

제32회 대통령기대회



61개 단체 315명 - 혈전 제주도 한라체육관서 5일간

제32회 대통령기 전국단체대항대회

제32회 대통령기 전국 단체대항 태권도대회가 지난 6월 2일부터 6일까지 5일간 제주도 한라체육관에서 61개 단체 315명이 참가한 가운데 펼쳐졌다.

이번 대회는 제주도에서 열리는 세번째 대통령기 대

회라는 점 뿐만 아니라 내년에 제주도에서 열리게 될 전국체전을 비롯하여 99년 열릴 소년체전 등 대규모 대회를 치르기 위한 준비작업이 된다는 점에서 많은 사람들의 기대와 주목을 받았다.

대회 개막식에서는 신구범 제주도지사를 비롯한 귀빈들과 3천500여 관중석을 가득 메운 관중들이 초등학생들과 일반인들로 구성된 시범단의 격파묘기에 환

성격 침착한 기대주

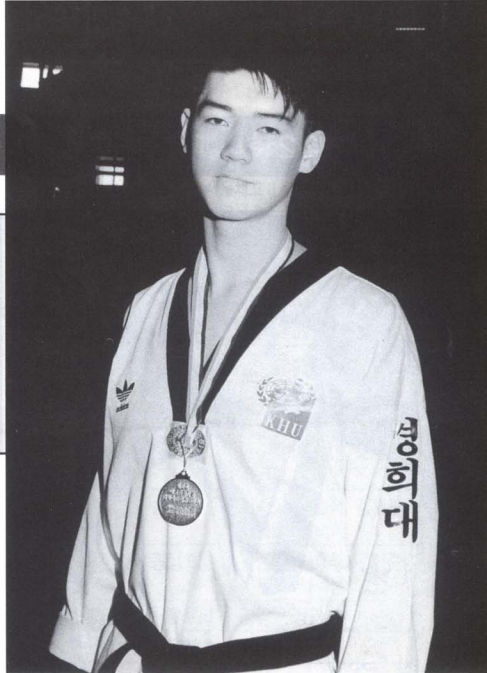
이광석 - 제주도 출신 경희대 선수

본고장 제주도의 태권도팬을 열광시킨 이광석 선수는 제주 남주 고등학교를 졸업하고 경희대에 특기생으로 선발된 선수다. 대학연맹에서 2위, 전국체전에서 1위를 하는 등 기록이 좋고 침착한 기대주로 서울에서 경기가 있을 때 어머니가 항상 올라와서 보살펴주는 것이 감사하다고.

호하며 대회의 열기를 드높였다.

신구법 제주시사는 축사를 통해 50만 도민과 더불어 선수들을 진심으로 환영한다고 말하고 큰 대회를 제주도에서 개최하도록 배려해준 이필곤 협회장과 지역 태권도 발전을 위해 힘쓴 고우방 제주태권도협회장에게 감사를 표했다.

고등부, 대학부, 일반부로 나뉘어 한 코트로 5일간 진행된 이 대회에서 고등부는 서울체고, 대학부는 경희대, 일반부는 영천시청이 각각 우승했다.



▲고우방 제주도 태권도협회장

이 두가지가 만난다면 상당히 고무적인 상승효과가 생길 수 있다.

지난해 아프리카 태권도순회와 함께 했을 때 오지에 사는 흑인들이 '한국' 하면 '태권도'를 얘기하는 걸 보고 큰 감명을 받았었다. 제주도에서 태권도 국제대회를 개최하게 된다면 일거양득의 효과를 볼 수 있으리라 생각된다.

제주도협회는 몽골국과 자매결연을 맺어 올해

체급별 개인경기 함께 했으면

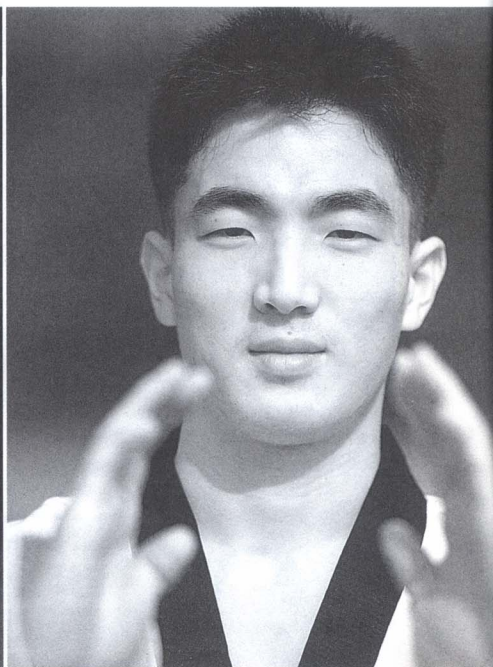
고우방 제주도 태권도협회장 한바디

제주도는 한국의 대표적인 관광지다. 그리고 태권도는 한국을 대표하는 문화유산이다.

도 7월말부터 8월초까지 우리선수들이 몽골에 가서 훈련하고 내년 1월엔 몽골선수들이 제주도에 와서 기술을 배워갈 예정이다. 한라전문대에 태권도유학생으로 와있는 몽골 여자선수는 이번 동아시아게임에서 동메달을 획득하기도 했다.

제주도협회는 98년 전국체전과 99년 소년체전에 대비해 올해 대통령기대회를 성공적으로 치러내기 위해 많은 노력을 기울였다. 이번 대회는 한 코트만으로 진행되어 시간이 좀 많이 걸린 것 같다. 또 체급별 개인경기가 병행됐더라면 더 많은 관중들이 흥미를 가지고 관람할 수 있었지 않았나 하는 생각도 든다. 코트를 두개로 해서 신속한 경기운영을 할 수 있어야겠고 또 각 시도에서 많은 임원들과 선수들이 와서 제주도 관광도 하고 여러가지 조건도 해줬으면 하는 바램이다.

제32회 대통령기대회



고등부 최우수선수

이 창 희
(서울체고)

5학년 때부터 태권도선수생활을 했다. 이번 대회에서 최우수선수로 뽑힌 것이 올해 협회장기대회 뱀뱀급 1위를 했을 때보다 더 기쁘다. 메달을 목에 걸 때 가장 큰 보람을 느꼈다.

대학부 최우수선수

심 기 선
(경희대)

기분이 좋다. 제주도까지 와서 경기를 했는데 결과가 좋게 나와서 기쁘다. 국가대표로서의 체면도 지켰고 선수촌에 들어가선 더 열심히 운동할 것이다.



일반부 최우수선수

김 종 운
(영천시청)

초등학교 1학년 때부터 태권도를 시작했고 지난해 실업팀에 입단했다.

팀의 주장이어서 그런지 개인성적도 중요하지만 팀이 우승할 때가 가장 기쁘다.

..... 대통령기 단체대항전 전적

고등부	결승 준결승	서울체고 3 : 1 선인고 서울체고 3 : 2 송곡고 선인고 3 : 2 광성고
대학부	결승 준결승	경희대 3 : 2 한체대 한체대 3 : 0 성균관대
일반부	결승 준결승	영천시청 3 : 1 보령시청 인천시청 3 : 1 국군체육부대 보령시청 3 : 0 체육선교신학

..... 고 등 부

우승	서울체고	손우락, 조익래, 이창희, 강대리, 조원철
준우승	선인고	유승길, 이동연, 오선태, 김원경, 노진영
3위	송곡고	장택상, 최원석, 김재관, 김영민, 김택희
감투상	광성고	유현식, 김효식, 김형준, 이재신, 서세용
지도상	서울체고	감독 - 장권
우수선수상	서울체고	이창희

..... 대 학 부

우승	경희대	김동현, 심기산, 이광석, 강남원, 장순호
준우승	한체대	박명철, 이승재, 김경훈, 이동완, 문용철
3위	성균관대	황경범, 황병련, 이춘기, 김선진, 이재성
지도상	경희대	코치 - 이경호
우수선수상	경희대	심기산

..... 일 반 부

우승	영천시청	임영호, 박세진, 한영웅, 김종운, 김현용
준우승	보령시청	김경렬, 신경수, 이강희, 정우학, 신광수
3 위	상무	김정규, 강동국, 곽태용, 김병욱, 조진호
감투상	체육선교 신학	유현식, 김효식, 김형준, 이재신, 서세용
장려상	제주도 태권도협회	
지도상	영천시청	감독 - 윤종욱
우수선수상	영천시청	김종운

8개 가운데 7개의 금메달 땃지만 대만 태권도의 실력향상 경계해야

역시 예상했던 대로 중주국 한국과 태권도 강국인 대만의 격돌이었다.

제2회 부산 동아시아경기대회(5월 17·18일, 부산상고체육관) 태권도 경기는 8개 체급 가운데 7개 체급

의 우승을 휩쓸어 버린 한국의 독무대였던 것 같은 인상을 갖게하기 쉽다.

그러나 경기내용을 자세히 살펴보면 결코 한국이 십사리 7개의 금메달을 땀 것이 아님을 깨닫게 된다.

제2회 부산 동아시아경기에서 얻은 교훈



▲ 대만 태권도의 저력

여자67kg급 4강전에서 대만의 슈친링(오른쪽)은 한국의 김혜선을 6-2로 가볍게 물리쳐 결승에 오른 뒤 우승까지 차지했다.

먼저 남녀 각 4개 체급, 모두 8개 체급의 결승에 진출한 나라들을 살펴보면 한국이 7개 체급, 대만이 6개 체급, 중국이 2개 체급, 일본이 1개 체급이다.

태권도의 중주국인 한국이 7개 체급 그리고 우슈의 중주국인 중국과 대만을 하나로 친다면 8개 체급, 가라데의 중주국인 일본이 1개 체급을 각각 결승에 진출시켰다는 이야기가 된다.

한국이 결승에 오르지 못한 체급은 여자 67kg급이다. 이 체급 4강전에서 한국의 김혜선은 대만의 강호 슈친링에게 2-6으로 완패 당해 결승진출이 좌절되고 말았다.

한국과 대만이 대결한 6개 체급 결승도 경기내용은 한국의 압승이라고 주장하기에는 팽팽한 대결이 적지 않았다.

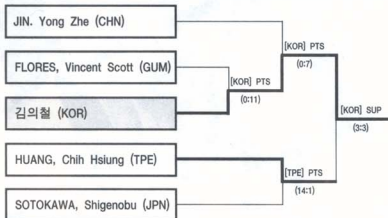
남자 58kg급의 김의철은 대만의 후앙 친승과 3-3을 이룬 뒤 우세승으로 금메달을 땀, 여자 57kg급의 이승민도 대만의 라이슈웬과 4-4 끝에 우세승으로 패권을 장악했으며, 남자 68kg급의 김천규도 대만의 슈 핑친에게 4-3으로 이겨 우승했다.

한국이 대만에게 2포인트 이상으로 이긴 것은 남자 80kg이상급의 강동규가 호밍싱에게 거둔 6-2, 여자 67kg급의 김윤경이 추맹젠에게 기록한 7-5의 두 경기 뿐이다.

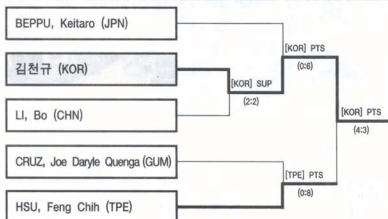
물론 한국은 국가대표 1, 2진이 아닌 3진을 내보냈기 때문에 이 점을 감안한다면 꽤 좋은 결과였다고 자위할 수 있을지 모르지만 아무리 그 동안 부진에 빠져 있었다 해도 93, 95년 세계선수권 2연패의 이승민이 4-4의 접전에 끌려들어갔었으니 대만 여자태권도의 저력을 실감하지 않을 수 없다.

이번 제2회 부산 동아시아경기대회 태권도에서 한국은 「대만태권도의 지속적인 경기수준 향상을 경계해야 한다」는 교훈을 얻은 셈이다.

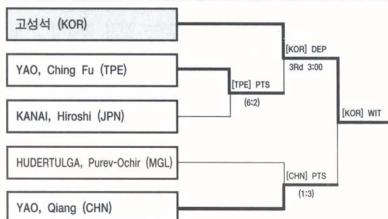
●남자 -58kg



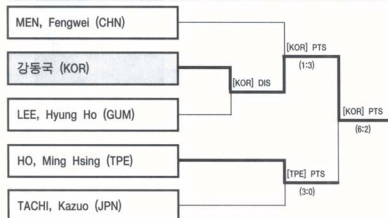
●남자 -68kg



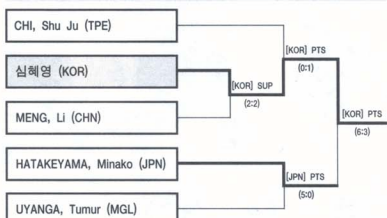
●남자 -80kg



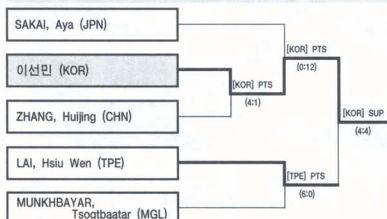
●남자 +80kg



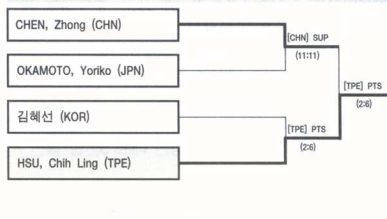
●여자 -49kg



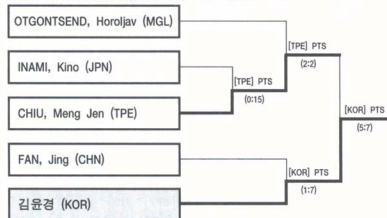
●여자 -57kg



●여자 -67kg



●여자 +67kg



용어설명

DIS : 실격 PTS : 득점
 WIT : 기권 DEP : 감점
 INJ : 부상 SUP : 우세
 KO : 넉 아웃 RSC : 심판경지종단

KOR : 한국 CHN : 중국 JPN : 일본
 GUM : 괌 TPE : 대만 MGL : 몽골



8개 체급 중 7체급 휩쓸어

제2회 부산 동아시아 경기대회 태권도 경기는 올림픽 체급으로 치러져 남녀 각 4개 체급, 모두 8개 체급의 금메달리스트들이 탄생했다.

8개 체급 가운데 7개 체급은 한국선수들이 휩쓸었지만 여자 -67kg급은 대만의 슈친링이 우승의 영광을 안았다.

한국은 이 동아시아 경기대회에 대표 1·2진을 내보 내지 않고 평가전을 치러 구성된 대표 3진을 출전 시

켰으면서도 거의 90%에 육박하는 우승율을 나타냈다.

한국의 금메달리스트 가운데에는 앳된 16살의 고교 생선수인 핀급의 심혜영(리라공고)이 있는가 하면 93년, 95년 세계선수권 2연패의 관록을 자랑하는 여자 57kg급의 이승민(삼성물산)의 얼굴도 보인다.

금메달리스트들이 어떤 선수들인지 살펴보기로 한다.

유일한 외국인 금메달리스트 여자 -67kg급 대만의 슈친링

여자 -67kg급에서 금메달을 따낸 대만의 슈친링은 태권도에 출전한 외국인 선수 가운데 단 한사람의 우승자다. 『이번 대회에서의 우승으로 태권도 종주국인 한국의 벽도 넘을 수 있음을 확인하게 되어 기쁩니다』

대만은 태권도의 강국이다. 어찌보면 대만은 한국 못지않게 태권도가 올림픽 정식 종목으로 채택되기를 열망하고 있었던 나라일지도 모른다.

국제사회에서의 고립을 탈피하기 위해 올림픽, 아시안 게임 그리고 각 종목의 세계선수권 등에서 좋은 성적을 올리려고 안간힘을 쓰고 있긴 하나 워낙 인구가 많지 않아 뜻을 제대로 이루지 못하고 있는 대만은 중점종목 육성에 힘을 기울여왔다. 그리고 태권도가 말로 바로 올림픽 등 국제경기에서 대만의 우승 가능성이 있는 종목으

▶우승을 차지하고 난 뒤 목에 금메달을 걸고 시상대에서 대만의 NOC (국가 올림픽 위원회)기에 거수경례하는 슈친링.



로 여자 그동안 힘써 키워왔으며 슈친링도 태권도 엘리트 육성 추진사업의 열매라고 할 수 있다.

전통적인 그들 고유의 무술, 우수를 바람삼아 태권도 기술개발에도 힘쓰고 있는 대만은 특히 여자부가 강하다.

슈친링은 '94 히로시마 아시안게임 그리고 '95 세계선수권에서 은메달에 머물렀으나 이번 우승을 계기로 2000년 시드니 올림픽에서의 금메달 획득에 매진하겠다는 아마도 슈친링에게 제2회 부산 동아시아경기대회는 가장 잊지 못할 대회가 될 것 같다.



'97 부산 동아시아안게임 금메달리스트

Gold Medalist

-49kg급

심혜영

(리라공고)

영악할 정도로 머리 잘 써

코치의 한마디

영악하다고 할 정도로 머리를 잘 쓰는 선수다.
스텝이 좋고 연결발차기가 좋다는 장점이 있는데
중학교 때까지 육상을 했던 선수여서 그런지
순발력이 뛰어나고 몸이 가볍다.
단 파워가 약하다는 것이 단점이지만 체력보강에
힘을 쓴다면 큰 선수로 성장할 수 있는 가능성이
무궁한 선수다.

(박영수 코치)



생년월일 : 1980년 10월 29일

출생지 : 서울

키 : 163cm

학력 : 성포초등학교, 장충여자중학교
리라공업고등학교

학창시절 좋아했던 과목 : 체육, 과학, 영어
태권도는 언제부터 시작했나요? : 중 2학년 말
배우기 시작한 동기는? :

운동에 관심이 많아서(초등학교 때 육상을 하다가
그만 둔 뒤 운동에 미련이 없어서)

주특기 : 왼쪽 빠른발, 내려차기, 뒷차기

하루 훈련시간 : 5시간

라이벌이 있다면? : 서미라 언니, 플리이급 모든 선수

주요 경기경력 :

-96년 국가대표예선 1위

-96년 중·고연맹 1위

-96년 문체부장관기 1위

-97년 국가대표예선 1위

-97년 중고연맹 1위

즐거부르는 노래 : 너를 사랑하고도

좋아하는 탤런트 : 남자 - 안재욱, 여자 - 김혜수

좋아하는 음식 : 김치찌개

좋아하는 간식 : 아이스크림

즐거보는 TV프로그램 : 쇼 프로그램

인상에 남는 책 : 오싱

즐거입는 옷차림 : 캐주얼

취미 : 잡자기, 비디오 감상

남다른 특기(태권도 기술 말고) : 수영

보완할 점 앞으로의 포부 :

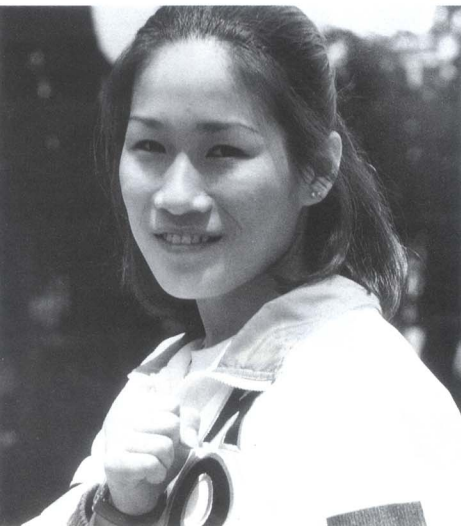
뒷동작 보완과 체력보강.

최선을 다해서 올림픽에 나가 금메달 따는 것



'97 부산 동아시아안게임 금메달리스트

Gold Medalist



-57kg급

이 승 민

(삼성물산)

다양한 기술 구사력

감독의 한마디

이승민 선수는 설명이 필요 없을 정도로 잘 알려진 스타급 선수다.

강력한 뒤후려차기, 화려한 뒤차기로 상대로부터 넉다운을 빼앗는 다양한 기술 구사력은 큰 장점이 다. 그런만큼 자긍심이 높아서 기술을 뽐내려 하는 경향이 있고 경기를 서두르는 모습이 많이 보인다. 승리의 비결은 워니워니 해도 성실성에 있다. 자신을 낮추고 꾸준한 노력을 통해 체력과 기술을 보완해서 올림픽까지 뛰어준다면 더 바랄 것이 없겠다.

(김세혁 감독)

생년월일 : 1974년 1월 19일

출생지 : 부산

키 : 170cm

학력 : 성남 제2초등학교, 송신여자중학교
은광여자고등학교, 경희대학교 태권도와

학창시절 좋아했던 과목 : 화학, 영어
태권도는 언제부터 시작했나요? : 초등학교 6학년

배우기 시작한 동기는? :

몸이 약하고 키가 작아서

주특기 : 뒷차기

하루 훈련시간 : 6시간

라이벌이 있다면? : 나 자신, 그리고 여자선수 모두

주요 경기경력 :

-90년 아시아 선수권 1위

-93년, 95년 세계선수권 1위

-96년 아시아 선수권 1위

좋아하는 가수 : 남자 - 이승철

즐거부르는 노래 : 뽕박

좋아하는 텔레นต์ : 남자 - 최수종, 여자 - 하희라

좋아하는 음식 : 중국요리

좋아하는 간식 : 초콜렛

재미있었던 만화 : 미래소년 코난

즐거보는 TV프로그램 : TV는 잘 안봄

인상에 남는 책 : 무소유(법정스님)

즐거입는 옷차림 : 청바지, 헐렁한 티셔츠

취미 : 혼자서 고독습기, 여행하기

남다른 특징(태권도 기술 말고) : 스노우보드 타기

보완할 점 앞으로의 포부 :

좀더 침착하고 기다릴 줄 아는 성품과 인격향상



'97 부산 동아시아안게임 금메달리스트

Gold Medalist

+67kg급

김 윤 경

(상명대)

파워있고 득점력 강해

코치의 한마디

신장이 매우 좋은 선수다. 파워가 있고 득점력이 강하다. 한편 왼발에만 의존하려는 경향이 있는데 이는 체력보완과 함께 신경써야 할 부분이다. 긴장을 풀고 좀 더 적극적인 경기운영을 해준다면 게임을 보다 잘 풀이할 수 있으리라고 본다. 지난해 대표 2진으로 월드컵에서 은메달을 땀고 국제대회경험도 많은 편이다.

