



1,500m 거리감각 익히기 주력

세계수영선수권 박태환 내달 1일 결승 대비 집중력 키워

‘1,500m 거리 감각을 기억하라’ 호주 멜버른에서 계속되고 있는 세계수영선수권대회에서 자유형 1,500m 금메달 도전을 앞두고 있는 ‘마린보이’ 박태환(18·경기도·사진)이 장거리에 대한 감각을 되찾는데 주력하고 있다.

박태환은 29일 오전(한국시간) 멜버른 옆 소도시 호손(Hawthorn)에 위치한 ‘호손 아쿠아틱 앤 레저센터’ 야외수영장에서 가벼운 훈련을 했다.

간단한 스트레칭을 한 뒤 물 속에 들어간 박태환은 몸의 균형을 맞추기 위해 배영과 횡영 등을 번갈아 하며 30분 이상 몸을 풀었다.

이후 1,500m를 쉬지 않고 달렸다. 초반 500m는 천천히, 이후 500m는 빠르게 속도를 냈다. 마지막 500m 때는 빠르게 50m, 천천히 50m를 반복했다.

박태환은 이번 대회에서 자유형 400m와 200m를 뛰는 장거리에 대한 감각이 무뎠던 상태.

이 때문에 전담 코치인 박석기 전 대한수영연맹 감독은 박태환에게 쉬지 않고 1,500m를 달리게 함으로써 거리 감각을 익히도록 했다.

훈련이 자체가 그다지 고되지 않은 데다 자유형 400m 금메달, 200m 동메달을 따내며 기대 이상의 성과를 낸 때문인지 박태환은 훈련 파트너 강용환(22·강원도청)과 때때로 장난도 쳐가며 밝은 표정으로 1시간 훈련을 소화해 냈다.

특히 옆 레인에서는 현지 노인들이 70세를 훌쩍 넘긴 듯한 강사의 지도로 수중 에어로빅을 하고 있었는데 박태환은 할아버지, 할머니들의 에어로빅 동작이 우스꽝스러웠는지 크게 웃음을 터뜨리기도 했다.

박석기 감독은 “이날 훈련은 그동안 무뎠던 1,500m에 대한 거리 감각을 익히는데 중점을 뒀다”며 “내일도 오전만 훈련을 하고 오후에는 휴식을 취할 계획이다. 실전을 앞두고 힘을 비축해 봐야 한다”고 말했다.

훈련 점심식사로 좋아하는 초밥을 먹은 박태환은 멜버른 시내의 스포츠용품 할인매장에 들러 쇼핑을 하며 스트레스를 풀기도 했다.

전날 수구 경기장을 찾아 여유를 보였던 박태환은 오후 내내 숙소에서 엄태현 물리치료사의 도움을 받아 심리 치료를 하며 31일 자유형 1,500m 예선에 대한 집중력을 키웠다. /최재호기자 lion@kwangju.co.kr

박태환 1,500m 예선 경기 생중계 KBS 1TV서 31일 오전 11시20분

‘마린보이’ 박태환의 세번째 메달 도전도 TV를 보며 응원할 수 있게 됐다.

KBS는 호주 멜버른에서 열리고 있는 제12회 세계수영선수권대회 자유형 1,500m 경기를 생중계하기로 했다.

31일 오전 9시50분부터 제23회 코오롱 고교구간 마라톤 대회를 중계하는 KBS 1TV는 박태환의 경기시간에 맞춰 마라톤 방송을 잠시 중단하고 현장을 연결할 계획이다.

박태환의 1,500m 예선은 한국 시각으로 31일 오전 11시20분에 시작될 예정이다.

이어 박태환이 결승에 진출할 경우, KBS 2TV는 4월1일 오후 6시40분부터 자유형 1,500m 결승 경기도 생중계할 예정이다.

이대진 “감 좋은데”

4.1이닝 3K 무실점 역투...KIA, 한화와 비겨

‘돌아온 에이스’ 이대진(KIA)이 두 경기 연속 호투로 올 시즌 확실한 부활을 예고하고 있다.

이대진은 29일 광주구장에서 열린 한화와의 시범경기에 선발 등판해 4.1이닝 동안 삼진 3개를 속아내며 2안타 3사구 무실점으로 잘 던졌다. KIA는 이날 0-0으로 비겼다. 시범경기 첫 등판이었던 지난 23일 삼성전 4이닝 3안타 1볼넷 2탈삼진 무실점에 이은 두 경기 연속 쾌투 행진.

이대진은 직구 최고구속 141km를 바탕으로 체인지업과 커브, 슬라이더, 투심패스트볼을 섞어가며 한화의 다이너마이트 타선을 잠재웠다.

지난 1997년 17승을 포함해 4년 연속 10승 이상을 올리며 KIA의 전신인 해태의 에이스로 활약했던 이대진은 1999년 어깨 수술을 받고 재활에 매달렸다.

