 182.5cm ■ 몸무게 : 72kg
- 출신학교(초-중-고-대) : 제주 서귀중앙초-남주중-남주고-경희대
- 주특기 : 뒷발 받아차기
- 좌우명 : 하면된다
- 태권도를 언제부터 배우기 시작했나 : 초등학교 2학년
- 선수생활 중 목표 : 국가대표
- 선수생활 장래 후 장래 희망 : 훌륭한 지도자
- 주요 경기전적 : '96 전국체육대회 웰터 1위
'97 전국체육대회 웰터 2위
'99 전국체육대회 웰터 2위



미들급

김 민 수

한국체육대학교

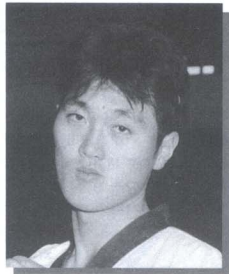
- 생년월일(나이) : 80. 1. 2 (20) ■ 키 : 183cm ■ 몸무게 : 78kg
- 출신학교(초-중-고-대) : 동성중-서울체고-한국체대
- 주특기 : 빠른발
- 좌우명 : 열심히 살자
- 태권도를 언제부터 배우기 시작했나 : 유치원
- 선수생활 중 목표 : 국가대표
- 선수생활 장래 후 장래 희망 : 사업가
- 주요 경기전적 : '94 전국소년체육대회 미들 1위
'97 전국중률선수권대회 예비 1위
'99 전국체육대회 미들 2위

헤비급

이 석 훈

한국체육대학교

- 생년월일(나이) : 79. 10. 1 (21) ■ 키 : 189cm ■ 몸무게 : 86kg
- 출신학교(초-중-고-대) : 수성초-금성중-금성고-한국체대
- 주특기 : 원발 돌려차기
- 좌우명 : 자기 목표를 가지고 살자
- 태권도를 언제부터 배우기 시작했나 : 초등학교 1학년
- 선수생활 중 목표 : 세계 최고의 선수
- 선수생활 장래 후 장래 희망 : 지도자
- 주요 경기전적 : '97 전국체육대회 헤비 1위
'99 전국체육대회 헤비 1위
'99 한국대표선수최종선발대회 헤비 3위



제 6회 세계태권도선수권대회 파견 국가대표 프로필(여자)



김 지 현

경희대학교

- 생년월일(나이) : 81. 1. 11 (19) ■ 키 : 157cm ■ 몸무게 : 46kg
- 출신학교(초-중-고-대) : 천호초-신암중-은광고-경희대
- 주특기 : 빠른발
- 좌우명 : 최고보다는 최선을
- 태권도를 언제부터 배우기 시작했나 : 중학교 3학년
- 선수생활 중 목표 : 국가대표
- 선수생활 장래 후 장래 희망 : 선생님
- 주요 경기전적 : '97 전국체육대회 편 1위
- '98 전국체육대회 편 1위
- '99 전국대학개인대회 편 1위

플라이급

최 유 리

한국체육대학교

- 생년월일(나이) : 80. 1. 13 (20) ■ 키 : 162cm ■ 몸무게 : 50kg
- 출신학교(초-중-고-대) : 강덕초-야탑중-송곡여고-한국체대
- 주특기 : 빠른발
- 좌우명 : 최고보다는 최선을
- 태권도를 언제부터 배우기 시작했나 : 초등학교 3학년
- 선수생활 중 목표 : 국가대표
- 선수생활 장래 후 장래 희망 : 교수
- 주요 경기전적 : '97 전국중별선수권대회 플라이 1위
- '98 전국대학대회 겸 세계대학대회 대표선발전 플라이 1위
- '99 전국체육대회 플라이 3위

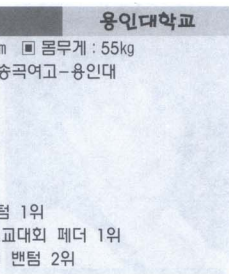


밴텀급

김 태 정

용인대학교

- 생년월일(나이) : 79. 11. 10 (21) ■ 키 : 167cm ■ 몸무게 : 55kg
- 출신학교(초-중-고-대) : 유현초-수유여중-송곡여고-용인대
- 주특기 : 앞발상단
- 좌우명 : 최고가 되자
- 태권도를 언제부터 배우기 시작했나 : 초등학교
- 선수생활 중 목표 : 국가대표
- 선수생활 장래 후 장래 희망 : 장교, 지도자
- 주요 경기전적 : '97 전국중별선수권대회 밴텀 1위
- '97 용인대총장기전국남녀고교대회 페더 1위
- '99 회장기전국대학대항대회 밴텀 2위



페더급

박 미 향

경희대학교

- 생년월일(나이) : 80. 3. 16 (20) ■ 키 : 169cm ■ 몸무게 : 59kg
- 출신학교(초-중-고-대) : 송덕초-성신여중-배성여중-경희대
- 주특기 : 빠른발
- 좌우명 : 최선을 다하자
- 태권도를 언제부터 배우기 시작했나 : 초등학교 3학년
- 선수생활 중 목표 : 후회를 남기지 말자
- 선수생활 장래 후 장래 희망 : 코치
- 주요 경기전적 : '98 협회장기전국남녀단체대항대회 -57kg 1위
- '99 회장기전국대학대항대회 페더 2위
- '99 전국체육대회 페더 2위



제 6회 세계대학태권도선수권대회 파견 국가대표 프로필(여자)



라이트급

양혜정

한국체육대학교

- 생년월일(나이): 80. 12. 4 (20) ■ 키: 168cm ■ 몸무게: 61kg
- 출신학교(초-중-고-대): 신례초-효돈중-한림여실-한국체대
- 주특기: 빠른발
- 좌우명: 최고보다 최선을
- 태권도를 언제부터 배우기 시작했나: 초등학교 5학년
- 선수생활 중 목표: 국가대표
- 선수생활 장래 후 장래 희망: 교수
- 주요 경기전적: '97 전국남녀우수선수권대회 웰터 3위
'99 국방부장관기단체대항대회 라이트 1위
'99 전국남녀우수선수권대회 라이트 2위

웰터급

하민숙

상명대학교

- 생년월일(나이): 78. 4. 17 (22) ■ 키: 173cm ■ 몸무게: 62kg
- 출신학교(초-중-고-대): 경성여실고-상명대
- 주특기: 원발
- 좌우명: 후회없는 삶
- 태권도를 언제부터 배우기 시작했나: 고등학교 2학년
- 선수생활 중 목표: 국가대표
- 선수생활 장래 후 장래 희망: 교수
- 주요 경기전적: '97 전국남녀우수선수권대회 미들 3위
'98 전국대학대회 겸 세계대학대회 대표선발전 미들 1위
'99 전국체육대회 웰터 3위



미들급

박은희

경희대학교

- 생년월일(나이): 80. 1. 14 (20) ■ 키: 170cm ■ 몸무게: 68kg
- 출신학교(초-중-고-대): 역삼초-은광여중-은광여고-경희대
- 주특기: 빠른발, 원발 걷고 때리기
- 좌우명: 최고보다 최선을
- 태권도를 언제부터 배우기 시작했나: 초등학교 3학년
- 선수생활 중 목표: 세계대회를 꼭 뛰고 싶다
- 선수생활 장래 후 장래 희망: 지도자, 선생님
- 주요 경기전적: '97 한국대표선수최종선발대회 미들 3위
'97 전국체육대회 미들 1위
'99 대통령기전국단체대항대회 단체전 1위

헤비급

권지희

고려대학교

- 생년월일(나이): 79. 5. 7 (21) ■ 키: 180cm ■ 몸무게: 78kg
- 출신학교(초-중-고-대): 중마초-용곡중-리라공고-고려대
- 주특기: 돌려차기
- 좌우명: 할 수 있다는 자신감, 해야 한다는 책임감
- 태권도를 언제부터 배우기 시작했나: 중학교 2학년
- 선수생활 중 목표: 세계 최고의 선수
- 선수생활 장래 후 장래 희망: 선생님
- 주요 경기전적: '97 한국대표선수최종선발대회 헤비 2위
'98 월드컵태권도선수권대회 헤비 1위
'99 회장기전국대학대항대회 헤비 1위



(2000년 1월25일, 올림픽회관 중회의실)

총 22억 7백만원의 예산과 시드니 올림픽 제패를 위해 총력

대한태권도협회는 1월 25일 11시에 올림픽회관 중회의실에서 정기 대의원총회를 열고 99년도 사업 및 수지 결산과 올해 사업계획 및 예산을 승인했다.

올해 예산은 전년도 결산액 수준으로 동결된 규모인 22억 7백 만원으로 확정됐다.

사업의 주요 목표는 사상 처음 올림픽에 태권도가 정식종목으로 참가하게 되는 역사적

인 해를 맞아 시드니 올림픽의 제패를 통해 국위선양과 위상강화를 도모하고 국제교류와 홍보의 확충으로 태권도의 올림픽 영구종목 채택을 위해 총력을 기울이기로 했다.

또한 중중국의 내실을 기하기 위해 도장활성화를 위한 연구개발에 힘쓰는 한편 재정기반 확충을 위해 사단법인으로 체제를 개편키로 했다.

시도지부 및 연맹, 중앙대의원 등 모두 21명의 대의원 전원과 시도협회 임원 등 태권도 지도자들이 대거 참가한 가운데 열린 이날 총회에서 김운용 회장은 인사말을 통해 “올해는 2000년 시드니 올림픽이 열리고 태권도가 정식종목으로 참가하는 역사적인 해를 맞이했다.”며 태권도에서 많은 메달을 따내 한국이 10위권 안에 들 수 있도록 경기력향상에 박차를 가해 줄 것을 당부했다.

또한 “올림픽 정식종목 영구화를 위해서 우선 시드니 올림픽에서 전세계 태권도인들의 공감을 얻을 수 있도록 공정하고 매끄럽게 태권도 경기를 성공적으로 개최하는데 힘을 쏟아야 한다.”고 강조했다.

또한 법인화를 통하여 재정자립을 추진할 수 있도록 수익사업 전개를 위해 치밀한 준비작업을 함으로써 태권도협회의 내실을 기할 수 있도록 할 것과 일선도장활성화를 위해서도 지속적으로 대책을 수립하고 시행해 나가기 위해서 연구개발에 힘쓰기로 했다.

한편, 태권도인들의 염원인 태권도전당을 추진함에 있어서는 정부와 긴밀한 협조를 통해서 중중국의 위상을 확립하고 세계태권도인들이 찾고 싶어 하는 한국문화의 명소가 될 수 있도록 최대한의 노

력을 경주해나가겠다고 밝혔다.

이어 김운용 회장의 주제로 열린 정기대의원총회에서 통과된 올해 주요 추진사업으로는 ▲국내대회 총 20회 개최 ▲국제대회 총 6회 파견 ▲국제회의 참가 ▲국제교류 ▲홍보 및 교육 ▲대표선수 및 후보선수 강화훈련 ▲연구개발 ▲시도지부 및 연맹 지원 ▲2001년 제주 세계태권도선수권대회의 기본계획 수립 ▲제 9회 태권도한마당 국제화 지원 등을 펼치기로 했는데 주요내용 및 예산을 살펴보면 다음과 같다.

시드니 올림픽 제패를 위한 강화 훈련비 대폭 증액

올해 예산이 대폭 확충된 사업으로는 2000년 시드니 올림픽 국가대표 파견선수단의 강화훈련비가 전년도 대비 70%가 증가한 7천 7백만원으로 책정됐다.

이는 3개국 해외전지훈련을 반영한 것이다.

한국은 시드니 올림픽에서 이번엔 처음으로 정식

사업계획 확정



김윤웅 회장의 주재로 열린 대의원총회에서 올해 사업계획 및 예산에 대해 대의원들이 다양한 의견을 내놓았다.

종목으로 채택된 태권도에서 금메달 4개를 확보한다는 방침 아래 종합 7위를 목표로 삼고 있다.

한국의 메달 전략종목으로 기대를 모으고 있는 태권도는 남녀 각 2체급을 모두 석권한다는 목표로 경기력 향상에 총력을 기울이기로 했다.

이를 위해 국가대표선수단은 태릉선수촌에서 올림픽을 대비한 단계별 훈련을 실시하고 국내의 전지훈련을 실시할 계획이다.

해외 여러 태권도 강국은 이미 한국과 대등한 수준에 있어 한국이 기술면에서 앞선다고 할지라도 우리나라 선수들이 유력선수들의 월등한 신체조건에 공포감 등을 갖고 있기 때문에 이를 해소하고 해외 선수들과의 경기 감각을 키우는 가운데 자신감을 기르고 사기를 진작시킬 수 있도록 할 방침이다.

또한 국내전지훈련으로는 공수부대 유격훈련이나

산악고지훈련, 번지 점프 등을 통해 체력과 담력을 키울 수 있도록 하고 개인별 차별화된 훈련과 전술 훈련을 실시할 계획 등을 갖고 철저히 대비한다는 계획이다.

이와 함께 시드니 올림픽을 대비한 체육외교비를 지난해 1천 8백 만원에서 6천 3백 만원 증액한 8천 1백 만원으로 대폭 늘렸다.

태권도는 2천년 시드니 올림픽에 처음으로 정식종목으로 채택되어 경기가 치러지기 때문에 2004년 아테네 올림픽 경기종목으로의 최종 결정은 시드니 올림픽의 결과를 보면서 결정하기로 되어 있다.

따라서 태권도가 올림픽 종목으로 영구히 채택되기 위해서는 시드니 올림픽의 성공적 개최여부에 달려있다고 할 수 있다.

협회에서는 올림픽 영구종목화를 위해 체육외교에 총력을 다하겠다는 계획이다.

정보화시대에 맞는 다양한 대책수립할 연구개발사업 추진

일선 도장의 경쟁력 강화와 지원을 도모하기 위해 연구 개발 사업을 추진키로 했다.

지난해까지는 도장활성화를 위한 세미나의 개최, 대한태권도협회 인터넷 홈페이지를 통한 태권도 홍보 등에 역점을 두었다.

올해는 이에 한걸음 더 나아가 정보화 시대에 맞는 도장활성화를 위한 다양한 대책을 수립하고 시행해 나가기 위한 연구개발에 주력하기로 하고 지난해 도장활성화 항목을 연구개발비로 조정하여 3천 7백 만원을 증액한 5천 만원의 예산을 투입하기로 했다.

이를 통해 태권도의 교육적 가치를 효과적으로

두 20개 단체로 경기단체가 법인화가 되면 법적인 행위 능력 획득으로 경기단체의 자율성과 독자성의 신장, 직원의 신분보장으로 체육행정 전문성 제고, 재정자립기반 확충으로 경기단체 명의의 재산 확보가 가능하고 국가 또는 지방자치단체 등의 위탁 수익사업이 가능해진다.

또한 독자적인 수익사업을 추진 할 수 있으며, 공익사업을 추진했을 경우 각종 세제혜택을 받을 수 있다.

지난해와 같은 규모로 행정 및 대외보조비 시도지부 및 연맹에 지원

지난해와 같은 규모로 예산이 집행되는 것으로는 16개 시도지부와 3개 연맹에 대한 행정보조비와 대

올해 안에 협회 사단법인화 추진 도장경쟁력 강화 위해 연구개발 역점

홍보하고 태권도인의 저변확대를 꾀할 수 있도록 다양한 프로그램을 개발하도록 하는 것은 물론 태권도를 문화상품으로 개발하는 등 새롭고 다양한 신규사업을 펼친다는 계획이다.

대한태권도협회 사단법인으로 탈바꿈

대한태권도협회는 올해안에 사단법인으로 탈바꿈하게 됐다.

그동안 대한체육회 가맹단체로 운영되던 협회는 올해안에 법인화 작업을 거쳐 수익사업을 할 수 있는 사단법인으로 체제를 개편키로 했다.

협회의 재정자립 기반 구축과 수익 사업을 추진할 수 있는 법인화가 이루어질 경우 문화관광부로부터 법인화 특별지원금 10억원을 획득하게 된다.

현재 47 경기단체 중 법인화가 이루어진 곳은 모

회보조비를 들 수 있다. 협회는 시도지부와 3개 연맹별로 분기별 행정보조비를 지급하고, 3개연맹이 주최하는 전국규모대회에 대해 각각 2회씩 대회비를 보조해주시기로 했다.

올해 6회의 국제대회 파견 시범단 파견 등 국제교류 사업

올해 협회는 모두 6회의 국제대회에 한국대표선수단을 파견키로 했다.

▲ 제 6회 세계대학태권도선수권대회 (3월 29일 ~ 4월 2일 · 대만 까오슝)

▲ 2000 월드컵태권도대회 (4월 14일 ~ 16일 · 파리 리옹)

▲ 제 14회 아시아태권도선수권대회 (5월 14일 ~ 16일 · 중국 홍콩)

▲ 제 27회 시드니 올림픽태권도경기 (9월 27일

~30일 · 호주 시드니)

▲ 제 12회 세계군인태권도선수권대회 (10월 21일 ~29일 · 한국 국군체육부대)

▲ 제 3회 주니어세계태권도선수권대회
국제회의로는 5월 13일 중국 홍콩에서 열리는 제 14차 아시아태권도연맹 정기총회에 한국대표를 파견할 예정이다.

올해 추진될 국제교류 사업으로는 스위스, 레바논 및 중남미 지역 등 시범단 파견 사업 지속, 해외 파견 사범의 확대, 제 9회 태권도 한마당 구소련지역의 동포 초청 사업을 펼치기로 했다.

시범단 파견과 관련한 국제교류비는 지난해 4회에서 올해 2회로 축소됨으로써 6% 감소된 금액으로 책정됐다.

시드니 올림픽 정식종목으로 참가 적극 홍보하기로

협회는 올해 시드니 올림픽에 태권도경기가 정식종목으로 처음 출전함에 따라 이를 적극 홍보하기로 했다. 이를 위해 신문 및 방송을 통한 홍보 뿐만 아니라 인터넷을 적극 활용하기로 했다.

한편 심판운영의 공정성을 기하는데 총력을 기울이기로 하고 상임심판원의 자질향상을 위하여 선발과정부터 투명하고 엄격하게 모든 검증을 거쳐 선발하기로 했다.

특히 올해부터는 선발된 심판원들에게 상벌제도를 엄격히 도입, 매 경기마다 과오가 있는 심판은 엄한 벌을, 모범심판에게는 포상하기로 했다.

한편 경기규칙강습회는 감독 및 코치 등 지도자들과 심판원을 분리해 교육을 실시하기로 했다.

여자 쏘나무 발굴 위해 종별대회서 중등부 별도로 시행키로

한편 이날 총회의 기타 안건에서는 중고연맹 김인수 대의원이 여중부가 소년체전에 정식종목으로 채택됨에 따라 종별선수권대회를 개최할 때 남자 중등부와 고등부가 분리된 것처럼 여자도 중등부와 고등부를 분리해 대회를 치름으로써 여자 쏘나

무를 발굴하자는 의견이 제시했다.

협회에서는 이 의견을 받아들여 올해부터 여자 중등부와 고등부를 분리해 대회를 개최기로 확정했다.

"<태권도인의 날> 제정하자" 뜻깊은 날 제정에 태권도 정신 기리기로



▲인천의 노순명 대의원이 기타 안건 토의에서 '태권도인의 날'을 만들자고 제안하고 있다.

인천의 노순명 대의원은 이날 기타 안건 토의장에서 '태권도인의 날'을 만들자는 의견을 제시했다.

그는 사회 각 분야에서 제각각 자기 분야의 위상을 높이기 위해서 분야별 날을 제정해서 각종 행사를 펼치고 있다고 소개하며 우리의 전통 무도로서 올림픽무대에 오르는 등 눈부신 발전을 이룩한 태권도의 날을 제정해서 태권도의 역사와 정신을 기리고 전세계 태권도인들의 이목을 한 곳에 모으며 태권도의 발전을 기리는 태권도인의 날을 만들자고 말했다.

이에 대해 김운용 회장은 올해 시드니 올림픽에 정식종목으로 채택되는 역사적인 해인만큼 시드니 올림픽 개최식날이나 태권도 경기 시작날, 또는 다른 뜻깊은 날을 의논해 추후 태권도의 날을 정하라고 말했다.

이 글은 미국 캘리포니아 대학교 버클리캠퍼스의 무도연구소(소장 민경호 박사)의 양해를 얻어
동 연구소가 엮어낸 논문집에서 골라 싣고 있습니다.

무술의 종교적 배경에 관한 비교 분석 上

로버트 L. 브라운

캘리포니아 대학교
무도연구소 연구원

태국의 무에타이와 일본의 가라데

동양의 전통적인 무예는 각각 그 나라의 종교적 배경, 혹은 고유의 사상과 관련되어 있다. 태국의 무에타이는 불교, 그리고 일본의 가라데는 불교, 유교, 신토의 영향을 받은 것

으로 알려져 있다.

이 두 가지 무술의 종교적 배경을 살펴보는 것은 태권도의 정신적 배경을 탐구하는 데에도 도움이 된다고 여겨진다. <박채희 옮김>

여러 점에서 다른 태국과 일본의 종교적 배경

무술에 관련된 책들을 정독하기 위해 서점에 들릴 때마다 나는 크게 나누어 2가지 타입의 책들을 발견한다. 대부분의 책은 어떻게 스텝을 밟는지 그리고 정확한 기술 X로 이에 반대되는 기술 Y에 어떻게 대응하는지에 대해 자세히 적혀있는 기술적 입문서이다. 또 다른 종류는 다양한 무술의 철학을 이야기한 주로 몇몇 전통과 무술에 관한 조사나 창시자의 이야기들이 기록되어져 있는 다수의 “뜬구름 잡는 듯 애매한” 책들이다.

각각의 무술은 철학적 토대를 가지고 만들어졌거나 만들어져야 한다. 미국에서는 이러한 이데올로기의 근원 그리고 무술훈련과의 연계에 관한 조사연구는 제대로 이루어지지 않고 있는데도 우리는 이러한 해석들을 충실하게 받아들이도록 요구받고 있다.

이 논문에서 나는 무에타이와 가라데도의 기능에서 종교적, 문화적 배경을 비교적으로 고찰하려고 시도하였다.

이러한 시도는 무도철학의 뜻을 체계적으로 확립함으로써 무도인들에게 무도수련과 종교의 관련을 이해할 수 있는 바탕을 이루려는 것이다.

무에타이와 가라데도가 낳은 종교적 관련과 이들 무도의 훈련을 살핀 뒤 첫째로 무엇이 무에타이와



▲태국의 무에타이는 경기를 시작하기 전에 종교적 의식을 갖는다.
경기 중에도 팔에는 부적과 같은 팔찌를 두른다.

가라데도의 종교적 배경의 목표들에 공헌하는지 조사하였고 둘째로 무엇이 무에타이와 가라데도의 실행에서 종교를 이끌어내는 데 반대작용을 하는지 조사하였다.

마지막으로 비교를 요약하는 수단으로 경기를 이용하였다. 나의 접근이 종교적 교리와 종교적 행동이나 믿음의 동시 탐구가 불확실하긴 하지만 이러한 접근은 필요하다.

아마도 종교에 대해 좀더 단일화된 접근이 태국에

서는 실행되어져야 하기 때문에 이 경우 종교적 믿음에 초점을 두었다.

그러나 일본의 경우에는 종교가 많음에도 불구하고 많은 일본사람들의 일반적 요구가 종교적 존재를 부정하면서도 종교적 그리고 철학적 지식이 가라데도의 보호자로 여겨지고 있는 바람에 접근을 영망으로 만든다.

나는 독자들이 지금 이러한 가치와 직면하고 나의 주장들이 나중에 그들 자신에게 받아들여지기를 바란다. 무에타이와 가라데 두 가지 경우를 살피기로 결정한 이유는 그것들이 어떤 면에서는 비슷하지만 다른 부분에서는 판이하게 다르기 때문이다. 이러한 차이의 이유들은 나중에 밝혀질 것이고 몇 가지 점들로 보아 이 무에타이와 가라데는 같은 영역의 "무술"에 포함시키지 않을 수도 있다. 두 가지 다 같은 분류인 "무술"에 포함시키든지 그 숙련가를 "무술 명수"로 결정하든지 하는 판단은 독자 각 개인에게 맡겨두고 처음부터 끝까지 나는 하나 혹은 또 다른 가치판단의 뜻에 묶이지 않은 개념을 사용했다.

불교국가 태국의 종교 신앙

태국은 불교국가이지만 국민의 종교적 믿음은 비불교주의와의 혼성으로 나타난다.

불교는 깨달음에 이른 뒤 재생의 순환을 깨고 열반(궁극적 '사멸'과 구제)에 도달한 부다를 섬긴다. 그 삶은 고통이고 고통은 불교교리의 중심인 욕망에 의해 일어나고 욕망은 8점의 행로를 따랐을 때야 멈출 수 있다.

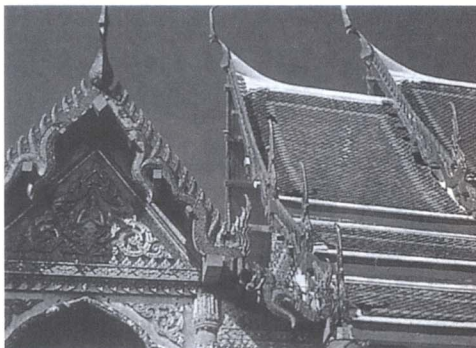
Theravada 불교는 열반의 경지를 중요하게 여겨 선행의 축적을 내세워 편안한 삶과 행복한 재생의 보장에 중점을 둔 가장 개인적인 적당함에서 멀어지는 것이 중요한 점이다.(Tambiah, 1970)

수도사(스님)들은 범어경전에 의한 227가지의 가르침을 인식하며 묵상과 금욕주의의 실행을 통하여 공적을 얻는다.

가르침들은 심각한 사회적 범죄들과 성적 범죄들을 제외한 대부분 타당하게 수도원 생활을 고려한 행동의 규칙이다.

억제와 금욕주의의 수행들을 통하여 얻어지는 공적을 수도사들은 불교도들에게 돌리고 수행자(修行者)들을 교육하고 보살핀다.

평신도들은 음식, 의류를 제공하고 사찰에서 봉사를 함으로써 수도사들이 그들의 금욕주의 생활 모습을 유지하도록 뒷받침해준다.



▲불교의 나라 태국은 가는 곳마다 절이 있어 관광객들의 눈길을 끌고 있다.

수도사들은 직접적으로는 염불과 축복을 통하여 간접적으로는 그들의 힘으로 부적과 문신으로 사람들에게 공적을 배분다.

불교도들에 의해 지켜지는 5가지 가르침들은 대부분이 무절제에 대항하는 충고들이지만 막연하기 때문에 그 지방 지방의 필요성에 의해 융통성 있게 개작할 수 있다.

Theravada 불교도에서 힘(세력)의 개념은 계급을 매기는 것이다 : 세속의 인간들은 가장 세력이 없어서 단지 5가지의 가르침들만 따른다: 신참자들과 수도녀들은 좀 더 세력을 지니기에 10가지 또는 그 이상의 가르침들을 준수한다: 수도사들은 가장 많은 세력을 가지고 욕망과 자신의 내부에서 일어나는 갈등으로부터 벗어나 세속적인 삶을 억제함으로써 교화에 극도로 가깝게 된다.(Timbiah 1984, Tannenbaum 1936)

Theravada 불교는 매우 철학적이고 심지어 지적이기까지 하지만 궁극의 교화에서는 현세의 삶에 게 어떠한 위안도 제공하지 못한다.

그럼에도 불구하고 Theravada 불교가 존재하는 것은 불교가 세속적인 단계에서 종교적 믿음과의 공존을 위한 영역을 창조하기 때문이다.

우리는 나중에 살펴볼겠지만 일본에서는 유교와 신도(神道=고대 일본 이래의 특수한 신앙. 일본 황실의 선조인 아마테라스 대신(大神)이나 국민의 선조인 여러 신을 숭배하는 종교)의 믿음들이 이 영역을 채운다. 태국에서는 정령(精靈=산천초목 무생물 따위에 붙어있다고 믿던 혼령)숭배나 신에 찬이 이 역할을 이행한다. 이러한 숭배는 지리적으



▲ 일본의 ZEN(禪)불교는 무도와 밀접한 관련이 있다고 여겨지고 있다. 가라데와의 관련은 어떤 것일까?