(김준태 코치)



생년월일 : 1977년 1월 13일

출생지 : 서울

키 : 178cm

학력 : 서교 초등학교, 홍익여자중학교

경성여자실업고등학교, 상명대학교 체육학과

학창시절 좋아했던 과목 : 음악, 체육

태권도는 언제부터 시작했나요? : 92년 고 1 때

배우기 시작한 동기는? :

고등학교 코치님 권유로

주특기 : 오른발 뒷차기

하루 훈련시간 : 3-4시간

라이벌이 있다면? : 헤비급 모든 선수

주요 경기경력 :

-96년 월드컵 2위

-96년 대학연맹 1위

-96년 국방부 1위

좋아하는 가수 : 남자 - 구본승, 여자 - 소찬휘

즐거부르는 노래 : 내 아픔 아시는 당신께

좋아하는 탤런트 : 남자 - 안재욱, 여자 - 김혜수

좋아하는 음식 : 김치찌개

좋아하는 간식 : 과일(오렌지)

즐거보는 TV프로그램 : 쇼프로

인상에 남는 책 : 팔들이 자라섬 엄마가 된다.

즐거입는 옷차림 : 캐주얼 정장

취미 : 포켓볼

남다른 특기(태권도 기술 말고) :

손재주(만드는 걸 좋아함)

보완할 점 앞으로의 포부 :

다양한 기술과 체력보강, 선수생활 끝나는 날까지

최선을 다해서 뛰겠다.



'97 부산 동아시아안게임 금메달리스트

Gold Medalist



-58kg급

김 의 철

(광주 문성고)

배짱두둑하게 대시

코치의 한마디

배짱이 아주 두둑해서 대시하는 능력이 좋은 선수다. 남에게 지는 것을 못참는 성격으로 근성있고 집착이 강하다. 그런데 아직 경험이 부족해서인지 득점을 빼앗겼을 때 침착하지 못한 것이 흠이다. 원래 왼발잡이인데 오른발을 훈련해서 다양하게 발기술을 구사해야 한다. 지난해 주니어 세계선수권 대회에서 은메달을 땀고 최우수 선수대회에서도 2등을 하는 등 전적이 좋고 기대되는 유망주다.
(최기술 코치)

생년월일 : 1980년 3월 22일

출생지 : 광주

키 : 174cm

학력 : 광주 양동 초등학교, 문성중학교
문성고등학교

학창시절 좋아했던 과목 : 음악

태권도는 언제부터 시작했나요? : 초등학교 3학년

배우기 시작한 동기는? : 하고 싶어서

주특기 : 왼발 뒷차기

하루 훈련시간 : 3시간 30분

라이벌이 있다면? : 모든 선수

주요 경기경력 :

-96년 중별 선수권 1위

-96년 주니어 세계 선수권 2위

-96년 문화 체육부 장관기 2위

-96년 최우수 2위

좋아하는 가수 : 남자 - 김정민, 여자 - 엄정화

즐거부르는 노래 : 트로트

좋아하는 탤런트 : 남자 - 배용준, 여자 - 이경심

좋아하는 음식 : 된장국

좋아하는 간식 : 빵, 우유

재미있었던 만화 : 축구왕 슛돌이

즐거보는 TV프로그램 : 첫사랑

인상에 남는 책 : 삼국지

즐거입는 옷차림 : 캐주얼

취미 : 볼링, 당구

남다른 특기(태권도 기술 말고) : 축구

보완할 점 앞으로의 포부 :

빠른 스피드와 체력 보강. 2000년 시드니 올림픽 대표에 선발되는 것.



'97 부산 동아시아안게임 금메달리스트

Gold Medalist

-68kg급

김 천 규

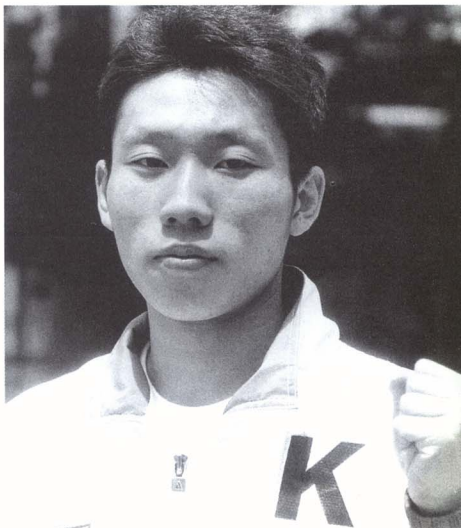
(한체대)

발놀림 빠른 오랑우탄

감독의 한마디

대기만성형이다. 대학 3학년 때까지 실력에 비해 빛을 못보다가 이번에 실력을 인정받게 됐다. 뛰어난 순발력과 스피드를 이용한 나래차기가 장기다. 상대적으로 가벼워서 발놀림도 빠르다. 별명이 작은 오랑우탄인데 대인관계도 좋고 성격이 원만하다. 이번에 국제대회에 처음 출전해서 금메달을 땀는데 이번 기회가 동기가 되어 자신감을 갖고 뛸 수 있기를 바란다.

(이승국 교수)



생년월일 : 1976년 2월 23일

출생지 : 서울

키 : 168cm

학력 : 한강초등학교, 동성중학교

동성고등학교, 한국체육대학교 경기지도학과

학창시절 좋아했던 과목 : 윤리

태권도는 언제부터 시작했나요? : 초등학교 2학년

배우기 시작한 동기는? : 친구의 권유

주특기 : 나래차기

하루 훈련시간 : 4시간

라이벌이 있다면? : 모든 선수

주요 경기경력 :

-96년 국방부 3위

-96년 국가대표 최종 3위

-96년 대학연맹 3위

좋아하는 가수 : 남자 -이문세, 조관우, 여자 -심수봉

즐거부르는 노래 : 가을이 오면

좋아하는 탤런트 : 남자 - 박중훈

여자 - 최진실, 김혜수

좋아하는 음식 : 찌개 종류

좋아하는 간식 : 빵

재미있었던 만화 : 통키

즐거보는 TV프로그램 : 쇼프로

인상에 남는 책 : 아버지

즐거우는 옷차림 : 스포티한 복장

취미 : 전자오락

남다른 특기(태권도 기술 말고) : 그림

보완할 점 앞으로의 포부 :

98년 아시안 게임과 2000년 시드니 올림픽 선발



'97 부산 동아시아안'게임 금메달리스트

Gold Medalist



-80kg급

고 성 석

(청주대)

첫 국제대회에서 쾌거

코치의 한마디

학교생활도 모범적으로 하는 성실한 선수다.
기량은 뛰어나는데 긴장을 해서인지 선발전에서는
밀리는 경향이 있었는데 국제대회로는 처음 출전한
이 대회에서 금메달을 따게 되어 기쁘다. 기술이
깨끗하고 힘이 좋아서 대성할 선수로 보고 있는데
단점이라면 기술이 단순한 것. 또 유연성을 기르는
것이 과제다. 이동준, 최윤기, 마상현 등 국가대표
선수를 배출해낸 청주대의 대를 이을 재목이다.
(지용석 코치)

생년월일 : 1976년 3월 21일

출생지 : 충남 예산

키 : 178cm

학력 : 예산 초등학교, 예산중학교

충남체육고등학교, 청주대학교 체육교육과

학창시절 좋아했던 과목 : 체육

태권도는 언제부터 시작했나요? : 중 1

배우기 시작한 동기는? : 선생님의 권유로

주특기 : 원발, 나래차기

하루 훈련시간 : 4시간

라이벌이 있다면? : 웰터급 선수 모두

주요 경기경력 :

-95년 봄철 대학연맹 1위

-96년 봄철 대학연맹 2위

-97년 국가대표선발전 2위

좋아하는 가수 : 남자 - 이승철, 여자 - 이선희

즐거부르는 노래 : 오늘도 난

좋아하는 텔레비전 프로그램 : 남자 - 최민수, 여자 - 신은경

좋아하는 음식 : 아무거나

좋아하는 간식 : 과자

재미있었던 만화 : 남벌

즐거보는 TV프로그램 : 첫사랑

인상에 남는 책 : 야인

즐거워하는 옷차림 : 편하고 큰 옷

취미 : 당구

남다른 특기(태권도 기술 말고) : 축구

보완할 점 앞으로의 포부 :

뒤를 보는 기술을 보완해야 함.

더욱더 큰 대회에 나가도록 노력하겠다.



'97 부산 동아시아안게임 금메달리스트

Gold Medalist

+80kg급

강 동 국

(국군체육부대)

정확한 가격이 장점

감독의 한마디

인간적으로 차분하고 성실한 상무팀의 주장선수다. 나래차기 등의 화려한 기술로 봐서 벌써 빛을 봐야 할 선수인데 경기 때 마음이 성급해져서 상대를 미는 경향이 있었다. 이런 점들을 본인 스스로가 부단히 노력하고 보완해서 최근에는 발놀림도 더 빨라지는 등 발전을 했다. 정확한 가격도 장점 중의 하나. 트레이너로 남게하고 싶을 만큼 아까운 선수다. (황영갑 감독)



생년월일 : 1973년 6월 22일

출생지 : 경남 남해

키 : 186cm

학력 : 상주 초등학교, 상주중학교

남해상업고등학교, 동아대학교 체육과

학창시절 좋아했던 과목 : 음악

태권도는 언제부터 시작했나요? : 중학교 2학년

배우기 시작한 동기는? : 몸이 허약해서

주특기 : 빠른발, 나래차기

하루 훈련시간 : 7시간

라이벌이 있다면? : 이동완(한체대), 김민우(동아대)

주요 경기경력 :

-96년 최우수선발전 미들급 1위

-96년 저팬오픈 -80kg 1위

-95년 대학연맹 미들급 1위

좋아하는 가수 : 남자 - 이승철, 여자 - 이예린

즐거부르는 노래 : 후회없는 이별

좋아하는 탤런트 : 남자 - 안재욱, 여자 - 박소현

좋아하는 음식 : 김치찌개

좋아하는 간식 : 아이스크림

재미있었던 만화 : 드래곤볼

즐거보는 TV프로그램 : 육망의 바다

인상에 남는 책 : 아버지

즐거입는 옷차림 : 캐주얼

취미 : 여행, 음악감상

남다른 특기(태권도 기술 말고) : 스포츠(구기운동)

보완할 점 앞으로의 포부 :

특점관리 능력 향상.

내년에 있을 아시안 게임에서 뛰는 것, 장래 지도자.

우수도장을 찾아서



①

이 태 원

용일체육관

관장 · 노달선

대한태권도협회는 해마다 시도별로 가장 우수한 도장을 선정, 우수도장상을 수여하고 있다.

어떤 도장들이 우수도장상을 받는 것일까?

「월간 태권도」는 태권도인들의 궁금증을 풀기 위해 올해 우수도장상을 받은 도장들을 둘러보았다.

첫번째로 서울시의 이태원 용일체육관(관장 노달선 · 49세 · 7단)을 찾아가 보았다.

이태원에서만 30년 잔뼈 굵어 떠나기 싫어

이태원 해밀턴 호텔 맞은편 큰 길가에는 주로 옷가게가 늘어서 있고 많은 외국인들이 쇼핑을 하고 있다. 큰 길 바로 다음 골목에는 음식점 등 각종 상가들이 자리잡고 있는데 이 곳 한귀퉁이 2층 건물에 용일체육관 간판이 다른 간판들 사이로 걸려있다. 그렇지만 위낙 오래된 건물이고 사방에 상가가 밀집돼 있기 때문에 용일체육관 입구가 어디인지 건물을 한바퀴 둘러보아야 했다. 그러다 지하 통로 입구에 서 있는 용일체육관 간판을 보고는 반갑기도 하지만 낯은 간판을 따라 지하 계단을 내려가는 마음은 다소 착잡해졌다.

‘우수도장상을 받은 도장이라면 건물도 번듯하고 규모도 제법 크겠지...’라는 기대를 나도 모르게 하고 있던 탓이라.



태권도 7단의 노달선 관장

이태원에 용일체육관이 문을 연 것은 30년전인 1967년 4월 8일.

“새로 지은 건물에 입주하는 태권도 도장에 가보면 부럽기도 합니다. 넓고 시설이 좋은 도장을 갖고 싶은 욕심이야 누구나 다 있겠지만 이태원에서만 30년간 살다보니 전 이곳을 떠날 수가 없습니다.”

이태원의 비싼 임대료에 비한다면 다른 곳으로 충분히 옮길만도 한데 노달선 관장은 이곳이 인생의 잔뼈가 굵은 곳이기 때문에 도장을 떠날 수 없다고 한다. 문득 운동한 사람들에게서 느껴지는 우직함이 그의 말에서 물씬 풍겨오는 것을 느낄 수 있었다.

남자 40명, 여자 10명 수련시간보다 일찍 와

체육관의 사면 벽은 노관장이 태권도 인생으로 살아온 역사를 한눈에 보여주고 있다.

대한태권도협회를 비롯해 각종 기관으로 부터 받은



▲한국에서 태권도를 배우는 것이 가장 신난다는 외국 어린이들

러시아 외교관 자녀들 40여명 배출 수련생들 놀이터이기도 한 도장

표창장, 임명장, 사진, 트로피, 메달이 셀 수 없을 만큼 많이 벽면을 가득 채우고 있다.

“벽을 새로 페인트 칠이라도 하고 싶지만 저것들을 다시 정리한다는 것이 엄두가 나지 않습니다. 깨끗하게 청소나 열심히 하고 있습니다.”

지하 계단을 내려오던 느낌과 달리 도장 안은 소품들이 수천점 놓여 있는데도 깨끗하게 정돈되어 있다. 짙은 고동색 마루바닥과 어울려 태권도 도장의 전통을 아스라히 간직하고 있는 듯도 했다.

규모가 큰 도장에서 처럼 관장 사무실이 별도로 갖추어져 있는 것도 아니다. 손님이 왔을 때나 학부모가 상담을 하러 왔을 때 앉을 수 있도록 사각 모퉁이에 소파와 탁자가 놓여있을 뿐이다. 그래서인지 도장은 전체적으로 아늑한 분위기를 갖게 한다.

태권도 수련은 오후 4시부터 8시까지. 수련생은 50여명. 이들 중 여자가 10명, 남자가 40명 정도 된다.

지난해 까지만 해도 70여명이었으나 올해초부터 불

경기가 심해진 데다가 이태원이 점점 주택이 줄어들고 상가가 늘어나는 추세라 수련생이 줄고 있는 것이다.

용일체육관은 차량운행을 하지 않는다. 걸어다니는 것 자체가 운동이기도 하고 차량운행을 해 가면서까지 멀리 사는 수련생을 끌어들이고 싶지도 않기 때문이라는 것이 노관장의 설명이다. 수련생이 적다보니 태권도 지도는 노관장이 직접하고 있다. 시간대별로 10명에서 20명 정도가 수련하기 때문에 도장면적이 24평에 불과하지만 태권도 지도에는 별 어려움이 없다.

태권도 수련시간은 오후 4시 부터이지만 2시가 지나면 벌써 동네 아이들이 하나, 둘씩 도장 문을 들어선다. 도장은 수련생들이 마음놓고 뛰어놀 수 있는 놀이터이기도 한 것이다.

도장이 지하에 있다보니 뛰어나다며 공놀이를 해도 밑에서 시끄럽다고 달려올 사람이 없어 아이들은 마음껏 뛰어논다.

새로 온 러시아인들 “노관장님 다 알아요”

용일체육관은 외국 어린이 태권도 수련장으로 유명하다. 특히 러시아 외교관 자녀들은 한국과 러시아의 수교가 이루어진 이후 매년 이곳에서 태권도를 수련해왔다. 최초로 한국에서 태권도를 배운 러시아인은 알렉세이 뿌로썬 영사의 1남1녀와 부영사 아들 등 7명. 이들 중 소비에트 영화사 대표의 쌍둥이 딸인 안나와 나자는 태권도 한마당에 출전해 빼어난 품새를 자랑하며 상을 받기도 했다.

지금까지 러시아 태권도 수련생은 40여명이 용일체육관을 거쳐 태권도를 배우고 러시아로 돌아갔다.



▲오늘은 심사보는 날.
외국인 수련생의 띠를 바로 잡아주고 있는 노달선 관장

“러시아 사람들은 한국의 전통 무도인 태권도에 대해 상당히 관심이 많습니다. 한국에 오면 꼭 배우고 돌아가야 할 한국문화가 태권도라고 여기고 있습니다. 그래서 태권도를 지도하며 막중한 책임감을 느끼게 됩니다.”

용일체육관에 새로 들어오는 수련생들은 한국에 오기 전 전일자들로 부터 이미 용일체육관과 노달선 관장에 대해 소문을 듣고 온다고 한다. 그들은 용일체육관에 등록을 하러와서는 “러시아에서는 노관장님을 다 알아요.”라고 말할 정도다. 노관장은 한·소 수교

■ 노달선 관장 약력

충북 진천 출생(49세)

태권도 7단

대한태권도협회 상임심판원(감독관)

서울시협회 교육분과위원장, 상임심사위원

한국초등학교연맹 실행이사

서울지방검찰청 상임소년 선도위원

서울시협회 용산구태권도협회 회장

이태원 용일체육관 관장

〈참고〉

용일체육관 주소 :

서울시 용산구 이태원동 130 - 6 용일체육관

전화번호 : 795 - 3418 (도장), 238 - 5289 (자택)

때 부터 지금 까지 외교관 자녀들을 계속 지도해오면서 민간 외교 사절로서의 자부심을 느끼고 있다.

현재 외국인은 4명. 러시아 대사관 무관(대령)의 아들 고사(9세)가 1품이고 폴란드 대사관과 미국 대사관에 근무하는 외교관의 자녀들 3명이 유급자이다.

노관장은 몇년째 러시아 수련생들을 지도하고 있어 이제 기본적인 인사말은 러시아어로 할줄 안다.

고사가 “안녕하세요?”하고 인사를 하면 “즈드라스뜨 부이제”하고 러시아어로 인사를 건네는 노관장. 물론 태권도 수련은 우리말로 하고 우리 어린이들과 똑같이 지도한다.

도움받는 사람아니라 도움주는 사람되라

노달선 관장은 용일체육관에서 태권도를 배우는 수련생들에게 늘 강조하는 것이 있다. “앞으로 여러분들이 커서 남의 도움을 받는 사람이 아니라 도움을 주는 사람이 되어달라.”고 당부한다. 도움을 준다는 것은 경제적인 의미에서만 하는 것은 아니다. 태권도 수련을 통해 다져진 체력과 강인한 정신력으로 가난한 이웃을 도와주고 어떠한 어려움도 극복할줄 아는 마음이 넓은 사람이 되라는 것이다.

태권도를 지도할 때 엄하게 지도하고 기합도 주곤 하지만 노관장은 어린이들에게 칭찬보다 좋은 교육은 없다고 강조한다.

집에서건 학교에서건 무엇이든 잘하라고 강조하다 보면 잔소리를 하게 되고 꾸지람을 하기 쉬운데 이것은 어린이들에게 자신감을 키워주지 못한다는 것이다. 잘하는 점을 발견할 때마다 칭찬을 해줄 때 어린이들은 자기도 무언가 잘할 수 있다는 자신감을 갖게 된다고 힘주어 말한다.

용일체육관에서 수련한 어린이들이 어느날 대학생이 되어 꾸벅 인사를 할 때, 제자가 외국에 태권도 사범으로 나가게 되었다던가, 전국체전에 나가 금메달을 목에 걸었다던지 하는 소식이 들릴 때마다 태권도 지도자로서 보람을 느낀다는 노관장.

아쉬운 점이 하나 있다면 용일체육관 출신 중에 국 가대표가 나오지 않았다는 점이다. 소년체전이나 전국체전, 우수선수권대회, 협회장기대회 등 전국대회에서는 모두 메달을 목에 걸었는데 정자 국가대표선발전 문턱에서 매년 고배를 마시는 제자들을 대할 때 안타깝기 그지없다.

현재 경희대 태권도학과 4학년에 재학 중인 김동현씨는 7살 때부터 보광초등학교를 졸업할 때까지 용일체육관에서 태권도를 수련했다. 태권도 꿈나무로 주목을 받던 김선수는 태권도 명문인 동성중과 동성고를 거쳐 경희대 태권도학과에 진학하는 동안 각종 전국대회에서 우승하며 기쁨을 나누었다.

그러나 국가대표 선발전에서 안타깝게 탈락, 노관장을 가슴 아프게 했다. 내년엔 김선수가 태극마크를 달게 되면 이태원 거리마다 축하 현수막을 걸고 잔치한 마당이라도 차리고 싶다는 게 노관장의 소망이다.

