



독일월드컵 D-22

- 글 쓰는 순서
- ① 아드보카트호 출항
- ② 주요 경기 '빅 5'
- ③ G조 주요 병기들
- ④ 독일을 빛낼 새 별들
- ⑤ 프랑크푸르트를 가다

루니·메시·포돌스키 시선 집중

〈잉글랜드〉 〈아르헨티나〉 〈독일〉



〈박주영〉

박주영도 기대주 합류

‘웨인 루니, 리오넬 메시, 크리스티아누 호나우두, 루카스 포돌스키 그리고 박주영...’

차기 축구계의 대권을 노리는 젊은 별들이 독일월드컵 축구대회에 도전장을 던진다.

독일월드컵 예선과 유럽 빅 리그를 통해 이미 세계적인 선수로 발돋움한 예비 스타들의 일거수 일투족은 ‘꿈의 무대’에서도 축구 팬들의 이목을 집중시킬 전망이다.

‘축구 중가’ 잉글랜드의 웨인 루니(21·맨체스터 유나이티드·이하 맨유)는 월드컵을 빛낼 새 별 중 대표 주자.

최근 프리미어리그 경기에서 오른쪽발을 다쳐지만 스벤 고란 에릭손 잉글랜드 대표팀 감독이 “그래도 최종 엔트리에 포함시키겠다”고 공언할 정도로 잉글랜드가 루니에게 거는 기대는 크다.

아르헨티나의 리오넬 메시(19·FC바르셀로나)는 ‘마라도나의 재림’이라 불릴 만큼 남미에서는 ‘큰 재목’으로 통한다.

메시는 지난해 네덜란드에서 열린 세계청소년(20세 이하)선수권대회 7경기에서 6골을 작렬, 득점왕과 최우수선수상을 제치면서 세계의 주목을 받기 시작했다.

‘전차 군단’ 독일의 루카스 포돌스키(21·FC 쾰른)도 월드컵을 빛낼 차세대 공격수 반열에 자신의 이름을 올린 상태.

포돌스키는 2004년 6월 독일 대표팀에 합류한 뒤 A매치 22경기에서 10골을 터뜨리는 등 타고난 골 결정력으로 ‘독일 축구의 희망’으로 떠올랐다.

이와함께 포르투갈의 ‘젊은 펠’ 크리스티아누 호나우두(21·맨유)도 눈에 띈다.

한국에는 이들에 비해 크게 튀지 않을 정도의 실력을 갖춘 ‘천재 골잡이’ 박주영(21·FC서울)이 있다.

/최재호기자 lion@kwangju.co.kr



〈루니〉



〈메시〉



〈포돌스키〉



16강 조준

17일 오전 경기도 파주 축구국가대표팀 트레이닝센터(NFC)서 열린 2006 독일월드컵 축구대표팀 훈련에서 덕 아드보카트 감독이 사진기자들을 향해 익살스러운 포즈를 취하고 있다. /연합뉴스

“지금부터 지옥훈련 이다”

오랜만에 힘든 체력훈련을 맞은 태극전사들의 표정은 고통으로 일그러졌지만 주전 경쟁의 팽팽한 긴장감은 누그러질 줄 몰랐다. 소집훈련 나흘째를 맞은 아드보카트호가 ‘저승사자’ 레이몬드 베르하이엔 피지컬 트레이너의 지휘 아래 본격적인 체력훈련에 들어갔다.

태극전사들 고강도 체력훈련 돌입

20m 왕복 달리기 등 근력 키우기

‘저승사자’ 레이몬드 트레이너 지휘

덕 아드보카트 감독이 이끄는 축구 대표팀은 17일 오전 11시부터 파주 NFC 청룡구장에서 1시간30분에 걸쳐 다양한 프로그램의 코디네이션 트레이닝(근육 풀기)을 시작으로 근력을 키우는 파워 프로그램을 소화했다.

사흘 간 몸풀기 위주의 가벼운 컨디션 회복훈련과 미니게임만 해온 태극전사들은 처음 시작된 강도높은 체력훈련을 마친 뒤 가쁜 숨을 몰아쉬며 고통스러워하는 모습이 포착됐다.

훈련에는 허벅지 통증을 호소한 조재진(시미즈)이 제외됐고, 부상 중인 박지성(맨

체스터 유나이티드), 정경호(광주), 최진철(전북), 이을용(트라브존스포르) 등 4명은 윤 랑엔텐 물리치료사와 최주영 의무팀장의 지도로 회복훈련에 주력했다.

센터서클에서 가벼운 달리기를 시작으로 몸을 풀기 시작한 대표팀은 2인1조를 이뤄 서로 밀고 끌고 당기는 몸싸움 훈련을 통해 민첩성과 순발력, 투지를 키웠다.

이 때까지 대표팀 훈련 분위기는 ‘명량운동회’를 연상시키듯 웃음소리가 피어나는 화기애애한 분위기가 었다.

그러나 몸풀기를 끝낸 대표팀은 잠시 휴식을 취한 뒤 체력을 키우기 위한 본격적인

‘파워 프로그램’을 시작했다. 지난 2002년 히딩크 체제에서 ‘공포의 뽀뽀’를 입에 물었던 베르하이엔 트레이너의 본격적인 활약이 시작된 것이다.

20m 구간 왕복 달리기를 다양한 형태로 소화한 태극전사들은 운동장 양편에 두 패로 나뉘어 거리를 점점 늘리면서 러닝과 질주를 연속적으로 실시했다.

일정거리를 왕복으로 뛰면서 근력을 키워 줌과 동시에 심박수의 회복속도를 빠르게 만들어 주는 이른바 ‘셔틀런 훈련’이 시작되자 선수들의 얼굴에선 웃음이 싹 사라졌다.

15분 정도 계속된 셔틀런을 마친 설기현은 “베르하이엔 트레이너와 2002년에도 비슷한 훈련을 해봤는데 오랜만에 하나까 너무 힘들다”며 고개를 가로저었다.

훈련을 지켜본 조영중 NFC 센터장도 “마지막 셔틀런 훈련은 경기 중 회복능력을 발전시키기 위한 것”이라며 “거리와 달리기 속도를 다양하게 변화시켜 경기 중에 나타날 수 있는 다양한 상황에 대처하도록 했다”고 설명했다.

아드보카트 감독은 “처음에 얘기했던 것처럼 하루하루 훈련강도를 높이고 있다”며 “어제 미니게임에서는 생각했던 것보다 선수들의 체력상태가 좋아서 시간을 늘려 실시했다”고 밝혔다.

/최재호기자 lion@kwangju.co.kr

지붕·옥상슬라브 우레탄폼 방수전문!
지붕 방수도 되고 단열도 되는 최첨단 신소재 **우레탄폼 방수재**

(주)태양주막개발 | TEL:0621 262-0606 / 262-0458

전립선 J2V

www.j2v.net

호남지사 ☎1588-3871

출장뷔페·도시락납품·위탁급식

● 회갑, 칠순·팔순 잔치, 병원개원식
● 상당 교회 결혼식 음식, 정년퇴임식
● 개업식·기념식

파티외식산업

● 시·도·시내 출장전문
● 체육대회·어류회
● 식회·식사 무료지원
● 연회장 주차장 준비

www.party-food.com

TEL: 220-0885-7