로 위치하고(마음들, 사찰들과 그 외) 나쁜 것들로부터 대항하여 사람들을 보호할 수 있는 힘있는 신들을 받들어 모신다. 그러나 불교도들의 공격 만들기에 의해 얻어지는 힘과 대조적으로 번덕스러운 신들은 이 힘을 억누를 수 있다.

사람들은 정기적으로 공물을 바치고 용서를 위한 소망을 빌어야만 하며 이러한 신들과 지속적인 관계를 유지해야만 한다.(Tannenbaum 1995) 불교도 의식을 통하여 얻어진 공격은 신들을 달랠 때 "종교적 자본"의 중요한 요소이다.(Vail 1994) 이러한 요소들의 힘은 무에타이 실행자들에게는 중요하다. 복서(무에타이)들은 평범한 삶으로부터 물러남과 억제를 통하여 그들 나름대로의 힘을 획득할 수 있거나 또는 그들 나름대로의 보호적 방책과 다른 것들에 의지한다. 나중에 살펴보겠지만 그들은 양쪽 다 행한다.

여러 가지 종교가 뒤섞인 일본

일본에서의 종교는 좀 더 복잡한 주제이다. 대부분 일본인들은 그들은 종교적이지 않다고 믿지만 종교적 활동들은 일본인들의 생활 속에 풍부하다.

의식은 생활 활동범위와 개인적으로 당면한 목표나 필요들에 의해 구분된다. 현대 일본에서 '사람은 신도에서 태어나고, 유교에서 살며 불교로 죽는다'라는 속담이 있다.

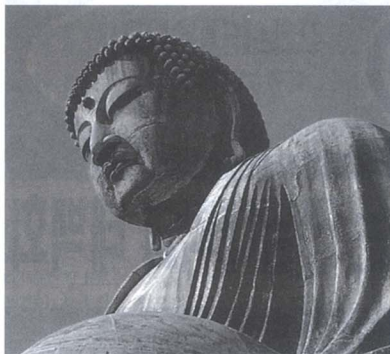
정해진 가족 또는 마을은 종교적 믿음의 사회적 단위이고 사람들은 사회적 상황들이 요구하는 종교적 성취와 그들이 주로 완수해야 할 필요에 의해 사회적 단위에 포함된다.(Reader 1991) 예를 들면, 가까운 친척이 사망했을 경우, 장례식의 의례들은 불교(스님)에 의해 행해지고 각 개인들은 일정 기간 동안 관련된 제식을 치른 후에야 죽음에 관한 의식들은 마무리가 되는 것이다.

각 개개인들은 특유한 일로 연합되어 있어 도움을 각각의 부다에게 청한다. 태국의 부라만교 신인 Narayana와 복성이 연합되어 있듯이 일본인들은 교육, 다산(多産=아이를 많이 낳음, 물품을 많이 생산함) 등의 성공과 자신들 스스로를 관련시키고 있다.

일본인들 종교는 경쟁하는 양자택일의 다원적인 것은 아니지만 충을 이루고 있는 책임과 의무의 제도적 시간을 지나 양자택일인 혼합주의이다.(Davis 1992) 불교, 신도와 유교는 오랜 세월에 걸쳐 경쟁하지만 그것들은 중대한 의미를 지닌 조화를 이룬다. 신도는 신령이나 조상의 신을 예배하는 점에서 태국 신령예배와 비슷하다. 아마테라스 여신으로부터 계통을 잇는 일본 사람들의 전설의 궁극적인 주안점은 연속적이고 신성한 라인이 현재의 천황에게까지 이른다는 것이다.

전통들, 예를 들어 처음부터 공식적으로 인정되어진 본국의 믿음들과 다른 외국의 불교, 그리고 큰 깨달음에 이르는 Daoism과 유교는 6세기경에 소개되었다.(Reader 1991)

이들 3가지 중 오로지 불교만이 공식적으로 명백하게 남아있다. 중국의 Daoism은 2가지 학파로 소개되었다 : 초자연주의적 양상을 포함한 종교적 Daoism과 공자와 로자와 같은 철학적 Daoism이다.(Palmer 1991) Dao(大悟)에 이르는 길의 중요한 중심은 묵상의 자기분석, 신체적 개혁과 부동(不動=움직이지 않음)의 실습을 통해 이룩한 성취가 궁극적 Dao와 조화를 이루는 것이다.



▲가마쿠라에 있는 대불(大佛).
일본은 곳곳에 이런 부처상을 만들어 놓았다.

유교를 따르는 길은 규정지어진 윤리, 즉 예를 들어 웃어른과 가족을 공경하고 지속적인 조화, 성직자 계급제도와 정신을 모두 받아들이는 것이다.(Palmer 1991)

Daoism은 근대 이전의 일본 문학에 영향을 미쳤

극적인 목표를 위해 계몽을 바라본다. 둘째, 교화의 방침에는 다른 사람의 고통을 도와주는 필요함과 그 연장선상에서의 교화로 이르는 길이 함께 뒤섞여 있다.(Suzuki 1959)

이러한 두 가지 차이점들을 함께 살펴보면, 수도사들이 그들의 방침대로 다른 이들을 돕기를 기대하는 동안 Mahayana 전통에서 수도사들은 반드시 교화에 가깝지 않고 Theravada 불교에서는 교화에 힘써야 한다는 것을 우리는 발견한다.(Reader 1993)

교화의 방향은 두 가지 정점으로 둘러싸인다. 달인에 의한 원조와 사도들이 정신적 그리고 육체적 훈련으로 발달시켜 교화를 이루는 것이다.

그러나 동등한 가능성은 평민들의 간청을 받은 보살의 찬송과 신성한 만투라스에 의해 깨달음을 가져올 수 있다.

일본에는 각각의 스펙트럼을 가진 수많은 불교 분파가 있다 : Tendai(天台)는 비법과 함께 학교교육과 금욕주의의 실행을 결합시킨 것이다 : Shingon(眞言)은 비법의 양상에 중점을 둔다 : Pure Land(淨土)는 구제를 위한 신앙의 중요성을 강조한다 : Nichiren(日蓮)은 구세군 군인과 민족주의자이다.(Reader 1991)

불교의 가르침은 무에타이 수행자들에게 중요한 뜻 일본의 禪 불교는 가라데를 비롯한 일본 무술에 큰 영향

지만 결코 명백하지 않았고 넓게 유교와 통합되었다.

천황들과 막부(일본의 전통적인 군사정권)는 20세기까지 유교의 충고자를 가졌지만 그들의 대부분 사상들은 마찬가지로 불교로 통합되었다.

Daoist와 유교 사상의 통합법에서 일본의 불교와 Theravada 불교사이에서 2가지 주요한 차이점들이 있다. 첫째, Theravada 불교가 Dhamma 또는 진리의 몇 가지 이해에 도달하기 위한 현명한 수도사(스님)(또는 arahant)의 이상을 강조하는 동안 Mahayana 불교(大乘佛教=다른 사람을 이롭게 함으로써 널리 인간 전체의 구제를 주장하는 불교)는 지각있는 어떠한 존재의 고통도 덜어주고 교화의 길로 이끌 수 있는 보살의 이상을 강조한다.(Timbiah 1984) Mahayana 불교는 그럼으로써 모든 지각력 있는 존재들을 위한 성취와 그들의 궁

Zen(禪) 불교는 충분히 오래 지속될 수 있는 중요한 분야이다. 왜냐하면 Zen 불교의 믿음들과 가라데와 다른 일본 무술들의 중요한 학문 사이가 평행하기 때문이다. Zen은 말에 관한 수수께끼들을 활용하고 명상과 엄격한 실행으로 지각하는 마음과 몸이 이원화되는 것을 없애고 Dao를 이해하여 그것으로 인하여 개인이 타고난 교화에서 해방된다.

무사다운 자기의지, 자제, 그리고 자아훈련 결과 불신들 또는 감정적 찌꺼기들에서 방해받지 않는 전신을 만든다.

과거의 삶과 죽음, 선과 악 그리고 존재와 비존재의 깨짐은 no-mindedness 혹은 무심(無心: 마음을 비운 상태) 상태를 가져오거나 깨달음에 이르는 장애의 제거이다.(Suzuki 1959) 이것이 무심의 상태이고 이것의 평행인 정신적 상태를 나중에 중요하게 토로되어질 가라데에서 찾았다. <다음호에 계속>

태백의 기상으로 뿔어나는 전남대학교 태백회



1998년 축제기간 중 연합동작을 선보이고 있다.

전남대학교 태권도 동아리 태백회.

꿈은 정신으로 미래를 준비하는 인재들이 모인 이 동아리에 대해 궁금한 것이 있다면 박철수 회장이 생생하게 전해온 '태백회' 방송의 지상(紙上)중계를 잘 들어보도록!

1년 365일, 제 1학생회관에는 끊이지 않고 울려 퍼지는 소리가 있다. 용봉골(전남대학교는 복구 용봉동에 자리하고 있어 이 부근을 용봉골이라고도 한다)을 제압하는 우렁찬 기합소리와 찢어질 듯한 미트의 마찰음.

이는 학생회관 1층에 위치한 동아리방 앞뜰에서 들려오는 자랑스런 태백인들의 삶의 소리이다.

태백회 역사는 1992년 초 1기 조영현(92·건축) 선배를 축으로 한 7명의 수련생이 학교 체육관을 빌려 운동을 시작하면서부터 시작된다.

같은 해 7명의 신입회원의 추가등록이 이루어지고, 동아리 회칙을 제정함으로써 성장의 기반을 다지게 된 태백회는 93년 2월 7일 첫 승단심사와 8월 21일 동아리방 정식 허가, 31일 동아리 등록으로 활동을 위한 기초과정을 마무리 하게 된다. 시작은 작고 보잘 것 없었지만,

당시 창단 멤버들의 태권사랑의 열정은 이후의 대내외적인 많은 활동을 통하여 발휘되었고, 전남대를 비롯한 광주, 전남권에서의 대학 태권도 보급에 큰 주춧돌이 되었다.



수련에 대하여

태백회의 수련시간과 방법은 수련을 담당하는 수련부가 그 해 수련생의 숫자와 주변의 상황적 요소, 신입생들의 수준을 고려하여 학기초에 계획안을 작성함으로써 해마다 다른 형태를 보인다. 일반적으로 수련은 수련생의 수업시간과 타 지역 기숙사생들의 활동 등을 고려하여 오후 5시 30분에서 7시 사이에 실시되며, 이 시간은 다른 학생들의 하교시간과 맞물려 동아리 홍보에도 일익을 담당한다. 수련장소로는 93년도부터 학교 대강당 앞 넓은 공간이 사용되고 있으며, 기상상태에 따라서는 후원관계를 맺은 인근 도장에서 이루어지기도 한다.

수련의 방법은 크게 그 해에 설정된 목표아래 기간에 따라 다르다. 기간별로 도달할 목표를 기준으로 월별 훈련내용과 요일별로 실시할 수련의 내용들이 정해지고, 이는 급별 기준하에 개인별 실력의 차이에 따라서 차등 적용된다. (학기초 태권도를 처음 접하는 신입생을 위해 부장의 지시하에 선,후배간 1:1 수련이 실시되기도 한다) 태백회의 모든 수련은 수련생 개개인의 특성에 따라 상이한 방법과 내용들을 적용, 태권도에 대한 흥미를 잃지 않게 하고, 고단자 상호간에는 고급기술에 대한 정보와 노하우를 교환하며 이론탐구에 열중하여 태권도 보급에 앞장서게 하자는데 그 기본을 두고 실시된다.

승급심사는 후원도장의 관장님에 의한 것과 선배들에 의한 자체심사 두 가지 형태로 번갈아 가며 이루어지며, 심사가 끝난 뒤의 선,후배 화합의 자리는 다시금 하나되는 태백인을 확인시켜준다.

임원단 구성은?

태백회의 임원단은 크게 회장, 부회장 각 1인을 축으로 한 각부 부장(수련, 기획, 홍보, 공연, 보건복지, 총무, 학술)들로 구성된다.

(2000년 현재는 9기(99학번)를 축으로 운영되고 있으며, 회장 - 99 경영학부 박철수, 부회장 - 99 화학공학부 김병주가 활동중이다.)

회장은 동아리 대내외 관련사업의 종합적인 방향을 제시하고, 모든 행동에 중심적인 역할을 하고 있다. 동아리의 숨은 살림꾼 부회장은 회장 부재시 모든 권한을 위임받아 동아리를 꾸려나가며, 각부 부장들을 총괄하여 회장에게 그 의견을 제시하는 중간자적인 역할을 한다. 이외 각부에서는 각각의



▲가장 운동 잘하는 부원으로 알려진 6기 임용일(96학번·체육교육학과)이 1998년 봄 정기발표회에서 짚고 차기를 하는 모습.

특성에 맞는 사업(수련 - 수련과정의 전반, 수련생 관리, 공연 - 동아리 대내외의 수익관련 사업과 발표회 준비, 홍보 - 동아리 관련 행사와 태권도 홍보, 기획 - 동아리 행사 전반의 기획, 보건복지 - 동아리 물품 관리와 부상자 치료, 총무 - 동아리 회비와 각종 수익 관리, 학술 - 태권도 이론 탐구와 소식지 발간)을 진행해 나가며 동아리 발전에 노력한다.

참고로 태백회는 동아리 지도교수(지역개발학과 송인성 교수님)제를 두고 있는데, 정신적인 안정과 재정문제, 동아리 대내외의 사업 등에 많은 도움을 받고 있다.

태백회는 회장과 부회장, 각 부 부장들이 동등한 분위기에서 자유로이 의사를 교환하는 형태를 취하고 있으며, 각 부 특성에 따라문제를 자체 해결하게 함으로써 각자의 책임감과 성실성을 강조한다. 수련부를 특성화하여 수련과정의 일체와 수련생 관리를 부장의 고유권한으로 인정, 그 지위와 역할에 중요성을 부과하는 것도 하나의 특징으로 볼 수 있다.

회원제도

태백회의 회원은 크게 정회원, 준회원, 명예회원의 세 종류로 이루어져 있다. 정회원이라 함은 동아리



▲1999년 축제기간 중 발표회 때 화공술로 '태백'이란 글자에 불을 붙이고 있다.

에 들어온 지 8개월이 지난 준회원으로 그 기간동안의 활동내용과 출석률에 따라 인준식을 통해 인정되는 회원을 말한다.

현재 정회원의 숫자는 140명에 이른다. 준회원은 동아리에 들어온 지 4개월이 지난 회원으로 정회원과 마찬가지로 활동과 출석률에 의해 인정된다. 정회원, 준회원은 모두 그 해 입학한 신입생을 대상으로 하고 있다. (태백회는 기수별 기강 강화의 일환으로 재학생을 받지 않고 있으며, 그 해 입학한 모든 신입생을 동등히 대우한다. - 동아리에 들어오거나 하는 재학생은 방학 등의 기간동안 태백회원들과 시간대를 달리하여 기초이론과 실기를 지도받는다.) 그리고 명예회원이자 하는 것은 정회원으로 인정된 사람이나, 활동이나 기여도 면에서 그에 못지 않다고 인정되는 사람이 개인적인 사정에 의해 타 회원들과 동등한 입장에서 평가될 수 없을 때, 명예회원의 이름으로 계속 남게하는 제도이다.

정기행사

태백회의 정기행사는 크게 학기별로 실시되는 정기총회와 발표회 그리고 3번의 겨루기 대회, 태백인의 하나됨 - 자축제, '태백인의 밤' 등을 꼽을 수 있다.

3월 초에 실시되는 신입생 유치를 위한 동아리 홍보 발표회는 학생회관 앞에서 실시되며 해마다 많은 신입생을 받게하는 계기가 된다. 4월달에 실시되는 광주지역 태권도 동아리간 친선 체육대회는 신입생간에 얼굴도 익히고, 상호교류도 활발히 하는 정기행사이다. 5월 광주지역 태권도 동아리간 친선 겨루기 대회는 그 해를 이끌어갈 태백회원들의 실력도 알아보고 훌륭한 기술과 친분도 쌓게하는 중요한 행사이다. 1학기 말에 실시되는 정기총회는 한 학기를 마감하며, 동아리의 발전방향을 모색하고 그간의 실수를 반성하는 좋은 계기가 된다. 전 해에 인준받지 못한 회원의 임시 인준식이 되기

도 한다. 8월에 있는 하계 수련회는 다음 학기를 준비하는 태백인들의 단합과 단결을 시험하는 계기로 지리산 종주가 주된 과정이다. 힘들어 하는 서로의 모습을 보며 함께 나누는 기분을 느끼는 행사. 9월 축제기간중에 있는 정기 발표회는 근 한달 동안 준비하는 큰 행사로 다른 체육분과 동아리들과 비교가 되는 신경이 많이

쓰이는 행사이다. 그간의 숨은 실력을 발휘하며 학교 스타가 되는 학우도 종종있는데, 98년 기왕장 이마 격파와 99년 발표회 초반에 실시한 화공술은 다른 분야 못지 않게 많은 관심을 집중시켰다.

10월 광주지역 태권도 동아리 친선 겨루기 대회는 다음 해를 끌어 나갈 신입생들의 실력을 평가받는 자리로 11월 전국 대학 태권도 동아리 겨루기 대회의 준비과정이다. 11월 전국 대학 태권도 동아리 친선 겨루기 대회는 전남대학교 태백회를 전국에 알리는 중요행사로, 발표회 못지않게 준비과정이 힘들다. 수련중 부상자가 속출하지만 체조조절의 어려움과 인내의 땀방울, 그 보답으로 주어진 결실등은 태권도의 우수성을 확인하고 보람을 느끼게 하는 좋은 계기가 된다.

이밖에도 학기 마지막 정기총회와 11월의 태백인 이 하나되는 자축제 - '태백인의 밤' 인준식 등의 행사가 있다.

태백회인들이 한 자리에

태권도의 화려한 발동림을 사랑하여 진정한 태권도 수련에 열심인 우리 태백인들은 가족적인 분위기와 선후배, 동기들간의 끈끈한 정을 유지하면서도, 기수별로 이루어지는 위계질서 강한 이미지가 형성된 태백회에 매력을 느꼈다고 한다.

특이할만한 인물들을 꼽아 본다면, 6기 임용일(체육교육학과 96학번, 96년 수련부장)선배는 태백회 최고의 실력자 중 한사람으로 그



▲1999년 8월 31일 태권도 동아리 '태백회'가 정식으로 동아리 허가를 받아 '임박식'을 한 날



▲1996년 강천사로 수련회 갔다가 찍은 사진.

의 스피드와 파워는 어느 대표급 선수 못지 않게 훌륭하다. 발표회에 단골로 출연하여 그 때마다 인기를 한 몸에 받는, 어눌한 말투와 친근한 외모를 지닌 이 룡다리 선배는 모두가 좋아하는 태백인이다. 또 7기 김재호 선배(기초과학부 물리학전공 97학번, 97년도 수련부장)는 작은 몸집에서 뿜어져 나오는 힘과 날렵한 발놀림을 무기로 한 인기인이다. 독실한 크리스찬으로 언제나 바른생활을 꿈꾸며,

에피소드

회원들이 동아리 활동을 하면서 기억에 남는 에피소드로는 발표회 도중에 타들어간 매트(화공술을 선보이는 과정에서 불뚝이 흘러내려 타 들어가는 매트를 아무도 금방 알아차리지 못했다)와 끝난 후의 동아리방의 병원화(오버 액션을 선보인 회원들 모두가 성공적 결과에 대한 영광의 상처를 가졌다), 수련 중에 자주 발생하는 병원행 편승, 자축제 도중에 생긴 일 등 여러 가지가 있다. 하나같이 잊을 수 없는 추억들이다.

태·사·예 소개

마지막으로 태권사랑, 태백사랑의 정신으로 활동 중인 예비역들의 모임 태·사·예(태백회를 사랑하는 예비역 모임) - 말 그대로 태백회를 정말 사랑하는 예비역 선배들의 모임이다. 예비역이 되면 동아리 활동을 잘 하던 사람도 뒷전에서 구경하는 게 보통이었는데 제대후에도 동아리를 잊지 않고 찾아와서 함께 운동하며 현역 못지 않게 동아리 활

시작은 보잘것 없었지만 태권사랑 열정으로 많은 활동 지금은 광주, 전남권 대학태권도의 주춧돌로 성장

이론탐구에 힘쓰는 그의 말들을 태백인들은 진리로서 받아들이고 있다. 그리고 8기 나창선 선배. 언제나 분위기를 강조하며 나서기를 부끄러워 하는, 노력은 하는데 결과는 없어 신기하게 생각되는 회원이다.

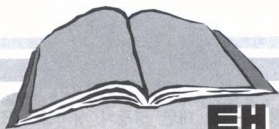
그리고 정말 우리 태백회에서 자랑하고픈 사람을 한 사람 꼽으라면 주저 없이 꼽힐 3기 문병돈 선배. 이번 전국 대학 친선 겨루기 대회에서 플라이급 금메달을 획득해서 우리 태백회의 이름을 더욱 드높였다. 우리가 그를 자랑스러워하는 이유는 꼭 메달 때문만은 아니다. 시합 중에 중상을 입었음에도 불구하고 끝까지 게임에 참가해 싸우는 정신력과 의지를 보여주었기에 자랑스럽게 기억되는 선배다. 뿐만 아니라 취업준비에 바쁜 와중에도 틈틈이 후배들과 대화를 나누거나 같이 운동을 하는 모습은 태백회를 진심으로 아끼고 사랑하는 선배들의 모습을 대표한다 할 수 있다.

동을 열심히 하는 모습들은 태백회의 큰 자랑거리다. 특히 여러 가지 중요한 행사 때마다 큰 힘이 되는 태백회의 든든한 후원세력(?)이기도 하다.

태백회의 역사는 타 대학 동아리보다 비교적 짧은 편이다. 하지만 그 짧은 역사를 대신하는 선배들의 피나는 노력과 회원들의 동아리에 대한 애정이 태백회를 여기까지 이끌어온 힘이라고 생각한다. 이러한 힘이 변변한 운동장소와 동아리방조차 없었던 때부터 대강당 앞 공터에서 정해진 시간에 운동할 수 있고, 작지만 아담한 동방까지 마련할 수 있게 만든 원동력인 것이다. 그래서 태백인들은 자신이 태백회라는 것에 자부심과 긍지를 느낀다. 더 좋은 동아리를 만들기 위한 태백인들 모두의 노력은 지금도 계속되고 있다. 이러한 태백인의 노력과 긍지가 후배들에게 면면히 이어지고 있다는 것이 태백회의 자력이라 할 수 있겠다.

〈정순영 프리라이터〉

역사 향기가 깃든



<연재 제 23회>

태권도 백과



이 경 명

(충청대 스포츠의교과 교수)

격파, 단련의 모든 것

전통적 의미의 '도장'이라는 개념이 체육관이라는 용어로 변해 그 의미소마저 점차 바래고 있다.

'무예를 연마하는 곳, 즉 도를 닦는다는 곳, 도장'이라는 마당이 '체조나 경기 등을 하기 위하여 설비된 건물' 또는 '건강한 몸을 만들 목적으로 하는 교육의 곳'을 뜻하는 체육관이라는 간판으로 대체, 사용하고 있는 현상이 지배적이다.

태권도 수련(학습)프로그램도 점차 흥미위주의 교육으로 치달고 있어 기본기(基本技, 품

새는 물론 격파, 호신술 등 전통적 무예 수련의 장르가 소외, 사장되고 있다.

그러나 태권도의 경기화로 겨루기가 '태권도'를 특징짓는 현실에서 태권도를 무도 스포츠라 일컫고 있다. 그러한 가운데 무도, 무예로서 태권도의 본성으로 되돌아가자는 운동이 '태권도 한마당'이라 하겠다.

무도, 무예의 본질은 태권도를 학습하는 도장의 프로그램에서부터 실행되어야 하며 그 초석은 특히 '격파 단련' 등 수련체계를 강조할 수 있다.

단련의 개념

'단련'의 사전적 의미는 첫째, 쇠붙이를 달구어 두드림, 들체, 품과 마음을 닦음, 즉 심신을 단련하다 또는 매운 것을 익숙하게 익힘으로 설명되고 있다.

첫째의 의미를 좀더 구체적으로 설명하자면, 단련은 금속을 불에 달구어 두드려서 강하게 만드는 것을 뜻하는 말인데, 이것이 교육이나 체육의 방법으로 전용된 말. 체육 운동은 주로 대근육군(大筋肉群)의 운동으로서, 신체에 대해 격렬한 운동을 계속적으로 하다보면 지친다든가 피로 또는 슬럼프(slump) 현상이 나타난다.

이런 경우 단련방법으로서 지친다든가 피로 등을 이겨 나가기 위해 다소 무리를 참으면서 운동을 행하게 한다. 이때 생명력이 약한 사람은 도리어 파

괴 상태로 이끌 수도 있으나 그렇지않은 사람은 이런 격렬한 학습에 의해서 그 힘을 증대시킬 수가 있다. 추운 겨울철이나 여름철에 격렬한 운동을 장려하는 것도 역시 이런 이유에서이다. 이런 기후적인 악조건을 하나의 저항으로 하여 맹렬한 연습을 거듭함으로써 기술이나 체력의 향상을 도모하려는 것이다. 이런 계절적인 저항의 방법 외에 작업적 저항, 물적 저항, 또는 정신적 저항 등의 방법이 있다.(신찬체육대사전 진보 1936:170)

격파 단련

단련은 격파를 위한 기초 과정이다.

태권도에서 격파는 전통적 의미로 분류하면 품새, 겨루기, 격파 순(順)으로 태권도의 위력을 승관, 기

와, 벽돌 등 단단한 물체를 소재로 직접적으로 표현해 보일 수 있는 척도이다.

그리고 태권도에서 단련이란 신체의 일부분을 강하게 하여 무기화시키는 것을 말한다. 무기화의 수단이 되고 있는 손이나 발, 그 밖의 부분을 단단한 물체에 반복적 충격을 주어 뼈나 근육을 단단하게 만들고 피부에 굳은살을 생기게 하며 반복하여 때리는 가운데 속도나 힘의 양을 조절할 수 있다.

'단련'의 개념에서 둘째, 몸과 마음을 닦음. 즉 심신을 단련한다는 뜻은 포괄적인 함의이며 태권도에서는 수련(修鍊=마음과 힘을 닦아서 단련함) 또는 연마(磨磨=갈고 닦음)라는 단어를 즐겨 사용하고 있다.

'단련'이라는 개념은 좀더 구체적인 의미로서 손발을 단련한다. 주먹을 단련한다 등 신체의 특정 부위를 단련시키는 방법의 전문화된 개념이라 말할 수 있다.

격파 단련의 정보

현재까지 국내에서 발간된 태권도 관련 문헌은 백여종이 되는 데, 그 가운데 격파, 단련에 관한 정보(자료)는 10% 미만이다.

최초의 문헌인 화수도교본(황기 조선문화출판사 단기 4282(1949)·189)에서 '수족단련법(手足鍛鍊法)'을 보자.

"이 수족(손발)을 단련하려면 주로 도구가 필요하다. 이 도구에 대해서는 후기하기로 하고 여기서는 이에 의하여 단련법부터 기재하기로 한다. 수(手) 단련 시에는 우선 도구대 전면(앞)에서 심신을 안정하고 하복부에 힘과 중심(重心)을 잡고 우측 전굴자세(오른 앞굽이)로 우정권(오른 주먹)을 차도구(이 도구에 향하여(향해) 단련"으로 시작되는 설명이 이어진다. "그리고 우수(오른손)가 종(終)하면(끝나면) 좌수(왼손)도 동일 요령으로 단련하되 보통 좌방(왼쪽)은 약하므로 우방(오른쪽) 30회 단련하자면 좌방은 5, 60회 가량 단련하여야 한다." 그리고 권법교본(최석남 동서문화사 단기 4288(1955)·45) '기초단련법'에서 기초 단련법은 권



▲공중에서 뛰어 격파를 성공시키는 태권도인. 평소 강한 의지와 인내로 꾸준히 노력해야만 파괴력과 위력을 증진시킬 수 있다.