TV·영화에도 출현

아들도 4단 승단 심사중

태권도를 지도하면서 재미있는 일들도 많았다. 러시아의 쌍둥이 자매 안나와 나자는 2년이 넘게 지도하는 데도 너무나 똑같이 생김새다가 도복을 입고 있어 그들이 돌아갈 때까지도 구분을 할수 없을 정도였다.

또 노관장은 지난 20여년간 태권도 심판원으로 활동해 왔는데 어느 날 TV 스포츠 뉴스 시간에 그의 심판 모습에 방영됐다. 이 모습을 시청한 동네사람들로부터 “어제 TV에서 보았습니다.”라는 인사가 쇄



▲노관장 (맨 오른쪽)과 관원들. 큰도장에 건주어 인원은 적으면이나 그만치 노관장의 자상한 지도가 관원 개개인에게 고루 배풀어지고 있다.

도해 한 때 이태원의 스타로 각광을 받기도 했다.

그는 TV에 데뷔한 것 뿐만이 아니다. 생긴 것보다 훨씬 화면을 잘 보는 탓인지(?) 세계선수권대회 4연패의 신화를 창조한 바 있는 정국현씨가 주연으로 출연한 태권도 영화 '태권 파이터'에서 심판으로 출연해 화제에 오르기도 했다.

노관장의 가족으로는 부인 최광림(44세)씨와 아들 태완(18세)군이 있다. 용산고등학교 3학년에 재학 중인 태완이는 아버지에게 태권도를 배워 지난 5월31일에 4단 승단심사를 보고 현재 결과를 기다리고 있는 중이다. 태완이도 아버지를 닮아 운동이라면 무엇이든 잘한다. 대학교 체육학과로 진학하겠다고 한다.

노관장은 끝으로 “태권도인들은 개인적으로는 모두 강인하고 의지력이 있습니다. 그러나 뭉치는 힘이 약한 것 같습니다. 뭉치기만 하면 태권도의 힘은 엄청나게 클 것입니다. 태권도 발전은 그 뭉치는 힘에서 나올 것입니다.”라며 앞으로 태권도인들이 단합해 뜻을 모으면 태권도의 발전은 무한하다는 것을 강조했다.

도장을 나오는 지하계단을 오르며 태권도인으로서는 우직하게 외길을 걸어오며 태권도 발전에 벅찬 한장을 쌓은 이에게 우수도장상이 돌아간 것은 당연하다는 생각이 들겠다.

< <도건영/태권도 라이터> >

특집

태권도는 집중력, 체

유치원 그리고 초등학교 다닐 때만 해도 열심히 태권도장에 나가던 어린이들이 중·고등학교에 진학하면서 도복을 광이나 다용도실에 갇겨둔채 학업에만 열중하게 된다.

학생 본인들의 뜻에서라기 보다 '입시에 대비해야지 태권도할 시간이 어디 있느냐?'라는 '학부모들의 그릇된 생각' 때문에 소년, 소녀들은 태권도로부터 떠나간다.

여기서 '학부모들의 그릇된 생각'이라는 표현을 쓴 것은 태권도를 비롯한 스포츠가 집중력, 체력, 자신감 등을 키워주어 학업에 큰 도움이 되

기 때문이다.

태권도를 비롯한 스포츠가 학업과 사회생활에 도움이 된다는 사실을 알아보기로 하자.

민용태박사의 태권도 예찬론



◀TV의 여러 문화프로그램을 통해 낮이 익은 민용태박사(고려대 스페인어문학과 교수)는 스페인 유학 중 태권도를 가르치면서 공부한 태권도인이다. 민용태박사는 '태권도가 학업에 도움이 된다'고 확신하고 있다.

민용태박사(고려대 스페인어문학과교수)라면 TV의 문화대답 등을 통해 널리 알려진 인물이다.

여러권의 시집도 낸 민용태박사는 태권도 5단인 태권도인이다.

민용태박사는 태권도가 학업에 도움이된다는 점을 이렇게 설명한다.

『태권도는 학업에 도움이 된다. 체아무리 오랜 시간 책상 앞에 앉아있어도 집중력이 결여돼 있으면 공부는 진전되지 않는다. 태권도는 집중력을 키워주는데 안성맞춤인 스포츠다. 또 태권도 수련으로 강화된 체력은 석박사 학위논문작성 등 오랜시간의 공부에 견

스포츠와 학문에서 함께 뛰어난 이상백 박사 서울대 교수로, IOC위원으로서 눈부신 업적



◀고(故)이상백박사는 IOC 위원으로 서울대 사회학과교수로, 문필가로서 여러분야에 걸쳐 많은 업적을 남긴 빼어난 인물이다.

다음은 노산 이은상이 이상백 박사(1903~1966)의 회갑을 축하해서 지은 시다.

그대 천년을 올라가 / 신라 사람이었다면 / 높은 마음씨 / 맑은 모습이기애 / 모두들 기리고 우러러 / 국선(國仙)으로 받들었으리라 / 달구벌에 풀 한포기도 / 신라생애가 풍기느니 / 하물며 그 혈통 받은 / 후신이사 더 말하겠나 / 벌나비 꽃향기 찾아들 듯 / 낭도제자(郎徒弟子)들 모여들고 / 60년 쌓아 올린 탐이 / 충충이 학(學)과 덕(德)일레 / 저 상륜(相輪) 우뚝한 기개 / 송백(松柏)가지랑 마주 솟았네 / 봄바람 가을달 아래 / 날이 같수

학업에 도움이 된다 력, 자신감이 공부뒷받침

더내는데 큰힘이 되어준다. 그 뿐만이 아니다. 태권도를 익힘으로써 생긴 자신감은 적극적인 생활태도를 갖도록 해주어 긴 인생 역정에 긍정적으로 작용한다.

광주고고 재학시절 태권도를 배우기 시작, 외국어대 스페인어과를 졸업하고 68년 스페인 유학길에 오른 민용태박사는 그곳에서 태권도를 가르치면서 공부했다.

『그때 현지에서 태권도를 가르치지 않았다면 10년넘은 유학생생활을 어떻게 극복 할수 있었을지...』라고 민용태박사는 돌아킨다.

태권도가 학업에 도움이 된다고 확신하는 민용태박사는 고려대와 외국어대의 대학원생들에게도 태권도의 생활화를 권하고 있다.

사회 각분야에서 활약 중인 태권도인

태권도와 학업을 양립시킨 사람도 적지않다.

록 더 빛나리 (1964년 8월15일)

1903년 대구에서 태어난 이상백은 1924년 와세다대학 문학부에 들어가면서 농구부를 창설해 주장을 맡았고 27년에 동대학 농구팀을 이끌고 주장겸 감독으로 미국원정을 떠나 일본스포츠계의 기린아로 떠오르게 된다.

1930년 일본농구협회 창설을 주도하고 1936년 베를린 올림픽에 농구가 정식종목으로 채택되도록 국제적인 활동도 벌였다.

1932년 로스앤젤러스 올림픽에 농구가 정식종목으로 채택되도록 국제적인 활동도 벌였다.

1932년 로스앤젤러스 올림픽에 마라톤의 권태하, 김은배, 복싱의 황용수가 참가할 수 있도록 뒷받침했고 4년 뒤 베를린 올림픽에 마라톤의 손기정, 남승용, 축구의 김용식, 농구의 이상구, 장이진, 염은현, 복싱의 이규환 등이 참가할 수 있었던 것도 일본대표선수단의 충무로

KBS-TV 「여의도 법정」(90-93년)의 사회자였고 94년부터 2년동안 MBC-TV 「생방송 신변호사」의 진행을 맡아 얼굴이 널리 알려진 육사출신인 신기남의원(국민회의)은 어릴적부터 태권도를 익혀 경기를 거쳐 서울대법대에 진학한 뒤 태권도부장을 맡았을 정도의 태권도인이다.

지금도 어릴적부터 가르칠만한 운동 가운데 태권도만한 스포츠가 없다는 판단아래 아들과 딸 모두에게 태권도를 가르치고 있다.

이밖에 김형오의원(신한국당)과 이종률 국회의원총장도 서울대 태권도부 출신이다. 고려대 태권도부 출신의 국회의원도 꽤 된다.

프로복싱의 통팔기구인 한국권투위원회 회장을 지낸 구천서의원(자민련), 고려대 무우회(武友會) 회장을 지낸 김병명의원(자민련), 이국현의원(신한국당), 박명환의원(신한국당), 설훈의원(국민회의) 등이 고려대 태권도부 출신이다.

황학수의원(자민련), 김광일의원(신한국당)도 태권

많은 이상백의 영향력에 힘입은 바 있다.

광복 후에는 대한체육회와 KOC(대한올림픽위원회)의 탄생에 이바지했고 48년 런던 올림픽과 54년 마닐라 아시안게임에 한국팀 첫출전의 길을 열었고 IOC(국제올림픽위원회)위원으로도 활약했다.

1945년부터 서울대학교에 사회학과 교수로 몸담은 이상백박사는 한국사회학회 창립하고 사회학을 우리나라에 도입하는 데도 선구자적인 역할을 했다.

이상백박사는 학자, 교수, 체육인, 문화인이었으며 특히 세계의 흐름을 인간목으로 파악할 수 있는 능력을 지녔던 위대한 인물이다.

이상백박사는 학업과 스포츠를 양립시키고 이 두가지가 서로 좋은 영향을 미친다는 사실을 입증한 대표적인 인물로 꼽히고 있다.

학업에 도움되는 태권도

도인이다. 대한보디빌딩협회 김남학 회장(한화제약 대표이사)도 고려대태권도부 출신이다. 문화체육부 차관보를 지냈고 2002년 월드컵조직위원회에 몸담고 있는 최창신 사무총장도 경기고를 거쳐 고려대 재학 중 국가대표선수를 지낸 태권도인이다.

대학태권도연맹회장인 전수신 삼성스포츠단장도 서울상대재학시절 태권도를 열심히 익힌 태권도인이자다.

이들 밖에도 많은 태권도인들이 사회 각분야에서 없어서는 안될 중견 및 중진으로 활약하고 있다.

체육에 대한 올바른 가치관 가져야

황인수박사(미국 예일대교수)는 『스포츠와 학업을 결코 분리시켜 생각해서는 안된다. 공부만 하루종일 계속하는 것보다는 차라리 공부를 3시간 정도 한 뒤 1시간 가량의 운동을 하는 편이 두뇌의 피로도 풀리

고 집중력도 흐트러지지 않는다. 일반적으로 한국사람들은 체육을 가볍게 보는 경향이 있으나 오랜시간 공부를 열심히 하려면 체력이 달려서는 효율적인 공부 불가능하다』고 말한다.

미국 스탠포드 의대에서 박사학위를 받고 센트루이스의 워싱턴 의대에서 조교수로 있다가 귀국한 고재영박사(울산의대교수·서울중앙병원 신경내과)도 황인수박사와 같은 이야기를 한다.

『미국의 대학교수들 가운데는 학창시절 스포츠를 했던 사람이 많고 졸업 뒤에도 스포츠를 생활화하고 있는 사람들이 많다. 따라서 미국의 대학에는 우람한 몸집을 지닌 교수들이 적지 않다』

어렸을 적에 태권도와 유도를 익히고 경기고를 거쳐 서울의대에 들어간 뒤 서울의·치대 역도부에 몸담았던 고재영박사는 웨이트트레이닝으로 81년도의 미스터YMCA와 미스터코리아의 장려상을 받은 보디빌더이며 현재도 올림피아파크텔 헬스클럽에서 거의 매일 땀을 흘리고 있다.



▲김형오의원(신한국당)은 서울대 문리대 외교학과 재학 중 태권도를 익힌 태권도인이다.



▲삼성스포츠단의 전수신 사장은 서울상대 재학시절 무덕관에서 태권도를 열심히 익혔다.



▲김남학 대한보디빌딩협회 회장(한화제약 대표이사)도 고려대 태권도부 출신이다.



▲경기고를 거쳐 고려대 재학시절 태권도국가대표 선수였던 최창신 2002년 월드컵 조직위원회 사무총장



▲설훈의원(국민회의)도 고려대 태권도부에 몸담았던 태권도인이다.



▲이국헌의원(신한국당)은 고려대 태권도부 출신



▲윤사출신 신기남 의원(국민회의)은 서울법대 재학 중 태권도부장을 지냈다.



▲황학수의원(자민련)도 태권도인이다.



▲'48 런던과 '52 헬싱키의 두 올림픽에서 올림픽 사상 최초로 연거푸 남자 하이드라이빙의 금메달을 차지한 한국계 미국인 새미리는 USC(남가주대학)의 대를 졸업한 이비인후과전문 의다.

올림픽 금메달리스트인 의사, 변호사 프로레슬러였던 대학교수, 변호사

태권기를 가슴에 달지 못하고 올림픽에서 금메달을 딴 우리팀 줄은 1936년 베를린 올림픽 마라톤 우승자인 손기정 뿐으로 알고 있는 사람들이 많다.

그러나 우리팀 출신 미국인 2세 새미리(李)는 48년 런던 올림픽

과 52년 헬싱키 올림픽에서 미국대표선수로 올림픽 사상 최초의 하이드라이빙 2연패를 이룩했다.

USC(남가주대학) 의대에 재학 중에 첫 금메달을 따고 군의관복무시절에 두번째 금메달을 차지했다.

올림픽에서 금메달을 두개나 딴 것도 놀랍지만 그 선수가 이비인후과 전문의라는데 더욱 놀라지 않을 수 없다. 학업과 스포츠를 양립시킨 훌륭한 케이스인 셈이다.

72년 뮌헨 올림픽에서 금메달, 76년 몬트리얼 올

림픽에서 은메달을 차지한 미국의 마라톤 선수 프랭크 쇼터는 변호사다.

64년 도쿄 올림픽의 수영 4관왕 돈 솔랜더는 명문 예일대학을 졸업했다.

미국의 올림픽 출전사를 돌이켜보면 하버드, 스탠포드, 예일 등 명문대 출신의 국가대표선수들이 많다. 그들은 모두 공부도 열심히 하고 스포츠에서도 뛰어난 대표선수가 된 사람들이다.

미국프로야구에 관한 책을 여러권 써낸 우찌무라는 명문 도쿄대학 야구부의 황금시대를 실현시켰던 명투수로 의학박사다.

일본축구계의 원로였던 다케노고시도 도쿄대학 출신이다.

아마추어 스포츠 뿐 아니라 프로스포츠에도 학업에 뛰어났던 인물들이 있다.

60년 대까지 프로레슬러로 활약했던 한스허만은 은퇴한 뒤 캐나다의 맥길대학에서 공학박사학위를 따고 그 대학의 교수가 됐다.

스킬(해골)이라는 끔찍한 별명이 붙었던 프로레슬러 머피는 아일랜드의 명문 더블린 대학의 법과를 졸업, 변호사 자격을 지니고 있었다.

「학업과 스포츠의 양립은 어렵다」는 우리의 그릇된 생각은 이들을 거울삼아 고쳐져야 할 것이다.

◀고재영박사(울산대 교수·서울중앙병원 신경내과)는 경기관고를 거쳐 서울의대에 재학 중 역도부에 몸담아 81년도 미스터코리아, 미스터 YMCA의 장려상을 받은 보디빌더로 지금도 꾸준한 운동을 계속해 몸무게가 47cm나 되는 굵은 팔을 지니고 있다.



『우리나라 대학에서는 스포츠선수는 스포츠만 하고 학업에 열중한 학생은 책상에만 매달려 있으나 미국의 대학에서는 우수한 학생들 가운데도 스포츠로 정신력과 체력을 다지는 학생들이 많다. 한마디로 스포츠는 학업에 도움이 된다. 스포츠를 통해 얻어지는 집중력, 불굴의 투지, 강한체력 등은 전인(全人)교육의 차원에서 보더라도 꼭 필요한 것들이다』라고 고재영박사는 말한다.

학업에 도움되는 태권도

체력이 떨어지면 학업성적도 떨어져

황인수박사는 미국에 이민한 교포자녀들이 중·고생 시절에는 성적이 뛰어나지만 대학에 들어가서는 학업이 뒤지게 되는 까닭은 체력때문이라고 설명한다.

미국의 중·고생들이 놀이와 스포츠에 오랜시간을 충당하고 있는 동안 교포학생들은 한국에서 하던식대로 공부만 열심히해서 성적을 올려놓는다는 것이다.

그러나 대학에 가서도 교포학생들이 전반적으로 좋은 성적을 마크하는 것은 아니다.

물론 대학교육에서 필요로하는 수준높은 어학실력도 문제지만 중·고시절에 스포츠, 신체활동, 레크레이션 등으로 다져진 강한 체력을 바탕으로 밤샘에도 끄덕없이 열심히 공부하는 미국인 학생들을 따라잡기 힘들다는 것이다.

『미국에서는 최고지도자로부터 시작해서 모든 간부들이 거의 모두 스포츠를 했었고 또 하고 있는 사람들이다. 사물을 차분히 정확하게 보고 상황판단을 내리는 데에는 스포츠로 단련된 몸과 마음이 필요하다. 미국사회는 체육을 받아들이는 이해도가 무척 높다. 머리도 영리해야 되지만 건강도 해야 큰일을 할 수 있기 때문이다. 한국사회가 시급히 깨달아야하는 것은 「왜 체육이 필요하냐」는 점이다』

청소년들이 맞이한 건강위기

요즘 우리나라에서는 성장기에 있는 청소년학생들의 신장이나 체중이 지난날에 견주어 현저히 늘어나 체격은 커지고 있으나 체력은 오히려 저하되고 있다는 충격적인 통계가 제시되고 있다.

또한 비만아들의 증가는 어린나이에 성인병에 걸릴 우려마저 증대시키고 있다. 이러한 현상을 현재 온 세계의 선진국과 선진국대열에 진입하고 있는 많은 나라에서 일어나고 있다.

어른들처럼 청소년들도 실생활 속에서 여러가지 스트레스를 받는다.

어린이들도 건강하고 걱정하고 낙심한다. 이런 상태에서는 공부가 잘될 까닭이 없다.

어른들의 경우처럼 이러한 스트레스를 해소하는 데도 스포츠가 도움이 된다는 것이 밝혀지고 있다.

기계문명, 물질문명의 발달이 가져온 엄청난 부작용인 청소년들의 건강위기에 대처하기 위해 세계각국은 여러가지 대책을 세워나가고 있다.

독일은 ① 많은 사람들이 손쉽게 이용할 수 있는 스포츠 놀이시설을 마련했고 ② 수준높은 선수가 아닌 건강을 위해 스포츠를 즐기게 바라는 사람들을 친절히 이끌어줄 수 있는 지도자를 많이 키워냈으며 ③ 나이, 성(性), 체력에 알맞은 여러가지 재미있는 프로그램을 개발해냈다.

미국은 1956년에 체력강화를 위한 대통령직속평의회가 구성된 이래 청소년을 대상으로 삼은 체력강화운동에 힘을 기울여 YMCA, YWCA, BOY'S CLUB(소년 클럽), YOUTH SERVING GROUPS(청소년봉사그룹)등 민간단체 그리고 행정기관, 커뮤니티센터 등이 이 운동에 참여하고 있다.

일본은 민간단체와 정부기관으로 이루어진 체력만들기 국민회의라는 협의체를 1965년에 만들고 ① 공민관에 배구코트를 비롯한 스포츠시설 마련 ② 어린이 놀이터 마련 ③ 자전거도로 마련 ④ 산책도로 마련 ⑤ 학교 체육시설 개방 ⑥ 지역사회 스포츠시설 마련 등을 추진하고 있다.

태권도를 비롯한 스포츠 권장해야

일본 국립소아병원 정형외과 과장인 무라가미 박사는 알맞은 놀이나 스포츠가 어린이의 신체건강 뿐 아니라 지능발달에도 도움이 된다고 다음과 같이 말했다.

『대뇌생리학적으로 보아도 손의 움직임과 두뇌의 움직임은 밀접한 관계가 있으니 어린이들에게 손을 쓰는 놀이나 운동 더 나아가서는 온몸을 쓰는 놀이나 운동을 시켜야 한다. 임시전쟁을 피할 수 없다면 더욱 몸을 단련하고 정신력을 강화해야만 한다. 입시에 실패하는 어린이 가운데는 스테미너가 달리고 집중력부족인 경우가 적지않다. 운동신경이 발달되어 있는 어린이의 예로 알 수 있듯이 놀이야말로 지적(知的)이고 창조적인 것이다. 어린이들은 놀이가 지적인 것이기 때문에 좋아한다. 놀지않는 어린이란 과보호 속에서 키워졌기 때문에 놀이의 방법도 그 재미도 모른다.』는 무라가미 박사의 말에 학부모들은 귀를 기울여야 한다.

우리나라에서는 생활체육협의회가 동호인 클럽의 활동을 지원하고 있긴하나 청소년을 대상으로는 조직적이고 효율적인 체력강화운동이 펼쳐지지는 않고 있다.

문화체육부와 국민체육진흥공단은 이제 몸집은 커지고 체력은 약화되어가는 우리 청소년들에 대한 체력

조병화 예술원 원장은 럭비선수출신 전 서울음대학장 김성태교수는 축구



◀조병화 예술원 원장은 경희대학교, 인하대 부총장을 지낸 시인이자 교육자이며 도쿄고등사범 재학시절에는 뛰어난 럭비선수였다.

