

스포츠 포커스

광주시 생활체육협의회 '광장 지도자'

체조하고, 氣 모아
활기찬 하루 여는
'시민 건강 지킴이'

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

윤용현 씨처럼 광주시민들의 건강을 최 일선에서 책임지고 있는 광주시생활체육 협의회 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 광장 지도자의 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

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.

아침·저녁 공원 등서

기공 체조·에어로빅

시민에게 무료 지도

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 허용하는 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.

광정선(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 광 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

성명	나이	연락처	광장정소	운영시간	종목
강양주	62세	011-605-0508	조대길대봉	06:00~07:00	국학기공
한미자	52세	011-9609-8997	장원초등학교	06:00~07:00	에어로빅
김영숙	34세	010-9442-2985	5·18공원	06:00~07:00	에어로빅
박은주	26세	010-3907-8504	봉선체육공원	06:00~07:00	에어로빅
박경이	50세	011-607-2770	동산초등학교	20:00~21:00	에어로빅
박행형	44세	010-2071-3929	동산공원	06:00~07:00	에어로빅
김미경	44세	010-3161-0858	매곡초등학교	06:00~07:00	에어로빅
임영옥	44세	010-7370-6005	상무시민공원	06:00~07:00	국학기공
김련희	25세	011-9621-1388	서석고등학교	05:30~06:30	국학기공
박미선	33세	010-2255-1197	서구문화센터	06:00~07:00	에어로빅
김귀순	40세	016-638-1613	광주중학교	06:00~07:00	에어로빅
윤용현	74세	017-633-1364	수박등공원	05:50~06:50	국학기공
남현정	37세	018-616-3237	사직공원	06:00~07:00	에어로빅
남현	36세	011-636-9852	봉선중학교	06:00~07:00	에어로빅
김영만	44세	011-631-7857	동적공원	05:00~06:00	국학기공
이영재	66세	011-637-7672	민속박물관앞	20:00~21:00	기공체조
명예단	54세	010-2286-4281	하백공원	20:00~21:00	국학기공
이정섭	72세	011-616-7143	전남대운동장	06:00~07:00	국학기공
송미자	49세	018-648-7669	어린이대공원	06:00~07:00	에어로빅
정영순	56세	011-9213-0743	두암중학교	06:00~07:00	에어로빅
곽정선	34세	011-9620-8234	풍영정공원	20:30~21:30	에어로빅
정연자	35세	019-9607-4115	송정공원	06:00~07:00	에어로빅
백경선	36세	010-4662-9925	영선초등학교	06:00~07:00	에어로빅
이미선	32세	010-8257-7789	신가공원	06:00~07:00	에어로빅
오은주	43세	010-3012-5520	운남동근린공원	06:00~07:00	국학기공

▼ 광주 민속박물관 앞에서 이영재 광장 지도자의 지도아래 시민들이 기공체조를 익히며 건강을 다지고 있다.



작은 만남 큰 기쁨
광주일보 친절한 서비스와 고객의 입장에서 모시겠습니다.

개업·성업 안내

구독신청 및 배달사고는 —
독자 서비스국(062)220-0551

<p>하늘위에강태공 북구 용봉동 농협 뒤 강태공정식,산우래미요정,해물요리,롤초밥세트 생선가스,홍배탕,두부차기,수시모집17~23시 ☎(062)527-9088</p>	<p>연남이네집 동구 충장로3가 금남로공원안쪽 풍성한 각종안주 다양 대표 김연님 ☎(010)3913-5379</p>	<p>보성당 동구 충장로3가 총파 앞 담배,음료수 등 생필품 판매 대표 문경순 ☎(062)232-5922</p>	<p>JAVA 동구 황금동 제일극장부근 생과일주스전문 커피,맥주 대표 이병노 ☎(062)234-9799</p>	<p>아이비 동구 학동 축산업협동조합옆 지하 커피와 맥주가 있는 곳 대표 박계심 ☎(062)223-1365</p>	<p>한일건업(노루표페인트) 동구 학동 주공@건너편 페인트,우레탄,방수전문 대표 장현욱 ☎(011)636-7747</p>	<p>곰분식 동구 학동3거리 삼성디지털프라자 옆 튀김짜개,라면,김밥,콩국수,오명전문 대표 송영숙 ☎(010)5644-5113</p>
<p>아 람 들 북구 용봉동 삼일맨션정문 앞 각종식자재 도소매전문점 대표 양홍승 ☎(062)527-2779</p>	<p>중국전통맛사지 북구 두암동 두암대문과 DCO트사이2층 귀뚜라미,떡볶이,북부민등,애기애미전선떡볶이 본업소는 건전합니다 ☎(062)264-9888</p>	<p>소리음악학원 북구 두암동 농협3거리 덕산맨션맛은편 피아노,바이올린,비올라,유아,유치부 초중고등부일사반취반취적성반 수시모집 ☎(062)523-4763</p>	<p>담양한우암소전문점 북구 양산동 청암@ 103동 뒷편 최고의품질 최상의서비스100%한우 한우암소전문 ☎(062)575-4458</p>	<p>김가네간풍기&짬뽕 남구 봉선동 봉선초등학교 정문 옆 4시간 숙성발효시킨 웰빙식품 오믈렛2,000원할인 ☎(062)651-9288</p>	<p>헤어필미용실 동구 학1동 정도프라자 맞은편 컷트,핀,염색,업스타일전문 원장 양경순 ☎(062)227-4690</p>	<p>건국내츄럴비타하우스 남구 봉선동 모이2차 버스승강장 옆 패밀리비타민,칼슘제,홍삼,상행배식,녹용,흑미는 선물세트 다양보유 ☎(062)651-0311</p>
<p>해송칼어 서구 치평동 상무병원 옆 대형매장 연회석연회비 대표 이혜진 ☎(062)384-9696</p>	<p>청와대(양산점) 북구 용두동 회광병원건너 중화요리전문 신속배달 대표 김승재 ☎(062)573-5810</p>	<p>다미원 북구 용두동 회광병원 옆 단체손님환영 넓은홀 친절서비스 대표 구창현 ☎(062)521-5831</p>	<p>동원샘물 북구 중흥3동 안보화관 뒷편 정수기,냉,온수기 판매 및 임대 대표 김천수 ☎(062)234-7600</p>	<p>한울이용원 서구 광천시장 동사무소 옆 귀송원대학 옆 컷트,스포츠,염색전문 모범업소 대표 김창호 ☎(062)362-8051</p>	<p>화수분명가 북구 용봉지구 현대3차 뒤 현우칼비,꼬리집,등갈비,김치전골,매운탕,물지개찌개 대표 조원주 ☎(062)511-3476</p>	<p>참나무장작구이(윤임집) 북구 용암동 벽산블루밍 309동 앞 깊은 참나무향이 배인통삼겹,오리훈제비베구 대표 조성진 ☎(062)526-0192</p>