

스포츠 포커스

광주시 생활체육협의회 '광장 지도자'

매일 오전 5시 50분~6시 50분. 광주시 남구 수박등공원에 가면 무언가 특별한 것을 만난다.

윤용현(74) 광주시생활체육협의회 소속 '광장지도자'의 지도에 따라 40여명의 주민들이 국학기공을 따라하며 건강을 다지고 있다.

조용한 명상음악이 새벽을 깨우고 초등학교 학생부터 아저씨, 할아버지 할머니까지 부드러운 기체조를 통해 심신의 조화를 꾀한다. 매주 월요일~토요일까지 새벽 5시50분~6시 50분까지 수박등공원은 국학기공을 즐기러 온 주민들로 북적인다. 출석체크를 하지도 않고 꼭 나와야 하는 의무감이 있는 것도 아니지만 매일 같은 시간에 주민들은 약속이나 한듯이 이곳에 모여 건강과 화합을 다진다.

윤용현 씨처럼 광주시민들의 건강을 최일선에서 책임지고 있는 광주시생활체육협의회 광장지도자는 남구 수박등공원과 장원 초등학교, 상무시민공원, 봉선중학교 등 광주 시내 25곳에서 시민들에게 에어로빅과 국학기공 등을 통해 건강을 선물하고 있다.

시간은 새벽 5시50분~6시 50분과 저녁 8시~9시, 1시간에 불과하지만 이들 광장지도자의 지도에 주민들은 하나가 된다.

광장지도자의 지도에 주민들이 이렇게 모이는 것은 우선 강습비가 없기 때문이다. 게다가 실력있는 지도자들이 피부에 와 닿는 지도를 통해 건강을 다지고 여가를 선용할 수 있도록 도와주 주민들에게 인기를 끌고 있다.

'광장지도자'는 광주시생활체육협의회

체조하고, 氣 모아

활기찬 하루 여는

'시민 건강 지킴이'

에서 생활체육 참여기회를 확대하고 체육 활동의 생활화로 삶의 질을 향상 도모하기 위한 취지로 시행하고 있다.

광주시생활체육협의회에서 활동하는 광장지도자는 생활지도자 자격증을 소지하거나 한 분야에서 3년 이상 기량을 익힌 전문가들이다. 선발기준은 기존 생활체육 광장 지도자로 우수지도자 우선 선정을 원칙으로 문화

부에서 발행한 생활체육3급 및 기타 지도자 자격증을 소지해야 한다. 또 생활체육 부문 3개 종목 이상 지도가 가능해야 하고 선수 출신자로 생활체육 동호인 3년 이상 활동을 하거나 생활체육 동호인으로 3년이

상 활동을 해야 선발이 된다. 이처럼 자격을 갖춘 광장지도자들이 하루도 거르지 않고 지정된 장소에서 주민들을 지도하기 때문에 광장체육은 이제 시민들에게 친근한 건강지킴이가 됐다.

광장지도자 중 가장 연장자인 윤용현씨는 8년동안 주민들에게 국학기공을 전수하고 있다. 주민들에게 더 훌륭한 스승이 되기 위해 하루

도 수련을 게을리 하지 않는다. 윤 씨는 "매일 5시에 일어나 수련을 마치고 수박등공원을 찾고 있다"며 "주민들에게 인기가 좋아 체력이 허약하는 한 국학기공을 전수하겠다"고 말했다.

이영재(66)옹도 매일 저녁 7시~8시까지 민속박물관 앞에서 기공체조를 지도하고 있다. 지난 2005년부터 4년간 큰 비가 오지 않는 한 주민 150여명과 함께 호흡하고 있다. 지난 2천년 퇴적을 한 후 기공체조에 입문, 광장지도자로 주민들의 건강 지킴이 역할을 하고 있는 이 옹은 "기공체조를 하게 되면 신체에 흐르는 기를 조절, 심신의 활력을 찾을 수 있다"고 말했다.

박경이(여·50)씨는 동산초등학교에서 매일 저녁 8시~9시까지 40여명의 주민들에게 에어로빅을 지도한다. 100명 이상의 주민들이 박 씨의 율동에 맞춰 에어로빅을 즐긴다. 박 씨는 주민들이 쉽게 따라할 수 있도록 프로그램을 5~6개 짜서 운영하고 있다.

곽정선(여·34)씨는 광산구 풍영정공원에서 저녁 8시30분~9시30분까지 역시 40여명의 주민들에게 에어로빅을 지도한다. 아이들도 있고, 가끔 퇴근 후 남성들도 와서 음악과 함께 에어로빅을 즐긴다. 15년 경력의 곽 씨는 3년정도 주민들과 얼굴을 익혀 이제 지역 유명인사가 됐다.

이들 25인의 광장지도자는 아주 적은 보수만으로 시민들의 건강을 지킨다. 어떤 대가를 받고 지도자를 하는게 아니기 때문이다. 32세의 막내 이미선(여)씨부터 74세의 윤용현옹까지 이들 광장지도자의 한결같은 바람은 자신들의 작은 봉사가 광주시민들의 건강과 활력을 지키는데 도움이 되는 것이다. 이들이 있어 광주의 아침과 저녁이 활력과 기쁨으로 넘쳐나는 듯 하다.

최재호기자 lion@kwangju.co.kr /사진=니명주기자 mjna@kwangju.co.kr



광주광역시 생활체육협의회 소속 25명의 '광장지도자'들이 광주시민들의 건강지킴이로서 역할을 다짐하며 파이팅을 외치고 있다.

지도자 현황

Table with columns: 성명, 나이, 연락처, 광장장소, 운영시간, 종목. Lists 25 members and their details.

광주 민속박물관 앞에서 이영재 광장지도자의 지도아래 시민들이 기공체조를 익히며 건강을 다지고 있다.



Advertisement for '개업·성업 안내' (Opening/Business Announcement) featuring various local businesses and their contact information in a grid format.