〈새출발〉

꼭 저산에 올라서야 / 황홀한 해돋이를 / 보겠기에 / 나도 미투리 삼아신고 / 신작로에 나섰다 / 머나먼 길에 / 조그만 가슴이 / 기다림에 조바심 쳐도 / 새롭게 곧세게 / 나는 걸어가련다.(1948년 여름 어느날)

이 글은 시인이자 교육자인 조병화교수가 1948년 인천중학(당시 6년제) 1학년 1반을 담임하고 있을 때 제자들의 면학을 격려해주기위해 지은 시다.

뒷날 경희대에 몸담고 인하대 부총장 그리고 현재 예술원장인 조병화교수는 인천중학에서 물리와 수학을 가르치고 있던 시절 때때로 자신의 수업시간 중에 미술시간처럼 좋은 그림을 보여주고

교장 물래 운동장에 학생들을 끌고나가 럭비를 즐기기도 했다.

도쿄 고등사범 다닐 때부터 이름난 럭비선수였던 조병화교수는 늘 『공부도 잘하고 운동도 잘해야 된다』고 학생들에게 강조했다. 서울대 음대학장을 지낸 김성태교수는 연희전문(연세대의 전신) 다닐 때 뛰어난 축구선수였다.

그가 축구를 할 때에는 바이올린 켜는 손을 다 칠까봐 흰장갑을 끼고 뛰었던 이야기는 유명하다.

의사이면서도 여러가지 예술분야에 관여했던 고(故) 유한철 대한아이스하키�협회 회장도 학생시절에는 뛰어난 아이스하키키선수다. 김원기 전 부총리도 보성전문(고려대의 전신) 다닐 때는 수구 선수로 활약한 일이 있어 뒷날 대한수영연맹회장을 맡기도 했다.

홍익대총장을 지낸 이대원교수는 학생시절 농구 선수로 뛰었고 서울음대학장을 지낸 전봉초교수는 복싱을 익혔다고 한다.

체육특기자를 뽑지않은 서울대출신의 국가대표 선수도 있었다. 70년대초 일본, 소련 등과 함께 세계 3강의 한 모퉁이를 이룩했던 한국여자배구 대표팀의 에이스 스파이커 박인실은 서울대학교 사범대출신이다.

우리나라에도 학업과 스포츠를 양립시킨 인물은 적지않다.

강화대책을 서둘러야 한다.

물론 태권도만이 아니라 모든 스포츠의 알맞는 프로그램이 건강과 학업에 도움이 되는 것은 사실이다.

그러나 우리나라의 경우 청소년체력강화 대책을 세우는데 이미 전국에 5200군데가 넘는 도장과 이들 도장에서 청소년들을 가르치고 있는 지도자가 확보된 태권도를 큰 기둥으로 삼아야 될 것은 다시 말할 나

위도 없다.

더구나 태권도는 성장기의 청소년들에게 바람직한 신근(伸筋)운동이 근간을 이루고 있는데다 예의범절, 무도정신 등의 정신교육까지 곁들여져 있어 다른 어느 종목보다 청소년들에게 권하고 싶은 스포츠다.

태권도가 학업에 도움이 된다는 점을 학부모들은 깨달아야 한다.



하 권 익 박사

성균관 의대
삼성 서울병원 정형외과 교수
(스포츠의학과)

스포츠의학의 권위자들이 쓰는

어린이와

태 권 도



심 중 섭 박사

성균관 의대
삼성 서울병원 정형외과 교수
(소아정형외과)

스포츠와 어린이 질병

병이 있어도 알맞은 운동 필요

어린이도 스포츠를 즐기기에 전에 몸에 어떠한 병이 있는지를 알고 시작해야 하는 것이 매우 중요하다. 또한 지난호에 썼던 비만 뿐 아니라 심장병, 천식, 빈혈, 기형, 지능저하 등 어린이에게 볼 수 있는 다양한 경우의 질병에 과연 스포츠가 해당 어린이에게 어울리는지, 어느 정도의 강도로 훈련을 시켜야 하는지 등 운동을 지도하는 코치나 부모들에게 궁금한 면이 많이 있다.

여러가지 질병의 문제점에 대하여 뚜렷한 공식이 있는 것은 아니지만 서구 각국을 중심으로 질병을 가진 어린이들이 어느 정도의 스포츠를 할 수 있는가에 대한 지침을 마련한 경우가 많다.

국내에서도 어린이 스포츠 및 레저 활동이 지체부자유아에게서도 서서히 적용되고 있고, 학교 및 과외 스포츠 활동이 모든 어린이에게서 증가되고 있어서 질병을 가지고 있는 어린이에게 과연 스포츠를 시켜야 하는지, 시키려면 어느 정도가 좋은지를 몇회에 걸쳐서 알아보기로 한다.

흥미로운 것은 전문가들 대부분이, 심각할 정도로 일상생활을 하기 어려운 경우를 제외하고는 병을 가진 어린이에게도 적절한 스포츠 활동을 권장하고 있다는 점이다.

심장병, 혈압치료에도 효과

먼저 심장병을 가진 어린이를 생각해 보자. 심장병이 의심되는 어린이는 대개 청진기로 심잡음이 들리게 되며 이 경우에 대개의 소아과 의사들은 심장전문인에게 검진을 받도록 권유한다.

그러나 심잡음은 어린이의 절반이상에서 들릴 수 있다고 하며, 따라서 심잡음이 들린다고 할지라도 꼭 이것이 심장병이 있다는 증거는 되지 못한다.

따라서 심장병이 의심되고 심잡음이 들리는 어린이는 대개 심전도 및 방사선 검사 등을 통하여 정말로 심장병이 있는지를 먼저 확인 받아야 한다.

보고에 따르면 선천성 또는 류마치스 심장병이 있는 어린이의 경우라도 혈액순환에 지장을 주지 않는 경

우라면 학교에서의 모든 스포츠 활동은 대개 지장이 없다고 한다.

성인 보다는 드물지만 심장박동에 이상이 있는 경우도 간혹 있는데, 대개 이러한 어린이는 스포츠로 인한 심각한 후유증이 있을 경우는 매우 희박하다고 한다.

오히려 대부분의 경우에서 적당한 훈련으로 비정상적인 심장박동이 사라지고 규칙적인 심장박동을 회복할 수 있다고 한다.

어린이가 혈압이 높을 경우를 보자. 혈압이 약간 높을 경우는 오히려 적당한 운동을 함으로서 혈관 및 심장운동의 증가와 더불어 혈압을 낮추는 효과를 기

심장병엔 알맞은 운동 천식엔 수영·야구 좋아

대할 수 있다.

그러나 혈압이 중등도 이상의 고혈압인 경우에는 역도 등 무거운 물건을 들어올리는 운동은 피해야 한다.

스포츠 활동 억제가 오히려 역효과

이와같이 혈관 심장계통에 이상이 있는 어린이는 예상되는 부작용이 성인에 비하여 현저히 적으므로 적절한 스포츠를 권장하는 편이 심장질환의 치료에 도움이 되는 경우가 많으며, 스포츠 활동을 억압할 경우 오히려 심리적인 위축감 내지는 좌절감이 더욱 문제가 될 수 있다는 것을 알아야 하겠다.

다음은 많은 어린이들이 가지고 있는 천식에 대하여 알아본다.

대부분의 천식을 가지고 있는 어린이의 경우, 운동이 천식발작을 유발한다고 한다. 운동을 할 때에는 산소 결핍과 산혈증이 나타날 수 있고, 특히 추위에 운동을 할 때면 이러한 증상이 더 자주 나타나기 때문에 피부를 부린다고 별을 받거나 주위로 부터 놀림을 받는 일이 종종 있게 된다.

그러나 이러한 운동유발천식은 적절한 준비운동과 약물로서 쉽게 교정 될 수 있고 알맞은 스포츠를 권함함으로서 운동을 즐길 수 있다.

현재 우리나라 어린이의 5 - 10%가 천식을 앓고 있고, 이들 대부분은 운동할 때 기침, 쌕쌕대는 호흡소리, 호흡곤란 등의 증세를 호소하고 있다.

운동유발천식은 달리기를 5 - 8분간 하여 심장박동



수가 분당 180이 될 정도로 달리게 한 뒤, 폐기능검사를 운동 직후 5분뒤, 10분뒤 측정하여 운동 전에 비하여 15%미만으로 감소되는 경우에 진단을 내리게 된다.

격렬한 운동은 피해야

만일 어린이가 운동유발천식으로 판명이 되면 이는 천식이 잘 관리되지 않고 있다는 증거이기도 하다.

이 경우 우선 알레르기 전문의에게서 진료상담을 받은 뒤 그 진단에 따라서 적절한 환경개선, 약물치료 등의 일반적인 천식치료를 받는 것이 좋다.

약물치료 말고도 심한 운동이 아니라면, 마스크를 사용하거나 코로 숨을 쉬도록 하여도 운동유발천식이 잘 발생되지 않는다고 하며 준비운동을 충분히 시키는 것도 좋은 방법이다.

이러한 치료방법과 더불어 어린이에게 엄격한 훈련을 시키기 전에 어린이가 잘 해낼 수 있는 운동을 선택해 주는 방법이 더 좋은 치료방법이 아닌가 한다.

운동유발천식 어린이에게는 건조하지 않는 장소에서 하는 운동인 수영, 기술과 순간적인 힘이 요구되는 야구와 골프 등이 권장할만한 운동이며 지구력을 요구하는 트레킹, 축구, 농구, 하키 등과 같은 운동은 바람직하지 않다.

그러나 적절하지 않는 스포츠라도 포지션을 변경하여, 예를 들어 골키퍼를 시킨다면 어떤 운동이 가능할 수 있다.

잠수를 요하는 운동, 자동차 경주 등은 경기 중 호흡곤란의 위험이 있으므로 천식이 있는 어린이에게는 절대 권할 수 없으며 고산지대로의 등반 등도 위험한 스포츠다.

챔피언의

영양학



장 정 옥 박사

신경영양학과 교수
경남대학교
대학병원내과
임상영양학
이사

에너지를 효율적으로 얻어야 잘 먹어야 운동도 잘해

태권도를 비롯한 모든 운동은 에너지를 필요로 한다. 그리고 그 에너지를 사람들은 음식을 섭취로 얻게 된다.

「잘 먹어야 운동도 잘할 수 있다」는 이야기가 된다. 그렇지만 아무 것이나 덮어놓고 많이 먹기만 하면 힘이 펄펄 솟아나고 컨디션도 좋아지는 것은 결코 아니다.

칼로리 섭취와 운동량의 균형이 깨어질 경우 지나치게 살이 찌거나 혹은 지나치게 여위게 되어 오히려 운동능력에는 지장을 가져오게 된다.

그렇다면 언제, 무엇을, 얼마나, 어떻게 먹어야만 운동능력의 요소 가운데 하나인 에너지를 효율적으로 얻게 되고 또한 정신력에도 영향을 미치는 신체적 컨디션조절에 도움이 되는 것일까?

「월간 태권도」는 대한태권도협회이사인 장정옥 경원대학교 식품영양학과 교수의 「챔피언 영양학」이라는 글을 통해 태권도 뿐만 아니라 모든 스포츠 선수들이 경기력 향상을 위해 알아야 될 영양에 관한 지식을 알리고자 한다.

〈편집자〉



무작정 많은 음식보다는 영양가를 생각해야

스포츠선수의 영양

오래전부터 스포츠 선수는 고기를 먹는 것이 좋은가, 채소를 먹는 것이 좋은가 하는 논의가 있었지만 현재는 어떠한 스포츠 훈련에도 고기와 채소를 적당하게 섞는 혼식이 좋다고 말하고 있다. 그러나 일반적으로 선수들은 아직까지 무엇을 얼마나 먹어야 운동 효과

▶태권도를 비롯한 모든 스포츠는 몸움직임의 에너지를 음식 섭취로 얻어내고 있다. 운동에 필요한 파워를 생산하기 위해서는 영양에 대해서 알고 있어야 한다.

를 볼 수 있을가에 대하여 자세히 모르고 있다.

몸이 좋다는 음식도 너무 많이 먹으면 위에 부담을 주어 만성적인 위병을 일으키게 된다. 그러므로 선수들은 음식의 양보다 질에 관심을 갖고 경제적이고 소화 잘되는 영양가가 많은 음식을 섭취하도록 노력하지 않으면 안된다.

운동경기에서 최대의 역량을 발휘하기 위한 최적의 식사는 역사적으로 오랜 배경을 가지고 있으며, 옛부터 원시인들도 운동경기와 특수음식(대부분이 생선 또는 육류의 섭취)에 관한 사건과 미신을 가졌었다.

기원전 5세기에 그리스에서는 평소에는 채식을 하던 사람들도 근육운동을 할 때에는 단백질 식품을 주로 섭취하는 식사로 변경하였다고 한다. 또 근래에는 각국의 코치와 선수 자신들이 운동경기와 관련하여 영양상의 자기만의 특수한 처방을 사용하고 있다.

있어서 영양관리의 중요한 과제가 되고 있다.

선수가 최고의 운동 수행 능력을 발휘하려면 체력유지가 문제가 되며 이를 위해서는 열량, 당질, 단백질, 지질, 비타민, 무기질, 물 등을 적당하게 함유하고 있는 균형식사가 바람직하다.

운동선수의 음식 섭취는 영양적 균형 잡혀야

경기 전의 영양관리

경기 전 영양관리로 제한된 몇 가지 문제를 정리하여 보면 다음과 같다.

첫째, 수분평형과 전해질의 보급은 경기 3시간 전에 육즙의 상태로 준다.

만약 갈증이 계속되면 경기 1시간이나 1시간 반전에 주어도 좋다. 지나친 염분의 소모와 탈수를 막기 위해 충분한 양의 액체를 섭취해야 한다.

둘째, 장시간 경기할 때는 당질이 단백질이나 지방보다 더 나은 영양소이다. 즉, 당질은 길고 격렬한 운동을 위해 요구되는 글리코겐의 축적을 제공하기 위한 것이다. 운동선수의 평균 칼로리 소모는 매일 약 3,500칼로리로 추정되고 있다.

즉, 경기 전 식사에는 고당질식이 좋으며, 단백질이나 섬유소가 많은 식품은 피할 필요가 있다.

그것은 질소대사와 섬유소의 소화불량이 경기 도중 소변과 대변 배설의 부담을 과중하게 하는 우려가 있기 때문이다. 경기 48시간 전에 항신료가 높은 자극성 음식도 역시 제한하는 것이 좋다.

셋째, 운동하는 동안 혈액순환과 소화과정을 저하시



특수한 경기, 즉 복싱이나 레슬링에서 사용되는 crashing diet(충격식)은 급격한 체중감소식으로 문제가 되고 있으며, 과학자들은 이와 같은 self starvation(급식법(급식)의 위험에 대해 경고하고 있다. 이른바 바람직한 체중에 대한 노력이 각국의 선수들과 코치들에

챔피언의 영양학

키는 너무 많은 양의 지방 섭취를 피할 것.

특히 경기 전의 식사에서는 소화를 빠르게 하기 위해서 기름기의 양은 제한하는 것이 좋다.

내체, 신체 각 기관의 적당한 기능을 활성화 하기 위하여 충분한 무기질과 각종 비타민류를 섭취하는 것이 바람직하다.

다섯째, 커피, 홍차, 우유 등은 소량의 섭취는 관계 없으나 이들을 마신 후 3-4시간에는 오히려 저하작용이 있기 때문에 경기 전 마지막 식사 후에 커피, 홍차 등을 마시는 것은 피하는 것이 좋다.

여섯째, 포도당이나 캔디 같은 것은 그의 소화를 위하여 액체를 많이 흡수하기 때문에 경기 직전에 당과 레몬이 많은 홍차나 레몬수 등을 마시는 것은 몸에 좋다.

결국 운동 선수의 음식 섭취는 정상적으로 되어야 하며, 어디까지나 영양적 균형이 잡혀야 한다.

친숙하고 확신 주는 음식포함

경기 전의 영양관리

경기전 식사의 목표는 다음과 같다.

1. 경기하는 도중 공복감이나 기력이 떨어지는 느낌을 갖지 않도록 적당한 열량의 섭취가 필요하다.
2. 경기하는 동안 위와 장의 상부가 비어 있도록 식사를 계획한다.
3. 장시간의 경기 전 또는 경기 중에 적당한 식품과 액체의 섭취로 탈수를 예방할 수 있어야 한다.
4. 경기전 식사로는 위와 장의 운동을 최소화 하는 식품을 제공하여야 한다.
5. 경기전 식사로는 평소 선수와 친숙한 음식, 또는 심리적으로 "이기에 할 것"이라는 확신을 주는 음식을 포함 시켜야 한다.

◆ 어 패 류

넙 치	100g	94cal	비타민 B ₁ , B ₂ 가 많다.
대 구	100g	77cal	남비요리에 많이 사용하는 생선이다.
바지락	100g	63cal	단백질이 많다.
오징어	100g	63cal	저 칼로리 식품으로 단백질은 많으나, 튀김은 칼로리가 높다.
게	100g	148cal	비타민 A가 많이 들어 있다.
새 우	100g	114cal	칼슘과 비타민이 많다.
연 어	100g	141cal	비타민 B ₁ , B ₂ 가 많고, 간장의 기능을 강화해 준다.

◆ 육 류

안 심	100g	140cal	갈비는 146칼로리, 기름기 있는 부분은 424 칼로리이다.
쇠 간	100g	129cal	비타민, 철분이 많고 영양가가 많다.
쇠 족	100g	17cal	육류 중에서 제일 칼로리가 낮다.
입축햄	100g	165cal	비타민 B ₁ , B ₂ 가 많고 칼로리는 로스햄의 60%
로스햄	100g	280cal	기름기를 제거하고 먹도록 한다.
돼지간	100g	130cal	비타민, 철분이 많고, 비타민 B ₂ 가 특히 많다.
돼지족		279cal	돼지간 다음으로 칼로리가 낮다. 돼지 갈비의 칼로리는 451cal이다.
칠면조		199cal	닭고기 보다 지방분이 많다.
양고기		142cal	식으면 굳어지기 때문에 반드시 뜨거울 때 먹는다.
닭고기		135cal	비타민 B가 많은 저 칼로리 식품이다
닭껍질		230cal	무엇보다도 칼로리가 높으니 피하도록 한다.

당질과 지방은 에너지원 단백질은 피와 살이 돼

음식을 가운데도 밥, 빵, 국수와 같은 당질(탄수화물), 버터를 비롯한 동물성 기름, 참기름을 비롯한 식물성 기름 등의 지방 그리고 살코기, 두부, 우유 등에 많은 단백질이 에너지 원(原)이 된다.

비타민 미네랄 등 다른 영양소는 당질, 지방, 단백질의 3대 영양소를 몸 안에서 처리, 이용해 나가는 것을 도와준다.

당질과 지방은 통상의 에너지 원이고 단백질은 피와 살이 되는 한편 긴급시 예비 에너지 원이 되기도 한다.

일반적으로 밥이나 빵(당질), 버터나 참기름 등(지방), 고기나 생선(단백질), 그리고 과일과 야채(비타민과 미네랄)의 다섯 가지를 고루 섭취하도록 권하고 있다.

따라서 선수들 뿐만 아니라 일반 가정에서도 이 다섯 가지의 음식을 균형있게 올려 놓는 것이 바람직하다.

직장인의 경우 거의 점심은 외식할 때가 많겠지만 그럴 때에도 식사에서 모자랐던 과일이나 야채를 따로 먹도록 힘쓰면 좋을 것 같다.



야채 같은 것은 집에서나 아니면 먹기 힘들 것으로 생각되기 쉽겠지만 야채즙스 혹은 당근, 오이 등을 출근 때 가지고 나가서 식사 때나 식사 후에 먹도록 신경을 쓰면 영양의 균형은 잡히는 셈이다.

과거에는 경기 전 과량의 설탕 섭취를 금하였다. 이는 운동 30-40분 전에 50-70g의 포도당 섭취로 혈중 인슐린 농도가 증가하고 이에 따라 저혈당증이 나타나 지구력을 저하 시킨다는 연구 결과 때문이었다.

최근의 연구는 이와 같은 결과를 개인의 인슐린에 대한 민감성에 따라 차이가 있다고 결론 지고 있다. 따라서 혈당 저하에 예민한 사람은 경기 30-40분 전에 설탕을 섭취하는 것이 좋지 않다고 하였다.

예를 들어 산소가 필요 없는 혐기적 경로에 의해서 ATP를 제공받는 단거리 경주나 역도 경기전에 설탕을 먹는 것은 도움이 되지 않는다. 왜냐하면 이러한 운동시에는 저장된 충분한 ATP와 근육의 글리코겐이 이용되기 때문이다. 그러나 지구력을 요하는 경기 전의 설탕 섭취는 글리코겐 저장량이 저하되었을 때 운동하는 근육에 포도당을 제공함으로써 유익한 영양을 줄 수 있다.

역대 세계선수권대회

〈연재 제4호〉

제4회 세계태권도선수권대회가 1979년 10월 26일~28일 3일간 서독 슈투트가르트 근교 신델핑겐에서 64개국 선수 및 임원 520여명이 참가한 가운데 성대히 개최됐고 공산국가인 유고와 폴란드가 참가하여 태권도에 대한 열기를 더욱 고조시켰다.

대회에 앞서 국제심판강습회가 10월21일~23일(3일간) 개최됐는데 115명의 참가신청에 114명이 수료했다. 그리고 대회개막 전날 열린 세계태권도연맹 집행위원회에서 국제올림픽위원회 등 당시의 국제 조류에 따라 자유종국선수가 입상하더라도 국기를 게양할 수 없으며 우승하는 경우에도 국기를 연주할 수 없다고 결의했다.