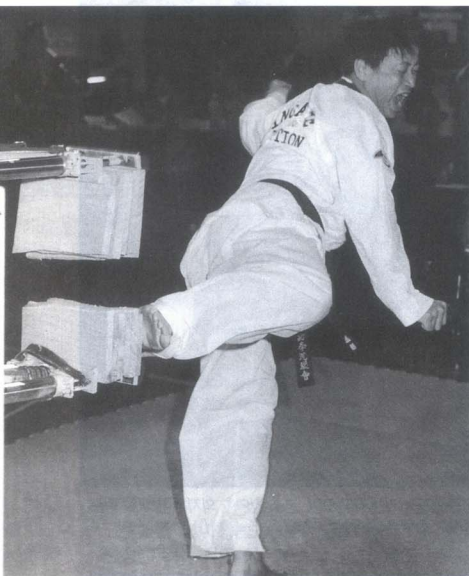
법(태권도)의 생명이라고 말할 수 있고 그 주된 단련부위는 손과 발이다. 손과 발의 단련은 틈이 있는 대로 때와 장소를 가리지 말고 끊임없이 실시하면 여하한 위기에서도 이것을 박차고 안전을 얻을 수 있으며 나아가서는 위대한 위력을 적에게 발휘할 수 있다. 주먹으로 치면 십수개의 기와장이 부서지고 목판(송판)이 부서지는 것이다. 수도(손발)로 치면 벽돌이 이삼매(두세개)나 찢어지는 것 같은 것은 결코 우연으로 되는 것이나 어느 특수한 소질이 있어서 그러는 것이 아니고 오로지 단련에 의한 성과임을 강조한다." 는 등 단련에 관한 자세한 설명이 있다.

단련(鍛鍊)

'단련'은 태권도 교본의 한 편(篇)을 차지하고 있다.

단련 또는 단련법의 항목으로 각 문헌마다 다소 차이를 나타내고 있으나 소홀히 취급한 교본도 없지 않다.

1972년 대한태권도협회에서 발행한 교본은 품새편이라는 특성으로 '품새'에 한정된 내용이다. 그러나 1987년 국기원에서 발간한 국기 태권도 교본(국



▲태권도 고단자가 발로 승판을 완파시키는데 성공하고 있다. 발을 단련시키기 위해서는 단련대 등 기구를 사용하기도 한다.

기원편)은 목차 제 8장 태권도 시범에서 '격파'라는 설명에서 "태권도 시범의 꽃이라 할 수 있는 격파 시범은 묘기 격파와 위력 격파가 있다. 격파 시범은 묘기를 연구하면 할수록 기술이 개발될 수 있는 전방이 많으며 각종 공격부위를 이용하는 특수 격파와 커다란 위력을 과시할 수 있는 위력격파 시범 등이 포함되어야 한다."라는 짙막한 언급뿐이다. 반면에 태권도 겨루기, 태권도 시범, 태권도 선수훈련 등에 비중을 두고 있어 태권도의 경기화, 스포츠 태권도를 지향한 편으로서 교본의 편집 의도가 정책적이었음을 배제할 수 없다.

단련편

단련구, 단련대를 이용한 단련에 관련된 내용을 게재한 교본으로서 1970년대 이전에 발간된 문헌은 권법교본(최석남 4288(1955), 당수도교본(황기 계량 문화사 1958), 태권도 지침(최홍희 정연사 1966) 등

이 있다.

그리고 1970년 이후에 발간된 교본은 수박도대감(황기 삼광출판사 1970), 정통 태권도 교법(최영의 불이출판사 1971), 태권도교서(최홍희 정연사 1973), 종합 태권도전서(김병운, 김정록 서림문화사 1985), 태권도교본(이교윤 일신서적공사 1989), 무도교본(육군사관학교 형설출판사 1989), 태권도(송후섭, 김중오 진원출판사 1990) 등을 찾아볼 수 있다.

단련 목적

품새를 수련하면 신체의 신축, 속도의 완급, 힘의 강약 등 기술과 신체 전체의 단련이 되며, 겨루기를 수련하면 팔목, 손날 등 방어하는 부분만 단련된다. 그러나 실지 위력을 나타내는 공격 부위인 주먹, 손끝, 손날, 팔굽(손기술)과 앞축, 뒤축, 발날, 발등(발기술) 등의 부분을 단련시키기 위해 태권도의 단련 기구를 이용하여 별도로 단련해야 한다.

즉 일격(一擊) 일축(一蹴)이 필살(반드시 죽음)의 위력이 있어 그것을 치명타가 될 수 있도록 힘을 길러야 한다.(신찬체육대사전 진보 1996:170)

또는 단련 목적은 평소 공간만을 공격하던 것을 실질적인 공격 목표를 가정하여 체험과 중심과 거리와 손발의 사용 부위를 단련시키는 목적이 있다.

단련법

단련법은 기본동작과 기술의 위력 및 파괴력을 증진시키기 위하여 반드시 필요한 것으로 꾸준한 노력과 계속적인 단련을 하여야 그 효과를 거둘 수 있다. 단련 기구에 의한 단련과 기구를 사용하지 않는 단련의 두 가지 방법이 있다.

요령

- 꾸준한 성의와 노력 및 인내심을 요한다.
- 정확한 사용 방법을 숙지한다.
- 자기 체력, 체질에 적합한 단련을 한다.
- 수련 정도의 수준을 감안, 단계적 질과 양의 진행
- 시선, 거리, 중심, 방향, 힘과 호흡 등에 유의할 것
- 단전에 중심과 힘을 모아 단련할 것.

단련구 제작법

단련구란 단련기구의 준말로서 단련대와 같은 뜻으로 사용되며 크게 고정식 단련대(鎗鍊袋)와 이동

식 단련대, 그리고 휴대용 단련대로 구분할 수 있다.

단련기구는 단련대 - 주먹, 손날, 등주먹, 팔굽을 단련. 단련 백- 앞축, 뒤축, 발날과 주먹, 손날, 팔굽 등을 단련. 모래단지- 손끝, 손가락의 압력 단련 등 공적이다.

- 단련대

단련대는 대와 베개로 구성된다.

만드는 방법은 대는 어떤 나무이든 골은 사각기둥이 좋으며 길이는 수련자의 키에 따라 차이가 있으나 일반적으로 전장 2m, 두께 7cm, 넓이 8cm 정도의 각목을 정사지게 깎아서 상판은 7cm, 두께가 15cm 정도 되도록 한다. 벚짖 베개는 길이 30cm, 두께 5cm, 넓이 8cm 정도의 벚 짚단을 만들고 새끼줄로 벚짖을 감는다. 이 벚짖베개를 대에 고정시키면 된다.

설치하는 방법은 일정한 장소에 땅을 줍고 깊게 파서 80cm 정도로 묻어 세워놓고 주위에 돌이나 목재로 앞뒤를 받쳐 시멘트로 고정시키면 된다. 이 고정식은 우선 마당이 있어야 한다. 반면에 도장(체육관)이나 건물 옥상에 설치 용이한 이동식은 실내의 어디서나 설치, 효과적으로 사용할 수 있으나 제작비용이 다소 많아 경제적 부담이 있다.

그리고 휴대용은 길이 26cm, 넓이 75cm, 두께 5cm 정도의 각목을 3등분하여 각목의 중간에 이중의 홈을 파내고 만들거나 튼튼한 나무판 3개를 포개고, 그 사이에 짧은 판을 끼워서 만든다. 나무의 홈에



▲주먹으로 기와격파를 시도하려는 외국인의 모습. 수백번, 수천번 반복훈련으로 강한 주먹을 단련해야만 격파에 성공할 수 있다.

력을 키우는데 도움이 된다. 작은 백은 길이 60cm, 직경 30cm 정도의 작은 자루에 톱밥 또는 가죽 조각을 넣는다. 이것을 신장 높이 정도로 매달고 좌,

일격, 일축이 필살의 위력이 있어 치명타되도록 힘 길러야 실질적인 공격목표 가정해 꾸준히 계속적인 단련해야 효과

스프링을 넣어 탄력성이 있도록 하면 더욱 좋다.(종합 태권도 전서 김병운 김정록 서림문화사 1985)

- 단련 백

단련 백은 큰 백(bag)과 작은 백으로 구분한다.

큰 백은 길이 120cm, 직경 60cm 정도의 큰 자루에 톱밥 및 가죽 또는 형짚 조각을 약 15관 정도 넣고 로프나 쇠사슬로 어깨 높이 정도로 매단다. 주로 발의 단련에 많이 사용되며 탄력보다는 힘의 저항

우로 이동하는 반응을 이용하여 뛰어 차기 등 민첩성과 순발력 등을 증진시키는데 많은 도움이 된다.

- 단련 그네

직경 약 10cm, 길이 150~180cm의 중심나무(또는 나무 묶음)에다 약 5~4cm 두께로 벚짖을 대고 새끼줄로 단단히 감는다.

양쪽에 고리를 달고 약 2~4cm의 밧줄로 매단다. 높이는 양쪽에 로리를 달아서 높이를 조절할 수 있게 한다.

- 단련공

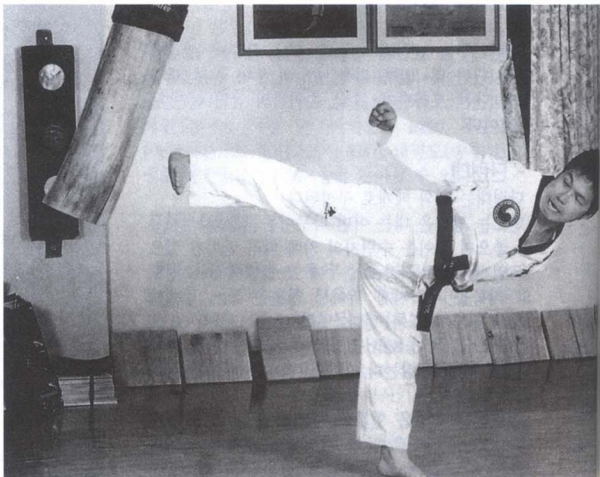
권투 연습에서 사용하는 펀치 볼을 대응해서 사용할 수 있다. 설치법은 고정식 또는 진동식이 있다. 고정식 설치법은 공의 앞쪽에 고무공을 매어 수련자의 키에 따라 높낮이를 조절하여 천장과 바닥에 당겨 매어 사용한다.

- 단지(모래통)

단지는 손아귀의 힘을 기르기 위한 방법과 단지에 모래를 담아 손끝 찌르기 단련을 위한 방법이 있다. 단지는 목이 곧게 쭉 빠지고 둘레에 테가 있어 손가락으로 찔 수 있어야 한다.

격파의 대가 (大家)

극진 가라테의 창시자 최영의(서울 출생 1923-1996)는 격파, 격투기의 대가라 해도 과언이 아니다. 그는 세계의 어느 누구보다도 맨손과 결투를 하여 명성을 떨쳤다. 미국에 가서 많은 권투 선수와 레슬링 선수들과 맞서 통쾌히 물리치고 소 50두와 싸워서 이긴 후에도 자기가 세계 제일의 강자라 생각할 수 없었다고 한다. 그가 미국을 순회하며 시범을



▲통나무로 옆차기를 단련하고 있는 모습.

무도 수련만으로 일생을 살았다. 체격은 아이 때는 적었지만 당시는 20관 정도로 기력이 충실하고, 모든 의미로 최고조였다. 그 무렵 누구를 상대로 해도 후시 질 것인지 모른다고 생각한 일은 한번도 없었다."고 술회했다.

항소 뿔 꺾은 최영의는 강해지려고 수련으로 일생 보내 시범프로그램에서 격파는 비중 높고 인기도 단연 으뜸

보일 때 군중이 형(품새)이나 깨어보기(격파) 연무만으로는 만족하지 않고, 레슬링 선수나 권투 선수와 맞서 싸우게 되는 입장이 되어, 그 모두를 만족음을 시켜왔다고 한다.

그는 20세 무렵에 손날로 기와 20매를 깨고, 24~28세 사이에 30매를 손날로 깼다.

또 벽돌 2장을 손날로 부수고 12cm 직경의 소의 뿔을 손날로 깨뜨렸다.

"나는 왜 그렇게 많이 깼을 수 있었는가? 그 대답은 간단하다. 나는 9세 때부터 권법에 입문, 수련하면서 강하게되는 것만을 생각했다. 보통 수련자의 3배 연습하고, 실제로 두번에 걸쳐서 3년간 입산을,

초기 육철십년대 태권도 사범이 구미(歐美)로 진출, 가라테의 아성에서 생소한 '태권도'를 알리며 보급하는 데 실은 격파가 큰 몫을 수행했다. 필자도 60년대에 유럽에 진출, 태권도의 씨앗을 뿌리는 과정에서 격파로 인해 부상을 입기도 했다.

그리고 지금도 시범프로그램에서 격파가 차지하는 비중은 높고, 그 인기도 단연 으뜸이다.

해외에선 지금도

승급단심사에 있어 철저히 격파실기를 빠트리지 않는다. 격파는 자기와의 싸움이고 단련의 수준을

평가하는 페러다임이며 자신감을 갖게하기 때문이다. 심사나 시범을 보일 때 격파의 묘기에 일반 사람들은 신기(神技)라 생각하는 경향이 있다.

격파는 누구든지 태권도의 기초를 연마하면 어느 정도 기와나 판자를 깰 수가 있다.

격파에서 제일 중요한 것은 정확하게 기와나 판자의 중앙에 주먹머리나 손날로 맞는 것 이상으로 당기는 손을 날카롭게 조여서, 허리를 회전시키고 균형을 유지하는 것 등이 중요한 것이다.

물론 이렇게 되기 위해서는 사용부위의 단련과 상응한 기술체계를 숙련해야 하는 전제가 따른다.

그러나 태권도의 한국적 풍토는 격파와는 먼 거리였는데 지난해부터 국기원에서 고단자 심사실기의 필수과목으로 채택하고 있음이 다행이라 하겠다.

단련구의 변천

도시 소재 체육관에서 전통적인 방식의 단련대를 설치한다는 것은 쉬운 일이 아니다.

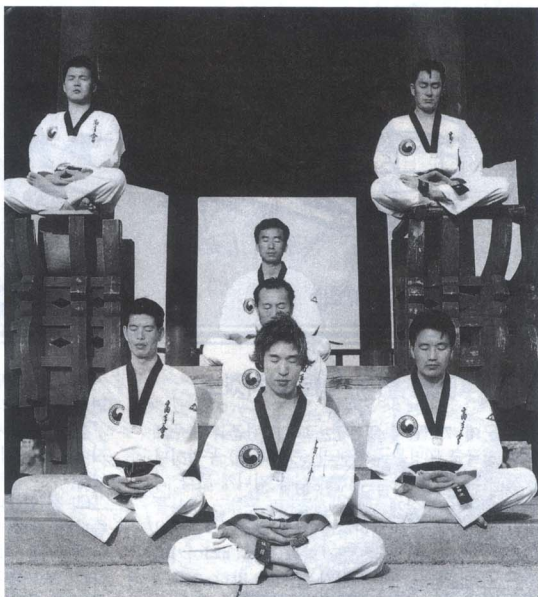
우선 아동 위주의 수련생을 위해 필요성이 없고, 새끼, 벗짚 등 재료를 구하기도 만만하지 않다.

외국에선 플라스틱 제품의 이동식 단련대가 개발돼 있어 인기를 얻고 있다. 반면에 국내에는 겨루기 위주이다 보니 발차기 훈련용 표적물(타킷) 등이 다양하게 개발돼 있다. 그리고 재래식 샌드 백(sand bag) 대신 공기, 물 등을 이용한 도구로 변하고 있다.

격파를 소재로 인공 판자, 기와 등 모조품이 개발되고 있다. 또 '태권도 한마당' 경연에서는 기와 대신 화강석을 사용하고 있다.

그리고 발 격파를 위한 기계식 고정 틀이 수년 전에 개발돼 사용해 오고 있다. 그러나 여러 단체의 시범단이 해외 나들이 때에는 어김없이 송판을 아직도 직접 지참하는 이유는 어디에 있을까.

태권화를 신고 알팍한 송판을 고집하며, 고난도 기술만을 내세우는 아집은 버려야할 유산이다.



▲태권도에서 단련이라는 의미는 손날이나 주먹을 단련한다는 것 뿐만 아니라 마음을 닦는다는 의미에서 심신을 단련한다고 한다. 태권도 수련에 앞서 정신을 집중하고 있는 태권도인들의 모습.

격파 단련 문화

태권도 무도화는 격파 단련의 문화에서 성숙돼야 한다. 태권도 한마당의 격파 종목은 격파에 대한 위력 및 인식, 그 중요성이 점차로 고조되고 있다.

그리고 국기원 고단자 심사과목에 격파를 실기 필수로 실시하고 있음은 고무적인 현상이다. 격파는 더 이상 시범, 심사를 위한 단련 범주에서 탈피하고, 일선 도장에서 일상적 수련 프로그램의 장르로서 격파를 위한 단련, 단련을 통한 정신수양 그리고 격파 문화의 환경이 개선, 태권도 무도의 본성을 되찾는 운동으로 확산돼야 한다.

태권도인이 스스로 '태권도'를 '무도 스포츠' 또는 '관광문화 상품'이라 일컫고 있는 오늘의 '지금 바로 여기'에서 우리 태권도인은 열린 마음으로 한 민족 무예, 무도로서의 태권도 발전을 위한 진지한 성찰과 연구육구를 갖고, 그 의욕에 따르는 실천이 있어야 한다.

〈다음호에 계속〉

역사속의 태권도소설



두억시니

〈연재 제 37회〉

호로아 글 · 그림

군사(軍師)를 위해 목숨 바치겠소

동학군에 끼어들어 일본군, 그리고 관군과 싸우고 있던 청국군 50명은 동학군의 군사(軍師) 두억시니에게 거의 신앙심과 같은 충성심을 지니게 됐다.

자기네들을 못살게 굴던 「개」라고 동학군 병사를 두억시니가 단칼에 베어버리고 군기(軍紀=군대의 규율)를 바로잡자 청국군을 「되놈」이라 업신여기던 다른 동학군들도 두억시니가 무서워 감히 청국군을 모멸(侮蔑=업신여기고 깔볼)하지 않게 됐다.

청국군들은 모두 두억시니에게 고마움을 느꼈다. 특히 그들의 인술자나 다름없는 유측서(劉側徐)는 크게 감동해서 「우리는 군사에게 큰 은혜를 입었다. 나는 군사를 위해 목숨까지 바치겠다」고 다짐했을 정도였다.

유측서는 중국의 소림사권법(小林寺拳法)에 뛰어날뿐 아니라 학식(學識=학문으로 얻은 학식과 의견)도 높아 청국군 모두로부터 존경을 받고있는 인물이었다.

『족제비, 앞으로 그런 일은 없겠지만 혹시 우리 동학 가운데 생각이 모자란 인간이 있어 또다시 청국군을 괴롭히는 일이 없도록 가끔 자네가 살펴주게』

그렇지 않아도 일본군에게 저서 패잔병(敗殘兵=전쟁에 지고 살아남은 군사)의 서러운 신세로 동학군에게 몸을 맡기고 있는 청국군이 더이상의 서러움과 시달림을 당하지 않도록 두억시니는 족제비에게 지시했다.

『알겠습니다. 제가 자주 그들의 막사(幕舍=군대가 묵는 집)에 들러 어려운 점이 없나를 살펴 보겠습니다』

족제비의 대답을 듣고 두억시니는 고개를 끄덕이면서 문득 생각이 났는지 물었다.

『참, 그리고 지리산에 남아있는 꼬마들은 모두 잘 지내고 있겠지? 요즘 지리산의 소식을 들은 것 없나?』

『네, 잘 있습니다. 술개가 며칠전 지리산을 다녀왔습니다. 특히 자갈과 분이가 「아찌」(나어린 자갈은 두억시니를 아저씨라 부르지 못하고 아찌라 불렀다)가 보고싶다고 술개에게 같이 데려가 달라고 마구 떼를 썼답니다』

누가 없어졌다고?

자갈과 분이는 그리운 아찌를 찾아 새벽녘 무작정 지리산을 내려가

그 이야기를 듣고 두억시니는 또다시 알았다는 표정으로 고개를 몇차례 끄덕였다.

아무리 작은 일이라도 빼놓지않고 보고하는 족제비지만 꼬마들이 두억시니를 보고 싶어한다는 것을 알리지 않은 까닭을 알만했다.

귀신이 실제로 있다면 그 귀신도 때려잡을 것 같은 무서운 두억시니가 어린이들 특히 보살펴주는 이 없는 고아같은 어린이들을 불쌍히 여기고 귀여워하는 것을 잘 알고 있기 때문에 족제비는 두억시니의 마음이 상할까봐 일부러 자갈과 분이의 이야기를 알리지 않은 것이다.

〈그렇지 않아도 목숨을 걸고 지리산패와 동학의 운명이 달린 큰 싸움을 치르고 있는 마당에 꼬마들의 이야기로 두령의 마음을 흐트러지게 만들어서

는 안된다.)는 것이 족제비의 생각이었다.

『그래? 꼬마들이 나를 보고 싶다고?』

북면속의 두눈이 부드러워지더니 두억시니는 지리산을 바라보듯 시선을 허공에 멈추었다.

한참 침묵에 잠겨있던 두억시니가 한숨을 내뿜었다.

『그래, 나도 그 녀석들이 보고 싶구나.』

군사로서 작전지시를 내릴 때에는 차갑고 단단한 강철같은 의지를 지닌 두억시니가 오랫동안 인간다운 모습을 드러낸 순간이었다.

발각 뒤집힌 지리산패 본부

『아니, 그게 무슨 소리야? 자갈과 분이가 사라져 버렸다고?』

얼굴이 새하얗게 질린 추월이가 비명을 지르듯 축새에게 묻는다.

『응, 아침에 잠에서 깨어나보니 자갈과 분이가 없어졌어.』

두억시니는 동학군을 따라 공주로 출격하기 전에 17살의 작부(酌婦=술집에서 손을 접대하며 술을 따라주는 여자) 출신의 추월에게 동학군을 따라다니던 꼬마부대를 맡기고 지리산을 떠났다.

난리가 가라앉을 때까지 지리산패 본부에 꼬마들을 남겨두는 것이 안전하다고 판단했기 때문이다.

두억시니의 부하인 3명의 지리산패가 이들에게 식량을 대주고 보호해주기 위해 지리산에 남았다.

『무슨 일이나? 누가 없어졌다고?』

『혹시, 이 근처에서 놀고 있는 것 아냐?』

지리산패들을 자갈과 분이가 사라졌다는 이야기를 듣고도 처음에는 아마 멀리가지는 않고 나무열매를 따거나 근처 숲속에서 놀고 있을 것이라 여겼다.

그런 수밖에 없는 것이 자갈과 분이는 고아들이기 때문에 이곳을 떠나 갈 곳이 없었기 때문이다. 더구나 인가(人家=사람사는 집)도 드문 지리산에서 어디를 간단 말인가.

『우선, 이 근방을 찾아보기로 하자.』

『그래, 아마 어딘가에 있을 거야.』



지리산패 3명과 추월이 그리고 꼬마들은 각자 홀어져 지리산패 본부 근처에서 자갈과 분이를 찾아 나섰다.

『자갈아! 분이야!』

『자갈아! 대담해, 어디있니?』

한참동안 찾았으나 허탕이었다. 축새가 갑자기 공포감에 사로잡힌 표정을 지으며,

『아냐, 이 근처에는 산짐승이 가까히 하지 못하도록 군데 군데마다 화약을 땅에 묻어놓았거나 나무에 묻혀 놓았어. 그 냄새를 맡으면 짐승들은 더이상 다가서지 않고 돌아가게 돼있어.』

지리산패들은 비가 세차게 내려 화약이 씻겨나가면 본부 돌레를 돌면서 화약가루를 다시 묻거나 나무에 칠해두곤 했다.

『그렇다면 이 두 꼬마는 도대체 어디로 갔단 말인가?』

지리산패 한사람이 도저히 알 수 없다는 듯 고개를 가우뚱거리다가 추월이 표정이 달라지는 모습에 눈이 번쩍 커졌다.

추월은 무엇인가 생각난듯 눈을 크게 뜨고 『설마.....』라고 작게 외쳤다.

『뭐야? 추월아, 무엇인가 생각나는게 있는 거야?』 지리산패의 재촉에 추월이는 고개를 끄덕이면서 자신의 생각을 털어놓았다.

『얼마 전에 술개 아저씨가 이곳을 다녀가시지 않으셨어요? 저희들이 잘 지내고 있는지를 살펴보기 위해서 말입니다.』

『그래, 술개 형님이 다녀가셨지.』

『그때 자갈과 분이가 술개 아저씨에게 졸라댔어요. 두역시니 아저씨가 보고 싶으니 자기네들을 함께 데려가 달라고요...』

『.....』

추월이의 말을 듣고 지리산패들도 생각나는 것이 있었다.

『그래, 맞았어. 고 녀석들이 술개의 형님과 같이 가겠다고 막무가내로 때를 썼지. 그래서 술개 형님이 떠나실 때 두 꼬마를 때어놓느라고 애를 먹었지. 그렇단말...?』

『아저씨, 제 생각에는 자갈과 분이는 두역시니 아저씨를 만나기 위해 공주쪽으로 간 것이 틀림없어요.』

지리산패 3명 가운데는 가장 고참(古參=오래 전부터 그 일에 종사해온 사람)인 표범이 추월의 말을 듣고 잠시 생각에 잠긴다.

이윽고 표범은 『그래, 추월의 말이 맞을지도 모르겠다. 아침에 깨어나보니 없어졌다고 하니 어쩌면 어제밤에 산을 내려 갔을지도 모른다. 아무런 일이 없었으면 좋을텐데...』라고 걱정어린 목소리로 말한다.

『야, 너희 두사람은 바로 산을 내려가 공주로 가는 길을 살살이 훑어라. 필요하면 말을 구해서 쫓아라. 그러나 꼬마들의 걸음으로 그리 멀리가지는 못했을 게야.』

표범의 명령이 떨어지자 두사람의 지리산패는 바로 산을 내려가기 시작했다.

표범은 걱정스러운 표정을 짓고있는 추월이와 꼬마들을 달랐다.

『염려를 마라. 아저씨들이 곧 자갈과 분이를 찾아서 데리고 돌아올 거야.』

표범의 이 말을 듣고 추새가 왼손바닥을 오른손 주먹으로 탁 치면서 『자갈이 녀석 잡혀서 돌아오기만 하면 내가 혼내주어 야지.』라고 엄포(실속없는 큰소리)를 남을 으르는 짓을 놓았지만 얼굴에는 웃음이 퍼지고 있었다.

늘 자갈과 티격태격하면서 욱 박질렀지만막상 자갈이 없어지자 걱정이 됐다가 지리산패 아저씨들이 틀림없이 찾아내 준다는 말에 마음이 놓인 것이다.

긴장했던 분위기가 조금 누그러들자 추월은 북새통에 늦어진 아침밥짓기에 나섰고 꼬마들은 금새 놀이와 장난에 열중하기 시작했다.

꿈속에 아씨는 피투성이였어

자갈과 분이는 전날밤이 아니라 그날 새벽녘 일찌기 지리산을 내려왔다.

새벽공기는 무척이나 차가웠고 산길은 험했다.

그들은 산기슭에 자리잡은 집에 너덧채밖에 안되는 작은 마을에 이르자 그 가운데 허술한 빈집에 들어갔다. 피로와 추위 탓에 더 걸음을 옮길 수 없었기 때문이다.

얼마 전까지만 해도 사람이 살고 있었던 모양으로 마당에는 장작이 한무더기 쌓여있었다.

분이는 그 장작을 가져다가 불쏘시개(장작을 때거나 숯불을 피울 때 불을 옮겨붙이기 위해 먼저 쓰는 나무잎이나 관솔 따위)에 부시돌로 불을 붙이고 아궁이에 장작을 지폈다.

개화문명과 함께 서양 사람들이 이 땅에 이미 성냥을 전해주긴 했지만 아직 시골까지는 퍼지지 못





해 그때 시골 사람들은 불씨나 부싷물로 불을 얻어 쓰고 있었다.

이윽고 방바닥에 따뜻한 기운이 감돌자 두사람은 이내 잠에 골아 떨어졌다.

자갈과 분이가 잠든 사이 두사람의 지리산패는 이 작은 마을 옆을 빠른 걸음으로 지나가고 있었다.

그들은 설마 이런 가까운 곳에 자갈과 분이가 머물러 있으리라고는 생각조차 못한 것이다.

지리산패들의 걸음은 무척 빨랐다.

그때 사람들은 아직 축지법(縮地法=도술로 지맥을 축소하여 먼 거리를 가깝게 하는 일)이 실제로 존재한다고 믿고 있었다.

그러나 그때 축지법을 쓴다고 여겨졌던 사람들은 도술(道術=도사가 쓰는 방법과 기술)을 쓰는 것이 아니라 평소 지구력과 스피드를 키워 다른 사람들보다 빨리 걷는 것 뿐이었다.