이대진은 지난 2002년에는 타자로 감각 전향하는 우려곡절을 겪었지만 다시 투수로 돌아와 올리는 김진우, 마이클 에서튼, 윤석민, 전병두와 선발진을 꾸릴 것으로 예상되고 있다. KIA 마운드는 이날 이대진에 이어 김희철-신용운-한기주가 나서 무실점으로 한화 타선을 꽁꽁 틀어 막았다. 특히 KIA 소방수 한기주는 9회 등판해 최고 151km짜리 광속구를 앞세워 1이닝을 2탈삼진 무실점으로 정리했다.

KIA 타선은 6안타 3사구를 기록했지만, 집중력 부족으로 득점은 올리지 못했다.

서정환 KIA 감독은 “이대진이 잘 던져줬다. 한기주는 적응하는 과정인데 조금씩 좋아지는 것 같다. 부담감이 많이 사라졌다”며 흐뭇한 표정을 지었다.

이밖에 롯데는 두산에 3-2로 뿌리치며 SK를 끌어내리고 1위로 복귀했고, 인천 문학구장에서 현대가 SK를 4-3으로 물리쳤다.

또 선동열 삼성 감독과 김재박 LG 감독의 맞대결로 관심을 모은 대구구장에서는 LG가 뒷심을 발휘하며 7-4로 역전승을 누웠다. /박진표기자 lucky@kwangju.co.kr

을 ‘좌완 돌풍’ 분다

전병두(KIA)·김광현(SK)·금민철(두산) 등 쾌투

시범경기에서 KIA 강속구 투수 전병두 등 좌투수들의 활약이 이어지면서 올 시즌 왼손투수의 전성시대가 예고되고 있다.

KIA 강속구 좌완투수 전병두와 SK의 특급 신인 김광현, 두산의 금민철 등은 팀의 3~4선발을 목표로 시범 경기에서 인상적인 투구를 진행 중이다.

신인타를 벗고 2년차를 맞는 류현진(한화), 장원삼(현대), 진민호(KIA)와 안정된 기량을 인정받은 이승호(LG), 장원준(롯데)도 올해도 좌완 돌풍의 핵을 이룰 선수들이다.

여기에 KIA 신인 양현종도 안정된 제구력을 앞세워 좌완 돌풍의 선봉장에 서겠다는 각오다.

전병두는 28일 사직 롯데전에서 5이닝 동안 안타를 단 2개만 허용하는 깔끔한 투구로 3선발 자리를 예약했다.

아직 몸이 덜 풀려 최고 구속은 140km 중반에 머물고 있지만 타자와 승부에서 약점으로 지적되던 과감성을 보완했고, 시범 3경기에서 11이닝 5피안타, 9탈삼진으로 평균자책점 0의 행진을 이어가고 있다.

KIA 신인 양현종은 안정된 제구력을 바탕으로 6경기에서 6.1이닝동안 6안타 5탈삼진, 1자책점으로 1승 1홀드를 기록, 효과적인 원 포인트 릴리프로서 가능성을 높여가고 있다.

KIA 2년차 진민호도 3경기에서 8.1이닝을 던져 9피안타, 4탈삼진, 1자책점으로 호투 행진 중이다.

또 SK 신인 김광현은 시범경기 3게임에서 11.1이닝을 던져 자책점이 2점에 불과하고, 두산의 금민철도 2경기에서 평균자책점 0.90의 위력투를 선보이고 있다.

현대의 장원삼과 이현승은 이미 선발과 불펜의 중심 선수로 자리매김했다. 롯데의 장원준 역시 시범 경기에서 평균자책점 3.00의 준수한 성적으로 4선발에 도전 중이다. /박진표기자 lucky@kwangju.co.kr

KIA, 최희섭 ‘찝’

프로야구 해외파 우선 지명 최희섭측 아직 확답 없어 7월까지 입단편 PS출진

프로야구 KIA 타이거즈가 해외파 우선 지명 마감시한(30일)을 하루 앞두고 미국 프로야구 탬파베이 데블레이스 소속의 마이너리거 최희섭(28)을 낙점했다.

KIA는 29일 보도자료를 통해 “윈슨 거포가 필요하고 최희섭이 국내 무대에서 적응할 가능성이 높다고 판단했다”며 김병현(30·필로라도 로키스) 대신 최희섭을 지명한 배경을 설명했다.

최희섭은 올해 초 탬파베이와 2년 간 최대 195만달러의 스포츠계약을 하고 초청선수 자격으로 스프링캠프에 참가했으나 1투수 주전경쟁을 뚫지 못하고 지난 23일 마이너리그행을 통보받은 상태다.

KIA 측은 이미 지난 2월 하순께 스카우트를 미국으로 파견, 최희섭 측과 접촉을 갖고 입단 의사를 타진했으나 확실한 답을 받지 못했다.

최희섭은 고향구단인 KIA의 우선 지명에 대해 명확한 입장을 밝히지 않은 상태지만 앞서 ‘메이저리거가 되지 못하면 한국과 일본을 포함해 가장 잘 될 수 있는 다른 곳을 찾아보겠다’고 밝힌 바 있어 입단 가능성은 충분히 보인다.