한국을 비롯한 일부 참가국들은 자유종국에 대해 긍정적이었으나 거의 대부분의 대표들이 부정적인 반응을 보여 이 같이 결정했는데 결정이 내려지자 자유종국대표들은 크게 불만을 표시하여 퇴장했다.



이 경 명

(세계태권도연맹 사무처장)

국기 태권도 두번째 해외 나들이 정치 입김에 '자유종국 참가불가'

제4회 세계태권도 선수권대회

그러한 분위기에 더욱 찬물을 끼얹게 된 것은 서독 외무성으로부터 자유종국팀의 참가불가라는 명이 떨어져 결국은 자유종국팀은 회생하게 되었다. 당시 그 대회기간에 중국의 최고위 인사가 서독을 방문하게 되어 순수해야 될 스포츠가 정치의 희생물로 전락하게 된 사례를 남겼다.

이 대회에 참가한 한국팀은 지난 77년 제3회 시카고

대회에서 처음으로 자유종국(현 대만을 지칭)에 한 개의 금메달을 땀겨 전체급 우승의 기록을 올린바 있어 그 결의가 대단하였다.

이번 대회의 강국으로 점지된 국가로는 서독, 멕시코, 미국, 이탈리아 및 자유종국이었는데 자유종국은 참가자격박탈로 떨어져 나갔다.

체력이 우수한 외국선수들은 대체로 중량급이 강세

그 감격의 발자취를 따라



▲개회식에서 종주국인 한국선수단이 태극기를 앞세우고 늠름하게 입장하고 있다.

유고·폴란드 등 공산국도 참가 64개국 520여명 서독 신델핑겐에

이나 이탈리아는 경량급이 강하다고 한국팀은 예견하였다. 경기방식은 토너먼트로 이뤄지며 경기시간은 3분 3회전. 그러나 이번 대회에는 10체급 10개의 금메달이 걸려있다.

한국대표단 결단

신델핑겐 제4회 세계대회 장도에 오르는 한국대표단 결단식은 10월 17일 하오 5시 국기원에서 거행됐다.

한국대표선수단은 임원 5명, 선수 10명, 회의대표 2명, 모두 17명으로 구성되었다. 한국팀은 10개의 금메달을 놓고 중량급을 제외한 10체급에서 적어도 7개의 금을 필연코 획득해야 한다는 각오였다.

이 대회를 대비해 8월 8일부터 거의 2개월간 국기원에서 합숙, 강훈련을 하였다.

선수단의 훈련, 두 가지 포인트

10명의 대표선수 가운데 해외원정 경력을 가진 자는 고작 3명. 김길성코치는 장도에 오르기 전 선수들의 국제경기경험이 적다는 것과 혹시 시간차로 인한 피로로 게임이 잘 풀리지 않을까 염려했다.

훈련시 무엇보다 첫째 정신력을 바탕으로 한 강한

역대 세계선수권대회

◆ 한국대표팀

- 단장 = 배영기(기술심의의장)
- 감독 = 최남도(심사분과위원장)
- 주무 = 이창목(총무부장)
- 코치 = 김길성(육군감독)
- 트레이너 = 송요식(동아대사범)
- 선수
 - ▲ 핀급 = 이승형(원호관리단)
 - ▲ 플라이급 = 양기모(서울체고)
 - ▲ 밴텀급 = 김중기(동아대)

- ▲ 페더급 = 임대택(원호관리단)
- ▲ 라이트급 = 박오성(한체대)
- ▲ 웰터급 = 김무천(해군)
- ▲ 라이트미들급 = 박정호(일반)
- ▲ 미들급 = 김상천(성대)
- ▲ 라이트헤비급 = 정찬(동아대)
- ▲ 헤비급 = 진중의(유도교)
- 회의대표 = 강원식(전무이사)
- 기술회의대표 = 이계광(감사)

1, 2회전 리드하고도 3회엔 꼭 고전 체력 열세 때문 - 훈련 과학화해야



▲눈에 띄는 노랑색차림의 국제심판들이 개회식에서 입장하고 있다.
오른쪽에서 두번째 이희근 국제심판

반면에 한국대표선수단의 최남도 감독은 조심스런 낙관론을 펴며 체력의 열세는 우세한 기술로 대처할 수 있을 것이라고 말하며 특히 체력보강에도 최선을 다했다고 말했다.

그러나 선수단에게 한가지 염려되는 것은 태권도의 중주국이라는 위신과 체면 때문에 너무 승부에만 집착해서 제대로 실력을 발휘하지 못하고 한국태권도의 권위적인 이미지를 흐려 놓지 않을까 하는 점이다.

4연패를 위한 접전

10월 26일 대회 첫날 경기는 4체급 경기가 펼쳐졌다.

투지를 닦는 것, 둘째 득점위주로 확실한 승리를 굳히기 위한 기술연마에 중점을 뒀다.

플라이급에 출전한 양기모 선수는 한국선수단 가운데 제일 나이 어린 선수로서 국제대회 경험은 없으나

그감격의 발자취를 따라



▲ 태권도의 세계선수권대회도 4회를 거듭하게 되자 대회운영도 점차 기틀이 잡혀가고 국제스포츠클럽에서도 인지를 받기에 이르렀다.

뒤차기가 특기이다.

결승전에서 스페인의 베니토 선수를 맞아 판정승을 거둬 첫 금메달을 따냈으며 개인기가 뛰어난 밴텀급의 김종기 선수도 멕시코의 파브리오 선수를 맞아 그의 주특기인 앞들어 내려찍기로 일방적인 포인트를 따 판정으로 물리쳐 우승했다. 김종기 선수는 제 23회 아시아 선수권 대회와 제3회 세계대회의 우승자로서 노련한 선수였다.

그리고 라이트 헤비급의 정찬 선수는 국제경험이 없으나 결승전에서 강력 서독 네페도우 선수를 앞발후리기와 뒤돌려차기로 우세한 경기 펼쳐 판정승, 금메달 1개를 추가했다.

그러나 헤비급 준중의 선수는 서독의 토마스 선수에게 아깝게도 1회전에서 탈락했다.

10월 27일 거행된 이틀째 경기에서 한국은 4개 체급에 출전, 3개 체급에서 금메달을 차지함으로써 이날 7체급에서 6개의 금메달을 따내 종합우승이 확정됐다.

페더급의 임대택 선수는 이탈리아 코르디브와르 선수를 쉽게 누르고 준결승전에서 호주의 말틴 홀을 판정으로 이긴 뒤 결승전에서도 강력 멕시코의 사라짜르를 제압, 판정승을 거두어 청신호를 보냈다.

라이트급의 박오성은 준준결승과 준결승에서 파키스

탄과 네델란드 선수를 각각 판정으로 물리쳤고 결승전에서도 미국의 조지 피어스 선수를 판정으로 꺾어 금메달을 따냈다.

또한 미들급의 김상천 선수도 호주, 코스타리카, 미국 선수를 차례로 물리쳐 결승전에 진출하여 서독의 술츠 선수를 맞아 뒤차기로 득점을 올려 판정승을 거뒀었다.

그러나 라이트 미들급에 출전한 박정호 선수는 준결승전에서 강력 서독의 뮐러 선수와의 경기에서 판정패, 동메달에 머물렀다.

10월 28일 최종일 경기에 출전한 한국선수들의 각오는 대단했다. 핀급 결승에서 이승형은 멕시코의 파브로스 선수와의 대전에서 뒤후리기를 주무기로 한 기술구사로 판정승으로 우승했다.

이승형 선수는 1회전에서 영국의 시몬 베일리를 1회 1분 30초 내려찍기로 KO시켜 관중들의 열띤 박수를 받았다.

웰터급 김부천 선수는 준결승에서 영국의 로랜스에게 판정패, 아깝게 동메달에 그쳤다.

이로써 한국은 10체급 중 7개의 금과 2개의 동메달을 획득해 세계대회 4연패의 위업을 떨쳤다.

대회 첫날 - 박대통령 서거 비보 가슴에 검은 리본 달고 경기출전

박대통령 비보에 각국선수, 임원들 묵념

박정희 대통령의 갑작스런 서거 소식은 충격적인 뉴스였다.

대회 첫날인 26일 경기를 마치고 이창희 주서독대사가 마련한 저녁식사에 초대된 한국선수단은 식당에 도착한 직후 서거 비보를 듣고는 망연자실, 모두가 허탈한 표정이 되어 식사를 하느라 마느라 속으로 돌아갔다.

경기장에서 각국임원들은 한국임원들을 만나 이구동성으로 조의를 표명했다. 이튿날 경기 중 상오 11시에는 조직위원회가 일단 경기를 중단시키고 뉴스를 마이크로 방송한 다음 선수 임원 관중들은 일제히 묵념을 올렸다.

이어 하오 1시에는 신태평계 시장 부르고 박사가 김운용 총재를 찾아와 진심으로 조의를 표한다며 위로했다.

한편 한국선수단전원은 김총재의 지시의 따라 가슴에 검은 리본을 달고 엄숙한 자세로 경기에 임했으며 귀국 때까지 경건한 태도를 보일 것을 스스로 다짐했다.

김운용 총재 비올림픽 경기종목회장 피선

10월 20일 모나코에서 열린 27개종목의 국제경기연맹 총회에서 동양인으로서는 처음으로 김운용 총재가 비올림픽 경기연맹 회장으로 선임됐다.

이로써 김운용 총재는 국제스포츠계의 새로운 거물로 등장하는 계기의 발판을 굳히게 되었다.

대회를 축하하는 전문이 IOC위원장 등 각국 IOC위원 14명으로부터 답지했다.

무술서적 전시회

경기장 안에는 동양의 각종무술에 필요한 도복, 무구



▲ 김운용 세계태권도연맹 총재가 시상식에서 입상자들에게 메달을 걸어주고 있다.

및 해설서적 등을 전시하며 직접 판매하기도 했다.

각종 동양무술서적은 약 50여종에 이르고 있는데 이중 태권도에 관한 서적이라곤 겨우 3종류 뿐이었다.

서가에 진열된 책의 제목은 주로 쿵후, 가라데 서적이 주종을 이뤘고 검도, 아이키도 등의 일본 무술의 서적이 많았다.

또한 일본인들이 신는 게다와 검도용구인 죽도, 목도가 상품으로 등장해 팔리고 있어 이채로웠다. 그에 비해 태권도에 관한 문헌 및 상품화가 전무한 관계로 태권도인에게는 아쉬움과 함께 각성을 촉구하는 회비가 엿갈린 순간이었다.

한국사범 초청만찬

김운용 세계태권도연맹 총재는 이튿날 경기가 끝난 뒤 한국선수단이 묵고 있는 호텔에서 유렵에서 활약 중

그감격의 발자취를 따라

인 한인사범 1백 50여명을 초청하여 만찬을 베풀고 세계연맹발전을 위해 합심, 협조해 줄 것을 당부하였다. 이 자리에서 사범들은 새로운 태권도소식을 알 수 있는 각종 홍보자료를 보내 달라고 요청했다.

세계의 도전받는 태권종주국

제4회 세계태권도선수권대회가 한국이 10체급에서 7체급을 석권, 패권을 차지한 가운데 3일간의 일정을 끝내고 폐막했다.

연일 1만여 관중이 운집한 가운데 진행된 경기는 일사불란했고 성공적인 대회였다.

그러나 개막식후 행사로 펼쳐보인 태권도시범에서 다소 문제점을 노출했던 것은 당시만 해도 ITF 기술 보급이 우세한 관계로 품새 및 도복의 상이로 인해 뼈딴덕 거렸다.

서독협회 조직위측은 세계연맹측의 점검에 불만을 표시했고 실제로 그 영향은 시상식의 국기계양에서 표출되기도 했다.

관례를 무시하고 시상식 국기계양에 있어 1위와 2, 3위의 높이를 구분하지 않고 일률적으로 수평으로 국기를 달고 시상하는 해프닝을 연출했다.

경기를 통한 기술적인 측면에서 볼 때 우선 각팀의 수준이 크게 향상됐다는 점이었다.

지난 시카고대회에서 한국이 1체급에서만 금메달을 놓쳤는데 이번 대회에서 3체급이나 패했다는 사실을 가지고도 설명할 수 있다. 특히 중량급 헤비급 1회전에서 탈락했다는 것과 웰터급과 라이트미들급에서 동메달이 머물렀다는 것이다.

만약 자유중국이 참가했다라면 판도가 더욱 달라지지 않았을까 하는 우려를 금하지 않을 수 없었다.

한국선수들에게 나타나는 현상은 1, 2회전에서는 리드하고도 3회전에서는 고전하는 것이 바로 체력에서 열세하기 때문이었다.

이러한 점에서 볼 때 한국은 새로운 기술의 개발과 훈련의 과학화가 없는 중주국으로서의 이미지를 잃을 것으로 우려되었다.

그러나 이번 대회에서 핀급의 이승형, 밴텀급의 김종기, 라이트급의 박오성 선수는 우수한 기량으로 태권도의 진수를 보여줘 많은 감재를 받았다.

한국선수들이 이번대회를 통해 보여준 기술의 번이는 유연한 몸 움직임과 가벼운 발동작이 외국 선수들의 부러움을 자아내게 했다. 이것이 오늘날 경기에서 승패를 좌우하는 겨루기의 기본으로 작용하고 있다.

◆종합 메달집계

순위	나라	금	은	동
1	한국	7	-	2
2	멕시코	1	5	2
3	서독	1	1	4
4	네덜란드	1	-	2
5	미국	-	2	4

◆체급별 입상자

핀급	1. Seung-hyung Lee	KOR
	2. Jaime de Pablos	MEX
	3. Dae-sung Lee	USA
	Azofra Emilio	ESP
플라이급	1. Ki-mo Yang	KOR
	2. Benito	ESP
	3. Ramiro Guzman	MEX
	Bachir	MAR
밴텀급	1. Chong-Ki Kim	KOR
	2. Pablo Arismendi	MEX
	3. Chung-shik Choi	USA
	D. Veljovic	GER
페더급	1. Dai-taik Yim	KOR
	2. Reynaldo Salazar	MEX
	3. B. Barth	GER
	Martin Hall	AUS
라이트급	1. Oh-sung Park	KOR
	2. Goerge Fears	USA
	3. Henk Horsten	NED
	H. Leuchter	GER
웰터급	1. Mendiola Oscar	MEX
	2. Lindsay r. Lawrence	GBR
	3. H. Garthner	GER
	Moo-chun Kim	KOR
라이트미들급	1. Rainer Mueller	GER
	2. Guillermo Aragonese	MEX
	3. Chung-ho Park	KOR
	Hans Brugmans	NED
미들급	1. Sang-chun Kim	KOR
	2. R. Schultz	GER
	3. Byl Be Yao	CIV
	John Holloway	USA
라이트헤비급	1. Chan Chung	KOR
	2. N. Nefedow	GER
	3. Scott M.Rohr	USA
	Abdoulaye Cisse	CIV
헤비급	1. Sje Vos	NED
	2.Thomas G.Seabourne	GER
	3. Keith Whittemore	AUS
	Carlos Obregon	MEX

소년체전

최우수선수에 김일구 (강원중) 26회 소년체전 태권도경기

지난 5월 24일부터 26일까지 사흘동안 강원도 동해시 제1학생체육관에서 제26회 전국소년체육대회 태권도 경기가 치러졌다.

전국의 중학교에서 모두 307명(남중부 165명, 여중부 142명)이 출전한 이번 소년체전 태권도 경기에서는

김일구(강원중)가 최우수선수상을 받았다.

남중부는 서울이 금 4개, 은 1개로 종목 종합 1위를 차지했고 여중부는 경기가 금 6, 은 2, 동 1로 으뜸이 됐다.



▲ 초등학교 때부터 태권도를 익혀온 중학생선수들은 때로 어른 뻘치는 절묘한 기술을 보여준다. 이번 소년체전에서도 화려한 묘기가 속출했다.

“제주 태권, 화려한 복귀”

제26회 전국소년체전에서 제주도 선수단의 효자종목으로 태권도를 꼽는 데는 이의를 제기하는 사람이 아무도 없다. 전체 획득한 19개 중 절반에 가까운 7개의 메달을 무더기로 쏟아냈다.

비록 선수단의 메달 목표달성이 불발로 그쳤으나 1개 차로 좁히는 데 공헌했다.

당초 제주태권도는 유력한 메달로 2개와 4개 체급이 백중세로 꼽혔다. 태권도의 관행과 상대선수, 심판 판정 등의 체급종목의 변수를 감안한다면 3개의 메달을 획득하더라도 만족한 수준이다.

그러나 백중세의 체급은 물론 1개 체급에서 메달을 보태 그동안 유도에 밀렸던 '효자 종목'으로 화려하게 복귀했다.

또 핀급에서 금메달을 획득한 김신정(남주중)은 제주태권도의 체전 출전 사상 10호째 금메달 주인공으로 탄생하면서 '노골드'의 위기에서 구출하는 효자로 시선을 모았다.

이처럼 제주태권도가 전통종목으로서의 위상을 굳힌 것은 고우방 회장(동아기업사 대표)의 적극적인 투자와 관심, 태권도인 화합을 모색하는 등 대중 양 절충에 능동적으로 대처해온 결과로 풀이된다.

(제주도 한라일보)

■ 입상자 전적

남 중 부

체급	등위	성명	소속학교	전적
권급	1	김신정	남주중	결승 김신정 4:3 고승우
	2	고승우	강릉중	준결승 고승우 6:2 최동철
	3	최동철 신성우	오정중 반여중	김신정 5:4 신성우
플라이급	1	이영목	신암중	결승 이영목 4:3 함규환
	2	함규환	남주중	준결승 함규환 4:1 고성범
	3	고성범 오민수	구월중 오정중	이영목 2:0 오민수
밴텀급	1	김정근	한성중	결승 김정근 1:0 이순재
	2	이순재	은행중	준결승 이순재 4:3 이진우
	3	이진우 조화래	경북체중 신암중	김정근 *2:2 조화래
페더급	1	이수봉	문일중	결승 이수봉 4:3 오성윤
	2	오성윤	신암중	준결승 오성윤 7:3 강석만
	3	박민열 강석만	평원중 예산중	이수봉 5:1 박민열
라이트급	1	김대진	사당중	결승 김대진 4:2 김준형
	2	김준형	군산동중	준결승 김준형 9:4 최한선
	3	박양배 최한선	남주중 협성중	김대진 4:3 박양배
L 웰터급	1	임지광	배명중	결승 임지광 2:1 노현우
	2	노현우	신암중	준결승 노현우 3:1 박현호
	3	박현호 신동기	웅남중 전주중	임지광 8:4 신동기
웰터급	1	류준수	태성중	결승 류준수 9:5 박재우
	2	박재우	대동중	준결승 박재우 5:3 유지상
	3	이신형 유지상	산곡중 철원중	류준수 10:3 이신형
L 미들급	1	김승영	광주체중	결승 김승영 8:7 오명우
	2	오명우	청주중	준결승 오명우 4:3 최우주
	3	최우주 임대규	군산동중 백양중	김승영 6:4 임대규
미들급	1	김일구	강원중	결승 김일구 5:2 장두상
	2	장두상	오현중	준결승 장두상 *5:5 이상민
	3	허도식 이상민	웅동중 영남중	김일구 6:5 허도식
L 헤비급	1	문성일	대전체중	결승 문성일 4:2 권형태
	2	권형태	경주중	준결승 권형태 *2:2 신철
	3	신철 김도훈	덕원중 경일중	문성일 10:5 김도훈
헤비급	1	임동일	이수중	결승 임동일 5:2 이원영
	2	이원영	오정중	준결승 이원영 *6:6 손정운
	3	박경문 손정운	남주중 정읍소성중	임동일 11:4 박경문

* = 우세승

여 중 부

체급	등위	성명	소속학교	전적
권급	1	김새롬	구운중	결승 김새롬 7:5 최인숙
	2	최인숙	관동중	준결승 최인숙 7:1 박진민
	3	강옥주 박진민	청량중 창평중	김새롬 7:0 강옥주 (RSC)
플라이급	1	이혜영	곡산중	결승 이혜영 2:0 박효주
	2	박효주	역삼중	준결승 박효주 6:4 이라희
	3	이라희 서희정	계산여중 제주여중	이혜영 7:1 서희정 (RSC)
밴텀급	1	이인혜	용곡중	결승 이인혜 *4:4 김선희
	2	김선희	대원여중	준결승 김선희 1:0 정지영
	3	정지영 이성혜	부흥중 본리여중	이인혜 6:0 이성혜
페더급	1	강지나	법성중	결승 강지나 5:1 이지혜
	2	이지혜	부인중	준결승 이지혜 7:0 신지숙
	3	김은정 신지숙	군산중앙여중 서화중	강지나 기권승 김은정 (RSC)
라이트급	1	이지미	덕성중	결승 이지미 5:3 김은선
	2	김은선	동신여중	준결승 김은선 6:4 전용미
	3	전용미 신은선	군산중앙여중 부산동여중	이지미 3:1 신은선
L 웰터급	1	이인중	고양중	결승 이인중 4:1 양지은
	2	양지은	신관중	준결승 양지은 7:1 김현희
	3	김현희 김희영	군산여중 서원중	이인중 5:0 김희영 (RSC)
웰터급	1	장은숙	양정여중	결승 장은숙 2:1 양선희
	2	양선희	역삼중	준결승 양선희 *2:2 하현진
	3	하현진 김아름	금정여중 설악여중	장은숙 4:0 김아름 (RSC)
L 미들급	1	김혜미	당곡중	결승 김혜미 4:0 장영희
	2	장영희	동여중	준결승 장영희 5:0 박주희
	3	박주희 우정선	홍해중 만수여중	김혜미 1:0 우정선
미들급	1	배은주	곡산중	결승 배은주 6:1 정효정
	2	정효정	법성중	준결승 정효정 13:11 김미라
	3	윤정미 김미라	만수여중 신산중	배은주 4:0 윤정미
L 헤비급	1	이혜진	동여중	결승 이혜진 8:4 홍자연
	2	홍자연	계산여중	준결승 홍자연 6:5 박조은
	3	박조은 강문희	부인중 소양중	이혜진 5:0 강문희 (RSC)
헤비급	1	최재희	부곡여중	결승 최재희 4:3 정혜경
	2	정혜경	자양중	준결승 정혜경 4:0 임정자
	3	박정자 채주희	나전중 영광여중	최재희 4:0 임정자 (RSC)

* = 우세승

태권도 산책



홍 종 수

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

오늘날 우리나라 역사를 돌이켜 볼 때 많은 국민들이 한결같이 느끼는 아쉬움은 신라가 삼국통일을 이룩하면서 압록강과 두만강 건너의 옛 고구려 땅을 확보하지 못했다는 점일 것이다.