아무튼 남보기에는 축지법을 쓴다고 여겨질만치 빠른 속도로 두사람의 지리산패는 공주로 향하고 있었다.

자갈과 분이가 잠에서 깨어난 것은 거의 점심 때가 다 되어서였다.

『누아(누나), 나 배고파』

자갈이 눈을 부비면서 배고픔을 호소한다.

『그래, 누나도 배가 고파. 잠깐만 기다려보아』

부엌에 나가 부시럭거리던 분이는 고구마 몇개를 찾아냈다.

아궁이에 그 고구마를 넣고 구워낸 뒤 그들의 아침점점 점심식사는 시작됐다.

『자갈아, 많이 먹어라』

『응, 누아도 많이 먹어』

그러나 7개의 고구마 가운데 3개는 자갈이 2개는 분이가 먹고 2개는 남겼다.

갈길은 먼데 노자(여비)도 없고 식량도 없으니 먹거리를 아낄 수밖에 없었다.

『누아, 정말로 말이야. 꿈에서 본 아저(두역시니를 가리킴)는 피투성이였어. 죽었으면 어떻게냐』

『.....』

이 두역시니는 그동안 두역시니가 보고싶기도 했지만 이틀전 자갈이 꿈속에서 두역시니가 피투성이 된 모습을 보고 충격을 받아 당장 두역시니를 찾아 무작정 나서기로 한 것이다.

어릴 때부터 따뜻한 정이라곤 받아보지 못한 이들은 자기네들을 친자식처럼 사랑해주는 두역시니를 친아버지처럼 따랐다.

어른들은 두역시니가 문동병에 걸려 허물어져가는 얼굴을 감추기 위해 복면을 쓰고 있다고 수근거렸지만 꼬마들은 그런 것에 신경을 쓰지 않았다.

아니 신경을 쓸 겨를이 없을만치 그들은 사랑에 굶주려 있었다.

『누아, 가자. 아저 만나러 가자』

『그래, 가자. 잠깐만 기다려』

분이는 그래도 지리산에서 내려올 때 가져온 허름한 보자기에 고구마 2개를 담아서 싸고 동생의 손을 잡아 빈집을 나섰다.

두역시니는 불사신(不死身)인가?

공주성 안에는 긴장감이 지나쳐 차라리 공포감이 감돌고 있었다.

관군과 일본군이 무기나 장비면에서는 우세하지만 수적으로는 동학군이 훨씬 많은 데다 시간을 오래 끌면 백성들의 마음이 동학쪽으로 기울 공산이 크기 때문에 주민들은 물론 하급 병사들의 마음도 흔들리고 있었다.

더구나 공주를 둘러싼 이곳저곳에서 벌어지고 있는 전투는 일진일퇴(一進一退=한번 나아갔다 한번 물러갔다)의 공방전이 계속돼 양쪽 모두 죽고 다치

는 사람만 나날이 늘어나고 있었다.

『얼마 안가서 공주성도 지난번에 전주성이 함락됐듯이 동학군에게 점령당하게 될거야.』

『그렇게 되면 벼슬아치와 왜놈병정들은 모조리 저승길로 떠나게 되겠군.』

지난 초여름 동학군이 전주성을 함락시켰던 일은 동학군에게 필승(必勝=반드시 이김)의 신념을 심어준 반면 관군에게는 깊은 패배감을 안겨주고 있었다.

『우리 일본군은 동학군에게 아무런 선입견(先入見=어떤 일에 대해 이전부터 머릿속에 들어있는 고정적인 관념이나 견해)도 가지고 있지 않지만 조선 관군은 동학군을 꽤 두려워하고 있는 것 같소. 안 그렇습니까?』

공주성 동헌(東軒=감사가 공무를 보는 곳)에서 일본군과 관군이 합동참모회의를 갖는 자리에서 일본군의 미나미 대좌(대령)가 무거운 분위기를 깨고 먼저 말문을 열었다.

『그렇습니다. 조선에는 아직도 주문(呪文=술법을 부릴 때 외우는 글귀)이나 부적(符籙=나쁜 귀신이 나 잡귀를 쫓기 위하여 붉은 색으로 아로한 글자나 모양을 그린 종이)의 효험이 있다고 믿는 백성들이 많습니다.』

충청감사 박제순이 미나미 대좌의 물음에 대답한다.

『특히 사람들 사이에는 동학의 주문과 부적이 날아오는 총알까지 막는 힘이 있다고 믿어지고 있습니다. 그 믿을 때문에 동학군은 낡은 무기를 지니고도 사기가 시들지 않고 있습니다. 그리고 또 하나 동학군의 사기를 뒷받침하고 있는 것은...』

박제순이 말을 하고있는 사이에 급한 발자국 소리가 나더니 전령이 방문밖에 이르렀다.

합동참모회의는 잠시 중단되고 일선에서 달려온 전령의 보고를 받았다. 공주를 에워싼 전투상황이 매우 급했기 때문에 어떤 보고도 뒤로 미룰 수 없었다.

『보고 드립니다. 검마위를 지키고 있던 아군(我軍=우리 편인 군사)의 기습을 받아 30여명이 죽고 25명 가량이 다쳤습니다. 동학군의 기습부대를 이끌고 있던 자는 복면들을 쓴 것으로 보아 적의 군사(軍師) 두역시니 혹은 그의 수하인 지리산배 같습니다.』

보고를 전해들은 방안은 물을 끼얹은 듯 조용해졌다.

안색이 창백해진 박제순은 그래도 무거워진 입을

열고 아까 다하지 못한 말을 계속한다.

『바로, 그 두역시니란 작자(남을 업신여겨 홀대해서 하는 말)입니다. 동학군의 사기를 뒷받침하고 있는 자가 두역시니입니다.』

미나미 대좌는 가볍게 고개를 끄덕이더니 잠시 무엇인가를 생각하는 눈치다.

『두역시니란 자는 참 목숨이 질기기도 한 녀석인 모양이구려. 그동안 여러 차례 목숨을 잃을뻔한 위기를 맞이했을텐데도 용케 살아남아 설치고 있으니 그자는 불사신(不死身=어떤 병이나 상해, 고통 등에도 이겨내는 몸)이란 말이오?』

미나미 대좌가 쓴웃음을 띄우며 조금은 빈정대는 투로 말한다.

『그가짓 두역시니 하나는 못잡는다는 뜻이다.』

조선관군쪽에서는 미나미 대좌의 이 말에 대꾸하는 사람이 아무도 없었다.

『그렇다면 할 수 없구려. 내가 몇사람을 보내보겠소. 하긴 이번에도 성공한다는 보장은 없지만...』



무서운 3명의 젊은 여성들

『새영!』

바람을 가르며 날아간 표창이 은행나무 기둥의 과녁에 탁 꽂힌다.

공주성 동헌의 뒷마당에 서있는 몇그루의 은행나무를 향해 표창을 던지고 있는 것은 바지 저고리로 남장(男裝=남자차림)한 두 젊은 여성이었다.

어렸을 때부터 무예를 익혔는지 가볍고 날랜 몸짓으로 던지는 표창으로 은행나무에 붙여놓은 과녁에 정확히 꽂힌다.

그리고 그 두여성 옆에는 역시 남장차림의 30대 여성이 미소를 띄우며 그들의 표창던지는 모습을 지켜보고 있었다.

『언니, 역시 대단하시네요. 언니가 던진 표창 10개

가운데 9개는 과녁 한복판에 박혔고 나머지 한개도 한복판 가까이를 맞혔어요」

아직 스물은 되지 않았을까? 양쪽 모두 미인이라고 불릴 만한 두여성 가운데 조금 키 큰 쪽이 나이



가 아래인 모양으로 보통키의 여성을 언니라 부른다.

『무슨 소리야 섣덕아. 너는 10개를 모두 과녁 한복판에 꽂아 놓고선...』

언니라 불리운 여성은 웃는 낯으로 되레 섣덕이의 표창솜씨를 칭찬한다.

『아니어요 진덕언니. 10개를 던지는 시간이 언니가 훨씬 짧았어요. 저는 언니보다 훨씬 오래 겨냥하고 던졌으니 막상 적과 대결할 때는 언니의 표창솜씨가 더 위력을 나타낼 수밖에요』

그러니까 언니는 진덕이고 동생은 섣덕이라고 옛 여왕이름을 따서 부르는 모양이다. 본명이 아닌 것으로 보아 이 두 여성 역시 민비의 직속 암살집단이었던 갑자대(甲子隊)처럼 특수임무를 위해 키워진 공작요원임에 틀림없다.

『두사람 모두 대단합니다. 표창솜씨가 웬만한 남자 무사 뺀치게 뛰어났어요. 특히 과녁을 겨냥하는 집중력과 체중을 실어 강하게 표창을 던지는 동작

이 좋아요』

그때까지 팔짱을 끼고 지켜보던 30대 여인이 두여성의 표창솜씨를 칭찬한다. 그러나 이 여인의 우리말은 어딘가 서툴렀다.

『ㄹ,ㅂㅅ이 정확하지가 않고 ㄴ,ㅇ의 구별이 뚜렷하지 않다.

그만하면 우리말을 꽤 잘하는 편이긴 하지만 일본사람임을 감출만치 정확한 것은 아니었다.

『이번에는 오토미 언니의 차례야요. 언니의 단총(短銃=권총) 솜씨를 보여주세요.』

오토미는 미소띤 얼굴로 큰 은행나무 옆의 바위로 가까이 가더니 품속에서 호두알 3개를 꺼내 편편한 바위 위에 나란히 올려 놓고 뒤로 물러난다.

20발자국 정도 오른손을 넣어 권총을 뽑아들었다. 진덕과 섣덕은 숨을 죽이고 오토미의 동작 하나하나를 지켜본다.

『탕! 탕! 탕!』

3발의 총소리가 울리더니 호두알을 바위 위에서 차례차례 박살이 나고 조각은 허공에 흩날린다.

얼어붙은 것처럼 꼼짝않고 그 모습을 지켜본 진덕과 섣덕이 가벼운 한숨을 내쉬었다.

『역시 단총이 표창보다 더 무섭군요』

진덕이 부러운듯이 말하자 오토미는 여전히 미소를 머금은 채 가볍게 고개를 가로 젓는다.

『아냐, 반드시 단총이 표창보다 좋은 건 아냐. 잘 생각해보면 단총이 표창보다 못한 점도 있어』

『단총이 표창보다 못한 점이 뭐가 있어요?』

『첫째, 단총은 소리가 나지만 표창은 소리가 안나지 않나. 그러니까 첫발을 쏘면 바로 쏜 사람의 존재를 적에게 알리게 되고 말야. 그러나 표창은 소리가 안나니까 어두운 밤에는 적을 쓰러뜨리고도 다른 적에게 들킬 염려가 적지』

『호음, 듣고보니 그렇군요』

『또한가지 내가 지닌 단총은 당신네들이 말하는 육혈포(六穴砲=총알을 쏘는 구멍이 6개 있는 권총)야. 그러니까 6발을 쏘고나면 총알을 채워 넣어야돼. 그때는 적에게 무방비인 상태가 될 수밖에 없어. 그러나 표창은 그런 위험이 없지 않나』

진덕과 섣덕은 오토미의 말에 알겠다는 듯 고개를 끄덕였다. 오토미는 전통있는 일본무사의 집에 태어나 겐도, 나가니마(긴 막대기 끝에 칼이 달려 창처럼 찌르는 것이 아니라 휘둘러 베는 무기로 여자가 주로 쓴다), 활쏘기 등 여러 무예를 익혀느라 결혼할 때를 놓친 데다가 단총쏘기까지 익혀 암살자로서의 자질을 충분히 갖추었기 때문에 미나미 대

좌가 그녀의 부모를 설득해서 조선에 데려온 것이다.

『지금 일본이 조선을 차지하느냐 못하느냐의 중대한 고비입니다. 국가를 위해 따님의 목숨을 저에게 맡겨주십시오』

일본사람들 사이에서나 통하는 미나미 대좌의 설득을 오토미의 부모는 순순히 받아들여 딸을 일본군과 함께 보낸 것이다. 진덕과 선덕은 민비의 지시에 따라 무예를 익혀 경호원 노릇을 하고 있었다.

이노우에 일본공사가 공주로 내려오기 전 민비를 만나 두역시니 제거에 오토미라는 일본 여성을 쓰겠다고 꾀뚝하자 민비는 선뜻 진덕과 선덕을 오토미에게 협조하도록 내주었다.

동학의 전설적인 영웅 두역시니를 죽이기 위해 오토미, 진덕, 선덕의 세여성은 관군, 그리고 일본군의 호위를 받으며 공주에 들어와 기회를 기다리고 있는 것이었다.

그때 병사가 달려와 그들에게 미나미 대좌가 동헌에서 기다리고 있다고 알렸다.

북으로 향하는 자갈과 분이

공주 - 화현 - 노성 - 논산 - 강경으로 이르는 길에는 관군과 동학군의 싸움을 피해 남쪽으로 내려가는 피난민들이 적지 않았다. 반대로 싸움터인 공주 쪽으로 올라가는 사람은 적을 수밖에 없었다.

『앗! 저건 지리산 패가 아니냐?』

『맞아, 복면을 쓰고 등에 칼을 진 것을 보니 그 유명한 지리산패가 틀림없구먼』

이제는 제법 쌀쌀한 늦가을 속에 몸을 웅크리며 강경으로부터 논산쪽으로 가던 사람들은 말을 타고 남쪽으로 달리는 두명의 지리산패에 호기심 어린 눈초리를 보낸다.

『공주로 향하고 있었다면 우리 눈에 띄지 않았을 까닭이 없는데 도대체 어디로 사라졌단 말인가?』

『그러게 말이오, 꼬마를 걸음걸이로는 그다지 멀리 못갔을텐데 어찌된 영문인지 모르겠구려』

두 사람의 지리산패는 자갈과 분이의 뒤를 쫓아 지리산을 내려왔다가 말을 구해 논산까지 달리가 보았으나 도중에서 두 꼬마를 발견하지 못했다.

할 수 없이 오던 길을 되돌아가면서 다시 살펴보려고 말머리를 남으로 돌린 것이다.

지리산패의 말타는 솜씨는 보는 사람들을 감탄시키지 않을 수 없었다. 마치 말과 한몸이 된 것처럼



▲영국의 이자벨라 버드 여사가 지은 <조선기행>이라는 책에 실려있는 상복차림의 노인. 펜으로 그린 그림은 사진 못지않게 사실적(寫實的)이다.

매끄럽고 빠른 움직임으로 두사람의 지리산패는 남으로 달려가고 있었다.

『허허, 또 저승사자가 나타나 손님을 모셔가는군』

한사람의 지리산패가 탄식하듯이 내뱉는다. 천천히 움직이는 소달구지 위에는 가마니가 덮여져 있고 가마니 옆으로는 두발이 비죽이 나와있다.

그리고 그 소달구지를 따라 그래도 상복을 걸친 두사람의 노인과 한사람의 어린이가 고개를 숙인 채 발걸음을 옮기고 있었다.

『쫓! 쫓! 상여도 낼 수 없는 가난한 집안인 모양이군. 저승길 떠날 때도 돈이 없으면 서러운 신세를 면할 수 없구나』

길가던 부부상들 가운데 한사람이 송장이 실린 달구지를 보며 동정하듯 말한다.

난리통에 사람들은 마구 죽어갔다. 관군에 의해 죽고 동학군에 의해 죽임을 당했다.

특히 약한 노인과 여자, 어린이들이 많이 죽어갔다.

먹거리가 모자라 영양섭취가 어려웠던 시절이라 몸이 저항력이 약해 지금 같으면 십사리 고칠 수 있는 감기, 배탈 등으로도 죽어간다. 감기는 폐렴을 불러 일으켰고 배탈은 탈수로 이어져 목숨을 빼앗아 갔다.

「가세!」

지리산패 한사람이 송장 실린 소달구지가 불러 일으킨 인생의 허무함을 뿌리치거나 하려는데 말에 채찍질을 하면서 속도를 올리자 다른 한사람도 역시 발로 말의 배를 몇번 차더니 속도를 내기 시작했다.

「빠자! 빠자!」

말발굽 소리를 울리며 남으로 달려가던 지리산패의 눈에 쫓단을 잔뜩 실은 소달구지가 눈에 들어왔다. 남으로부터 논산쪽으로 올라가는 소달구지였다. 지리산패 한사람이 말고삐를 움켜 잡아당기며 말을 소달구지 옆에서 멈추게 한다.

소달구지를 끌고가던 시골노인도 무슨 일로 복면 쓰고 칼을 진 사나이들이 갑자기 말을 세웠나 해서 걸음을 멈춘다.

「노인장 한마디 여쭙어보겠소. 이쪽으로 올라 오시는 길에 혹시 작은 남자아이와 여자아이를 못보셨소?」

지리산패의 물음에 노인은 아무말없고 고개를 가로 저으며 「못보았다」는 대답을 대신했다.

다시 속도를 내며 남으로 내려가는 지리산패의 뒷모습을 한동안 몰그리며 바라보던 노인도 다시 걸음을 내디디기 시작했다.

지리산패의 뒷모습이 완전히 사라지자 노인은 소달구지 위의 쫓단을 향해 중얼거리듯 말한다.

「이젠 됐다. 얼굴을 내밀어도 돼. 지나가 버렸어」

그러자 쫓더니 곳에서 시커멓게 때가 묻은 자갈과 분이의 얼굴이 불쑥 나타났다.

「할아버지, 고마워요」

그래도 분이가 인사당시 노인에게 고마움을 나타낸다. 자갈과 분이는 지리산 자락의 작은 마을을 떠나 논산으로 이르는 길에 나서자 때마침 쫓더니를 싣고 북으로 가는 소달구지를 만나 노인의 호의로 그 달구지에 몸을 실었다.

「할아버지, 우리들은 공주에 있는 아버지를 만나러 가는데 나쁜 사람들이 우리를 잡으려 하고 있어요. 그러니까 우리를 찾아내려는 사람이 있으면 모른다」고 해주네요」

분이는 지리산패가 자기네들을 찾아나서리라 내다볼만치의 머리는 지니고 있었다.

위낙 말이 없는 탓인지 분이의 부락을 들은 노인은 알겠다는듯 고개만 끄덕였다.

자갈과 분이를 태운 소달구지는 비록 느린 걸음이나마 한발자국 한발자국 북으로 향하고 있었다.

두령에게 봉화로 알릴 수밖에...

공주를 둘러싸고 있는 관군과 일본군이 동학군을 적으로 삼고 불쑥뿔는 싸움을 벌이고 있었지만 조선의 가을밤은 변함없이 아름답기만 했다.

밤하늘엔 별들이 총총히 빛나고 있었으며 싸늘한 기운은 머지않아 매섭게 추운 겨울이 다가오고 있음을 알리고 있었다.

끝내 두 꼬마를 찾지 못하자

봉화로 이 사실을 알려

보고를 받은 두억시니...

자갈과 분이를 찾지 못한 채 지리산패 두명이 지리산에 돌아온 날 밤 지리산으로부터 공주에 이르기까지 군데 군데 산봉우리에 봉화(烽火=번란) 따위를 알리기 위해 봉화독에서 올리는 횃불)가 타올랐다.

두사람으로부터 꼬마들을 찾아내지 못했다는 보고를 받은 표범은 한참 생각 끝에 이 사실을 봉화로 두억시니에게 알리기로 결심했다.

웬만하면 관군과 싸우고 있는 두령에게 걱정을 끼치지 않기 위해서라도 이 사실을 알리지 않고 계속 찾아나서 볼까도 했지만 평소 위낙 꼬마들을 사랑했던 두억시니이고 보면 알리지 않았다가는 나중에 무슨 호통을 당할지 몰라 표범은 비상통신 수단인 봉화를 이용해 알리기로 한 것이다.

막사에서 한밤중까지 작전을 짜고 있던 두억시니는 급히 달려들어오는 족제비의 모습에서 심상치 않은 징새를 느꼈다.

「두령, 일이 났습니다. 지리산에 있던 자갈과 분이가 두령을 만나겠다고 산을 내려갔습니다. 방금 표범이 봉화로 알려왔습니다」

「.....」

족제비의 보고를 받은 두억시니는 아무 대꾸없이 두 눈을 지긋이 감았다.

〈다음호에 계속〉



원영신 교수

연세대학교 사회체육과

2000년에 보내는 새로운 연재

태권도를 위한

<제1 회>

스트레칭 체조

이번호부터 원영신 교수(연세대학교 사회체육과)의 태권도를 위한 스트레칭 체조를 연재합니다. 부상예방, 더 나아가서는 경

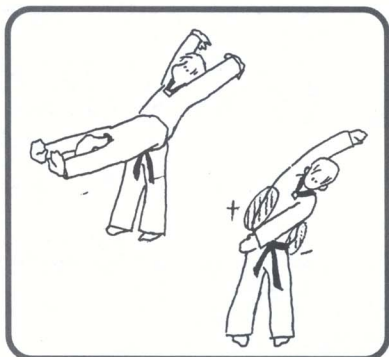
기력 향상에 도움이 되는 스트레칭을 동양철학에 바탕을 두고 풀어나가는 원영신 교수의 이 강좌를 기대해주시시오.

마음을 다스리는 움직임이라야

새천년을 맞이하는 첫해의 일년동안 태권도를 위한 스트레칭 체조에 관해 연재하기로 되어서 앞으로 이를 서양의 과학적 지식 뿐만 아니라 동양 움직임의 뿌리를 둔 동양사상과 접목시키며 12회에 걸쳐 소개할 계획이다.

스포츠의 종목으로서 뿐만 아니라 한국을 대표하는 무도로 알려져 있는 태권도의 태(跆拳道)는 발을, 권(拳)은 주먹을, 도(道)는 수련을 뜻하는 것으로 우리 민족의 행동윤리인 충(忠)·효(孝)·예(禮)의 정신을 바탕으로 하고 있다.

그러므로 태권도를 위한 스트레칭 체조는 단순한 신체의 움직임 뿐만 아니라 마음을 다스리는 치심(治心)의 방법도 움직임과 함께 병행되어야 한다고 본다.



요가의 영향받은 스트레칭

또한 '펴다' 혹은 '잡아당기다'의 의미를 지닌 스트레칭 체조는 1970년대에 미국의 스포츠의학자에 의해 스포츠를 실시하기 전의 준비체조로서 개발되었다고 하지만 그 기본자세는 요가의 영향을 받은 것으로 알려져 있다.

요가는 동양의 움직임을 대표하는 것으로 우주를 음양 조화의 원리로 풀이하고 있는 동양철학에 근거하고 있으며, 신체를 소우주의 관점으로 보고 기와 혈이라는 음양과 오운육기(五運六氣)로 해석하고 있다. 몸에 사지가 있는 것은 4계절

이 있는 것과 같고, 땅의 오행으로 5장이 있고, 하늘의 육기로 6부가 있다는 논리로 전개된다.

이와 같이 신체에는 음양이라는 상대적인 속성이 변화를 일으키면서 운영되며 이들의 모순과 대립이 발전의 원동력이 된다고 풀이하고 있는데 인간의 움직임 중 스트레칭 체조의 원리도 음(陰: -)·양(陽: +)과 같이 근육의 수축(-)과 이완(+)의 원리를 적용할 수 있다.

체조의 동작은 어느 한 부분이 수축될 때 다른 한 부분은 이완되는 것을 말하며, 눈에 보이는 골격이나 근육 이외에도 혈이나 신경에 자극을 가해주어 활력을 불러 일으킨다.

가동관절 돌려서 열 발생시켜



목돌리기



손목돌리기



뼈의 연결부분 중 움직임이 자유로운 가동관절을 돌려줌으로써 열을 발생시켜 관절사이의 굳어져 있는 활액을 녹여서 운동 시 뼈사이의 연골이나 섬유막의 마찰을 줄여주는 역할을 해주므로 상해방지 및 안전을 도모해줄 수 있다.

우리 신체 중 돌릴 수 있는 관절은 모두 돌려준다는 생각으로 위에서부터 아래로 이동하며 부위별로 큰 원을 그리며 돌려준다. 특별히 주의해야할 사항을 든다면, 목을 뒤로 젖힐 때는 무리가 가지 않는 범위내에서 천천히 돌리고, 어깨를 돌릴 때는 조금 어렵더라

태극의 리와 음양의 기 조화

활력이란 원기(元氣)를 뜻하는 것으로 태극의 '이(理)'와 음양의 '기(氣)'를 조화롭게 하는 이다. 기는 돌고 도는 힘, 무한히 퍼져 나가는 힘, 곳곳하게 뚫고 솟아나는 힘, 뽀푹 뭉쳐지는 힘, 이 모든 것을 조화시켜나가는 힘 등으로 구성되며 우리는 신체를 활용하여 이러한 힘들을 체험할 수 있다.

또한 태권도의 기술을 효과적으로 발휘하기 위해서는 이러한 힘들을 체험해야하며, 근력, 민첩성, 순발력, 유연성 등의 체력요인을 필요로 하는데 폼새나 겨루기 동작의 특성상 손목이나 팔꿈치, 발목과 무릎 등의 관절의 유연성이 중요시된다.

그러므로 태권도를 위한 준비운동(warming-up)의 첫단계로 근육의 신축성을 길러주고 가동관절의 가동범위를 넓혀주어 부상이나 스포츠 장애를 예방할 수 있도록 전신의 관절 돌리기를 해준다.



팔꿈치돌리기



어깨돌리기



몸통돌리기

도 팔이 귀에 닿을 정도로 큰 원을 그리며 관절의 가동범위를 최대한으로 하는 것이 더 효과적이다.

스트레칭 체조의 목적 및 기대효과

스트레칭 체조의 목적은 우리들의 몸을 지탱하고 있는 근육이나 건을 천천히 펴주어 근육의 신축성을 길러주고 관절의 가동범위를 넓혀줌에 따라 부상이나 스포츠 장애를 예방하는 것이다.

기대효과로는 골격의 평형성을 유지시켜 바른자세를 가질 수 있으며, 근육의 수축·이완 시에 경혈을 자극하여 신체의 조절능력 및 관절의 노화방지를 해 줄 수 있다.

또한 스포츠의 종목별 특성에 따른 부위별 스트레칭은 부상예방 및 궁극적으로는 경기력 향상에 중요한 역할을 할 것이다.

<다음호에 계속>



허리돌리기



무릎돌리기



발목돌리기

컨트롤이 불가능한 사항들을 관리하기

선수로서 경기 전이나 경기 도중 컨트롤이 불가능한 사항들에 집중을 하면 몇 가지 일들이 발생한다. 첫째, 스트레스가 늘어난다. 즉, 호흡이 빨라지며 근육이 긴장한다. 둘째, 자신감이 떨어진다. 셋째, 앞의 2가지의 영향으로 인해 성적이 떨어진다.

컨트롤이 불가능한 사항들은 경기를 할 때 직접적으로 컨트롤하지 못하는 모든 것들을 의미한다. 그러나 대부분의 선수들은 언제나 똑같이 불평을 한다. 즉, 경기 운영, 경기장 및 경기 여건, 날씨, 시합 시간, 상대 선수의 기술 수준·신체 조건·힘·경기 스타일, 팀 동료, 코치, 팬, 부모나 다른 이의 기대, 실수·그 시합 바로 전의 실패·부상과 같은 과거의 부정적인 일, 경

기에서의 패배나 엉망진창인 플레이와 같은 미래에 일어날 지도 모르는 부정적인 일 등에 대해 불평을 한다.

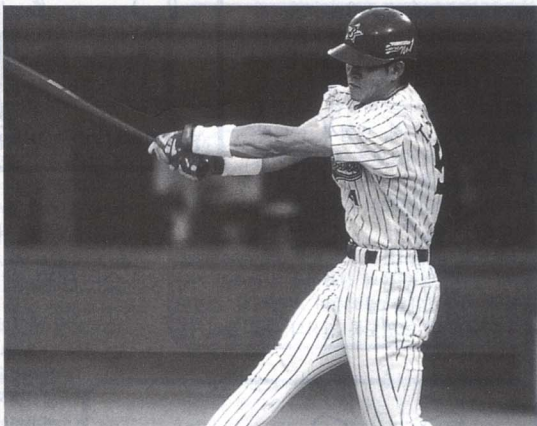
서론에서 말한 것처럼 최고의 성적을 내기 위한 법칙 중 하나는 "과정에 집중하기"이다. 자신이 하고 있는 일에 집중함으로써 해야 할 일을 성실히 하고 과정을 무시하고 결과를 향해 뛰어넘어가지 않는다면, 자신의 잠재력까지 발휘할 기회를 최대한으로 늘릴 수 있다. 경기력에 방해가 되는 컨트롤 불가능한 수많은 사항들에 - 승리 또는 패배, 안타 치기와 못 치기 등등은 결과와 관련이 있기에 '과정에 집중'이라는 중요한 법칙을 교란시킨다.