이에 따라 KIA는 곧바로 최희섭 측과 입단을 위한 협상에 돌입할 예정이다. 하지만 연봉 등 계약 조건이 걸림돌이다.

예상액은 지난해 봉준규가 받은 13억 5천만 원(계약금 10억 원, 연봉 3억 5천만 원)은 넘어설 것으로 보인다.

최희섭은 앞으로 7월 말까지 입단하게 되면 포스트시즌에도 뛸 수 있다. 만일 8월 이후에 입단하면 포스트시즌 경기에는 출전할 수 없다.

최희섭은 현재 미국 메이저리그 개막 엔트리 진입에 실패, 탬파베이 산하 트리플A 팀에서 뛰고 있다.

한편 한국야구위원회(KBO)는 지난 1999년 이후 진출자 중 5년이 지난 선수에 한해 올 시즌 국내 연고 구단이 지명하면 계약 후 경기에 뛸 수 있도록 했다.

대상자는 김병현과 최희섭, 추신수(25·클리블랜드), 유재국(24·시카고 컵스), 송승준(27), 이승학(28) 등 6명.

김병현과 최희섭은 KIA 연고 선수이고 추신수, 이승학, 송승준은 롯데, 유재국은 LG 연고 선수로 연고 구단과 계약만 마쳐면 올 시즌부터 곧바로 한국 무대에서 뛸 수 있다.

KBO 이사회는 KIA와 롯데에 연고 선수가 많은 점을 고려해 양 구단에 해외파 선수 중 1명씩 우선 지명권을 주고 나머지 4명은 6개 팀이 추첨을 통해 드래프트 순서를 정하기로 했다.

롯데는 KIA에 앞서 지난 23일 지난해 캔자스시티 산하 더블A에서 뛰었던 송승준(27)과 계약금 2억원, 연봉 1억원 등 총 3억원에 계약했다. /박진표기자 lucky@kwangju.co.kr



〈최희섭〉



서재응 ‘2 선발’



미국프로야구에서 활약 중인 한국인 투수 가운데 서재응(30·탬파베이 데블레이스·사진)만이 선발 투수로 확정돼 일정한 등판 스케줄에 따라 야구팬과 만날 수 있게 됐다.

또 미국프로야구에서 뛰고 있는 한국인 타자 중 올 시즌 메이저리그에 마지막으로 남은 추신수(25·클리블랜드)도 끝내 마이너리그로 추락했다.

탬파베이 구단 홈페이지는 29일(이하 한국시간) 팀이 선발 로테이션을 확정했다고 밝히면서 서재응의 2선발 확정과 유재국(24)의 5선발 탈락 소식을 함께 전했다.

시범경기에서 평균자책점 1.84의 호투를 펼친 에드윈 잭슨이 유재국을 물리치고 5선발 자리를 꿰찼다.

탬파베이는 올 시즌 스카우트 카즈미어-서재응-제임스 윌즈-케이시 포섬-잭슨 순으로 선발을 돌릴 예정이다.

4월3일 양키스타디움에서 뉴욕 양키스와 치르는 정규 시즌 첫 경기에 카즈미어가 출격하고 서재응은 5일 새벽 2시55분 양키스와 두 번째 경기에 선발 등판한다.

서재응은 양키스를 상대로 통산 5번 선발 등판, 1승3패 평균자책점 7.82를 기록 중이다.

서재응을 필두로 박찬호(34·뉴욕 메츠), 김병현(28·필로라도 로키스), 김선우(30·샌프란시스코), 백차승(27·시애틀 매리너스), 유재국 등 6명의 한국인이 이번 스프링캠프에서 각 팀의 선발 한 축을 목표로 출사표를 던졌지만 결국 서재응만 살아 남았다.

또 클리블랜드는 29일(한국시간) 보도자료를 게임노트에서 외야수 추신수와 벤 프란시스코, 윈슨 투수 후안 라라 등을 마이너리그 트리플A 버팔로 바이슨스로 내려보냈다고 발표했다.

추신수는 지난 26일 LA 다저스와 시범경기에서 2점 홈런 등 3타수 2안타 2타점의 불꽃 방망이를 과시하며 홈런 1개 등 타율 0.242(33타수 8안타) 5타점을 기록했다.

앞서 최희섭(28·탬파베이 데블레이스)과 백차승(27·시애틀 매리너스)이 마이너리그행을 통보받았다.

한편 박찬호(33·뉴욕 메츠)는 29일 시범경기에서 두 번째 중간 계투로 나서 2이닝 동안 1실점 했다.

박찬호는 29일(한국시간) 플로리다주 포트 세인트루시 트래디셔널스에서 벌어진 애틀랜타 브레이브스전에 3-5로 뒤지던 3회부터 선발 잭슨의 뒤를 이어 마운드에 올라 2이닝 동안 안타 2개를 맞고 1실점만 뒤 교체됐다. /박진표기자 lucky@kwangju.co.kr