그때 만약 옛 고구려 땅을 우리가 차지해 오늘에 이르렀더라면 우리는 현재보다 넓은 국토에 보다 강하고 부유한 국가로서 존재하고 있을 가능성이 매우 짙다. 그렇게 됐으면 물론 동아시아의 역사도 달라졌을 터이고.

하지만 「역사에 만약은 없다」는 말이 옳을런지도 모르겠다.

역사란 앞날의 교훈은 될 수 있을지언정 결코 뒤집을 수는 없는 것이기 때문이다.

아마도 그 때의 국제정세와 신라의 국력으로 보아서는 대동강 이남의 한반도 통일 이상을 바랄 수 없었는지도 모르겠다.

신라가 백제와 고구려를 멸망 시키고 삼국통일을 이룩하는데 가장 크게 이바지한 두 인물은 김유신과 김춘추다.

배어난 무장 김유신과 뛰어난 외교수완을 지녔던 김춘추가 힘을 합쳐 신라의 오랜 염원이던 백제와 고구려의 토평(討平=처서 평정함)을 실현 시켜 나라의 기초를 단단하게 다져 놓았다.

김유신(596~673년)은 가락국의 시조 김수로왕의 12대 손으로 15살에 화랑이 됐다.

김유신의 호는 용화(龍華)다. 화랑의 판 이름으로 향도(香徒)라는 말이 있다.

화랑 김유신을 나타낸 용화향도는 그가 17살 때 온 신라 안에 퍼질만치 김유신은 매우 뛰어난 화랑이었다.

당시 신라, 백제, 고구려의 세 나라가 정립(鼎立=술발 처립 셋이 섬)하고 있는 가운데 신라는 국력이 약해 두 나라로부터 자주 침공을 받았으며 또한 바다 건너 왜구(일본해적)에게도 끊임없이 시달리고 있었다.

나라의 앞날을 걱정하고 자신이 나아가 할 길을 찾기 위해 중악(中岳) 깊은 산속에서 사흘 밤 사흘 낮을 천신(天神)께 기도한 김유신은 삼국통일의 큰 뜻을 품게 됐다.

선덕여왕 때 대신인 비담이 반란을 일으켜 10여일 동안에 걸친 싸움이 벌어졌다.

『여왕이 나랏일을 그르치고 여인이 왕 위에 올라 있으니 다른 나라와 견주어 위엄이 없다』는 것이 반란의 명분이었다.

그러나 신라의 제27대 왕인 선덕여왕은 비록 여성이긴 해도 영특하기로 이름난 임금이어서 민심은 여왕을 따르고 있었다. 선덕여왕이 궁성에 농성하면서 비담의 공격을 막고 있던 어느날 밤 월성(月城=큰 성문 밖의 작은성)에 큰 별뚝별이 떨어졌다.

비담은 이것을 「여왕이 죽을 조짐」이라 떠들어대 반란군의 사기를 드높였다.

믿음은 모든 일의 근본 김춘추와 힘합쳐 통일

이 소식을 듣고 여왕이 매우 놀라 걱정하자 김유신이 나서서 『길흉(吉凶)=좋은 일과 언짢은 일)은 사람하기에 달렸으며 덕(德)은 악(惡)을 누를 수 있습니다』고 여왕을 안심 시켰다.

그 날밤 김유신은 허수아비에 불을 붙이고 큰 연에 달아 하늘 높이 띄워 떨어진 별뚝별이 마치 하늘에 다시 올라간 것처럼 꾸몄다.

다음날 날이 밝자 김유신은 많은 사람들을 시켜 『떨어진 별뚝별이 어제밤 다시 하늘로 올랐다』고 말을 퍼뜨려 반란군의 사기를 꺾은 뒤 관군에 총출동을 명해 쳐들어 가 비담을 죽여 버렸다.

김유신은 용감할 뿐만 아니라 이렇게 지략에도 뛰어난 장수였다. 한편 김춘추는 당나라와 일본을 오고가면서 당나라와는 나당(羅唐)연합군을 이루도록 함의를 끌어내고 일본에게는 왜구를 보내지 않도록 약조를 받는 등 큰 외교성과를 거둔다.

나이는 김유신보다 김춘추보다 8살이나 위였지만 이 두 사람은 뜻을 같이하여 손가락을 잘라 피를 뽑아 나누어 마시며 삼국통일의 큰 일을 이룰 것을 맹세

했다.

서로 믿고 존경하는 두 사람의 신의(信義=믿음과 의리)는 후세에 두고두고 사람들의 입에 오를 정도로 두터웠다.

김유신은 외교 교섭 차 고구려에 들어갔다가 감금당한 김춘추를 적극적으로 구원해냈고 김춘추가 신라의 제29대 왕에 오르도록 강력하게 뒤밀기도 했다.

이 김춘추가 바로 태종 무열왕이다.

김유신은 자신보다 나 어린 무열왕에게 꺾듯이 군신(君臣=임금과 신하)의 예(禮)를 다해 충성을 바침으로써 나라의 기강을 바로 세웠다.

660년 신라와 당나라의 나당연합군이 백제를 칠 때에도 김유신은 당나라에 대해 민족적 자부심을 잃지 않고 대했다.

신라군이 황산벌에서 백제의 명장 계백이 이끄는 5천 결사대의 항전에 시달려 당군과 약속한 기일내에 집결지에 도착하지 못했다 해서 당군 총사령관인 소정방이 신라의 감군(監軍)인 김문영의 목을 베려했다.

이 소식을 듣고 격노한 김유신은 『소정방이 황산벌 싸움을 보지 못하고 집결 날짜만 어겼다고 죄를

사람이 서있는 옆모습

후과 口의 모습 후의 흠(음)이
심과 통해 마음의 뜻 생각하고
있는 것을 말하는 것.

■마음 속에서 여러가지 일을 생각해두
사람의 말에는 거짓이나 속임이 있어서
는 안된다.

하늘에 맹세코 정직하게 말 해야 된다
는 데서 <진실·믿음>의 뜻이 됐다.

와

言

로

信

뒤 당나라와의 싸움에서 원술 큰 공을 세웠으나 그래도 어머니의 용서를 받지 못해 원술은 일생을 비관 속에서 보내고 말았다.

그리고 보면 김유신의 미망인도 세상을 떠난 남편에게 신의를 지키느라 원술이 늙어치고 큰 공을 세



주어진 여건 아래서 최선다한 명장 김유신

◀신라의 명장 김유신. 그는 외교수완이 뛰어난 김춘추(뒷날의 태종 무열왕)와 손을 잡고 삼국통일이라는 큰일을 해냈다.

우리 장수에게 내리려 한다면 죄없이 욕을 당하느니 차라리 당군과 승패를 겨룬 뒤에 백제를 멸하겠단」고 소리 높여 외쳤다.

이에 놀란 당군의 부장(副將)인 동보량이 소정방에게 『신라군이 번을 일으키려 한다』고 알림으로써 소정방은 김문영의 목을 베려던 애당초의 뜻을 바꾸었다.

부하를 아끼고 나라의 위신을 지킨 김유신은 고구려와 백제가 멸망한 뒤 당나라가 평양과 웅진에 도독(都督)을 두어 사실상 한반도를 식민지화하려 하자 여러차례 전투를 벌여 이들을 물리내기에 힘썼다.

김유신은 싸움터에서 후퇴한 둘째 아들 원술을 그 뒤 평생 외면했으며 김유신이 세상을 떠난 2년

있는 데도 받아들이지 않았던 모양이다.

그리고보면 김유신과 그 부인은 얼마나 서릿발 같은 엄한 정신적 자세로 평생을 보낸 것일까 절로 옷깃을 여미게 된다.

김유신이 세상을 떠나자 문무왕은 그에게 태대각간(太大夫角干)이라는 신라건국 이래 가장 큰 벼슬을 내렸으며 뒤에 흥무대왕으로 추봉(追封)했다.

「믿음은 모든 일의 근본」이라는 옛말처럼 신(信)이야말로 인간 사회생활의 근본이다.

서로를 믿고 가슴을 열어 마음을 주고 받으며 한 번 약속하면 자신의 양심에 비추어 그 약속을 지키는 사회야말로 모두가 바라는 건전한 사회다.

신의가 살아있는 사회풍토를 태권도인이 앞장서서 조성하자.

챔피언의

특 기

좀 봅시다



▲세계선수권 3연패의 강자 양대승 코치

세계선수권대회 3연패

양대승의 밀어차기

현재 국가대표팀 양대승 코치가 지난호 「세계선수권 3연패 - 김종기의 뒤차기」에 이어 이 면을 장식하게 되었다. 양대승 이후로 과연 3연패 달성자가 나올 것인가로 관심을 모았으나 그 뒤 아직 세계선수권 3연패의 경이로운 기록은 세워지지 않고 있다.

상대의 중심을 일순에 무너뜨리는 밀어차기, 일명 '컷트발'로 유명했던 양대승씨의 '밀어차기'를 이용한 심리전'을 소개한다.

(편집실)

상대의 중심 흐트러 혼란에 빠뜨려 다음 기술 구사를 위한 속임수 작전

양대승이란 누구냐?

자신의 장점 자각 뒤 승승장구

서울 출생으로 6세 때부터 태권도를 시작, 초등학교

3학년 때 김정찬 사범을 만나 선수생활을 시작했다.

수 없이 많은 지역대회에 나가도 입상 한번 못했으니 처음엔 적극적으로 지원하던 아버지가 태권도를 그만두라 한 것도 무리는 아니었을 것이다.

태권도를 그만둔 한달 간 어린 양대승은 너무 속이 상하고 억울해서 다음번에 대회에 나가게 되면 기필

챔피언의 특기

코 1등을 하고 말 것이라고 다짐했고 치밀하게 자신의 장단점을 파악했다.

그리고 건강을 위해서라는 조건으로 다시 태권도를 시작하게 되었다. 지금도 잊어버리지 않는 첫번째 승리. 석관동에 있는 체육관에서 처음으로 1등을 하게 된 양대승은 남보다 발이 빠르다는 것을 자각하며 자신감을 갖게 되었고 이 후 모든 대회에서 승승장구하게 된다.

신체조건이 좋은 편이 아니어서 주로 머리를 쓰며 경기를 뛰게 되었다는 그는 동성중과 서울체고를 거쳐 한국체대, 대학원을 졸업했다.

고등학교 3학년 때부터 6년간 국가대표를 지내며 87년 제8회 스페인 세계선수권대회에서 라이트급 금메달을 땀고 89년 9회 대회 우승, 91년 제10회 대회 우승으로 세계선수권대회 3연패의 위업을 달성했다.

매번 대회 때마다 상대의 중심을 흐트리는 밀어차기로 상대를 혼란에 빠뜨린 뒤 고도의 심리전을 이용해 본인이 원하는 방향으로 상대의 공격을 유도해 결정타를 가하는 그의 공격수법은 한세대에서 선수들을 지도하면서 유감없이 그 위력을 발휘하게 된다. 다섯 번의 대표 최종선발전을 지도하면서 심리적으로 파고드는 전략으로 성과를 거두는 바람에 다른 대학들이 치를 떨 정도였다고.

97년에는 국가대표 코치로 태능에 입촌해서 선수들을 지도하고 있다.

장래희망은 대학강단에 서서 후학을 양성하면서 체육계에 봉사하는 것이다.

양대승의 밀어차기

상대의 중심을 허무는 가장 효과적인 방법

국내경기에서는 득점으로 인정이 안되는 밀어차기를 공격의 활로를 여는 수법으로 강조하는 이유는 무엇일까?

복싱의 잭처럼 상대방을 혼란에 빠뜨릴 수 있는 기술이기 때문이다.

나래차기, 원발 내려찍기, 밀어차기 등 서로 달라보이는 기술을 발휘할 때도 발이 나갈 때 접는 각은 똑같다고 그는 말한다. 그러니까 자신이 어떤 기술을 발휘할지 상대가 모르기 때문에 상대는 어떻게 방어해야 할지 모르고 불안해 한다는 것이다. 한마디로

속임수 작전이다. 밀어차기를 시도하는 척 하다가 다른 기술로 급습하는 방법은 야구에서 투수들이 변화구, 직구 등의 다양한 공을 던질 때 어떤 구질의 공을 던지는지 타자에게 눈치채지 않도록 노력하는 것과 같다.

밀어차기는 어떻게 하나?

밀기가 아니라 차기 느낌으로

상대의 골반뼈(장골능)와 호구의 끝부분 사이를 발을 45도 각도로 해서 때린다.

'밀기'가 아니라 '차기'의 느낌으로 상대의 동작을 제압할 수 있어야 한다.

기억에 남는 '긴장을 풀어준 한마디'

87년 스페인 대회 때의 일이다.

유명식 선배와 같은 방을 썼던 그는 마지막 날에 경기가 있었기 때문에 아주 힘들었다고 한다.

그 긴장감은 이루 말할 수 없을 정도였다고. 그때 첫 날 경기를 뛰고 금메달이 확정되었던 유명식 선배는 긴장해있는 그에게 이런 말을 해주었다.

'대승아! 나는 운이 좋아 첫 날 우승컵을 탄 거고 너의 우승컵은 저기 보관돼 있다. 너는 며칠 후에 받을 뿐이야.'라고.

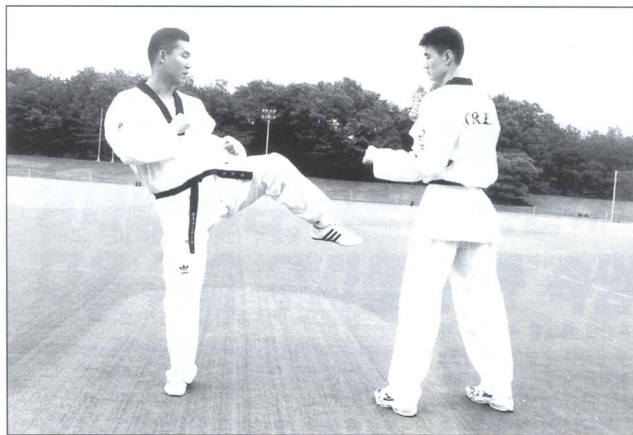
이 말이 그에게는 큰 위로와 힘이 되었다고 한다. 선배의 따뜻한 격려 한마디가 귀중한 금메달을 따는 견인차 역할을 한 셈이다.

챔피언의 특기



1.

겨루기에서 두 선수가 서로 맞았을 때 양쪽 모두 상대방이 어떤 공격으로 나올까 경계한다.



2.

한 스텝 밟고 나가 다리를 들어 잡는다. 이단계에서 상대방은 내려차기, 원발 내려찍기 등 어떤 공격이 가해질지 짐작을 못한다.

챔피언의 특기

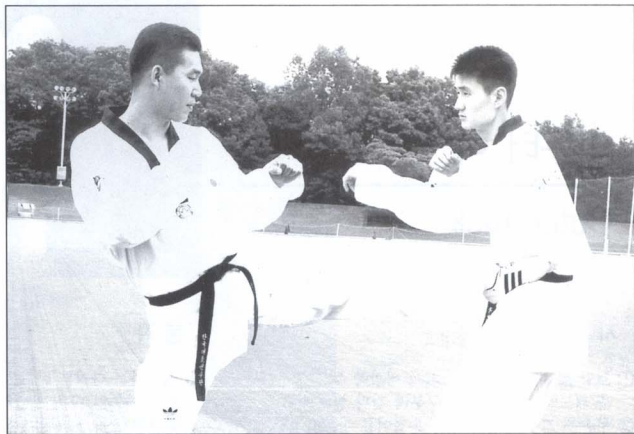
3.

그러나 이 때 포인트는
되지 않지만 상대방의
허점을 찔러 다리를
뺏는다.



4.

밀어차기는 장골능과
호구 끝부분을 정확히
가격한다.
닿는 발은 45° 각도로.





지도: 박 영 철

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

전문가가 지도하는

태권도를 위한

웨이트 트레이닝

시범 : 이 호 열 (태권도 공인 7단 국가원 심사위원)

다리관절의 가동범위 넓히기

태권도는 중국의 우슈나 일본의 가라데 등에 견주어 화려한 발기술이 특징의 하나로 꼽히고 있다.

어떠한 자세에서도 발공격을 구사할 수 있도록 평소에 착실히 트레이닝을 쌓아두어야 한다.

우리는 일상생활 속에서 다리를 옆으로 들어 올리는 기회가 거의 없다. 이번호에는 다리를 바깥 쪽으로 또는 안쪽으로 뺀는데 도움이 되는 관절의 가동범위 넓히기와 근력강화에 도움이 되는 아우터 킥, 그리고 인너킥을 소개한다.

아우터 킥

Outer Kick

자 세

- ① 토탈 힙 머신에 옆으로 서서 바깥쪽 무릎 윗부분을 패드에 무릎을 조금 구부려 갖다 놓는다.
- ② 두손은 기구에 달려 있는 손잡이를 잡는다.
- ③ 실시하지 않는 발은 실시하는 발이 지면에 가까이 왔을 때의 위치로부터 뒤로 약 20cm 정도 옮긴다.



동 작

- ① 실시하는 다리를 반대쪽 다리보다 약간 더 안쪽으로 끌어들인 다음 서서히 힙 바깥쪽과 넓적다리 바깥쪽을 긴장 시키며 몸 바깥쪽으로 밀어낸다.
- ② 반대쪽 다리와 상체가 움직이지 않는 범위 내에서 실시하는 다리를 밀어낸다.
- ③ 다시 서서히 다리를 원위치로 가져온다.

- ④ ①, ②의 동작을 반복하며 10-15번 사이의 회수를 소화한 다음 발을 바꿔서 교대로 실시한다.

호흡

입으로 내쉬며 페드를 몸 바깥쪽으로 밀어내며 코로 들이쉬며 원위치로 돌아온다.

주의점

- ① 10번 내지 15번 할 수 있는 무게를 선택하는 것이 중요하며 사용하는 무게가 적당치 않을 때 반대쪽 다리나 상체를 움직이게 된다.
- ② 항상 실시하는 다리나 반대쪽 다리가 조금은 구부러져 있는 것이 부상 방지나 무게를 사용하는 면에서 보다 효과적이다.
- ③ 실시하는 다리의 근육은 항상 긴장을 유지하며 발은 바닥에 닿지 않도록 한다.

응용운동

- ① 옆으로 누워서 누운쪽의 팔꿈치를 세워 상체를 지탱하고 무릎을 90도 정도 구부린다. 실시하는 다리는 곧게 뻗어서 넓적다리 옆 부분에 아령을



올려놓고 다리를 위로 들어 올렸다 내리는 동작을 반복 한다. 이때 발을 바닥에 닿게끔 해서는 안된다(사진참조).

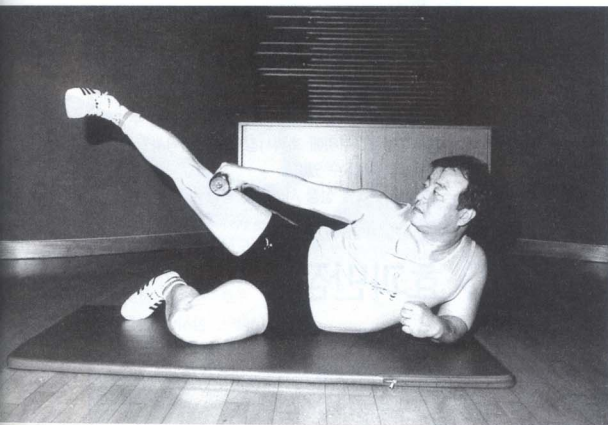
- ② 케이블이나 고무밴드를 사용하여 실시 할 수도 있다(사진참조).