<이진선 옮김>

슬럼프와 컨트롤 불가능한 사항

일반적으로 컨트롤 불가능한 사항들에 집중하는 일은 계속 실패를 초래하기 때문에 결과적으로 거의 항상 선수나 팀을 새로 시작하게 한다. 이러한 집중으로 인해 개인의 힘에 대한 감각이 무너지고 슬럼프와 두려움이 발생한다. 슬럼프와 컨트롤 불가능한 사항들은 서로 협력하여 발전한다. 공포를 극복하는 능력(단계 4), 자신감 개발하는 능력(단계 5와 8), 실패를 관리하는 능력(단계 9), 성격에 대한 압박감을 효과적으로 다루고 미래에 발생할지도 모르는 슬럼프를 피하는 능력(단계 10)은 성격의 컨트롤 불가능한 영역에 집중하는 일과 직접적으로 연관되어 있다.

예를 들자면, 나는 최근에 미국 대학 스포츠 협회(NCAA)에서 주최하는 축구대회 준준결승전이 벌어지기 전에 남부 코네티컷 주립대학(SCSU) 남자 축구팀에 함께 일을 했다. 이 축구팀은 동등한 실력에 매우 공격적인 경기를 펼치고 홈 경기에 강한 상대와 싸우는 데 시간을 낭비하고 있었다. 똑같은



▲ "안타를 칠 것인가, 치지 못할 것인가." 선수는 경기도중 이처럼 자신이 컨트롤하기 불가능한 사항들에 집중을 하면 오히려 실패를 초래하기 쉽다.

경기장에서 작년엔 치른 준준결승전의 패배에서 SCSU 아울즈는 코치의 말을 빌리자면 이겨야만 하는 경기를 놓쳤다. 엉망진창인 경기장 상태, 극심한 습기와 추위, 일관성이 없는 경기운영, 그들에게 무례하고 전혀 통제가 불가능한 팬들, 지나치게 공격적인 상대편 플레이 때문에 아울즈는 무너졌다. 이와 같은 컨트롤 불가능한 사항에 집중한 결과 아

울즈는 패배했다.

SCSU 선수 몇몇은 이 패배를 기억하고 이 패배의 경험을 바탕으로 강함을 길렀다. 그러나 아쉽게도 대다수의 선수들은 컨트롤 불가능한 사항에 초점을 맞추었다. 아울즈 팀은 집중 대상이 잘못된 채 경기에 임했다면 또다시 패배했을 것이다. 이런 식으로 두 번째에도 패배했다면 이 패배는 미니슬럼프(우리는 이 팀과 경기를 할 때마다 진다)의 토대를 형성했을 수도 있다.

대신 나는 아울즈의 선수들에게 그들이 이미 익히 알고 있는 사항을 상기시켰다. 즉, "컨트롤 불가능한 사항에 집중하면 자멸한다. 컨트롤 불가능한 사항들을 접할 때마다, 컨트롤 불가능한 사항들은 그 자체로 인식하고 재빨리 집중의 초점을 경기와 자신이 컨트롤 할 수 있는 사항으로 되돌려라."

올해의 준준결승전 시합에서 SCSU는 그들의 집중을 쉽사리 다른 데로 바꿔버릴 수 있는 (아래에 열거한) 수많은 컨트롤 불가능한 사항들과 직면했다. 적대적인 관객 앞에서 경기를 했을 뿐 아니라, 경기장이 눈에 덮여서 경기가 지연되기도 하였다. 아울즈 팀은 이를 동안 연습할 기회조차 갖지 못했다.

또 한달반 전에 똑같은 장소에서 벌어진 전년도



▲선수는 자신의 심리전략을 컨트롤할 수 있을 때 자신감을 갖고 경기를 펼칠 수 있다.

능한 사항에 집중하는 행위는 거의 항상 목표에서 나가 떨어지게 하고 성적을 엉망으로 만든다. 내가 여기서 "저의 항상"이라고 말한 이유는 상대편의 신체조건, 기술, 열성 팬의 적대적 태도에 초점을

최고의 성적 내기 위해선 과정에 집중해야 결과 뛰어넘으면 최고의 잠재력 발휘 돼

마지막 시합을 겨우 2분 49초 남긴 상태에서 상대편에게 2점을 허용해서 패배로 이끈 경험이 있었다. 아울즈 팀은 두번의 연장전과 서든 데스(sudden death)와 한 선수의 퇴장(정규 시합 시간 중에 한 선수가 레드 카드를 받았다)으로 거의 반쪽자리 시합을 해야만 했다. 이 중 가장 힘들었던 일은 서든 데스에서 이기기 위해 뒤에서부터 두번째 공을 차야 했던 경험이다.

팀 플레이든지 개인 플레이든지 간에 컨트롤 불가

맞춰도 지속적으로 더 나은 경기를 하는 소수의 선수들이 있기 때문이다. 여러분이 이런 종류의 선수라면 자신에게 효과가 있는 일을 계속하면 된다.

앞에서 열거한 컨트롤 불가능한 사항에 대한 일반적인 법칙이 이런 선수들에게는 적용되지 않는다. 그러나 컨트롤 불가능한 다른 사항들에 집중하는 태도는 반드시 바뀌어야만 한다. 이 사항들은 성적을 끌어내릴 수도 있다.

많은 사항들이 컨트롤 불가능하지만, 자신의 반응

을 컨트롤 할 수는 있다. 현재 슬럼프와 악전고투(惡戰苦鬪=어려운 상황에서 고통을 이겨내며 모질게 노력함)하고 있다면 자신의 반응을 컨트롤 하는 일이 확실하게 불가능해 보일 것이다.

그러나 기억할 점은 경기 전이나 경기 중에 심리 전략이 컨트롤 불가능한 사항에 집중되어 있기 때문에 컨트롤이 안 된다고 느낀다는 사실이다. 스포츠 경기에는 늘 컨트롤 불가능한 사항이 존재한다.

컨트롤을 재정보인한다는 것은 컨트롤 불가능한 사항들을 즉시 빼버리고, 그 다음에 스스로 컨트롤 가능한 사항에 다시 관심의 초점을 맞추어 컨트롤 불가능한 사항들을 조심스럽게 비켜가는 것이다.

구불구불한 좁은 길을 자전거를 타고 간다고 상상해보자. 이 길은 여러분과 자전거를 삼킬 정도로 거대한 구덩이들(컨트롤 불가능한 사항)로 어질러져 있다. 이런 구덩이에 빠져서 구덩이의 밑바닥에서 끝까지 않기 위해 무엇을 해야만 하는가?

간단하다! 구덩이를 빨리 발견해서 구덩이 주변으로 피해갈 수 있도록 계속해서 길에 집중해야만 한다. 구덩이를 보지 못한다면, 구덩이 안에서 끝난다.

상대편 쿼터백이 터치다운을 하거나 팬이 비비꼬인 조를 던지든 간에 이것은 컨트롤 불가능한 사항의 경우이다.

무엇보다도 먼저 컨트롤 불가능한 사항들에 신경

가? 컨트롤 불가능한 사항에 관한 지식을 이용해서 강인한 정신을 기르고 경쟁에서 강력한 힘을 발휘할 강점을 기르기 전 어떤가?

좋은 성적을 내고 있을 때, 경기중에 갑자기 튀어나오는 컨트롤 불가능한 사항들은 전혀 아무런 연관성이 없이 엉뚱하다.

컨트롤 불가능한 사항들은 평상시에는 우리들에게 영향을 주지 않고, 단지 일이 제대로 풀리지 않거나 스트레스가 최대치에 달했을 때에만 힘을 가진다. 내가 테니스 코트에서 내 최대의 기량을 발휘했을 때, 어떤 것도 나를 괴롭히지 않았다. 바람, 온도, 코트의 상태, 관중, 불리한 판정. 심지어 나의 머저리 같은 실수조차도 나를 뛰어넘어 비켜가는 것 같았다. 그러나 내가 힘들어 할 때, 나는 탐정이 되어서 시험 상대의 셔츠 색깔, 풀이 자라는 소리까지 나를 짜증나게 하는 것들을 찾아 헤맸다.

자신감을 증진시키는 방법

이런 상황에서 컨트롤 불가능한 사항들로부터 자석 같이 여러분이나 중심 밖의 누구든지 끌어당기는 힘이 있다. 경기에서 컨트롤 불가능한 사항들의 충격을 예견할 수 있다면 오히려 컨트롤 불가능한

컨트롤 불가능한 사항에 집중하면 오히려 실패 초래 스스로 컨트롤 가능한 사항에 관심의 초점 맞춰야

을 쓰지 말고, 시험 전이나 도중에 더 쉽게 컨트롤 할 수 있는 사항에 재집중 함으로써 컨트롤 불가능한 사항을 피할 수 있게 된다는 사실을 깨달아야만 한다.

지금 당장 자신의 슬럼프에 대해 생각할 시간을 갖자. 컨트롤 불가능한 사항들에 집중함으로써 무심코 슬럼프를 키우고 있는 게 아닌가? 만약 그렇다면, 정확하게 어떤 컨트롤 불가능한 사항이 여러분을 괴롭히는가? 이것을 글로 써서 파악해 보자. 경기를 하기 전에 과거의 실패를 떠올리는가?

머리 속에서 실수하는 장면들이 넘실대는가? 상대편의 체격과 스포츠 성적 순위를 지나치게 의식하지는 않는가? 실수가 근접적절한 야교처럼 여러분에게 달라붙어 있는가? 자신의 심리 전략 집중을 컨트롤할 수 있을 때 스포츠 선수로서의 힘과 자신감을 다시 얻게 된다.

그러나 왜 단지 컨트롤을 되찾는 일에만 만족하는

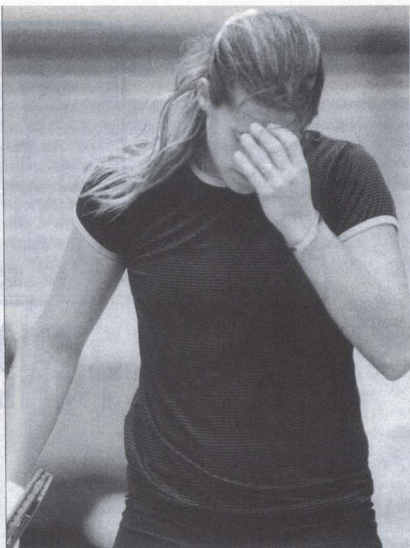
사항들을 자신감을 증진시키는 수단으로 사용할 수 있다.

나와 처음 만났을 때 토니는 고등학교 3학년 레슬링 선수였고 스스로를 "머리에 문제"가 있다고 소개했다. 토니는 열심히 훈련을 하는 열성적인 선수였지만 큰 시험에서 승리하지는 못하였다. 토니는 시즌 동안에 한 번의 패배도 없이 연속으로 33번의 경기에 나갔지만 국가대표선발대회에서 떨어졌다.

중요한 토너먼트에서 경기할 때마다 토니의 기술, 전략, 승리에 대한 본능이 이상하게도 사라졌고, 이미 잘 알고 있던 상대편에 대한 공격 시도가 그거 처한 상황하에서는 잘못됐거나 쓸모없다는 걸 갑자기 깨달았다.

반면 덜 중요한 시험에서는 현명하게 경기를 이끌어 나가서 쉽게 이기곤 했다.

2학년 때 국가 대회에 나갈 자격을 얻었는데, 전국 대회 첫 라운드에서 패했다. 3학년 때 지역 경기에



▲최근 열린 테니스의 한 경기에서 승리를 이끌며 환호하는 선수와 탈락하는 선수의 좌절을 접할 수 있었다. 최고의 성적을 내는 길은 긍정적인 마음으로 집중할 때 가능하다.

서 우승했고 전국대회 3위에 올랐지만 국가대표선발대회 1라운드에서 또다시 패했다.

그런데, 그 대전 상대는 토니가 전에 쉽게 이겼던 사람이었다.

토니의 '지킵박사와 하이드씨로의 반복'은 1학년 때부터 계속돼오던 것이고, 3학년 시즌이 끝난 시점에서 대학에 가기 전에 이루고자 하는 큰 목표는 오직 국가대표선발 대회에서 이기는 것이었다.

토니는 자신에게 일어나는 상황에 완벽하게 좌절했다. 큰 시합에서 특별히 지나치게 긴장하거나 지나치게 겁먹지도 않는데, 중요한 때에 왜 항상 패배하는지 이해 할 수 없었다.

우리가 토니의 시합전 심리 전략과 시합 도중의 심리 전략을 조사하기 시작했을 때, 토니는 우연히 자신의 성적 슬럼프의 진짜 이유가 무엇인지에 강한 관심을 가졌다. 토니가 좋은 경기를 했을 때를 조사해보니, 토니는 경기 전에 팀과 별도로 스트레칭을 하고 공격을 연습하는 엄격한 일과를 따랐다.

스스로에게 하는 말은 육체적, 정신적 준비 상태에 중점을 두었고, 토니의 관심은 시합 중에 무엇을 할 것인가에 정확하게 초점을 맞추었다. 더구나 토니는 일단 경기가 시작되면 사고를 멈추고 본능이 사고를 이어받는다는 점을 잘 알고 있었다.

이와 같은 만족스러운 경기들의 경우를 살펴보니, 경기를 마친 후에 토니는 자신이 레슬링을 잘 했다는 사실 이외에 경기장에서 일어난 다른 일들을 세세하게 기억하는 것이 불가능했다.

토니가 졌던 큰 경기들은 모두 토니보다 약한 선수와의 대전이었다.

패배한 모든 경기마다 토니는 시합 전 의식을 제대로 끝내지 못했고, 토니의 심리 전략은 당연한 시합과 거의 아무런 관련이 없었다. 대신 토니는 "이 경기는 별거 아니야. 다음은 누구지?" 또는 "지난 번에 이 사람을 이겼지. 저녁은 뭘까?"라는 생각을 하곤 했다. 이런 생각을 지니고 토니는 스스로에게 준비성에 대해 이야기 하지 않았고 시합 전략에 중점을 두지도 않았다.

경기가 시작했을 때, 자동적으로 행동을 하는 대신에 즉, 아무런 생각도 하지 않은 상태로 경기를 풀어나가는 대신에 정신이 급박하게 움직였다는 사실을 알게 되었다. "이 손실을 보상할 수 있을 거야", "나는 머저리 같이 레슬링을 하고 있다", "무엇이 잘 못됐지?"와 같은 생각이 시합 내내 토니를 괴롭혔을 뿐만 아니라 성적에 방해가 되었던 것이다.

〈다음호에 계속〉



올 바 른 심판의 조건

(제 22회)

심판 뿐만 아니라 선수, 코치에게도 도움되는 시리즈

구체적인 긴장 이완 기술 훈련법

지난 호에서는 실생활에서 시도해 볼 수 있는 실제적인 긴장이완 기술 훈련법에 대해 설명을 했다. 이 훈련법을 통해 우리는 편한 자세에서 마음을 안정시키고 호흡을 집중하는 것만으로도 마음의 평정을 유지하고 이성과 자신감을 회복하는데 큰 도움이

된다는 사실을 알게 되었다. 이번 호에서는 정신적인 긴장을 이완할 수 있는 기술로서의 자기 독백, 즉 자기대화에 대해 자세하게 알아보고 현장에서의 불안을 조절할 수 있는 간단한 방법에 대해 언급하며 긴장이완을 마무리하기로 한다.

정신적 이완 기술

우리는 이제까지 게임에서 심판을 보면서 종종 생기는 스트레스와 긴장의 신체적 요소를 제어하는 두 가지 기술에 대해 논의해 왔다. 긴장을 풀기 위한 접근법은 사물에 대한 생각의 방식을 바꾸는 것이다.

자기대화

당신이 사물에 대해 생각할 때, 실제로 당신이 하는 것을 스스로에게 이야기하는 것을 자기 대화라고 한다.

우리는 이제 자기 대화의 본질을 이해하고 이를 긍정적으로 활용하는 방법에 초점을 맞출 것이다.

자기대화의 유형

자기대화는 그것이 자기 존경심과 확신, 주의력을 높이고 자기 의심과 걱정을 줄여줄 때 장점이 된다. 비록 중사하는 스포츠의 분



▲치열한 경기에서 선수들은 흥분하기 쉽다. 심판은 이럴 때일수록 더욱 침착하게 대처해야 한다.

야나 사람 자체에 따라 횡수와 내용에 차이가 있기는 하겠지만 대부분의 심판은 경기 내내 자신에게 이야기를 한다. 자기대화는 심판이 침착할 수 있게 하고 지난 실수를 잊고 현재의 경기흐름에 집중할 수 있게끔 도울 때 긍정적으로 작용한다고 할 수 있다.

부정적 자기대화는 부적절하고 비이성적이며 소모적이고 걱정을 유발하기 때문에 업무수행을 방해한다고 볼 수 있다. 당신의 생각은 행동에 지대한 영향을 끼치므로 가능한 한 이런 생각들을 잘 조절하는 것이 중요하다.

심판이 볼 때 걱정이 늘어나게끔 하고 일을 잘 못하게 하는 것은 생각 그 자체가 아니라 부적절하거나 잘못된 생각이다. 생각이 머리 속에 들어가는 것을 막을 수는 없지만, 어떻게, 무엇을, 언제 생각할지를 조절할 수는 있다.

자기대화는 어떻게 하는가

선이나 악은 존재하지 않는다. 생각이 그렇게 만듦뿐이다. -셰익스피어-

경기과 자기대화, 그리고 당신의 반응간의 상관관계를 가장 극명하게 보여주는 예가 <표 1>이다.

이 예가 보여주는 대로 자기대화는 심판이 상황에 대처하는데 아주 중요한 역할을 하며, 미래의 행동과 느낌에 직접적으로 영향을 끼친다.

〈표 1〉 자기대화의 과정

경기, 행사 (환경적 변화)	자기평가 (인지 / 평가)	반응 (감정적, 행위적, 심리적)
부정적 자기대화의 예 : 큰 게임에서 중요한 신호를 실수했을 때 유명한 코치가 화나게 했을 때	나는 심판으로서 결코 잘 해내지 못할 거야 나는 정말 배패이 없어	의기소침, 절망 분노 자기 의심, 의기소침
긍정적 자기대화의 예 : 큰 게임에서 중요한 신호를 실수했을 때	나는 내내 집중력을 유지할 필요가 있어	낙관주의, 더 잘하려는 동기부여, 더욱 집중함
유명한 코치가 화나게 했을 때	나는 다음 번에 무슨 일이 일어날지 더 잘 안다. 더 잘 준비할 것이다.	낙관주의, 더 잘하려는 동기부여, 더 나은 정신적 준비



▲심판은 경기가 끝난 후 모니터링을 통해 더 나은 심판이 되는 길을 찾는 것이 중요하다.

자기대화를 향상시키는 기술

자기대화를 잘 조절하는 법을 알기 위해 당신은 먼저 자신에게 무슨 말을 하는지에 대해 더 자세하게 알아야 한다. 만일 당신이 대부분의 심판들 같다면, 아마도 자기대화를 하려고 들지 않을 것이고 당연히 자기대화가 당신의 임무수행에 끼치는 지대한 영향을 실감하지 못할 것이다.

당신이 자기대화를 하는 방식을 주의 깊게 되새겨 보라. 자기대화의 이점과 손해를 명확하게 정의 내릴 수 있는가? 배워야 할 중요한 포인트는 어떻게, 언제 자기대화를 하느냐 하는 것이다.

자기대화와 심판업무 간의 관계를 이해하는 더 나은 두 가지 방법은 과거를 되돌아보는 것과 자기 모니터링이다.

◆ **되돌아보기** 당신이 심판 보는 게임 내내 자신의 자기대화를 되새겨 보라. 만일 문제가 있다면 당신의 최근 경기에서 최상이었을 때와 최악이었



모니터링은 의심할 여지없이 당신으로 하여금 자기대화가 심판 업무에 얼마나 중대한 역할을 하는지를 인지시켜 준다. 당신이 일단 부정적 자기대화를 야기하는 상황과 환경들을 다룰 수 있게 된다면 더 나은 심판이 되는 길을 찾게 될 것이다.

▲심판활동을 하는데 있어 긴장을 풀고 스트레스를 조절하기 위해서는 긍정적인 사고를 하는 것이 효과적이다.

을 때의 몇몇 경우를 기억해 보라. 그런 상황들에서 자기대화의 내용과 횟수를 기록하고 재구성해 보는 것은 아주 유용한 방법이다. 대부분의 심판들은 보통 최상과 최악이라는 두 가지 상반되는 상황에서 즐겨 쓰는 자기대화의 유형간에 차이가 있음을 인식하게 된다. 즉 심판들은 긍정적이고 건설적인 자기대화를 통해 일을 더 잘할 수 있고, 그 반대로 일을 잘 못할 때를 살펴보면 부정적인 자기대화가 동반된다는 것이다.

◆ **자기 모니터링** 비록 과거의 심판 행동을 되돌아보는 것이 유용하다고는 해도 자기대화의 정확한 본질을 보다 정확하게 유지할 수 있는 것은 일일 기록을 통해서이다. 가능한 한 매 게임마다 심판 업무가 끝난 후에 자기대화를 기록해 보라. 특별히 부정적인 유형의 자기대화, 즉 걱정을 유발하고 심판으로서의 자신의 능력을 깎아 내리는 자기 파괴적 언사를 유발하는 환경이 무엇인가를 알 수 있도록 노력하라.

- 신호를 실수하는 것
- 평상심을 잃어버리는 것
- 우유부단해지는 것
- 집중력을 잃어버리는 것
- 군중에 휘말리는 것
- 안중은 경기를 하는 것
- 규칙을 잃어버리는 것

긍정적인 자기대화로 바꾸기

자신의 부정적 자기대화를 모두 없앨 수 있다면 정말 좋은 일이다. 그러나 불행하게도 가장 긍정적인 사람조차도 때때로 부정적인 생각을 한다. 부정적인 생각을 효과적으로 조절하는 방법은 그것을 긍정적인 사고로 바꾸는 것이다.

당신의 걱정을 줄이고 태도를 바로잡으며 확신을 강화하고 동기를 증가시키게 될 것이다. <표 2>를 보자.

〈표 2〉 부정적 자기대화를 긍정적 자기대화로 바꾸기

부정적 자기대화	변화	긍정적 자기대화
그건 최악의 신호였어 - 넌 바보야		괜찮아. 완벽한 사람은 없어 - 넌 바보야
너 또 없었구나		긴장 풀고 네 일을 하는 거야
넌 정말 배짱도 없어		침착하고 결단력 있게 하자
난 최고의 심판은 못 될 거야		열심히 일한다면 성공할 수 있어
내가 군중을 통제할 수 없다면 어떻게 될까?		확신 있고 결단력 있게 - 난 할 수 있다
관정을 읽는 게 쉽다		숨을 깊게 쉬고 조절하자
난 맘에 안 드는 동료와 일할 수 없다		내가 할 수 있는 모든 것을 최선을 다해 할 수 있다
만약 실수할 때 모두가 뭐라고 할까?		모든 사람을 걱정하면서 살수는 없다
		나아서 나의 일을 하자

연습은 당신의 자기대화를 부정적인 것에서 긍정적인 것으로 바꾼다. 만약 대다수의 심판들처럼 실제 현장에서 이런 기술을 연습해 볼만한 기회가 없었다면 다음 두 가지 대안을 시도해 볼 수 있다.

하나는 오락 경기 같은 덜 중요한 게임이나 상황에서 자기대화를 변화시켜 보는 것이다. 조심할 것은 이 때에도 주의를 기울여 최선을 다해야 한다는 점이다. 선수나 코치들의 게임에 대한 성의는 다 똑같기 때문이다.

두 번째 방법은 8장에 언급한 「상상」을 활용하는 것이다. 눈을 감고 부정적 자기대화 때문에 문제가 되었던 지난 상황을 떠올려 보라. 그리고 그 자리

경험을 즐겨라

항상 모든 것이 좋을 수 없다는 사실을 염두에 두고 심판을 보는 그 순간을 즐기는 마음으로 임하라. 일을 즐겁게 하는 것이 최선이다.

좋은 단어를 즐겨 써라

쉽게, 편안하게, 혹은 차분하게 등의 말을 즐겨 사용하라. 흥분하려는 찰나에 자신도 모르게 감정이 안정된다.

행동에 초점을 맞추어라

이 간단한 방법은 격정스러운 상황에서 아주 효과

자기대화는 심판이 상황에 대처하는데 중요한 역할 생각은 행동에 지대한 영향을 끼치므로 조절 중요

에 긍정적 자기대화를 대체시키는 것이다.

오랜 습관이 쉽게 바뀔 수는 없겠지만 꾸준히 노력한다면 습관은 점차 사라질 것이다.

현장에서 불안을 조절하기 위한 몇 가지 방법들

이제까지 불안과 스트레스를 조절하기 위해 긴장을 풀기 위한 기본적인 기술들을 다양하게 언급했다.

사람들 저마다 다양하므로 아래 언급되는 방법들 중에 자신에게 맞는 것을 골라 적용하면 도움이 될 것이다.

긴장이 된다 싶으면 웃어라

간단하고 효과적인 긴장 대처 방법은 웃는 것이다. 웃음 하나로 상황에 대처하는 방식은 아주 달라진다.

잠재적 스트레스 요인에 대비하라

언제, 무엇이, 어떻게 당신을 스트레스에 빠지게 할지 모른다. 어떤 상황에서도 미리 대비하는 마음이 최선이다.

어떤 팀에게 불리한 선전이 내려질 때 코치가 대항할 수 있는 모든 유형을 다 생각하고 대비하라.

적이다. 바로 앞에서 무슨 일이 일어나는지에만 정신을 집중시키다 보면 사람들의 태도나 관중들의 반응은 당신의 정신을 산란하게 할 수 없을 것이다. 5분전에 선언한 것에 대해 지금 할 수 있는 것은 아무 것도 없다.

천천히 하라

사람들은 누구나 긴박한 상황에서 더 급해진다. 그러나 당신은 이럴 때일수록 천천히 돌아가야 한다. 급하게 결정해놓고 나중에 후회하는 우를 범하지 않기 위해서다.

요약

이 장은 부정적인 감정과 긍정적인 감정이 당신의 업무수행에 어떻게 영향을 끼치는가에 대한 설명으로 시작되었다. 스트레스와 불안이 높을 때 결과는 좋지 않을 수밖에 없다. 긍정적인 사고는 불안을 줄인다. 이 장의 후반부에는 스트레스와 압박감을 다루는 여러 가지 기술들에 대해 배웠다. 첫 번째 단계는 당신이 분노하게 되는 상황을 제대로 인식하는 것이다.

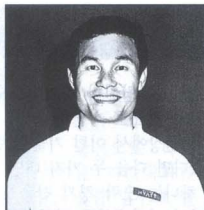
그 다음엔 신체적, 정신적, 혹은 둘을 잘 결합하여 자신의 개인적 상황에 맞는 긴장해소 방법을 마련하는 것이다. 이 모든 것은 꾸준한 훈련을 통해 완성된다.

<다음호에 계속>

전문가가 지도하는

태권도를 위한

시범 : 이 호 열
(태권도 공인 7단 / 국가원 심사위원)



지도 : 박영철

'76 미스터 코리아
'82, '86, '88 미스터 아시아
'88 미스터 유니버스 3위
'89 월드컵 2위
하이아트호텔 체력관리센터 부장

웨이트 트레이닝

웨이트 트레이닝의 동작을 보다 효과적으로 수행하려면 근육의 3가지 수축, 즉 근육의 길이가 짧아지면서 수축하는 콘센트릭 수축, 근육의 길이가 늘어나면서

수축하는 익센트릭 수축, 그리고 근육의 길이가 변하지 않으면서 수축하는 아이소메트릭 수축을 알맞게 사용하는데 그 열쇠가 있다.

손바닥이 위로 향하게 하여 아령을 잡고 위로 들어올리기 (PALMS-UP DUMBBELL FRONT RAISE)



【자세】

- ① 어깨넓이 정도로 발을 벌리고 선다.
- ② 두 손에 아령을 잡고 손바닥이 앞으로 향하게끔 한다.
- ③ 두 팔꿈치와 두 무릎을 살짝 구부린다.