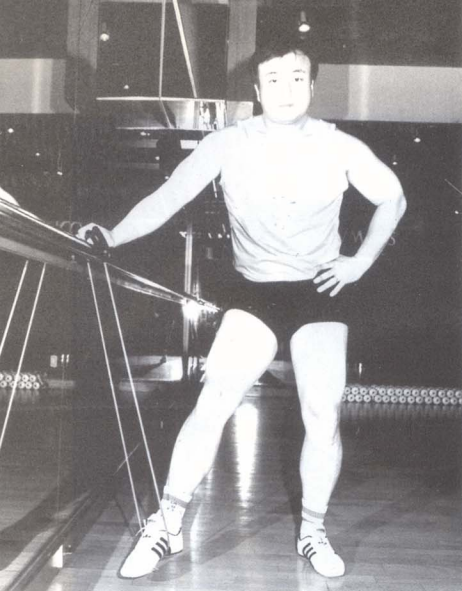
발달근육

- 중둔근
- 대퇴사두

발달 시키는 동작

- 옆자기의 동작의 스피드 증진
- 착지, 고정과 균형감각의 증진
- 사이드 스텝의 조정, 균형감각 강화
- 킥 동작에서의 안정성 강화





인너 킥

Inner Kick

자 세

- ① 토탈 힙 머신을 정면으로 보고 서서 한쪽 다리의

- 무릎 위의 안쪽부분을 패드에 대고 무릎을 약간 구부려 발이 바닥에서 조금 떨어지게 한다.
 ② 실시하지 않는 다리의 무릎도 항상 조금은 구부려져 있어야 한다.
 ③ 양손은 기구의 손잡이를 잡는다.

동 작

- ① 무릎을 조금 구부린 자세에서 실시하는 다리를 몸 밖으로 벌려서 넓적다리 안쪽이 최대한 퍼진 상태에서 다리 안쪽과 힙을 긴장시키며 서서히 안쪽으로 패드를 이동시킨다.
 ② 이때 실시하는 반대쪽 다리가 실시하는 발에 걸리지 않도록 한발자국 뒤로 물러나는 것이 바람직하다.
 ③ 패드를 안쪽으로 밀어서 동작범위가 주어진 최대의 반경까지 움직이고 다시 천천히 원위치로 돌아온다.
 ④ 12-15번 반복하고 다리를 바꿔서 교대로 실시한다.

호 흡

입으로 내쉬며 패드를 몸 안쪽으로 밀고 코로 들이쉬며 몸 바깥쪽으로 벌린다.

주 의

- ① 운동목적에 따라서 운동방식이 약간 변할 수 있다.

웨이트 트레이닝의 일반적 원칙

현재까지 소개된 웨이트 트레이닝의 종류와 방법은 엄청난 가지 수를 갖고 있다. 그러나 그 모든 원칙과 종류, 방법 중에서도 한가지는 기본적으로 알고 또 실천해야만 한다.

그것은 근육이 피로할 때까지, 즉 한번

기구나 아령을 잡고서 운동을 실시하면 근육이 피로해서 더 이상 못할 때까지 해야 한다. 그래야만 근육에 자극을

줘서, 즉 근육 안의 단백질들을 사용하게 되고 운동 후 더 많은 단백질을 그 부위에 축적시킴으로써 근력과 근육의 크기를 증진시킬 수 있다.

쉽게 말해서 근육을 성장 시키려면 항상 새로운 자극을 줘야 하기 때문에 역도선수나 보디빌더들이 가급적 무거운 무게로 연습을 하려고 하며, 심지어 신음소리를 내고 얼굴을 찡

그리면서 마지막 한 번을 채우려는 이유가 여기에 있다.

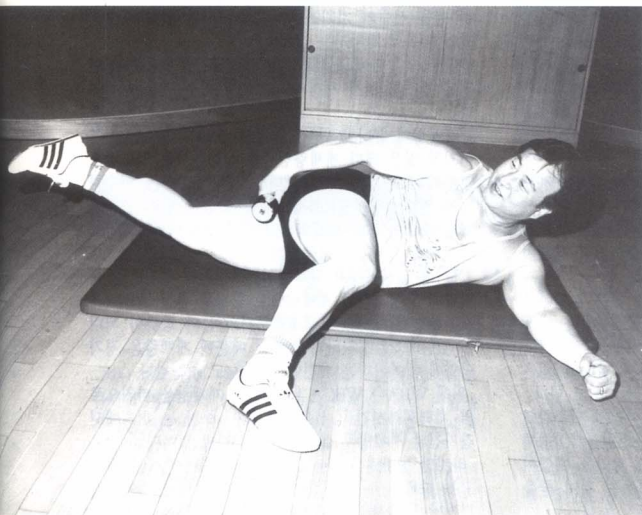
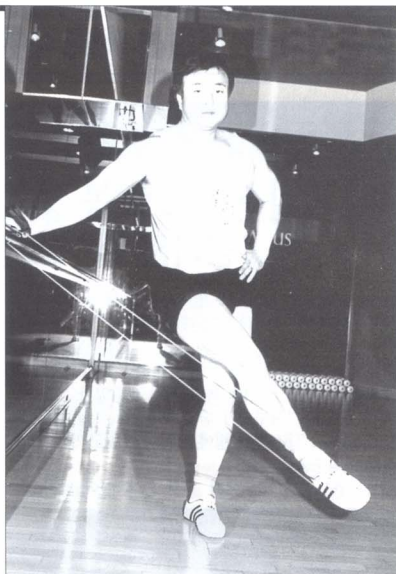
근육 피로해야 효과만점

즉 스피드를 위해서는 조금 가벼운 무게로 빠른 동작으로 실시하고 근력이나 근육의 증진을 위해서는 천천히 하는 것이 바람직하다.

- ② 몸의 반동으로 동작을 지원해서는 안된다.
- ③ 다리를 안쪽으로 움직일 때 보다 또 바깥쪽으로 움직일 때 더 천천히 하는 것이 보다 근육에 자극을 줄 수 있으며 부상예방에도 도움이 된다.

응용운동

- ① 옆으로 누워 바닥쪽에 있는 다리는 곧게 펴고 위쪽에 있는 다리는 직각으로 구부려 상체 앞으로 오게 하며 윗팔을 세워서 팔꿈치가 바닥을 지지하여 상체를 세운 다음 아령을 바닥쪽에 있는 넓적다리 안쪽에 올려놓고 다리를 바닥에서 들어 올렸다. 내렸다 하는 동작을 12-15번쯤 반복하고 신체의 위치를 바꿔서 교대로 실시한다.
- ② 서있는 자세에서 케이블이나 고무 밴드를 이용하여 발목에 고정시켜 놓고 실시 할 수도 있다 (사진이 바로 고무밴드를 이용한 운동)



발달근육

- 내전근
- 봉궁근
- 대퇴이두근

발달되는 동작

- 안쪽 킥의 파워와 스피드 증진
- 사이드 스텝의 고정, 조정력과 스피드 강화
- 킥 동작에서의 안정성 강화

전문지들이 전하는 세계격투기 소식

복싱 BOXING

일본 프로복싱, 2년 동안 4명 사망 “경기전 날 계체량 재고하자” 주장도

링에서의 사고가 잇따라 일어나는 바람에 일본의 복싱계는 위기를 맞이하고 있다. 지난 2월 도쿄의 고라쿠에 홀에서 연거푸 두 건의 링사고가 일어났다.

2월 10일 8회전 경기를 무승부로 끝낸 히라누마가 의식을 잃고 두 주일 뒤에 목숨을 잃고 말았다.

공교롭게도 히라누마가 숨을 거둔 같은 날 같은 시각에 도다도 TKO패한 링에서 의식을 잃고 병원에 실려가 머리수술을 받았다.

최근 2년 사이 일본에서 경기 중에 일어난 사고는



▲지난 2년동안 일본의 링에서는 뇌손상으로 4명이 목숨을 잃었고 5명이 수술을 받았다.

이 두 건을 포함해 9건에 이르고 그 가운데 4명이 사망, 나머지 5명이 수술을 받고 입원 중이거나 재활치료를 받고 있다.

이러한 사태를 심각하게 받아들이고 있는 전일본복싱협회는 사고 예방을 위해 안전함을 쓰고 있다.

「프로복서로서 20전을 겪은 선수」를 대상으로 CT에 의한 머리 단층촬영검사를 의무화해서 머리에 입은 대미지를 밝혀내려는 노력이 3월부터 실시되고 있다.

『어째서 하필이면 20전을 겪고나면 머리의 단층촬영을 해야 되느냐?』라는 질문에 대해서 전일본복싱협회는 『20전이러면 대략 5년쯤의 경력을 쌓았을 때쯤이니까 이따 때쯤에 한번 검사를 받아두는 것이 좋을 것 같아서이다』라고 밝히고 있다.

이 검사의 이야기가 나오기 시작한 것은 2년전 일본 밴텀급 타이틀매치에서 그레이트 가네야마가 사고로 사망하고 나서 부터다.

그 때까지만 해도 링사고는 비교적 경력이 짧은 젊은 선수들에게 많이 일어나고 기술의 미숙이나 선천적인 뇌의 변형이 사고의 원인으로 연결됐다고 생각돼왔다.

그러나 가네야마는 50전이냐 겪은 베테랑이었고 세 계정상도전의 경험도 지니고 있었다.

그래서 20전쯤에서 뇌의 단층촬영검사를 해보자는 이야기가 구체화 된 것이다.

이 밖에도 세계 추세에 따라 2년전부터 실시되고 있는 경기전날 계체량검사를 재고하는 방침을 JBC(일본 권투위원회)에 건의했다.

계체량이 끝나고 난 뒤부터 경기까지의 시간이 길어진 만큼 선수의 자기관리가 느슨해지는 것이 사고의 원인 가운데 하나라는 것이다.

지난 2년동안에 링사고가 많이 일어난 현상은 경기전날 계체량 실시 기간과 일치하고 있는 것은 사실이다.

『계체량이 끝나고 난 뒤 선수의 관리가 충분히 이루어지지 않은 데다 계체량검사를 통과했다는 안도감으로부터 오는 과음으로 컨디션을 무너뜨리는 선수가 적지 않다』는 전일본복싱협회의 주장을 일리 있다고 여긴 JBC는 경기 전날의 본체제 말고도 경기 당일의 재계체제를 실시할 방침을 밝혔다.

그러나 일본복싱계 일부에서는 『종전의 경기당일 계체량에서 경기전날 계체량으로 규정을 바꾼 WBA(세계 권투협회)나 WBC(세계 권투평의회)의 참뜻이 어디에 있는지 잘 생각하지 않았기 때문에 계체량은 경기당일에 해야 된다는 의견이 나왔다』고 주장한다.

원래 WBA나 WBC는 「경기전날 계체량을 마침으로써 체력회복시간을 선수에게 많이 주자」는 취지에서 경기전날 계체량을 실시하기로 결정한 것이다.

하지만 동양권의 나라들은 「복서들에게 가혹한 감랑고는 따르기 마련」이라는 생각이 지배적인 탓에 「경기전날에 계체량을 마치면 체력회복시간이 길어지니

전문지들이 전하는 세계격투기 소식

여자 테니스 톱스타 힝기스가 복싱선수?

『어? 여자 테니스의 톱스타인 마르티나 힝기스(사진 오른쪽)가 복싱선수로 전향했나?』라는 의문이 일어날 만도 하다.

스위스의 16살짜리 소녀 힝기스는 올해들어 호주오픈을 포함 6개 타이틀을 휩쓸어 단숨에 온 세계의 주목을 끌고 있는 거물급 신예.

말에서 떨어지는 바람에 무릎을 다쳐 한동안 경기에 모습을 나타내지 않았으나 요즘 재기에 성공. 또 다시 매스컴에 크게 다루어지고 있다.

이 사진은 지난 2월 하순 스위스 대표팀의 동료들



과 함께 복싱체육관을 찾아 장난삼아 찍은 것이라고.

그러나 힝기스가 복싱선수로 전향한 것은 결코 아니라는 이야기다.

까 무리를 해서라도 한체급 내려보자고 생각하는 선수가 있었던 것 처럼 관계자의 태만이 선수건강보다는 경기전날 계체량을 악용하려는 사람이 많은 것 같다.

현재 온 세계에 걸친 복싱의 위기는 인기의 하락이 아니라 안전성 보장이 미흡하기 때문에 일어나고 있다. 복싱이 스포츠로서 살아남기 위해서는 무엇보다도 선수의 건강을 보호하는 제대로 된 안전대책이 세워져야만 한다.

세계타이틀 도전자 자격 정하도록

전일본 복싱협회는 일본선수가 세계타이틀에 도전하

는 경우, 그 자격자를 현역의 동양태평양챔피언이나 일본 챔피언에 한정하도록 내규작성을 검토하고 있다. 이런 조치는 마구잡이 세계타이틀매치를 없애고 안이한 일본 타이틀 반납을 막는데다 국제경기의 활성화를 목적으로 삼고 있다.

협회가 전국 약 230개 체육관을 대상으로 앙케이트 조사를 한 결과 그 가운데 약 90%가 도전권을 한정하라는 안에 찬성했다.

그러나 한편 이 안이 구체적으로 실현될 경우 세계랭킹에 들어 있으면서도 동양 태평양타이틀이나 일본 타이틀을 지니고 있지 않으면 도전자격이 없다는 모순이 생기거나 타이틀 이동에 따라 도전권도 옮겨질 가능성이 문제가 되고 있다.

검도 KENDO

9년동안 경기인구 크게 늘어 한국 검도가 이토록 강해진 이유

지난 3월 일본 교토에서의 제10회 세계선수권대회 단채전 결승에서 한국은 비록 일본에게 1-2로 아깝게 지기는 했으나 『한국검도 강하다』는 인상을 온세계 검도인에게 심어주는데 성공했다.

일본의 검도전문 월간지 「일본검도」(5. 6월 합병호)는 세계선수권 특집기사에 「한국이 이토록 강해진 이유」를 2페이지에 걸쳐 실었다.

간추려보면 다음과 같다.

- 지난 79년 삿보로에서의 제4회 세계선수권대회에서 한국은 단채전 준우승을 차지한 이래 대회 때마다 4강에서 빠진 일이 없다.

한국 검도는 한국에서 열렸던 제7회 세계선수권대회를 계기로 발전에 더욱 박차가 가해진 느낌이다.

한국선수에 따르면 현재 한국의 검도 인구는 60만명.

전문지들이 전하는 세계격투기 소식



▲당당한 체격과 뛰어난 실력으로 결승전에서 일본과 1-2로 접전, 세계선수권 2위를 차지한 한국 검도팀

9년전 한국에서 세계선수권대회가 열렸을 때는 약 2만명으로 여겨지고 있었다.

어느 쪽도 정확한 수치는 아니지만 줄여서 생각하더라도 지난 9년동안 대폭적인 경기 인구 증가한 것만은 상상할 수 있다.

대회개최를 한 뒤 그 나라에 검도붐이 일어나는 예는 자주 있으나 소문에 들리는 「한국에서의 일찌기 없었던 검도붐」이 사실이라면 아마도 9년전 한국에서의 세계선수권대회가 불을 당겼을 가능성은 높다.

제6회 프랑스대회에서는 단체전에서 3위를 차지한 것 이상으로 개인전에서 한국의 선수 2명이 3위에 입상한 것이 클로즈업 된다.

2명 가운데 한사람이 이번 대회 단체전 결승에서 다카하시를 물리친 김정남이다.

김정남은 당시 대회 3년생으로 20살이었다.

김정남은 그 대회 단체전 준결승에서도 다음해 일본 챔피언이 되는 이와보리를 꺾어 이겼다. (경기는 3-1로 일본 승리)

김정남은 한국에서의 제7회 대회에서도 개인전 3위 입상. 단체전에서도 주장으로 출전, 이미 경기 승패는 평가를 낮았지만 또다시 이와보리에게 한판승을 거두었다.

한국의 검풍(劍風)도 제8회 캐나다 대회 쯤서부터 변화가 일어나기 시작했다.

그때까지만 해도 마구잡이로 이기려는 자세도 보였지만 우선은 일본과 동등의 검풍을 익히려는 의식이 경기태도에서도 느낄 수 있게 됐다.

당시 한국의 한 선수는 「우리는 기초를 닦는데 오랜 시간을 투자하게 됐다」고 말했다.

한국이 착실히 뻗어나고 있는 비밀 가운데 하나로 신진육성에 힘을 기울이고 있는 것도 꼽을 수 있다.

이번 대회 단체전서 미야자끼와 싸운 박상섭(24·개인전 3위)은 세계선수권 출전이 두 번째이며 선봉인 허 웅(23)은 10대부터 국가대표로 뿔혀 이번이 세번째 출전이다.

이번 대회에서 한국 신예들의 급성장엔 두드러졌다.

박상섭은 개인전에서 나이도 크게 차이가 나지 않은 나베야마(27·일본팀 최연소)를 물리쳤으니 「제2의 김정남」이 될 가능성이 크다.

한국의 고감독은 대회를 돌이켜 「일본에 따라붙고 앞지르자고 노력해 왔으니 머지않아 그럴 날이 오리라 생각하고 있습니다. 그러나 앞으로 10년은 걸리지 않을가요」라고 말하고 있다.

감독이 말하는 10년 뒤란 지금의 신예들이 전성기를 맞이할 때를 가리키고 있는지도 모르겠다.

유 도 JUDO

요청 많으나 지원자는 적어 올해도 19명 요청...충족율 29%뿐

청년해외 협력대

해외파견 지망자는 적은 유도

일본정부는 개발도상지역에 각 분야의 청년지도자를

국비로 파견하고 있다.

지난 74년 외무성(우리나라 외무부에 해당) 밑에 국제협력사업단을 두고 그 사무를 청년해외협력대 사무국에게 맡기고 있다.

청년해외협력대의 대원으로서의 지금까지 62개국에

전문지들이 전하는 세계격투기 소식

人の数だけ、夢は大きい。



平成9年度春の募集要領

日本国際協力隊事務局では、平成9年度春の募集として下記の要領で協力隊員を募集します。

募集要項 ①140名程度、約300名を募集。
②応募は5月31日まで(平成9年5月31日)まで。
③所要の募集要領を協力隊員に届目まで送付してください。

募集要項 ①募集要領(募集要領)を平成9年5月31日まで(平成9年5月31日)まで送付してください。

募集要項 ①募集要領(募集要領)を平成9年5月31日まで(平成9年5月31日)まで送付してください。

募集要項 ①募集要領(募集要領)を平成9年5月31日まで(平成9年5月31日)まで送付してください。

募集要項 ①募集要領(募集要領)を平成9年5月31日まで(平成9年5月31日)まで送付してください。

募集要項 ①募集要領(募集要領)を平成9年5月31日まで(平成9年5月31日)まで送付してください。

募集要項 ①募集要領(募集要領)を平成9年5月31日まで(平成9年5月31日)まで送付してください。

募集要項 ①募集要領(募集要領)を平成9年5月31日まで(平成9年5月31日)まで送付してください。

募集要項 ①募集要領(募集要領)を平成9年5月31日まで(平成9年5月31日)まで送付してください。

募集要項 ①募集要領(募集要領)を平成9年5月31日まで(平成9年5月31日)まで送付してください。

募集要項 ①募集要領(募集要領)を平成9年5月31日まで(平成9年5月31日)まで送付してください。

募集要項 ①募集要領(募集要領)を平成9年5月31日まで(平成9年5月31日)まで送付してください。

募集要項 ①募集要領(募集要領)を平成9年5月31日まで(平成9年5月31日)まで送付してください。

募集要項 ①募集要領(募集要領)を平成9年5月31日まで(平成9年5月31日)まで送付してください。

募集要項 ①募集要領(募集要領)を平成9年5月31日まで(平成9年5月31日)まで送付してください。

募集要項 ①募集要領(募集要領)を平成9年5月31日まで(平成9年5月31日)まで送付してください。

募集要項 ①募集要領(募集要領)を平成9年5月31日まで(平成9年5月31日)まで送付してください。

募集要項 ①募集要領(募集要領)を平成9年5月31日まで(平成9年5月31日)まで送付してください。

募集要項 ①募集要領(募集要領)を平成9年5月31日まで(平成9年5月31日)まで送付してください。

募集要項 ①募集要領(募集要領)を平成9年5月31日まで(平成9年5月31日)まで送付してください。

募集要項 ①募集要領(募集要領)を平成9年5月31日まで(平成9年5月31日)まで送付してください。

募集要項 ①募集要領(募集要領)を平成9年5月31日まで(平成9年5月31日)まで送付してください。

募集要項 ①募集要領(募集要領)を平成9年5月31日まで(平成9年5月31日)まで送付してください。

募集要項 ①募集要領(募集要領)を平成9年5月31日まで(平成9年5月31日)まで送付してください。

募集要項 ①募集要領(募集要領)を平成9年5月31日まで(平成9年5月31日)まで送付してください。

募集要項 ①募集要領(募集要領)を平成9年5月31日まで(平成9年5月31日)まで送付してください。

募集要項 ①募集要領(募集要領)を平成9年5月31日まで(平成9年5月31日)まで送付してください。

募集

応募しめくり5月31日(土) (当日消印有効)

平成8年度秋募集(前回)の要請書

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

募集要項

▲日本 정부가 해외에 파견하는 청년해외협력대원으로서의 유도지도자 모집
광고. 여러가지 경비는 일본 정부 산하 국제협력사업단이 부담한다.

1만 5천 683명이 파견돼 일본과 그 나라들과의 우호증진에 이바지 했다.

스포츠 분야에서는 유도, 검도, 수영, 테니스, 야구 등 23개 종목에 걸쳐 지원할 수 있다. 그러나 유도의 경우 해외에서의 파견요청은 많은데 정작 지원하는 사람이 적었다.

청년해외협력대의 파견제도는 1년에 두차례, 4~5월과 10~11월에 지원자를 심사해서 뽑아 합격자를 80일동안 합숙훈련한 뒤 내보내기로 되어있다.

95년 유도 지도자의 파견요청은 12명이었으나 14명이 지원, 그 가운데 4명이 합격했다. 같은 해 야구는 4명 파견요청에 53명이 지원, 4명이 합격했다.

96년에도 유도지도자 파견요청은 14명이었으나 지원자 11명에 합격자 5명이었다.