【동작】

- ① 아령을 잡은 한쪽 팔을 손바닥이 위로 향하게끔 머리높이까지 들어올린다.
- ② 아령이 머리높이까지 올라갔을 때 1초 정도 멈췄다가 서서히 내린다.
- ③ 이번에는 반대쪽 팔을 머리높이까지 천천히 들어올린다.
- ④ 다시 천천히 내린다.
- ⑤ 위의 동작을 반복한다.

【호흡】

- ① 코로 숨을 들이마신 다음 아령을 잡은 한쪽 팔을 머리높이까지 올린다.



② 입으로 숨을 내쉬며 아령을 천천히 넓적다리 앞으로 내린다.

【알맞은 무게와 반복횟수】

두 팔 이외에 다른 신체부위를 움직이지 않고 한 쪽 팔이 10번 정도 할 수 있는 무게를 선택한다.

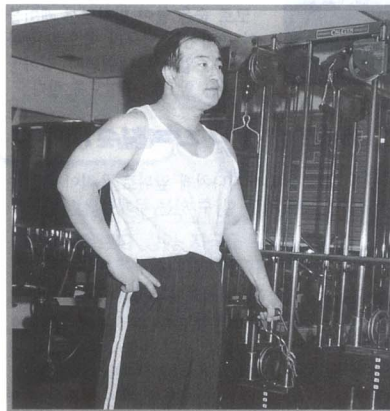
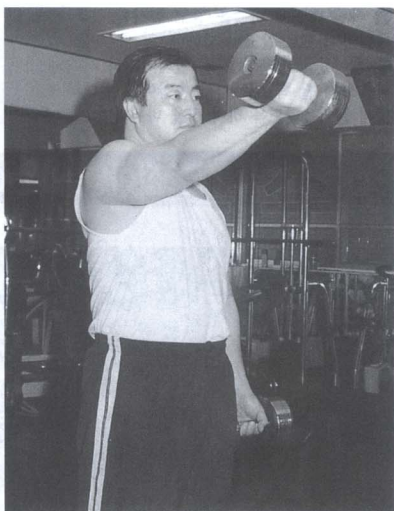
【주의점】

① 운동 중 팔 이외의 신체부위가 움직이게 된다면

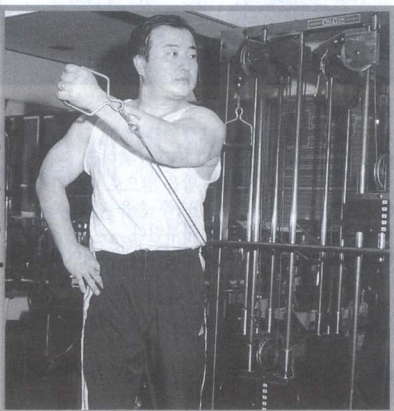
적정무게보다 무거운 상태이므로 보다 가벼운 무게를 선택한다.

② 팔이 옆으로 자극을 주게된다. 삼각근 옆으로 자극을 주려면 아령과 팔이 몸 앞으로 올려지도록 한다.

③ 사용하는 무게가 너무 무거우면 팔꿈치가 자동적으로 구부러지며 척추를 뒤로 젖혀 뻗치는 결과



운동종작



가 발생되므로 무거운 무게보다는 자세에 신경을 쓰는 것이 바람직하다.

④ 아령을 머리높이 이상으로 올리게 되면 삼각근에 오는 자극은 거의 없어짐으로 운동 효과를 기대하기 어렵다.

【용용동작】

① 아령 대신에 바벨을 잡고 실시할 경우 바를 어깨넓이 정도로 잡고 실시한다.

② 케이블을 사용할 경우 앞페이지의 사진과 같이 사용하는 팔 쪽으로 서서 손잡이를 반대쪽 어깨를 향해 끌어올리도록 하며 팔을 바깥가며 실시한다.

【발달 근육군】

- 삼각근(전면, 중간부분)
- 대흉근(윗부분)
- 전거근
- 승모근
- 이두근

【발달 동작】

- 혹이나 어퍼커트 동작의 강화
- 테니스의 포핸드나 골프의 스윙동작의 강화
- 수영의 스트로크 동작의 강화

한 팔로 케이블 잡아당기기 (ONE ARM CABLE ROWING)



② 손잡이를 잡은 손이 옆구리 근처에 왔을 때 1초 정도 동작을 멈춘다.

③ 다시 팔꿈치를 펴면서 손잡이를 잡은 팔을 앞으로 서서히 당긴다.

④ 한쪽 팔의 운동이 끝나면 다른 팔로 바꾸면서 발의 위치도 바꾸어 반복한다.

【호흡】

코로 숨을 들이 마시면서 케이블의 손잡이를 옆구리 쪽으로 잡아당기며, 입으로 내쉬면서 잡아당긴 팔을 앞으로 내밀도록 한다.

【자세】

① 로우 풀리(LOW PULLEY) - 케이블 손잡이를 한 손으로 잡고서 반대쪽 발을 앞으로 내민다.

② 손잡이를 잡은 손의 반대쪽 손을 같은 쪽 무릎 위에 올려놓고 두 무릎을 구부린다.

③ 윗몸을 45도 정도 구부리고 시선은 정면의 웨이트 스텝을 응시한다.

【동작】

① 케이블의 손잡이를 잡은 손을 옆구리 쪽으로 잡아당긴다.

【알맞은 무게와 반복횟수】

동작 중에 상체가 지나치게 앞뒤로 움직이지 않는 범위에서 10번 정도 할 수 있는 무게를 선택한다.

【주의점】

① 지나치게 무거운 무게를 사용하면 바른 자세를 유지할 수 없어 원하는 부위에 자극을 줄 수 없으며 요추나 어깨관절에 부상을 유발시킬 위험이 있다.

② 비교적 무거운 중량을 사용할 때는 호흡을 동작



- 능형근
- 소원근
- 전완근
- 대원근

【발달동작】

- 유도의 끌기 동작의 강화
- 수영의 스트로크 동작의 발달
- 클린치 동작의 강화(BOXING이나 WRESTLING에서 상대방을 껴안는 동작)

중에는 멈추고 시작할 때와 반복횟수가 끝날 때마다 실시하는 것이 자세유지와 원하는 부위에 집중적으로 자극을 줄 수 있다.

【용용동작】

상체를로우 폴리(LOW PULLEY)를 향하여 정면으로 서서 실시하면 광배근 윗부분 보다는 아랫부분에 더 자극을 줄 수 있다.

【발달 근육군】

- 광배근(윗부분)
- 삼각근(윗부분)
- 이두근



주먹과 발공격이 연속적으로 펼쳐지는 태권도 경기. 근육을 단단하게 키우는 웨이트 트레이닝의 효과가 바로 나타난다.

★ ★ ★ ★ ★ 트레이닝 도움말

근육을 크고 힘세게 만들려면

근육을 보다 크고, 또 힘세게 만들려면 근육에 보다 강한 자극을 줘야한다. 즉 보다 무거운 무게를 사용하든가 더 많은 세트 수를 시행하는 등 짧은 시간 안에 근육에 많은 피로감을 주도록 하여야 한다.

근육의 길이가 짧아지면서 수축할 때는 근육의 길이가 변하지 않거나 길어지면서 수

축할 때보다 많은 힘을 사용할 수 없다.

따라서 근육의 길이가 짧아지는 상태에서 약간의 힘을 보태주는 반동원리(CHEATING PRINCIPLE)를 이용하거나 파트너로부터 약간의 도움을 받아 몇 번 더 반복횟수를 실시하여 근육에 100% 피로감을 주도록 하는 것이 좋다.

검도 *Kendo*

기(氣)란 실제로 존재한다!

일본의 검도인 요시무라 7단의 「기」 분석

태권도, 유도, 검도, 쿵푸 등 동양의 무술에서는 「기(氣)」라는 말을 자주 쓴다.

또한 우리의 일반생활 속에서도 「기가 살아 있다」, 「기가 죽는다」 등의 말이 흔히 사용된다.

그렇다면 도대체 「기」란 무엇일까?

일본의 검도 전문 잡지인 「월간 검도 일본」(3월호)는 「氣로 이기는 검도」라 특집 속에 요시무라 7단의 「검도와 기」라는 글을 담았다.

일본의 검도인들은 「기」를 어떻게 파악하고 있는지 그 글을 간추려서 옮겨본다.

<주진언 옮김>

요시무라 켄이치

50세. 교사 7단. 도쿄대학 재학 중 프랑스로 건너가 30년에 걸쳐 검도를 지도, 현재 프랑스 검도 연맹고문.

전통문화로서의 검도와 검도 국제화를 주장하는 등, 국제적 시각에서 일본 검도의 전통적 측면을 파헤치고 있다.

검도와 기(氣)

기(氣)의 정체를 인식해야

검도에서는 다른 무도와 마찬가지로 「기(氣)」라는 말을 자주 사용해서, 연습중에도 「기를 넣어서」, 「기를 충만시켜서」 등등의 말을 자주 들을 수 있다.

하지만 누가 「기란 무엇인가」라고 묻는다면 대체 몇 명이나 납득될 만한 명쾌한 대답을 할 수 있을까? 대부분의 사람이 「마음가짐」이라거나 「집중력」이라는 말로 궁색한 설명을 하지 않을까. 상급자가 되면 「기」를 넣는 방법이나 사용법을 경험상 체득하여 연습중에 그것을 살리고 있다.

하지만 몸으로 느끼는 「기」가 어떤 것인지는 알지만 그걸 말로 표현한다는 것은 여간 어려운 일이 아니다.

오늘날 일반 검도인들이 「기」를 대하는 방법은 대단히 「관념적」이다.

매일 땀흘려 연습하며 늘 「기」를 몸으로 느끼고

있으면서도 그 정체가 무엇인지는 정확히 알지 못한다.

필자는 어떤 사람의 소개로 3년전부터 기공 훈련을 시작해, 검도에서 한발짝 떨어져 「기」를 보게 되었는데 그 때 「기」가 「물질」로 존재한다는 사실을 깨달았다.(정확하게는 「물질」이라 부르지 않고 「실체」라고 하는 편이 좋을 듯 하지만, 그에 대해서는 이 글을 읽으면서 저절로 이해가 되리라 생각한다.)

그 덕분에 눈을 가렸던 딱지가 떨어졌다고 해도 과언이 아닐 정도로 「기」의 정체를 명확히 알게 됐다. 그뿐 아니라 검도에서 실천해봄으로써 그동안 내가 안고 있던 몇가지 의문과 이해가 되지 않던 부분들에 명확한 해답을 찾은 느낌이다.

그래서 흔히 말하는 「검도의 깊이」 뒤에 「기」란 존재가 있고 젊은이들의 경기 검도와 「격조높은」 검도의 차이를 결정하는 것이 바로 이 「기」이고 나아가 들어도 연습을 계속할 수 있는, 또 「계속하고

전문지들이 전하는 세계 격투기 소식

싶다'는 생각을 가지게 하는 검도가 가진 매력의 비밀이 '기'라는 사실을 깨달았다.

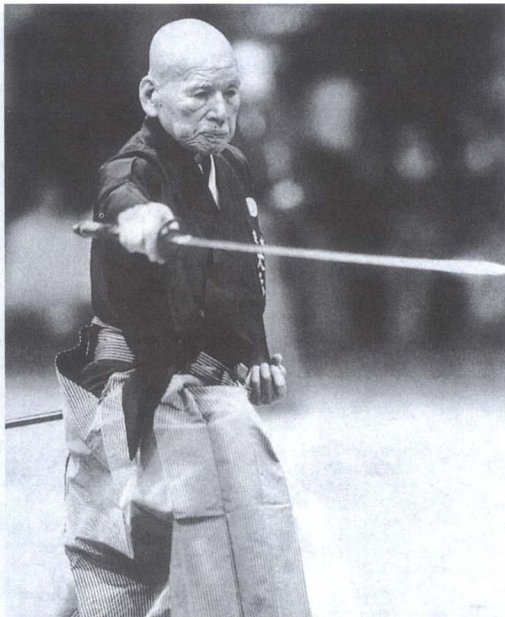
그에 생각이 미치자 경기란 틀을 넘어선 검도의 보다 질 높은 이해와 발전을 위해서는 검도계 전체가 '기'의 정체를 확실히 인식할 필요가 있다고 결론을 내렸다.

나이가 많은 상급자와 대련을 할 때 치려고 해도 여간해서 칠 수가 없고, 그냥 숨만 거칠어지며 초조해지는 경험을 했을 것이다.

1. 상급자일수록 두꺼운 「氣」

그것은 강인한 체력을 가진 젊은 강호를 만났을 때도 마찬가지로, 보는 사람이나 상대하는 사람이나 다 같이 이상한 기분을 느끼게 된다.

그 때의 공통적인 느낌은 '보이지 않는 벽이 있는 것 같다'는 것이다. 오랜 훈련으로 그런 상황 만들기가 가능한 것이리라 생각하면서도 단순히 그것 때문만은 아닐 것 같은 석연찮은 기분이 남는다. 실제 그것이 오랜 연습과 경험의 산물임에는 틀림없지만 그것만이 전부는 아니다. 그 '보이지 않는 벽'은 단순한 느낌이 아니라 실제 '있는' 것이다. 거기에는 눈에는 보이지 않는 두꺼운 '기류의 벽'이 존재한다.



▲고령자가 되어도 검도를 할 수 있고 또 검도를 하고 싶은 마음을 잃지 않는 것은 그동안 키워놓은 기(氣)가 살아있기 때문이다.

반대로 상급자가 하급자를 상대로 '기'를 넣어봐야 전혀 반응을 느낄 수 없는 것은 상대가 그걸 맞춰줄 만한 '기'의 벽을 가지고 있지 못하기 때문이다.

검도가 가지고 있는 매력의 비밀은 바로 “氣” 氣를 끌어올리기 위해선 상급자와 적극연습 필요

검도 수련자는 누구나 '기'의 벽을 가지고 있지만 단련이 충분히 되지 않은 동안은 벽이 얇고 약하다. 얇은 벽은 두꺼운 벽에 밀리고 흐름에 밀려들어 제대로 움직이지 못하고, 호흡이 거칠어지는 것이다.

'기'는 보이지 않지만 관찰되어지는 것이다. 그 관찰되어지는 방법은 충분하지 않지만 '시각에 어느 정도 의존한 체감에 의한 상황파악'이라고 말할 수 있다.

예를 들자면, '허를 찌른다'는 것. 그것이 실제로

전문지들이 전하는 세계 격투기 소식



상대의 '기'를 '관찰함'으로 알 수 있는 것이다. '허'를 찔린 측은 정신을 차렸을 때 이미 맞았거나, 상대의 죽도가 날아오는 것이 보이는 데도 움직이지 못하는 상태가 됨을 생각해 보면, '기'의 시점에서는 '기가 멈춘 순간', '기가 정체된 순간'이라는 것이 바로 '허(虛)'라는 해석이 성립된다.

고단자인 지도자가 호구를 착용한 지 얼마되지 않은 초심자나 하급자를 상대하는 것이 결코 쉬운 것만도 아니다. 옆에 서서 치고 들어가기나 적극 연습, 부추기 연습을 시키는 것은 문제가 없으나, 자신이 직접 상대를 해서 그들을 치려고 하면 박자가 맞지 않는다는지, 또 생각지도 못한 곳에서 치고 들어온다는지 해서 고생을 하게 된다.

하지만 그들의 기술이 어느 정도 능숙해지고 죽도놀림이 검도 다워지면 이번엔 너무나 상대하기가 쉽다. 초심자 입장에서 처음에는 쉽게 공격할 수 있었던 사부에게 실력이 쌓일수록 공격해 들어가기가 힘들어지는 느낌을 받는다.

그 이유는 기술의 습득과 함께 상대가 발하는 '기'를 감지할 수 있게 되었기 때문이다. 그제서야 '보이지 않는 벽이 있는 듯한' 느낌이 들기 시작하는 것이다.

'기'의 벽을 강하게 하기 위해서는 상급자의 두꺼운 '기'의 벽에 맞서 자신의 '기'를 부딪혀보는 것이 대단히 효과가 있다. 자신이 100이란 기를 쓰고 있다면 상대는 똑같거나 그 이상의 기를 쓰게 되기 때문에 언제나 최대한의 상태에서 단련하며 한계수준을 끌어올릴 수 있다. '기'를 끌

▲기(氣), 검(劍), 체(體)의 일치를 검도에서는 이상(理想)으로 삼고 있다. 이 세가지가 하나로 이루어지면 지나친 긴장감없이 상대와 맞설 수 있다.

어울리기 위해서는 '상급자와 적극연습' 하는 것보다 좋은 방법은 없다.

2. 에너지, 의식, 의지의 복합체

그렇다면 '기'란 도대체 무엇인가. 검토에 있어 '기'를 이야기하기 전에 '기' 자체가 무엇인지 먼저 알아야 한다.

결론부터 말하자면, '기'란 '에너지', '의식', '의지'의 복합체이라 할 수 있다.

옛날 동양인은 일상적으로 '기'와 밀접한 관련을 맺고 생활해왔다. 하지만 서구문화가 급격히 유입되면서 발상법 자체가 서구의 실증주의로 흐르기 시작했다. 그 때부터 '증명되지 않은 것은 실재하지 않는다' 즉 '보이지 않는 것은 존재하지 않는다'는 사고가 우리를 지배하게 되었다.

氣는 호흡과 함께 강하게 몸에서 발산 강한 氣를 내는 체력 만들기는 젊었을 때 해야

오늘날 우리는 '기'의 존재를 관념적으로 밖에 인식하지 못하는 반면 '에너지'라는 외래어는 대단히 친밀한 단어가 되어 그것이 나타내는 개념은 누구나 이해하고 있다.

그리고 그것이 설마 옛날부터 있었던 '기'를 말하는 것이라고는 깨닫지 못하고 두가지를 별개의 것으로 생각한다. '기'가 관념상의 존재가 아니라 '에너지'라는 실체를 있게 하는 근원이라는 것을 인지한다면 '기'를 이야기하는 데 큰 무리가 없을 것이다. 덧붙여 '기'에 관련해서 '영적인 것'과 '초능력'을 들지 않을 수 없다. 영적 존재가 전기 에너지로 탐지된다는 것과, '초능력'이라 불리는 것이 '에너지'의 또다른 사용법이라는 것은 누구나 아는 사실이다. '영적인 것'으로 표현되는 '에너지'가 바로 '영(靈)'인 것인지, 그 '에너지'를 발하는 근원에 '영'이 존재하는지는 모르겠지만, 접점이 영을 이끌어낸다면 그로 인해 나타나는 '에너지'에는 적어도 '의식'이나 '의지'가 들어있다는 것은 틀림없는 사실이다.

3. '氣'의 관점에서 재조명

'젊었을 때 몸을 많이 써라'는 가르침

검도수련 과정에는 '젊었을 때 적극적으로 몸을 쓰는 연습을 해야 한다'는 것이 상식이다.

그 이유는 '젊었을 때 기초훈련을 잘 해두면 자세가 똑바로 잡혀 나이가 들어서도 젊은이 못지 않을 만큼 검을 쓸 수 있기 때문'이라고 하는데 본인은 거기에 '그런 기본적인 단련은 강한 '기'를 발산하는 본질을 만드는 데 도움이 되기 때문'이라고 덧붙이고 싶다.

'기'를 발산하는 법을 몸에 익히기 위해서 가장 간단한 방법은 우선 신체를 움직이는 것인데, 이는 젊은 동안 많이 해 두는 것이 최상이다.

나이들어 몸이 자유롭게 움직이지 못하게 되었을 때는 '기'를 만들어 내기 위한 운동효율도 그만큼 떨어지기 때문이다.

검도의 기본 단련은 '기를 발산하는 체질 만들기'에 중점을 둔 것으로 그 중에서도 연격(連擊=잇따라 침)은 가장 기본적이고도 효과적인 연습이다. 기공에서는 신체의 '기=에너지'는 대부분이 등뼈에서 나온다고 하여 등뼈를 부드럽고 강하게 하기 위한 훈련을 하는데, 중심축을 똑바르게 해서 몸을 부드럽게 쓰도록 하는 연격은 충분히 그 목적을 다 하고 있다고 할 수 있다.

이렇게 등뼈를 직접 움직여 연격을 하는 노력은 동시에 '기'를 강하게 발산하는 효과로도 이어진다. '젊었을 때는 몇 년이나 연격 연습만 했다'고 하는 지도자가 많은데, 이는 '강한 기를 내는 체력 만들기'가 바탕이 되었다고 할 수 있다.

힘이 신체의 중심에서 나오도록 몸 전체를 크고 부드럽게 쓰면서 최대속도로 상대를 공격한다.

이렇게 나이가 든 풍채당당한 검도인이나 젊은이

전문지들이 전하는 세계 격투기 소식



▲수준이 높은 선수끼리의 검도경기에서는 먼저 각자가 지니고 있는 「기의 벽」이 맞부딪친다.

때는 무명이었으나 나이가 들어 힘이 붙은 사람은 다 예외없이 '기'의 기초만들기를 게을리하지 않은 사람들이다.

기술적으로는 정점에 와 있다고 생각되는 사람이 그보다 더 향상될지 어떨지는 '기'를 어떻게 써나 가느냐에 달렸다.

명확하게 '기'를 인식하고 그것을 소중히 가꿔가는 '인식'과 '의지'가 있으면 한발 더 나아가는데 큰 난관은 없을 것이다.

검도에 있어서의 호흡법

검도에서는 숨을 들이쉬는 사이를 '허접'으로 보고 상대방에게 맞지 않으려면 짧게 들이쉬고 그 숨을 길게 사용하도록 시킨다. '호흡'은 '기=에너지'와 밀접한 관련이 있어 '기'는 호흡과 함께 강하게 몸

에서 발산된다.

따라서 숨을 완전히 멈추고 대적하기보다 조금씩이라도 숨을 뱉어내면서 죽도를 휘두르는 것이 심신이 훨씬 강하게 충만하는 것을 느낄 수 있다.

즉, 호기(呼氣=내쉬는 숨)는 '기'의 움직임을 활발하게 하여 근력을 강화시키는 역할을 한다고 할 수 있다.

만약 수련자가 자유롭게 호흡을 하고 있다면 그것은 '호흡' 자체에 문제가 있는 것이 아니라 '대적'에 임하고 있지 않다'고 할 수 있다.

따라서 그 때는 '숨을 쉬지마'라고 할 것이 아니라 '좀더 신중하게 대적해'라고 해야 한다.

또 숨을 쉬지 않고 있는 수련자가 있다면 '절대 숨을 쉬어서는 안되는 순간'과 '잠깐이라면 숨을 쉴 수 있는 순간'의 구분을 명확히 해 준다.

그런 다음에 숨을 길게 유지할 수 있는 방법을 가

전문지들이 전하는 세계 격투기 소식

르쳐야 할 것이다.

호구죽도의 연습에서도 아슬아슬한 순간에 대세가 길어지면 누구든 숨을 쉬지 않을 수 없을 것이다. 그 때 상대의 공격을 받지 않게 짧은 순간에 숨을 쉬어야 한다.

현재 '호흡법'에 관해서는 전문적인 수련방법이 확립되지 못하고 단순히 '숨을 쉬지마'라거나 '1박자 호흡으로 해'라는 식으로 잘못 인식되고 가르쳐지고 있는 것이 사실이다.

이에 필자는 굵고 무거운 목도(木刀)를 써서 '호흡'을 단련, 즉 '기'를 단련하는 '법정(法定)'이야말로 그 목적을 달성하기에 더 없이 좋은 단련법이라 확신한다. '법정'은 몇몇 소수 그룹에서는 열심히 연습을 하고 있는 것 같지만 그 가치가 제대로 전체에 인식되어 있지 않다.

검도계가 '기와 호흡의 중요성'만 인정한다면 '법정'이 빠르게 자리매김되고 광범위하게 보급되지 않을까 생각한다.

그러므로써 '기의 검도'가 더 잘 이해되고 '기'와 현대검도와의 거리도 좁혀질 것이다.

4. '氣'와 인간형성

고(故) 오가와 츠타로(小川忠太郎) 사범은 검도인 중에는 '사기(邪氣=나쁜 기운)'를 가진 사람이 꽤 많다고 했다.

그리고 상대를 향해 '기'를 충만시켜 자신의 존재를 강조해서 걸고 들어가는 검풍이 '기의 검도'로서도 일반적으로 평가받는 '잘된' 검도와 인식되어 있는데, 사범은 그런 '기'는 아직 '객기'나 '사기'의 영역에서 벗어나지 못한 것이라 했다.

그러나 그러한 '객기'나 '사기'도 무조건 배척할 것이 아니라 꾸준히 수업하면 '정기(正氣=바른 기운)'로 바뀌어 간다고 한다.

즉, '궁극하겠나' '막겠다' '치겠다' 하는 마음을 조금도 가지지 않고 다만 '기'를 충만시켜서 상대에게 자신을 드러낸다는 마음에서 생겨나는 '기'는 이우고 '사기'가 아닌 '정기'로 질적인 전환을 이루는 것이다.

'기=에너지'의 강함은 '정기'나 '사기'나에 따라 바뀌는 것이 아니다.

밝은 마음을 가지면 '기'를 발생하는 근력은 늘어

나지만 '노여움'을 품어도 근력은 늘어난다.

단 몸에서 나오는 '정기'의 '기'는 신체의 세포 활성화를 도와 '몸'과 '기' 사이에 적절한 순환을 생성하지만, '사기'의 '기'는 똑같이 세포를 자극해서 힘을 끌어내긴 하지만 신체를 피로하게 만든다. 따라서 똑같은 힘으로 '정기'와 '사기'가 대치한다면 '정기'를 가진 사람의 지구력은 떨어지지 않으나 '사기'를 가진 사람은 점점 피곤을 느끼게 되고 결국 '정기'가 '사기'를 이긴다고 할 수 있다.

인간의 사고(思考)를 하거나 긴장을 하면 뇌에서 불규칙한 β 파가 나오면서 피로를 느끼게 되는데, 평상심을 유지하며 심신을 편안히 하면 규칙적인 α 파가 나오면서 거의 피로를 느끼지 않는다.

따라서 '정기'를 발산할 때는 α 파가, '사기'를 발산할 때는 β 파가 나온다는 가정이 성립된다.

욕심이나 긴장감이 다만 '기'를 충만시켜서 상대에 대적하는 달인의 뇌에서는 α 파가 나온다는 것이 증명되면 검도의 가치는 새로운 각도에서 재조명될 것이다.

강한 '기'를 발산할 수 있는 경지에 도달한 사람이 '사기'와 '정기'를 결정하는 것은 본인의 '인식' 밖에 없다. 언제나 '정기'를 발산할 수 있는 경지에 이르면 거기에 청렴결백 무욕무심의 사람이 생겨나고 그것은 오가와 사범이 정의한 '한' '검도이념'인 '인간형성'에 이어지는 이야기이다.

'기'가 무엇인지 알았다고 해서 금방 검도를 잘할 수 있게 되는 것은 물론 아니다.

'기'의 검도를 목표로 충분히 '기'를 발산하는 데에 마음을 쓴다해도 체력이 바탕이 되지 않으면 아무 것도 안된다.

따라서 우선 연습을 쌓은 것이 검도향상의 제 1조건이다.

하지만 '기'의 정체를 알면 아무 것도 모르고 무조건 연습량만 늘려가는 것보다는 연습의 의미와 목적을 확실히 깨닫고 연구하면서 실력을 쌓아간다면 실력향상에 큰 힘으로 작용할 것이다.

가치있는 '기의 검도'를 존속시키고, 보다 많은 사람이 그 세계에 들어갈 수 있는 길을 만들기 위해서 우리 검도계는 지금까지 애매모호한 존재로 인식되던 '기'를 더 연구 해명하는 노력을 해야 한다.

검도계의 그러한 방향으로 진전을 기대하면서 이 글을 마친다.



스코어카드

해비급의 간판스타 김제경이 얼마전 IOC(국제 올림픽 위원회) 선수 위원 후보로 KOC(대한 올림픽 위원회)에 추천됐다해서 태권도인들 사이에 화제가 됐다.

IOC는 선수들의 올림픽 운동 참여를 늘리기 위해 IOC선수 위원회를 구성하고 각국 올림픽 위원회(NOC)에 후보 추천을 의뢰하고 있다.

KOC는 하계 올림픽 종목의 27개 국내 경기 단체로부터 후보를 추천받아 이들 가운데 한명을 뽑아 3월 15일까지 IOC에 추천 할 예정이다.