올해는 캄보디아, 네팔 등에서 19명의 유도지도자 파견 요청이 들어와 있다.

청년해외협력대 사무국 관계자는 『우리들은 파견요청이 많은 직종을 중점적으로 하고 있습니다. 지난 5년동안 100명 이상의 파견요청이 있었던 직종 가운데 유도는 총출율이 10~20%에 지나지 않습니다』라고 말한다.

한마디로 유도의 경우 100명을 파견해달라고 하는데 많아야 20명밖에 보내지 못하고 있다는 이야기이다.

일본의 대학 가운데 무도학과가 있는 도카이(東海)대, 국제무도대 등으로부터 해마다 100명 가까운 유도전문가들이 배출되고 있고 일본체육대, 덴리(天理)대 등에서 유도를 전공하고 있는 사람을 포함한다면 몇백명 이상의 인제가 해마다 사회에 나오고 있다는 이야기가 된다.

여기에 일반대학의 유도부원까지 보태면 다른 그 수자는 더욱 늘어나게 마련이다.

그러고 보면 유도의 경우 청년지도자들의 해외진출의욕이 다른 종목의 지도자들에 견주어 낮은 편인 셈이다.

1차 시험은 필기시험(기술, 영어, 협력대원 적성 테스트), 2차시험은 면접(개인면접과 기술면접), 그리고 건강검단이 치러진다.

영어는 고교 졸업정도의 학력이면 충분하다지만 미국은 고교 1년 수준의 문제가 출제된다고 말하고 있다.

필기시험의 기술도 『환관, 절반 및 유효의 판정 조건을 쓰라는 등 심판규정만 제대로 읽고 오면 별로 힘들이지 않고 답을 쓸 수 있는 문제만이 나온다』. 해외에 파견되던 2년동안 그 곳에 머무르면서 유도를 지도해야 되고 본인의 희망과 상대국의 요청이 일치하면 1년동안 파견기간이 연장될 수도 있다.

97년 2월 28일 현재 해외 파견 중인 유도지도자는 16개국에 18명(여자 1명)이고 지금까지 33개국에서 178명의 유도지도자가 임무를 마치고 귀국했다.

전문지들이 전하는 세계격투기 소식

우 슈 WUSHU

동아시안게임 중국이 금6개 중 4개 차지 한국은 남자전능의 박찬대가 은 획득

제2회 부산 동아아시아경기대회에서는 아시안게임의 동양 3개 타기(打技) 종목 가운데 가라데만 빠졌고 태권도와 우슈가 치러졌다.



▲무술(武術)의 중국어 발음인 우슈는 '90 북경 아시안게임부터 아시안게임 정식종목이 됐고 동아시안게임에서도 역시 정식종목으로 치러지고 있다.

한국이 이번 동아시아 경기대회 태권도 8개체급 가운데 7개 체급의 금메달을 차지해 중주국의 위신을 지킨 것처럼 우슈에서는 6개 종목 가운데 중국이 4개, 홍콩과 대만이 각 1개 그러니까 중국계가 우승을 모두 휩쓸어 역시 중주국의 체면을 지켰다.

메달을 획득한 나라는 중국이 금4, 은1, 동1로 으뜸이고 다음이 홍콩(금1, 은1, 동1), 3위가 대만(금 1, 은1), 4위는 일본(은2 동2)이며 한국은 (은1, 동1)로 5위, 그리고 마카오가 동1로 6위였다.

세가지 종목으로 이루어진 남자전능에서 은메달을 차지한 한국의 박찬대는 이 종목의 세계 정상급 선수다.

박찬대는 '94 히로시마 아시안게임에서 남자전능의 은메달을 차지했고 '95년 미국 볼티모어 세계선수권대

■ 국가별 메달 집계

순위	국가	1지역	금	은	동	합계
1	중 국		4	1	1	6
2	홍 콩		1	1	1	3
3	대 만		1	1	0	2
4	일 본		0	2	2	4
5	한 국		0	1	1	2
6	마카오		0	0	1	1

■ 종목별 메달리스트

▲남자전능

- ① 리 옹후 (중국) 28.600
- ② 박찬대 (한국) 28.480
- ③ NG 와 로이 (마카오) 28.360

▲남자남권

- ① 후앙 사옥시웅 (중국) 09.560
- ② 리 춘 후이 (대만) 09.500
- ③ 리웅 아트 호 (홍콩) 09.500

▲남자 태극권

- ① 찬 민슈 (대만) 09.510
- ② 와타나베 도시야 (일본) 09.450
- ③ 사오 징잔 (중국) 09.410

▲여자전능

- ① 첸링 (중국) 28.760
- ② 로 Nga 칭 (홍콩) 28.470
- ③ 가미나와 유리 (일본) 28.300

▲여자 남권

- ① NG 시유 칭 (홍콩) 09.530
- ② 왕 니니 (중국) 09.480
- ③ 아베 아끼꼬 (일본) 09.430

▲여자 태극권

- ① 랑 사오쿠이 (중국) 09.510
- ② 아가자와 예미 (일본) 09.450
- ③ 부은경 (한국) 09.380

회에서는 우승을 따냈다. '95 세계선수권대회 남자전

전문지들이 전하는 세계격투기 소식

능의 단병기 1위 장권과 장병기 각 2위로 종합 1위를 차지한 박찬대는 이번 동아시아경기대회에서 중국이 리 용후가 28600을 마크한데 이어 28480으로 2위에 머물렀다.

이번 대회에서는 박찬대가 장권, 단병기, 장병기 3개 종목에서 리 용후에게 모두 근소차로 밀리고 말았다.

한국은 부은경이 여자 태극권에서 09,380으로 동메달 리스트가 됐다.

무에타이 MUAY-THAI

대머리 박치기하는 격투기 있었다 격투기 왕국 태국에서는 오랜 역사 자랑해

일본의 「월간 가라테도」(室手道·7월호)가 매우 재미있는 소식을 전하고 있다.

무에타이(타이복싱)의 나라 태국에는 「탐난 포아랑 타이」라는 박치기 격투기가 존재한다는 것이다.

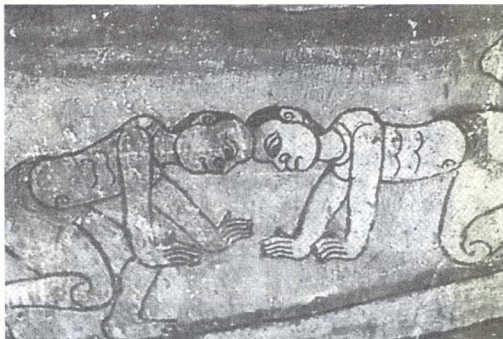
「포아랑」이란 태국어로 대머리라는 뜻이다. 대머리 선수끼리 네팔다리로 땅을 짚고 박치기를 되풀이해서 한쪽이 기권하거나 머리가 터져 피가 나면 승패를 가린다는 것이 경기 내용이다.

우리나라에서 치러지고 있는 소싸움이나 비슷한 느낌의 경기라고 하겠다.

이 박치기 격투기는 지난날 태국 어느곳에서나 볼 수 있었지만 이제는 거의 자취를 감추고 말았다.

최근에는 지난 94년 2월 5일에 방콕의 페프리 타트마이 지구에서 치러진 것이 마지막이다.

앞대머리, 뒷대머리, 꼭지대머리 등 머리가 빠져있는 상태에 따라 클래스를 나누어 경기를 치렀던 것도 재미있다.



▲태국의 오랜 벽화에 그려져 있는 대머리 박치기 격투기의 모습. 지난날에는 태국 방방곡곡에서 치러졌었다고.

아마도 머리가 빠진 상태가 같아야 공평하다는 취지에서 경기규칙이 정해진 모양이다.

이 박치기 격투기는 태국의 오래된 벽화에 그려져 있을 만치 그 역사가 오래다.

방콕 번두리 나롱바툼의 THAI HU MAN IMAGERY MUSEUM(남인현관)에 가면 언제나 이 박치기 격투기를 전할 수 있다.

우리나라 사람들도 박치기라면 다른나라 사람들에게 결코 뒤지지 않지만 네팔다리로 엮으려서 치르는 박치기란 아마도 처음 들어볼 것이다.



▶태국의 대머리 박치기 격투기의 인구는 해마다 줄어들어 이제는 거의 찾아볼 수 없게 되어가고 있다



이필곤 대한태권도협회장을 대신해서 대회를 통해 참가선수단들에게 정정당당한 겨울 것을 당부하는 이흥주 상임부회장.



서울체고 · 경희대 · 영천시청 우승

제32회 대통령기 전국단체대항대회

제32회 대통령기 전국단체대항 태권도대회가 6월 2일부터 6일까지 제주도 제주시 한리체육관에서 치러져 고등부는 서울체고, 대학부는 경희대, 그리고 일반부는 영천시청이 각각 우승했다.

▲'명알 수고 많았습니다. 김순애 대한태권도협회 부회장이 이필곤 회장을 대신해서 고우방 제주도 협회장에게 이번 대통령기대회 개최의 노고를 치하하는 감사패를 전했다.

▼일반부 준결승에서 상무의 김병욱(청)이 멋진 뒷차기로 영천시청의 임영호를 압승하고 있다. 그러나 이 경기에서 영천시청은 상무를 3-1로 이기고 결승에 올라 보령시청을 3-1로 물리치고 우승했다.



고등부 우승을 거머쥔 서울체고의 선수들 - 내일의 주인공들이다.
서울체고는 결승에서 선인고를 3-1로 이기고 대항령기를 차지했다.



영광의 얼굴들 서울체고 · 경희대 · 영천시청

대학부는 강호 경희대가 4년만에 우승의 영광을 안았다.
국가대표 1진 심기선 등을 안은 경희대는 김경훈, 이동원 등 무거운
체급의 국가대표 1진이 버티고 있는 한체대와 결승에서 접전.
3-2로 우승했다.



일반부의 우승을 차지해 대통령기를 안은 영천 시청팀.
상무와 보령시청을 각각 3-1로 누르고 일사리 패권을 장악했다.



일반부 준결승에서 국가대표 2진의 김현윤(영천시청)이
김정규(상무)에게 승리를 거두어 팔이 올라갔다.



「야! 잘들어. 냉정하게 살펴보고
상대방의 허점을 쫓아라. 돼」
서울체고 장권감독이 제자에게
작전지시하는 모습이 진지하다.



경기를 앞두고 심판들이 모여 공정한
판정확보를 위해 유의해야 될 점에
대해 이야기를 나누고 있다.



한국 7개체급 싹쓸이

관중많았던 부산동아시아대회

제2회 부산 동아시아경기대회 태권도경기(5월 17·18일, 부산상고체육관)는 경기장에 들어가지 못한 많은 관중들이 체육관 밖에서 서성덜만치 많은 인기를 모아 '역시 중요하고 재미있는 경기에는 관중들도 많이 몰리는구나'라는 희망을 태권도인들에게 안겨주었다.

열전 이틀동안 한국선수들은 최선을 다해 8개 체급 가운데 7개 체급의 금메달을 획득하는 좋은 성과를 올렸다. 현장에 가보지 못한 독자들을 위해 결승전과 금메달리스트들의 모습을 확보로 엮어 보았다.

부산동아시아대회

김의철 (남 58kg)

결승에서 대만의 후양친송과 맞붙은 고교생선수 김의철은 3-3 접전 끝에 우세승으로 금메달을 목에 걸었다.

김천규 (남 68kg)

김천규도 결승에서는 대만선수와 마주쳤다. 불꽃 튀는 공방전을 벌인 뒤 김천규(오른쪽)는 대만의 슈펑친에게 4-3으로 이겨 우승의 영광을 안았다.



▶최선을 다해주기 바란다

경기가 열리기 전 대한태권도협회 노우종 전무가 선수들에게 잘 싸워줄 것을 당부하면서 격려금을 건네주고 있다.

◀태권도경기장에 입장하는 중국(왼쪽)과 한국선수. 치마저고리 차림의 안내아기씨가 나라이름을 적은 팻말을 들고 앞장섰다.



◀제2회 부산 동아시아경기대회 태권도경기장의 귀빈석.
(왼쪽부터) 김순배 부회장, 홍종수 원로, 엄운규 국기원 부원장, 김운용 세계태권도연맹총재, 이흥주 부회장, 이승완 부회장, 박희백 KOC의무위원장.



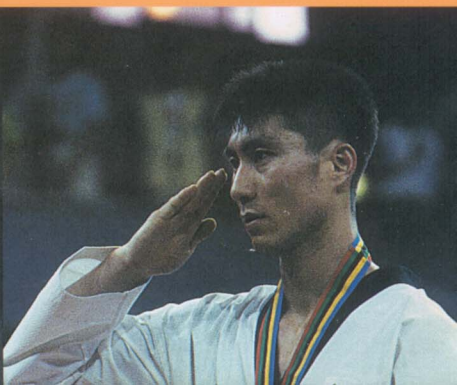
영광의 금메달리스트

고성석 (남 80kg)

4강전에서 강력한 대만의 타오 청푸를 물리치고 결승에 오른 고성석은 중국의 야오 쿤이양이 가권하는 바람에 결승은 싸우지 않고 금메달을 목에 걸었다.

강동국 (남 80kg이상)

준결승에서 중국의 맨 핑웨이를 3-1로 꺾고 결승에 진출한 강동국은 대만의 호밍싱도 6-2로 가볍게 물리치고 금메달을 따냈다.





▲천규야 열심히 뛰어

경기를 앞두고 여자 67kg급의 김혜선이 팀동료인 남자 68kg급의 김천규의 발에 테이핑 (TAPING)을 해주고 있다.

부산 동아시아 대회

심혜영 (여 49kg)

고교생선수인 심혜영(왼쪽)은 준결승에서 대만의 치슈쥔을 1-0으로 어렵사리 물리치고 오른 결승에서는 일본의 하타케야마 미나코를 6-3으로 눌러 우승의 감격을 맛봤다.

슈친링 (여 67kg)

대만의 슈친링(오른쪽)이 준결승에서 한국의 김혜선과 격전을 벌이고 있다. 그러나 슈친링은 6-2로 김혜선을 완파하고 결승에 진출. 중국의 천종도 6-2로 눌러 이번 대회 태권도의 유일한 외국인 금메달리스트가 됐다.



일본선수와의 다정한 한때

▼세계챔피언인 국가대표인 조항미가 동아시안게임을 관전하고 선수들을 격려하기 위해 부선에 내려가 경기장에 모습을 나타냈다. 이번 대회에 출전한 일본선수(왼쪽)와 함께 카메라 렌즈에 담긴 조항미.



▲여자 57kg급의 우승자인 이승민은 93, 95년 세계선수권 2연패의 관록을 지닌 세계정상급선수로 이번 대회에서도 주목의 과녁이 되었다.

영광의 금메달리스트

이승민 (여 57kg)

준결승에서 일본의 사카이 아야에게 12-0이라는 압승을 거두고 결승에 오르는 이승민(왼쪽)도 대만의 라이 슈 웬과는 4-4의 접전을 강요당했으나 우세승으로 금메달을 따냈다.



김윤경 (여 67kg이상)

결승에서 김윤경(왼쪽)의 뒷차기가 대만의 추 멩젠의 몸통에 정확히 들어맞았다. 김윤경은 추 멩젠에게 7-5의 승리를 거두고 우승했다.





▲태권도 정말 인기있어요!

제2회 부산 동아시아경기대회의 태권도경기가 열렸던 부산상고 체육관에는 이틀동안 수 많은 관중들이 밀려드는 바람에 채 입장하지 못한 사람들로 체육관 밖은 붐볐다.

◀한복차림의 도우미들

태권도경기의 시상식에도 화려한 한복차림의 미녀들이 메달과 꽃다발을 받쳐들어 봉사함으로써 경기장을 수 놓았다.

표지인물

김경훈

(국가대표 1진 · 웰터급)



▲무엇이 그다지도 우스운지

선수촌 휴게실에서 이야기에 웃음꽃을 피우는 김민우(뒤)
김경훈, 이동원(오른쪽)

▶호랑이의 망중한

태릉선수촌 침실 창가에 앉아 사색에 잠겨있는 한때.
(설마 오늘의 점심메뉴가 뭘까를 생각하고 있는 것은 아니겠지)

▼아아! 정말 길다

196.5cm의 장신 김경훈이 누우면 정말 침대가 짧은 느낌이다.





내고장의 명예를 걸고 제26회 소년체전 태권도

제26회 전국소년체육대회 태권도경기가 5월 24일부터 26일까지 강원도 동해시 제1학생체육관에서 열렸다. 자기학교, 자기고장의 명예를 걸고 겨룬 이번 대회에서 남녀 각 11개체급, 모두 22명의 우승자가 가려졌다.

▲날쌔 모기 잇따라

판나리들의 대결에서는 내일의 중주국 체면을 지켜줄 재목답게 성인선수 뺨치는 아름다운 모기가 잇따라 관중들을 열광시켰다.

▼공정한 판정이 우리의 사명

선수들이 평소에 닦은 실력을 공정하게 판정에 승패를 가리는데 온힘을 기울이는 심판들.



와야 파이팅!

실제로 경기를 치르는 선수들지양게 응원단도 기승이 날다. 경기진행 상황에 따라 응원색의 표정도 많았다. 흐렷다.



탐라에서 단체



최우수선수

이번 소년체전 최우수선수상을 김일규(강원중)에게
전해주고 있는 정석주 동해시태권도협회장.

▲영광의 얼굴

이번 제26회 전국소년체전 태권도의
최우수선수로 뽑힌 김일규(강원중).
부드러운 몸놀림, 날카로운 스피드,
정확한 공격과 수비 등을 갖췄다.

▶으라차! 으악!

중학생들의 경기는 패기에 넘친다.
두 선수가 격돌할 때마다 우렁찬
기합, 때로는 비명이 체육관 안에
크게 울려 퍼진다.



탐라에서 단체



최우수선수

이번 소년체전 최우수선수상을 김일규(강원중)에게
전해주고 있는 정석주 동해시태권도협회장.

▲영광의 얼굴

이번 제26회 전국소년체전 태권도의
최우수선수로 뽑힌 김일규(강원중).
부드러운 몸놀림, 날카로운 스피드,
정확한 공격과 수비 등을 갖췄다.

▶으라차! 으악!

중학생들의 경기는 패기에 넘친다.
두 선수가 격돌할 때마다 우렁찬
기합, 때로는 비명이 체육관 안에
크게 울려 퍼진다.



탐라에서 단체대항전



제22회 대통령기 전국단체대항 태권도대회 개막을 하루 앞둔
고 6일 저녁 제주 KAL호텔에서 가진 만찬회의 국민주의
에서 태극기에 경례하는 참석자들
오른쪽 맨 앞 테이블에는 황춘성 이승만 부회장 고우방 제주
도협회장 등의 얼굴이 보인다.

Photo News

태권도계 이모저모

'97 주독 대한민국대사관 국제태권도대회(5월 24일 뒤셀도르
프 하인리히 실버체육관)에 참가한 제독 태권도인을 (앞줄
가운데 김일권 재독협회 회장) 선수 50여명 관중 천여명이
참가한 이 대회는 독일, 폴란드의 사람들이 참가하여 열기
속에 치러졌다.





대학연맹회장에 전수신씨

한국대학태권도연맹회장 취임식이 5월 30일
웨라톤 워커힐에서 있었다.
이 자리에는 장충식 단국대총장을 비롯 많은
대학 태권도 관계자들이 참석 전수신회장의
취임을 축하했다.

보성팀 캐나다로 전지훈련

(주)보성 태권도팀이 캐나다 토론토에서 열리는 세미나와
전지훈련을 위해 6월 16일 출국. 보성팀은 지난 1월에도
유럽전지 훈련을 가진 바 있다.(사진)





전수신회장의 한국대학태권도연맹회장 취임식을 마친 뒤
뜰에나와 기념촬영을 가진 참석자들



장충식 만국태권총장에게 고목위촉패를 전하는 전수신회장

제2기 태권도2급 사범지도자 연수과정

1997. 5. 20 ~ 5. 22

국기원 태권도지도자연수원

2급 사범 지도자연수



▲국기원태권도지도자연수원이 주최한 제2기 태권도 2급 사범지도자 연수과정이 5월 20~22일 서울 동안 국기원에서 치러졌다. 참석자들은 교육과정을 통해 2급사범지도자가 갖추어야 할 자질을 닦았다.

▼대통령기대회가 열린 제주 한라체육관 스탠드에서 자기 아들이 속한 서울체고를 응원하는 어머니들. 이들 성원에 힘입었는지 서울체고는 고등부 우승을 차지해 어머니들을 기쁘게 만들었다.

태권도 세계챔피언이 미국 명문대 전임강사로

태권도세계챔피언이 미국 명문대 UC 버클리의 전임강사가 됐다. 65년도 세계선수권대회 라이트급 우승자인 박봉권 (30) 6단은 오는 9월 학기부터 동대학의 정규교양과목인 태권도 프로그램 12클래스를 더 늘릴 계획이다. 현재 UC 버클리에서는 일반 클럽 프로그램 참가자 300명을 포함 600여명이 태권도를 익히고 있다. 한국체육대학을 졸업 90년 미국 몬터나 주립대학에 유학, 석사과정을 밟고 뉴멕시코 주립대학에서 박사과정을 마친 박봉권 강사는 현재 박사 논문 작성중 UC 버클리 민경호 교수 추천으로 박강사는 3년전부터 UC 버클리 UC오픈 태권도 토너먼트의 세미나와 경기시범에 참여해 왔다.

우리아들 파이팅!