2002년 솔트레이크시티 동계 올림픽 유치위원회

에게 IOC위원의 문호가 개방된 것은 매우 획기적인 일이 아닐 수 없다.

하계 올림픽 종목에서 8명, 동계 올림픽 종목에서 4명이 뽑히는 IOC선수위원회 위원이 바로 IOC 위원이 되는 것은 아니라 해도 그 활약이 높이 평가 받으면 새 개혁안에 의해 IOC위원이 될 가능성은 높아진다고 보아야 하겠다.

IOC선수 위원회 위원자격은 올림픽 경기 종목의 선수로서 영어나 프랑스어를 구사할 수 있어야하고 약물 복용을 했던 일이 없어야 한다.

한마디로 모범적인 스포츠맨에다 경기실적 뿐만

도스토예프스키와 톨스토이의 책, 애독하는 포포프

올림픽 운동에 참여할 선수는 지성, 교양 갖춰야

의 IOC위원들에 대한 로비 활동이 말썽을 일으키자 IOC는 자체의 체질개선을 위해 지난해 12월 로잔에서 임시총회를 열고 종래 80세였던 위원의 정년을 앞으로 새로 임명되는 위원부터는 70세로 낮추고 각위원의 임기(재선가능)를 8년으로 정하는 등 개혁안을 승인했다.

위원장의 임기도 8년으로 정하고 재선을 인정하지 재선임기는 4년으로 제한했다.

또 위원 총수는 115명으로 정하고 개인자격 70명 선수대표 15명 국제경기연맹(IE) 회장들 15명, 국가 올림픽 위원회(NOC) 혹은 대륙단위 스포츠 연합의 회장들 15명으로 구성할 것도 결정했다.

이번 개혁으로 이제는 선수도 IOC위원이 될 수 있는 길이 열렸으니 세상은 엄청나게 달라진 셈이다. 1894년 IOC가 창설됐을 때만해도 올림픽에 정치의 개입을 막기 위해 위원은 귀족자위를 가진 인물들을 많이 받아들였다. 그때 15명이었던 IOC 위원이 이제 100명을 넘게됐고 IOC가 앞으로 어떻게 달라져갈지 두고볼 일이지만 아무튼 선수들

아니라 지성까지 갖추고 있어야 한다는 이야기다.

현재 IOC선수 위원회는 세계적으로 이름난 육상/장대높이뛰기의 부르크(우크라이나) 수영/자유형의 포포프(러시아) 육상/투창의 안셀레즈니(체코) 조정의 바(독일) 배구의 크리틀릭(미국) 스키의 데센타(이탈리아)와 스미로프(카자흐스탄) 빙상의 코스(노르웨이) 등으로 구성돼 있다.

이들은 모두가 세계 정상급의 선수일 뿐만 아니라 지성과 교양도 결코 남에게 뒤지지 않는다. 그 예로 외국 스포츠 잡지에 실린 인터뷰 기사를 통해 수영/자유형의 알렉산드르 포포프(러시아)의 경우를 살펴보자.

1971년 구소련의 인구 6만 밖에 되지 않은 작은 고을 스벤드로프스크에서 포포프는 태어났다.

러시아에는 많은 호수가 있다. 포포프의 가족들은 곧잘 호숫가에 피크닉을 갔다.

어머니는 아들이 혹시 호수에 빠졌을 때에 대비하기 위해 포포프가 8살 때부터 수영을 가르치기 시작했다. 이윽고 포포프는 수영에서 두각을 나타

내기 시작했다. 16살 때 소련은 그를 국가 상비군 선수로 발탁했다.

『지금 돌이켜보면 그때 나의 수영 능력이 선택된 것이 아니라는 생각이 든다. 선택된 것은 나의 '인생'이었다고 생각된다.』

국가는 완벽한 시설과 환경을 그에게 제공했다. 학교 체육관 수영장장을 모두 걸어서 갈 수 있는 거리에 있어 시간의 낭비를 줄일 수 있었다. 훈련 시간은 하루에 4~5시간이었다.

『소련은 가난하다는 이미지가 있었죠? 그러나 강화훈련을 위한 시설은 선택받은 사람들을 위한 장소였다.』

처음에 포포프의 주종목은 배영이었다. 3년 동안 그는 수영장에서 천정만 보면서 헤엄쳤다. 그러나 1990년 자유형으로 돌아 엄청난 성공이 그를 기다리고 있었다.

『놀라울만치 자유형은 나에게 맞는 종목이었다. 발장구, 팔로, 물끄기, 물밖으로 팔을 앞으로 가져가는 동작들 모든 것이 내 뜻대로 움직일 수 있었다.』

자유형으로 돌고난 뒤 바로 국내 대회에서 우승하고 다음해인 1991년 아테네에서의 유럽 선수권대회 자유형 100m의 우승을 차지했다. 1992년 바르셀로나 올림픽에서 포포프는 수영 왕국인 미국의 엘리트들과 대결해서 자유형 50m와 100m의 금메달을 따내 「러시아의 로케트」라는 별명을 얻는다.

구소련이 붕괴하자 포포프는 그의 코치인 트레츠키를 따라 호주로 건너갔다.

그러나 포포프는 호주 국적을 지킬 수 있는데도 아직 러시아 국적을 지기고 있다.

『왜 그럴까? 역시 러시아에서 태어났기 때문이라고 말할 수밖에 없겠다. 러시아의 정치, 생활환경은 나빠져가고만 있지만 나는 모국의 대표로서

싸우는 것에 긍지를 느끼고 있다.』

그는 러시아의 치안악화의 피해자이기도 하다. 1996년 애틀란타 올림픽에서 또다시 자유형 50m와 100m의 2연패를 이루고난 뒤 모스크바에 돌아가 친구와 식사를 마친 뒤 거리에서 목격된 싸움을 뜯어 말리다가 부엌칼에 찔려 「위독하다」는 소식이 온세계에 전해졌다. 그러나 목숨을 건진 포포프는 다음해 유럽 선수전에서 4개 종목의 금메달을 차지해 사람들을 놀라게 만들었다.

수영밖에 모를 것 같은 포포프는 유머와 교양이 넘치는 인물이기도 하다.

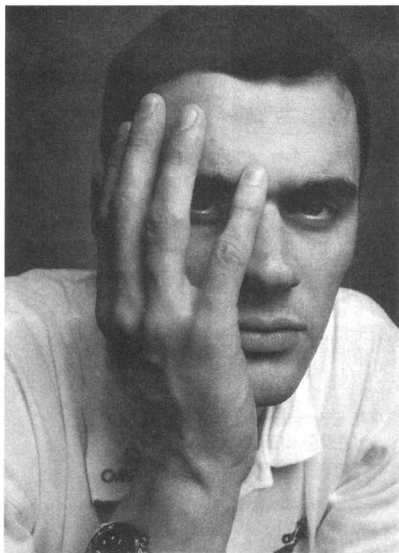
애독서가 무엇이나 는 질문에 포포프는 도스토예프스키와 톨스토이의 책을 잘 읽는다고 대답했다. 질문을 던진 기자가 「그들은 러시아의 재산이지요.」라고 찬사를 보냈으나 포포프의 대답은 「아니지. 그들은 세계의 재산이야.」였다.

1994년 6월 18일 자유형 100m에서 48초 21의 세계 기록을 세운 포포프는 지성과 교양면에서도 뛰어난 스포츠 선수다.

1948년 런던과 1952년 헬싱키의 두 올림픽에서 수영 남자 하이드리빙의 금메달을 얻거꾸 따낸 한국계 미국인 새미리는 남기주대학교 의과대학을 나온 의학박사다.

1972년 핀렌 올림픽 마라톤 우승자인 미국의 프랭크 쇼터는 법과대학을 나온 변호사다.

미국 백인 경찰들의 흑인 폭행으로 온세계를 떠들석하게 만들었던 로드니 킹사건의 재심담당 판사인 데이비스는 1956년 멜보른 올림픽의 수영 금메달리스트다. 이제 우리나라에서도 경기장 뿐만 아니라 IOC나 대륙 단위 스포츠 연합의 어떤 모임에 내놓아도 쪼리지 않는 지성과 교양을 갖춘 스포츠맨들이 많이 나왔으면 좋겠다.



▲올림픽의 자유형 2연패한 러시아의 포포프는 경기실적뿐 아니라 유머 감각이 뛰어나고 교양이 풍부한 선수다.



부산광역시협회

'99 결산이사회 개최



▲결산이사회 모습

부산협회는 지난 1월 27일(목) 오전 10시 30분 서라벌 호텔에서 '99 결산이사회를 개최하여 99년도 사업 및 수지결산과 2000년도 사업계획 및 예산(안)을 확정했다.

부산협회는 오는 10월 부산에서 개최되는 제 81회 전국체육대회를 성공적으로 치르기 위해 최선을 다하기로 하는 등 올해 각종 사업에 대해 검토하는 한편 일반대의원 선출 및 총회개최 일자 등을 확정 의결하였다.

〈순호준 리포터〉

광주광역시협회

태권도발전 이끈 주역들에 시상



▲한길진 회장이 최종섭 이사(명성제 2도장 관장)에게 대한태권도협회장 표창장을 수여하고 있다.

(상무주 감독), 최종섭(협회

광주태권도협회는 지난해말 종무식을 가진 자리에서 한해동안 광주태권도발전에 애쓴 인사들에 대한 시상식을 거행했다.

▲국기원장 표창 김승근(협회 이사), 김형국(심판분과 부위원장), 이동원(심사분과 부위원장) ▲대한태권도협회장 표창 최인수(체육과 감독), 정병기(이사), 조일재(협회 이

사), 김선홍(협회 이사) ▲광주시장 표창 이준연, 임택동, 고진석, 최돈영, 박순배, 송상운, 김명운, 송기완, 최한규, 이재욱 ▲광주협회장 표창 정명기, 임광섭, 박규남, 김연식, 조민철, 정영태, 김형주, 전관우, 장영일, 지기현

한편, 광주협회는 제 80회 전국체전에서 입상한 선수들에게 금일봉을 전달하고 더욱 정진해 줄 것을 당부하였다.

이날 광주시체육회 이금제 사무처장은 박현중 전무이사에게 격려금을 전달하며 협회의 사기를 북돋아 주었다.

광주협회 대의원 총회 개최

광주협회는 1999년도 사업 보고 및 세입 세출을 결산하고 2000년의 사업 계획과 예산을 승인하고 이사회의를 1월 8일 11시에 개최하고 이어서 오후 2시에 대의원 총회를 열어 최종 예산을 확정지었다. 한길진 회장의 주제로 열린 이날 총회에는 총



▲대의원총회를 주재하는 한길진 회장.

28명 중 25명이 대의원이 참석한 가운데 개최됐다.

박현중 전무이사는 사업보고를 하면서 제 1회 5.18 태권도대회를 창설하여 개최하면서 장비비를 포함하며 8,000여만원이 소요되었지만, 이 중 시청지원금 2,000만원 등을 지원받은 등 성공적인 대회로 이끌었고, 금년에도 더욱 알찬 대회가 될 수 있도록 하겠다고 말했다.

한편, 2000년 세입 세출 예산안을 상정하여 2억 7천여만원의 예산을 확정하였는데, 지금까지 분리하여 관리해 온 복지 기금과 선수육성 기금을 일원화하기로 결정하고, 시설 도장 등록금 각 200만원 중 100만원을 선수육성 기금으로 활용하여 우수 선수를 육성하기로 하고, 광산구청 등 실업 선수들의



훈련 강화, 역량 있는 선수 영입 등 광주태권도 전력을 향상시켜 나가기로 결의하였다.

광주협회는 제 2회 518 민주화기념태권도대회에 오는 5월 18일부터 21일까지 4일 동안 염주체육관에서 개최하는 시청 지원금 2000만원을 보조받는 것을 비롯해 최대한 기업 후원을 받아 행사효과를 극대화시킨다는 계획을 세웠다.

기술심의회 임원 임명, 회의 개최

광주태권도협회(회장 : 한길진)는 1월 18일 사무실에서 2000년도의 모든 행사를 원활히 진행하고 차질없는 사업이 되도록 하기 위하여 기술심의회 의(의장 : 윤관식)를 열고 각 분과별 업무 계획 및 태권도 발전 방향에 관해 의견을 나누었다.

광주협회는 핵심 사업인 제 2회 광주 518 민주화운동기념 전국남녀고교태권도대회를 차질없이 개최하기 위한 안건으로 협회 예산 중 1200만원을 책정하여 언론 및 방송매체를 통하여 홍보하기로 하고, 대형아치 및 현수막 등은 기업체 후원을 섭외하기로 하는 한편, 세계적인 미술 축제인 광주 비엔날레와 연계하여 차원높은 예향 광주의 이미지를 널리 알린다는 계획을 수립하였다.

심사분과(위원장 : 오중열)에서는 전년도까지는 1품부터 5단까지 함께 모여 승품·단 심사를 진행하였는데, 응심자들의 대기시간 및 심사질서의 엄숙한 분위기를 위하여 1품부터 4품은 오전중에, 1단부터의 5단까지의 응심자는 오후에 실시하기로 하고, 응심자들의 안전을 고려하여 머리 및 가슴보호구를 착용하여 겨루기 심사를 진행하기로 하였다.

또한 응심자들의 참여질서를 바로잡기 위하여 품행 점수를 도입하여 개회식 참석, 바른 복장(띠), 번호표 부착 등을 확인하여 심사 점수에 반영하기로 하였다. 교육분과(위원장 : 주영권)에서는 연 2회 정도 품새 보수교육을 실시하기로 하고, 품새 교육 외에 외부 강사를 초빙하여 태권도와 관련된 연수 교육도 병행할 방침을 세웠다. 회의가 끝나고 한길진 회장은 윤관식 의장을 비롯해 임원들에게 임명장을 수여하고 태권도 발전에 더욱 힘을 모아 나가자고 당부하였다.

■ 2000년도 기술심의회 위원장 명단

▲의장 윤관식(광주협회 부회장, 전남체육관 총관장) ▲부의장 양승길(교사, 반강환(동부체육관장) ▲경기분과 위원장 임세빈(월산체육관장) ▲경기력 향상분과 위원장 윤오남(조선대 교수) ▲교육분과 위원장 주영권(청송체육관장) ▲국제분과 위원

체육관협의회 수련생 TV 출연 태권도 홍보 KBC 아침방송 “출발! 새아침”에서 태권도 힘찬 기상 보여



▲광주시 금남로 도청앞 태권도시범 KBC(광주방송) TV에 생중계(99. 12. 31) 되었다.

광주태권도협회 소속 체육관 수련생 20여명(전남체육관 11도장, 관장 이병도)이 지난해 12월 31일 KBC(광주방송) 아침프로 “출발! 새아침”에 출연해 태권도의 힘찬 기상을 보여 주었다. 쌀쌀한 날씨에도 불

구하고 하얀 도복을 입고 출연한 수련생들은 초등학교 1학년부터 중고등학교, 60대 장년까지 2품 이상의 수련생들이었는데, 10여분 동안 고려, 금강 등 유단자 품새와 기본 동작 등을 절도있게 보여주었다.

동작 중간에 인터뷰에 응한 박현중 전무이사는 “2000년의 태권도의 위상은 시드니 올림픽을 통해 세계적으로 더욱 확산되리라 믿는다.”고 말하며 광주태권도의 발전 방향에 대해서 “선수 육성도 중요하지만 시민들 속으로 침투시켜 주부 태권도 교실을 활성화시키고, 태권도 에어로빅 등을 개발하여 생활 체육의 역할을 다할 수 있도록 이끌어 가겠다.”고 포부를 밝혔다.

한편, 시범자 중 이혜민(운남초등 6년, 3품)양은 7개 때부터 수련하여 현재까지 7년을 수련하면서 강한 정신을 길러왔는데, 많은 어린이들에게 국기인 태권도를 사랑하고 더욱 열심히 수련했으면 좋겠다고 말하면서 힘있는 동작을 보여 주었다.



장 박상문(무학체육관장) ▲기획분과 위원장 박병준(광산체육관장) ▲도장 관리분과 위원장 이기성(세종체육관 국무도장) ▲상설분과 위원장 박상수(흥무체육관장) ▲시법분과 위원장 김대호(명성체육관장) ▲심사분과 위원장 오중열(전남체육관 상무도장) ▲심판분과 위원장 이영석(전남체육관 2도장) ▲운영분과 위원장 채희철(중흥체육관장) ▲홍보분과 위원장 이병도(전남체육관 11도장)

■ 심사분과 위원회 명단

▲위원장 오중열(전남체육관 상무도장) ▲부위원장 임광섭(무진체육관), 이동원(전남체육관 7도장) ▲고단자 심사관 임세빈(월산체육관), 주영권(청송체육관) ▲심사관 박병준(광산체육관), 윤오남(조선대 교수), 박상문(무학체육관), 이기성(세종체육관 국무도장), 이영석(전남체육관 2도장), 박상수(흥무체육관), 이병도(전남체육관 11도장), 김대호(명성체육관)

광산구청 선수단 재결성 새 사령탑에 최기술 코치



▲송병태 광산구청장이 새로 임명한 최기술 코치와 인사를 나누는 모습.

소 국가대표를 역임했던 왕광연 씨를 코치로 선임하여 광주 유일의 태권도 실업팀으로 창단되었다. 당시 IMF의 경제 환란 속에 다른 실업팀이 속속 해체되는 가운데 이루어진 사업이라 태권도 경기력 향상에 건인차 역할을 한 광산구청은 창단 첫해에 이순영, 고경한 선수 등이 전국 체전에서 입상하는 등 큰 예산 부족으로 지난해 역량있는 선수를 영입하지 못하고 담보적인 상태에 머물렀다.

광주협회는 실업팀 활성화를 위해 지난 12월 31일자로 문성중고등학교를 태권도 명문으로 이끌어낸 최기술 코치(41세, 전 국가대표 코치 역임)를 광산

광산구청은 문성중고를 태권도 명문으로 육성한 최기술 코치가 광산구청 실업팀을 맡으면서 그동안 해체 위기설이 나돌던 팀이 재구성되며 활성화되고 있다.

지난 98년도 한길진회장과 임원들의 다각적인 노력으로 여자 선수 5명과 최연

구청의 새 사령탑으로 임명하였다. 최기술 코치는 1월 26일 송병태 광산구청장에게 취임인사를 하면서 태권도팀의 재도약을 다짐하고, 송병태 구청장도 태권도 발전을 위해 적극적인 지원을 약속하였다. 최기술 코치는 기존의 선수인 고경한, 이미진 선수 외에 은광여고 졸업반인 이선미 선수를 영입하는 한편, 역량있는 선수 발굴에 총력을 기울이면서 전국대회 입상을 위해 발빠른 행보를 시작하였다.

<이병도 리포터>

경상남도협회

양산시청 태권도팀 창단

경남 양산시가 태권도팀을 창단했다.

양산시 태권도팀은 국가대표 코치인 김중기(41) 씨를 감독으로 선임하고 남자선수 4명, 여자선수 3명 등 모두 7명의 선수를 선발했다.

양산시는 이번 태권도팀 창단과 관련, 올해 2억여원의 예산을 확보했다. 양산시청팀은 오는 5월 도민체전 등 올해 6~7회에 걸쳐 각종 대회에 출전할 예정이다.

<서재천 리포터>

경상북도협회

정기 대의원 총회 및 유공자 시상식

경상북도 태권도 협회는 1월 20일 오전 11시 경북체육회 2층 강당에서 정기 대의원총회를 개최했다. 강석호 회장을 의장으로 한 대의원 총회는 대의원 18명중 15명이 참석한 가운데 열려 1999년 사업보고, 감사보고에 이어 안건 처리에 들어갔다.

경북협회 부회장은 한해동안 대회 때마다 임원비를 반납하는 등 어려운 협회의 제정에 기여하였다. 2000년도 경기력 향상 기금 상향조정(안) 심의에서는 최재운 이사의 제안설명이 있었다.

경기력 향상 기금 조성에서 태권도인의 복리 증진과 경기력 향상, 태권도 활성화에 대한 폭넓은 인식을 다같이 함으로써 대의원 만장일치의 동의로 통과되었다.

2000년도 세입세출 예산안은 전년도에 비해 2천7백여만원이 인상된 2억9천2백만을 통과시켰다. 특히 태권도인의 및 경기력 향상 기금 예산액은 전년도보다 6천6백여만원이 증액된 1억9천2백만원을 통

과시켰다.

유공자 시상식을 겸해 열린 이날 행사에서는 지난해 포항에서 개최된 대통령기 및 협회장이 대회에서 노고가 큰 조용구 부회장, 정명영 부회장, 신용우 심판위원장이 대한태권도협회의 표창장을 수여 받았다. 부문별 수상자 명단은 다음과 같다.

▲**감사패** 홍영환(압량초/교장), 유영대(고령실고/교장), 박남식(금오공고/교장), 김철곤(대구일보/기자), 김교성(매일신문/기자), 장태영(경북매일신문/기자), 김일환(영천시청/전선생활계장), 김병태(영천시청), 정영환(영천시체육회/사무국장), 김응삼

(경북체육회/운영계장) ▲**모범지부상** 구미시지부 ▲**공로표창** 이정호(청도군태권도협회/이사), 정원복(영주태권도협회/회장), 구자환(고령군태권도협회/부회장), 전석재(울진군태권도협회/전무이사), 김종호(포항시태권도협회/기획차장), 김재희(문경시태권도협회/이사), 김기수(김천시태권도협회/총무차장), 김성종(경산시태권도협회/사무국장), 권문현(안동시태권도협회/이사), 오재오(구미시태권도협회/총무이사), 호상홍(의성군태권도협회/화전새마을금고이사장), 김주홍(경기분과위원회/위원), 정연준(경기분과위원회/위원), 김진수(심판분과위원

충청대 태권도시범단, 마틴 루터 킹 퍼레이드 참가 한·폭 화합 공로 - 정중택 학장 클린턴 대통령 표창장 받아

한국방문의 해 추진위원회(위원장 이상주) 홍보사절단인 충청대학 태권도시범단(단장 정중택 학장)이 미국 마틴 루터 킹 퍼레이드에서의 태권도 시범을 성공리에 마치고 지난 1월 22일 귀국했다.

이번 마틴 루터 킹 축제는 한인교포와 흑인간의 갈등을 해소하기 위한 각종 행사가 열리면서 한국 대표로 참가한 충청대 태권도시범단에 대한 관심이 매우 높았

다. 태권도시범단을 1월 17일(현지시간) 마틴 루터 킹 주니어 블러버드에서 화려하게 펼쳐진 퍼레이드에 한인사범들과 함께 2001년 한국방문의 해 마스코트인 청사초롱을 앞세우고 참석해 도로를 가득 메운 흑인들의 환호를 받았다. 퍼레이드의 하이라이트로 열린 태권도시범은 고난도 기술과 짜임새있는 연출로 관중들의 시선을 사로잡았다.

이날의 퍼레이드에는 전세계 유명인 등 1백 20만명이 참여했으며 미국 3대 방송사를 비롯 전세계 언론이 생중계해 '한국방문의 해' 축제인 세계태권도 문화축제를 널리 알리는 계기가 됐다. 방문 3일째인 18일에는 LA 시장이 주최한 리셉션에 참석한 뒤, 린우드시 크렌셔 고등학교에서 흑인 커뮤니티 지도자들이 한·흑 인종화합 행사를 개최한 '마틴 루터 킹 주니어 기념관' 건립 축하 행사에 참석했다. 린우드시는 지난 92년 4·29 흑인폭동의 진원지로 태권도시범단은 흑인 학생 등 2천여명이

참석한 가운데 태권도시범을 펼쳤다. 이 자리에서는 흑인지도자가 폭동이 발발한 뒤 처음으로 한인 사회에 대해 사과를 표시했으며 4개항의 인종화합 결의문도 채택했다. 또 흑인 밀집지역인 칼스시와 린우드시가 18일을 한국의 날로 선포했고 루이스 버드 린우드 시장은 오후 6시 시청 앞 베이컨 언에서 화해 메시지를 낭독했다. 태권도 시범과 함께 열린 한국의 날 선포는 그동안 구

호로만 요란했던 '한·흑 화해'를 현장에서 선포, 앞으로 실질적인 한·흑 화합을 이끌어내는 기폭제 역할을 할 것으로 기대된다.

태권도시범단은 방문기간 중 한미 친선우의 증진에 기여한 공로로 캘리포니아 데이비스(GRAY DAVIS) 주지사로부터 정중택 학장이 클린턴 대통령 표창장을 받았다.

정중택 학장은 "한·흑 화합을 대외적으로 선언하는 루터 킹 퍼레이드에 충청대학 태권도

시범단이 한국대표로 참여해 매우 보람됐다."며 "스포츠 외교를 통한 국제협력에 태권도가 앞장설 수 있도록 하고 세계태권도 문화축제가 세계적인 행사로 성장하도록 하겠다."고 밝혔다.

이번 방문은 해 7월의 세계태권도 문화축제 및 2001년 한국방문의 해 홍보 일환으로 세계태권도 문화축제 조직위원장 오경호 이사장을 비롯 정중택 학장, 문시영 문화관광부 상품개발팀장, 오노군 스포츠외교과 교수, 충청대 태권도시범단 등 모두 30명이 참여했다.



▲충청대 시범단의 시범은 성공리에 이뤄졌다. 시범단에는 태권도로 유명해진 이탈리아인 브루노가 참가해 더욱 인기를 모았다.



▲강석호 회장이 시상하고 있다.

회/부위원장), 류승수(심판분과위원회/위원), 황국동(심판분과위원회/위원), 김문수(상벌분과위원회/부위원장), 안창식(심사분과위원회/부위원장), 노명수(도장관리위원회/부위원장), 김일환(시범분과위원회/위원), 이상만(교육분과위원회/위원), 안정민(선수강화분과위원회/위원) ▲지도상 청림초 공범회 ▲장한어버이상 김이용(김동업선수아버지), 송광선(송동원선수 아버지) ▲경기상 김중운(영천시청), 김기표(대동중), 백근태(대동중), 임용식(고령실고), 염진호(고령초), 윤희중(정립초), 김수영(영신중), 우종민(경북체중), 장세민(경북체중), 박지혜(홍해중), 손은희(홍해중), 이기철(영천시청), 최지철(영천고), 노구갑(용인대), 정동혁(용인대), 윤현정(용인대), 김현용(영천시청) ▲표창패 한미주(경북체고), 강구민(고령실고), 송동원(영천중), 정대석(고령중), 김동업(금오공고), 이이름(고령실고), 이성진(고령초), 이진상(고령초), 김주연(고령초), 장민현(광평초), 박수진(남계초), 정희원(남계초), 공강호(압량초), 이상훈(영천시청), 박재우(영신고)

미동초등학교 태권도 시범단 안동에서 시범

2001년 한국방문의 해 홍보 사절단으로 영국 공연에 참가하는 안동 하회 별신굿 탈놀이, 미동초등학교

교 태권도 시범단(단장 이규형), 한국씨름연맹 소속 선수단이 출국에 앞서 1월 8일 오후 1시 30분 안동시청체육관에서 영국 밀레니엄 돐 행사 한국 대표단 리허설을 가졌다.

이날, 리허설에는 안동시 태권도협회(회장 류결한)에서 임원과 관장들이 참석하여 미동초등학교 시범이 펼쳐질 때마다 힘찬 박수로 격려하였다.

한국 대표단은 1월 15, 16일 한국의 날에 두 차례 영국에서 공연을 가졌다.

〈김태현 리포터〉

충청북도협회

대의원 정기총회 개최

충북태권도협회(회장 전종운)에서는 지난 1월 21일 정기대의원 총회를 열고 99년 결산보고와 2000년 사업계획 및 세입, 세출 예산안을 통과시켰다.

이날 정익진 상임부회장은 인사말을 통하여 "그동안 협회내부에 비쳐진 그늘을 완전히 벗어버리고 화합과 응서로 일치단결하며 도약적인 새천년을 맞자"고 당부하며 협회의 투명성 있는 행정업무를 위해 다함께 노력하자고 말했다.

지난 12월 27일 이사회에서 의결 상정된 협회운영규정, 체육도장단체규정, 회관 건립운영 규정, 장학금 운영규정 등에 관한 조례에 대한 수정을 걸쳐 확정 의결했다.

한편 충북태권도협회의 발전에 공로가 큰 인사들에 대한 감사패 및 공로패 전달식도 함께 하였다. 감사패는 오세한 농업본부장, 윤본원 서원중 교장이 수상했고 이어 공로패는 도민체전에 공로가 많은 단양군 한영수 회장과 임병렬 전무가 받았다.

용인대시범단, 소림사 무술승려들과 친선대련

국기(國技) 태권도와 중국의 쿵푸가 맞붙었다.

용인대 태권도학과 양진방 교수를 단장으로 한 20명의 태권도시범단은 지난 1월 20일 중국 남하성 소림사를 찾아 쿵푸 고수들과 친선대련을 가졌다.

용인대 선수단의 소림사 방문은 중국태권도협회의 초청으로 이뤄지게 됐다. 태권도시범단과 소림사 무술승려들은 태권도와 쿵푸 붕술 등을 서로 시범해 보인 뒤 환관승부를 벌였다. 발기술 중심의 태권도는 실전성이 뛰어나며, 쿵푸는 겨루기(산타=散打)에서 차고 던지는 주먹으로 얼굴을 가격하지만 의외로 형식적인 수련

에 치중하는 무술. 따라서 이번 대련은 두 무술의 우열을 가리기보다는 서로의 장단점을 실전으로 확인해 보는 '교원경기'의 성격을 띠었다.

용인대시범단은 소림사 방문에 앞서 북경체육대학, 북경무술원, 서안체육대학, 하남성 체육회 등을 순회하며 태권도 시범과 기술지도, 무도관련 세미나를 개최했다.

시범단 양진방 교수는 "승패보다 서로 다른 두 무술의 접점을 찾고, 이를 통해 교류를 확대하는 것이 이번 친선대련의 의미"라고 말했다.

전국체전 선수단에 영양식을 제공한 손은호(체육관 관리장), 정광수(사업가) 씨가 수상했다. 또한 전국체전에서 금메달을 딴 청구대 김항수 외 12명에게 경기력 향상 장학금이 전달됐다.

〈김경수 리포터〉

제주도협회

정기대의원총회 개최

제주도태권도협회는 1월 16일 오전 10시 30분 제주도체육회 회의실에서 25명의 대의원 중 13명이 참석한 가운데 대의원총회를 열고 99년도 사업보고 및 결산을 심의하고 2000년도 사업계획과 수지예산안을 통과시켰다.

소년체전 제 2차 제주대표 선발전 개최

제 29회 전국소년체전 제 2차 도대표 선발전이 1월 29일 오전 10시부터 제주시생활체육관에서 열렸다. 이번 대회에는 초등부 69명, 남중부 50명, 여중부 25명 총 144명의 선수들이 출전해 그동안 갖고 있던 기량을 펼쳤다.

제주도협회 - 중국산동성체육위 양 지역간 체육교류협정서 교환



▲고우방 회장(왼쪽)과 유명산동성 부회장이 체육교류협정서를 교환하고 있다.

왕송림 산동성체육운동기술원 태권도감독, 송상덕 통역 등과 함께 제주를 방문한 유명 부회장과 고우방 제주도태권도협회장간 교환한 체육교류협정서에 따르면 쌍방은 태권도 인구의 저변확대와 우수 선수의 육성을 위해 적극 협력하고 격년으로 상호

제주도태권도협회와 중국 산동성 체육위원회 간 상호체육교류가 성사됐다.

도태권도협회의 초청으로 지난 1월 25일 제주를 방문한 유명 산동성체육위원회부회장(41)은 1월 27일 고우방 도태권도협회장과 체육교류협정서를 교환했다.

방문기로 했다. 방문자측은 항공료와 기타경비만 부담하고 체육경비는 초청자측이 부담토록 하고 합동훈련과 교환 경기를 통해 경기력을 향상시키자고 합의했다. 도태권도협회와 산동성체육위원회 간 체육교류는 지난해부터 물밑작업을 벌인 결과 성사됐는데 지금까지는 몽골체육회와 자매결연을 맺고 국제교류를 해왔다.

〈공철국 리포터〉

세계선수권 4연패로 기네스북에 오른 정국현

한체대 태권도학과 교수로



▲정국현 씨

세계선수권대회 4연패를 자랑하며 기네스북에 오른 정국현 씨가 모교인 한체대 태권도학과 교수로 강단에 서게됐다.

올해 3월 1일부터 태권도학과 학생들에게 태권도 실기를 전담하게 된 정국현 씨는 세계선수권대회 4연패 외에도 제 6회, 제 8회 아시아선수권대회 2회 우승, '88 서울올림픽 우승 등 화려한 경력으로 체육훈장 백마장과 거상장을 수상한 바 있어 앞으로 엘리트 체육의 산실인 한체대 태권도학과 교수로서 활약에 기대가 모아지고 있다.

한체대와 한체대대학원을 졸업하고 서울지하철공사 실업팀 선수로 활약했던 정국현 씨는 선수생활 은퇴 후 지하철공사 코치, 경남체고 및 경남협회 전임코치, 진로스포츠단 코치 등을 역임했고 지난 3년간 한체대 강사로 출강해왔다. 체력을 바탕으로 한 특별한 기술을 발휘한 정국현 씨의 주특기는 뛰어 뒤차기와 앞돌려차기. 타이밍을 정확하게 잡고 상대방의 몸통에 적중시키는 돌려차기가 일품이었던 정국현 씨는 "앞으로 이론과 실기를 바탕으로 최고의 기량을 발휘하는 대표선수 육성과 신기술 개발에 역점을 두겠다"는 각오와 함께 "더욱더 학문적으로 깊이 연구해 실기이론 정립에 힘쓰겠다."고 밝혔다.

〈정국현씨 주요약력〉

▲1992년 3월 15일생 ▲전남체중, 전남체고, 한체대, 한체대대학원 졸업 ▲'79, '81, '82 전국체전 라이트 미들급 1위 ▲'85, '86 전국체전 웰터급 1위 ▲'82, '83 세계선수권대회 라이트미들급 1위 ▲'85, '87 세계선수권대회 웰터급 1위 ▲'84, '88 아시아태권도선수권대회 라이트미들급, 웰터급 1위 ▲'88 서울 올림픽대회 태권도경기 웰터급 1위 ▲'96년 제 12회 아시아태권도선수권대회 한국대표선수단 남자부 코치 ▲체육훈장 백마장, 거상장



독자 페이지

소식과 작품을 기다립니다

여러분들이 태권도에 관해 겪은 이야기, 일러스트레이션, 만화, 본지에 대한 희망이나 건의 등 무엇이든 좋으니 보내주십시오. 일러스트레이션, 만화 등은 돌려드릴 수가 없으니 필요하신 분은 복사를 해서 보내주십시오.



◆보내실 곳 : 서울시 송파구 오륜동
88-2 (편익시설 A-3동)
「월간 태권도」 편집실

◆전화 : 420-4568

◆팩스 : 420-4274

◆이메일 : DKY@KOREATAEKWONDO.ORG

PC 태권도

다음은 대한태권도협회 인터넷 홈페이지
(주소 WWW.KOREATAEKWONDO.ORG)
자유토론장과 방명록, E-mail에 올라온 글입니다.

품증을 단증으로 바꾸려면

<billjojo>

문

품증을 단증으로 바꾸려고 하는데 몇 살 때 품증을 단증으로 바꿔야 하나요?
연락을 주시면 고맙겠습니다.

답

만 15세 이상이면 품증을 단증으로 바꿀 수 있습니다. 자세한 사항은 국기원 전산실(02-567-1058, 9)로 문의하시길 바랍니다.

군에서는 단심사를 다시 봐야 한데

<김명일>

문

저는 체육관을 운영하고 있습니다.
저희 관원이 군대를 가기 전에 태권도 2단을 따고 입대를 했는데...

부대에서는 사제단증을 인정이 안된다고 다시 1단부터 따야 한다고 합니다.

사회에서 어렵게 2단을 땀는데... 다시 처음부터 1단을 따야 한다면 이런 일이 어디에 있습니까? 진짜로 그러는지 아니면 사회의 단증이 효력이 없는지요? 어떤 해결이라도 있어야 하는 거 아닙니까? 그렇다고 복무하고 있는 부대에다가 따질수도 없고 이런 문제는 대한태권도협회에서 조치를 해줘야 할 문제가 아닌지요?

답

국기원에서 단증발급을 받으셨다면 다시 단을 따라야 한다는 것은 있을 수 없는 일입니다. 2단증이 있으면 3단으로 승단심사를 보시면 됩니다. 혹시 사제단증(?)이라고 표현을 하셨는데, 국기원 단증이 아니라 무슨 관이나, 일선 도장에서 발급하는 단증이라면 공인단증으로 인정을 받지 못하기 때문에 다시 심사를 보셔야 합니다.

시범단이 되고 싶어요

〈최우정〉

문

저는 지금 중학교에 재학중인 학생이며 태권도를 사랑하는 사람 중의 하나입니다. 어제 3품을 따면서 받았던 월간 태권도를 보다가 대한태권도협회 홈페이지를 알게 되었습니다.

저는 지방에 있기 때문에 태권도 정보에 약합니다. 그중 월간태권도에서 국가대표 어린이 태권도 시범단에 대해 알게 되었습니다.

중학생인 저도 태권도를 사람들에게 알릴 시범단의 일원이 되고 싶습니다.

제가 어린이는 아닌 것 같은데...

저에게 기회를 주셨으면 합니다.

답

국가대표시범단은 어린이시범단과 성인시범단이 있습니다. 성인시범단은 각 대회에서 태권도를 수련하는 학생들로 대부분 구성이 됩니다.

매년초에 국가원에서 시범단을 선발하고 있으니 꾸준히 수련하셨다가 대학생이 된 뒤 응모하시기 바랍니다. 문의 : 국가원 총무부(561-9528)

태권도를 통해 도전정신 배워

〈윤현구〉

문

태권도를 좋아하는 태권도인의 한사람입니다.

저는 성동태권도 유단자회에 소속되어 있습니다.

대학에 들어와서 태권도를 시작했고 현재는 대학원에 다니고 있습니다.

태권도 2단이구요.

올해 3단 취득예정에 있습니다.

저는 태권도를 통해 많은 것을 배웠구요.

특히 짧은이의 도전정신을 배웠습니다.

태권도 겨루기 대회에 출전하고 싶습니다. 대회와 관련된 자료를 보내주시면 감사하겠습니다.

답

대회에 참가하시기 위해서는 우선 매년 3월말까지 선수등록을 해야합니다.

서울시협회에 가서서 선수등록 신청서를 받으신 후 작성한 후에 제출해야 합니다.

대한태권도협회에서 주최하는 대회로는 전국종별 선수권대회 일반부에 참가하실 수 있습니다.

캄보디아에서 최 용 석

“캄보디아에 도복이나 용품 보내주세요”

안녕하세요.

저는 캄보디아에서 활동하고 있는 최용석 시범입니다.

먼저 태권도지를 통하여 태권도를 사랑하시는 모든 분들께 인부를 전해드립니다.

지난해 10월부터 태권도지를 구독하면서 태권도가 발전되어지며, 변화되어지는 모습을 접하게 됩니다. 그래서인지 태권도지를 받을 때마다 보이지 않는 큰 힘이 됩니다.

잠시 부탁의 말씀은 각 학교나 체육관에서 활용치 않는 도복이나 용품들이 있으면 재활용할 수 있도록 도와주시면 이곳에서는 큰 힘이 될 수 있습니다.

이곳 캄보디아는 매우 어려운 형편에 있습니다.

현재 이곳에서 활용되고 있는 도복들은 100%가 구호용품으로 들어와서 시장에서 2000원 정도에 판매되는 것이 전부이며, 이것도 비싸서 사입지 못하기도 합니다.(월 수강료도 1000원 정도의 수준임.)

또한 선수들이 사용하는 실내 체육관 한곳 외에는, 도장도 한인들의 도움으로 유지해 나가고 있습니다.

이제 태권도는 명실상부한 세계인의 스포츠로 자리를 잡았다고 자부합니다.

이렇듯 세계속에 우뚝선 태권도가 제 3세계에서도 함께 발전해 나아갈 수 있는 계기가 있었으면 바람입니다.

감사합니다.

연락처 ctfchoi@forum.org.kh

시드니 올림픽을 향해 힘찬 출발



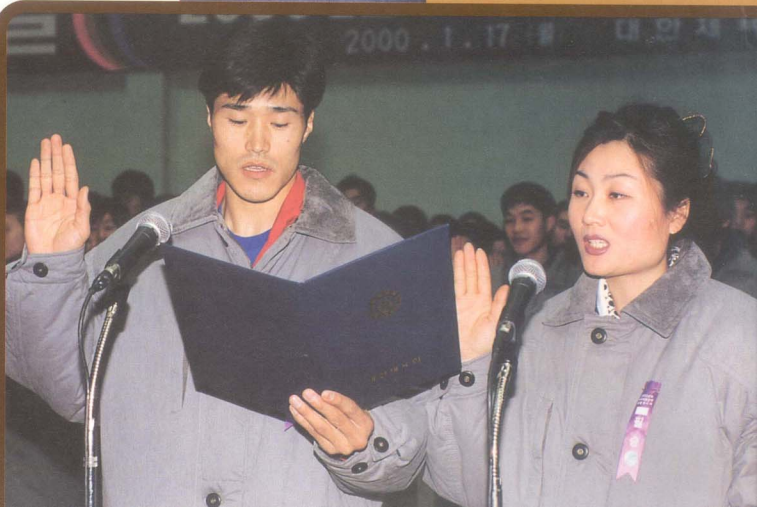
2000년 1월 17일
(태릉선수촌)

2000년 시드니 올림픽 국가대표 선수 훈련개시식이 지난 1월 17일 태릉선수촌에서 거행됐다.

김대중 대통령은 시드니 올림픽을 대비해 이날부터 훈련에 들어간 국가대표 선수들의 노고를 치하하며 올림픽에서 우수한 성적을 거둘 수 있도록 최선을 다해 노력해 줄 것을 당부했다.

◀시드니 올림픽 국가대표 훈련개시식에 참석한 김대중 대통령이 김문웅 회장에게 약수를 건네며 올림픽에서 우수한 성적으로 한국스포츠의 위상을 세계에 떨칠 수 있도록 노력해 달라고 당부했다.

▶선수 대표 선서를 하고 있는 태권도 국가대표 김제경(삼성에스원·왼쪽)과 양궁의 이은경 선수.



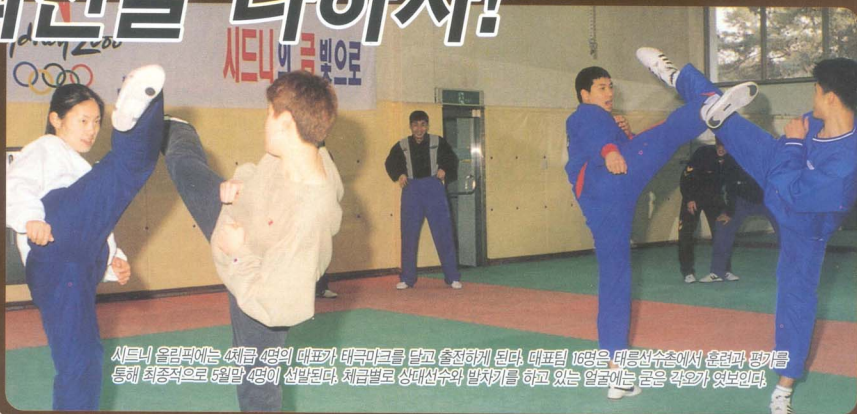
2000년 시드니 올림픽 국가대표 훈련개시식





◀김운용 회장이 태권도 대표 선수들에게 끝까지 최선을 다해 노력해줄 것을 당부하고 있다.

최선을 다하자!



시드니 올림픽에는 4등급 4명의 대표가 태극마크를 달고 출전하게 된다. 대표팀 16명은 태릉선수촌에서 훈련과 경기를 통해 최종적으로 6월말 4명이 선발된다. 4등급별로 상대선수과 발차기를 하고 있는 모습에는 골은 각오가 엿보인다.



◀지난 1월 28일부터 28일까지 올림픽 역도경기장에서 펼쳐진 올림픽대표 최종선발전에서 선발된 16명의 대표들이 태릉선수촌에서 최고의 기량을 갈고 닦기 위해 훈련에 열중하고 있다.

올해 사업계획 및 예산 22억 7백 만원 확정 대한태권도협회 올해 안에 사단법인화 추진

2000년 1월 25일
올림픽회관 1층 중회의실

대한태권도협회는 지난 1월 25일 올림픽회관 중회의실에서 대의원총회를 열고 1999년도 사업 및 결산을 승인하고 올해 사업계획과 예산안 22억 7백 만원을 통과시켰다.

김운용 회장의 주재로 열린 이날 총회에서는 시드니 올림픽에서 금메달 4개 획득을 위해 총력을 기울일 것과 대한태권도협회 사단법인화 추진, 도장 경쟁력강화를 위한 연구개발사업 등을 펼치기로 했다.

김운용 회장이 올해의 예산안과 사업계획이 통과되었음을 선포하고 있다

김운용 회장이 인사말을 통해 올해 사업의 목표에 대해 밝히고 있다





◀노우중 전무이사가 대의원들의 질문에 보충설명을 하고 있다.



▶김창기 감사가 감사보를 하고 있다.



◀강원도 정길춘 대의원이 협회의 법인화 추진과 관련, 질문을 하고 있다.



▶경남 이순달 대의원이 시도지부와 연맹에 대한 지원을 좀 더 확대해줄 것을 요청하고 있다.

시드니 올림픽 대표선수선발 최종전

2000년 1월 26~28일
(올림픽 역도경기장)

올림픽 대표선수선발을 위한 최종전이 지난 1월 26일부터 28일까지 3일간 올림픽 역도경기장에서 펼쳐졌다.

한국이 대표를 파견하게 될 남·여 2체급씩 4체급 경기가 펼쳐진 이번 대회에는 올림픽 대표선발 1차 및 2차 예선대회 입상자 등 모두 49명의 최정예 선수들이 출전해 태극마크를 향해 치열한 접전을 펼쳤다.

이번 대회에서는 체급별로 4명의 입상자를 선발했는데 이들은 앞으로 태릉선수촌에 입촌하여 다시 3차례의 평가전을 치른 후 5월말 최종적으로 4명의 대표가 확정된다.



▲시드니 올림픽 대표선발전에는 최고의 선수를 선발하기 위해 최고의 상임심판원 8명이 심판활동을 펼쳤다.

▶목이 터져라 자기팀 선수들을 응원하는 관중석의 열기가 경기장을 뜨겁게 달구었다.



4명씩 선발 · 태릉선수촌서 훈련

-68kg 준결승전에서 노현구(한체대·홍)과 유웅진(상무)이 격돌을 벌이고 있다. 노현구가 3-2로 승리를 거두었고, 패자조로 간 유웅진을 조진호(삼성에스원)를 5-4로 이기고 대표팀 합류에 성공했다.

“스텝을 바꿔서 공격해라”

▶삼성에스원의 김세혁 감독은 김병욱이 -68kg 패자조 마지막 경기에서 득점을 올리지 못하자 몹시 안타까운 표정으로 작전지시를 내리고 있다. 김병욱은 강남원에 종료직전 돌려치기를 적중시키며 1-0으로 승리를 거두었다.

▶남자 +80kg급 경기에서 문대성(삼성에스원·청)은 한체대 이석훈을 맞아 다양한 발차기를 구사하며 4-1로 승리를 거두었다.



시드니 올림픽 대표선수선발 최종전

▶ 여자 -67kg급 경기에서
조항미(인천시청·청)가
경희대 오정희에게
원발공격을 시도하고 있다.
3-1로 조항미가
승리를 거두었다.

3차례 평가전 거쳐 5월말 4명의 대표 최종 확정



여자 -57kg 준결승전은 한체대 정재은과 경희대 남보라의
우열을 가릴 수 없는 팽팽한 접전의 형국이였다. 함준, 코치가
마지막 3분을 남겨 놓고 정재은에게 침착하게 대응하도록
직전지시를 하고 있다. 1대 동점에 정재은 우세승

▲ 서울체고의 쌍두마차 이인종
(홍)과 김연지가 +67kg급
경기에서 격돌을 펼치고 있다.
4-4까지 가는 치열한 접전 끝에
이인종이 우세승을 거두었다.

▶ 57kg 경기에서 강해은
(삼명대·청)이 심혜영
(삼성에스원)의 공격을
차단하고 있다. 강해은이
1-0으로 승리를 거두었다.
심혜영은 패자조에서
채혜경(경희대)을
우세승으로 이기고
대표로 선발됐다.



3월 대만에서 개막되는 세계대학태권도인들의 축제

2000년 1월 24일

(한체대 체육관)

제 6회 세계대학태권도선수권대회에 파견할 한국대표선발전회가 지난 1월 24일 한체대 체육관에서 치러졌다.

시드니 올림픽 대표선발 최종전을 이틀 앞두고 펼쳐져 주전선수들이 대거 불참한 가운데 열린 이번 대회에는 남자부 85명, 여자부 38명 등 모두 123명이 출전하는데 그쳐 박진감이 떨어졌다.

이번 대회의 남·여 체급별 우승자 16명은 오는 3월 29일부터 4월 2일까지 대만 가오슝에서 열리는 제 6회 세계대학선수권대회에 태극마크를 달고 출전하게 된다.

남자 플라이급 결승전에서 용인대 김대룡(홍)은 1회전에 동아대 문정후에 2득점을 내주며 뒤지고 있었으나 적극적인 공격으로 득점을 올려 2-2 동점에 두세승을 거두는 기염을 토했다.



남·여 대표로 선발된 체급별 우승자들이 대학연맹의원과 기념촬영을 했다.



중주국을 대표할 대학생 남·여

▲남자 라이트급 결승에 오른
정동혁(웅인대·청)과
장세웅(강원대)의 불꽃튀는
접전 모습. 정동혁이 4-1로
체급 정상에 올랐다.

▶남자 밴텀급 김의철(조선대·홍)과
유현석(웅인대)의 결승전 모습.
김의철은 원발돌려차기를
연속적으로 성공시키며
3-0으로 승리를 거두었다.



제 6회 세계대학선수권대회 대표선발전

여자 헤비급 결승에서 고려대 원지희(홍)는 경희대 김순주에게 원발 몸통공격을 성공하는 등 4:2로 승리를 거두고 국가대표로 선발됐다.

국가대표 16명 확정



▲여자 웰터급 결승에서 상명대의 하민숙(청)은 전 국가대표인 고려대 유연정을 2:0으로 이기고 국가대표의 꿈을 이루게 됐다.

◀여자 미들급 결승에 오른 박은희(경희대·홍)와 황미선(한체대)이 동시에 발공격을 퍼붓고 있다. 박은희는 3회말 원발뒷차기를 성공시키며 1:0으로 승리를 거두었다.

2000년 1월 5일~24일
(서울체고)

“새 천년 첫 훈련 시작”

새천년을 이끌어갈 태권도 유망주들이 지난 1월 5일부터 서울 체고에서 우렁찬 함성으로 첫 훈련을 시작했다. 각종 국제대회에 대비하기 위해 전국규모대회 상위 입상자 중 선발된 전국의 남녀 중·고교 선수 32명으로 구성된 올해의 후보선수들은 매서운 바람 속에서도 하얀 입김을 뿜어내며 운동장을 달리는 강도 높은 훈련으로 경기력을 키웠다.



차세대 주역들을 지도할 김태형 남양고 감독, 임상욱 경성공고 코치, 김구환 충북체고 코치, 장민 서울체고 감독 (왼쪽부터)

“태권도의 미래를 책임지겠습니다.”

함께 결의를 다지는 후보선수들





전국에서 선발된 32명의 후보선수들이
서울제1 운동장을 돌며 몸을 풀고 있다.



뛰어난 경기력은 탄탄히 다져진
기본기에서 나온다. 선수들이 합체
발을 뻗으며 기본기를 다지는 데 힘쓰고 있다.



발로 차고 막고 피하고...

계속되는 겨루기 연습을 통해 실전감각을 키우고 있는 후보선수들



▶태권도계를 이끌어갈
미래의 주역들.
천바람이 몰아치는
운동장에서 체력을
다지고 있다.

99년도 결산 이사회 개최

2000년 1월 14일
(리마타 르네상스호텔)

사업 및 예산 심의 의결 신임 부회장에 마의웅 씨 보선



마의웅 씨

대한태권도협회는 지난 1월 14일 리마타 르네상스호텔에서 이사회를 열고 99년도 사업보고와 세입세출을 결산하고 2000년도 사업계획과 예산안을 의결했다.

총 23명의 이사 중 18명이 참석한 가운데 열린 이사회에서는 마의웅 한국정보통신 사장을 부회장으로 보설했다.

1999년도 대한태권도협회 결산이사회

2000. 1.14 르네상스 서울 호텔



이사들이 진지하게 올해 사업을 검토하고 있다.

김제경 IOC 선수위원 후보 추천

‘태권도 해비급 간판’ 김제경(30·삼성에스원)이 국제올림픽위원회(IOC) 선수위원 후보로 추천됐다.

대한태권도협회는 세계태권도선수권대회 3연패와 바르셀로나 올림픽에서 금메달을 획득하는 등 발군의 기량을 보여준 김제경을 대한올림픽위원회(KOC)에 추천했다.

KOC는 경기단체의 추천을 받은 후보들을 심사한 뒤 IOC에 추천할 예정이다.

IOC는 선수들의 권익도모를 주목적으로 각국 올림픽위원회가 추천한 선수들을 대상으로 오는 9월 시드니 올림픽에 참가 등록한 일반선수들의 직접·비밀 투표과정을 거쳐 8명의 초대 선수위원을 선발할 계획이다.



한국-덴마크 친선경기

2000년 2월 2일~7일
(덴마크)

덴마크 태권도협회 창설 25주년 기념 친선경기

덴마크태권도협회가 창설 25주년을 맞아 중주국 대표팀을 초청해 친선 국제대회를 갖고 우의를 다지는 뜻 깊은 시간을 가졌다.

한국대표팀은 감독에 성재준 협회사무국장, 코치에 이경배(풍생고 감독) 씨와 김철호(삼성에스원 코치) 씨, 선수 7명(남자 6명, 여자 1명) 등 모두 10명을 파견했다.

2월 5일 코펜하겐체육관에서 거행된 친선경기에서는 4승 3패로 덴마크가 승리를 거두었다.



한국대표팀은 덴마크 경찰청을 방문하는 시간을 가졌다. 왼쪽 왼쪽에서 두번째가 경찰청장.



◀이경배 코치가 아들급 김민수 선수(한체대)에게 작전을 지시하고 있다.

▶여자부 경기는 플라임급 한체급만 펼쳐졌다. 한체대의 김경희(청)가 출전했으나 판정패했다.



제 31 회 국제심판 보수교육

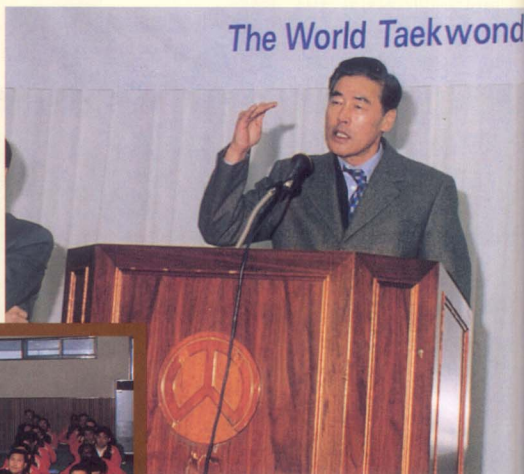
2000년 1월 25일~29일
(충북 진천 청소년수련원)

시드니 올림픽 대비 국제심판 보수교육

세계태권도연맹은 지난 1월 25일부터 29일까지 충청북도 진천 소재 청소년 수련원에서 제 31회 국제심판 보수교육을 실시했다.

시드니 올림픽 태권도경기에 대비하기 위해 실시된 이번 교육에는 50개국에서 7명의 국제심판이 참가한 가운데 올림픽 태권도경기의 진행 및 득점점 수신회와 채점 등에 대한 교육이 중점적으로 진행됐다.

시드니 올림픽 태권도경기에 참가할 국제심판은 이번에 보수교육을 받은 국제심판 중 최종적으로 24명이 선발된다.



▲세계연맹 김철오 사무차장이 시드니 올림픽의 경기진행 방식에 대해 설명하고 있다.



◀세계 각국에서 참가한 국제 심판들이 강의에 열중하고 있다.



이번에 교육을 마친 7명의 국제심판이 자리를 함께 했다. 이들 중 24명이 시드니 올림픽에서 국제심판으로 활약하게 된다.