

# 김연아, 트리플 루프 안한다

## 성공률 낮아 '더블 악셀'로 세계선수권 도전

'피겨 퀸' 김연아(19·고려대 입학예정)가 자신의 약점이었던 트리플 루프를 사실상 포기하기로 했다.

김연아의 매니지먼트를 맡고 있는 IB스포츠는 10일 기자회견을 열고 "이번 2009 국제빙상경기연맹(ISU) 4대륙겨겨 선수권대회가 끝난 뒤 선수와 선수 어머니와 미팅을 갖고 3월 세계선수권대회는 물론 2010년 밴쿠버 동계올림픽까지 트리플 루프를 대회에서 시도하지 않기로 했다"라고 밝혔다.

트리플 루프는 이번 대회에서 김연아가 프리스케이팅에서 시도하다 넘어진 기술로 그동안 성공률이 낮아 약점으로 지적됐었다.

IB스포츠 구동회 부사장은 "앞으로 연습은 간혹 하겠지만 공식 대회에서는 트리플루프 대신 성공률이 높은 더블악셀을 구사하기로 했다. 트리플루프는 기본점수가 5점, 더블악셀은 3.5점보다 1.5점 차이가 있지만 트리플루프를 하다 넘어지는 경우 등에는 점수를 0.5점 정도밖에 받지 못한다."

그러나 더블악셀은 성공률이 95% 이상 되는데다 추가 점수를 받을 경우 트리플루프를 실패했을 때와 비교해 기술 점수에서 5.5점 정도를 더할 수 있다"라고 설명했다.

구 부사장은 "또 넘어질 경우 표현 점



수에서도 감점 요소가 발생하기 때문에 최대 6.5점 까지도 차이가 날 수 있다"라고 덧붙였다.

즉 성공률이 낮고 위험 부담이 큰 트리플루프를 포기하는 대신 안정적인 더블악셀에 집중하자는 전략이다.

구 부사장은 "지금까지 김연아가 트리플루프를 공식 대회에서 성공한 것은 두

세 번 밖에 안 된다. 또 부담이 큰 트리플루프를 포기하면 다른 점프에 더 집중할 수 있어 전체적인 상승효과를 기대할 만하다"라고 내다봤다.

꿈의 200점 돌파에 대해서도 "더블악셀을 성공하면 프리스케이팅에서 125에서 128점 정도가 가능하고 쇼트프로그램을 이번 대회처럼 하면 70에서 72점 정도 받는다고 계산하면 트리플루프를 포기해도 충분히 도전이 가능하다"라고 말했다.

IB스포츠는 "아사다 마오(일본)도 다섯 가지 트리플점프 가운데 플립과 루프, 두 가지만 시도했다. 다섯 가지 트리플점프를 모두 제재로 소화할 수 있는 선수는 사실상 김연아와 조애니 로체트(캐나다) 정도인데 이를 네 가지로 줄인다 해도 김연아가 세계 최고 선수라는데 이의를 제기할 사람은 없을 것"이라고 밝혔다.

김연아는 이번 4대륙 선수권대회에서 트리플 루프를 시도했던 점을 최고 성과로 손꼽으며 "트리플 루프를 시도하려다 실수했지만 시도한 것 자체가 기쁘다. 실수를 했어도 시도 자체는 좋은 경험이었다. 다음에는 더 자신 있게 뛰겠다"라고 강조했지만 앞으로 공식 대회에서는 더 이상 시도 자체를 하지 않겠다고 밝혔다. /연합뉴스



미래의 안현수를 꿈꾸며

10일 경기도 성남 제2종합운동장 실내빙상장에서 열린 제90회 전국동계체육대회 쇼트트랙 남자 중등부 1천500m 예선에 출전한 선수들이 빙판 위를 질주하고 있다. /연합뉴스

## 양궁, 중학생도 올림픽라운드 도입

### 7월부터 60m 종목 신설

거센 도전에 직면한 한국 양궁이 경쟁력 제고를 위한 대책 마련에 나섰다.

10일 양궁협회에 따르면 협회는 최근 전국 시도양궁협회와 한국중고연맹에 공문을 보내 초·중학교 경기방식의 변경 방침을 통보했다.

양궁협회는 공문에서 "국제양궁연맹(FITA)이 주니어부(18세) 및 카데트부(16세 이하) 선수들이 참여하는 국제대회를 올림픽라운드로 개최함에 따라 국제경쟁력 강화를 위해 조기적용 훈련이 절대적으로 필요하다"라고 밝혔다.

이에 따라 현재 거리별(50m와 30m) 성적으로만 금메달이 주어졌던 중학교 대회의 경우, 올해 7월 이후부터는 60m 종목을 신설해 이 거리에서 처음으로 올림픽라운드를 도입한다.

올림픽라운드는 특정 거리에서 한 번의 성적(싱글라운드)으로 64강(세계선수권은 128강)을 가린 뒤 이 선수들끼리 1-64위, 2-63위 식으로 1대 1로 맞붙어 승자가 유리 4개 사거리별 우승자를 가리는 그랜드피라 방식의 버리고 1992년 바르셀로나 올림픽부터 도입했다.

상대방과 바로 옆에서 경쟁해야 하는 만큼 심리적 부담감은 커질 수밖에 없고 특히 관중 응원과 같은 외부요인까지 더해지면 성적의 가변성은 더 커진다.

이런 요인이 복합적으로 작용해 한국 양궁은 2008 베이징올림픽에서 남녀 단체인 금메달에 그쳤고 특히 여자는 개인전 7연패에 실패했다.

따라서 양궁협회의 이번 조치는 이 같은 위기를 탈피하려는 처방으로 해석된다. /연합뉴스

## 펜싱 남현희 아쉬운銅

### 유럽투어 스타컵 베오그라드

2008 베이징올림픽 펜싱 은메달리스트 남현희(28·서울시청)가 올해 두번째로 출전한 국제펜싱대회에서 동메달을 획득했다.

남현희는 9일(이하 한국시간) 유고슬라비아 즈레냐닌에서 벌어진 유럽 7개국 투어 두번째 대회인 '스타컵 베오그라드' 여자 플뢰레 개인전 준결승에서 빅토리아 니키치나(러시아)에게 10-15로 3위를 차지했다고 에이전트가 10일 전했다.

이로써 남현희는 지난 1일 오스트리아에서 열린 유럽투어 첫 대회인 '쿠페 두 톨레'에서 금메달을 따낸 데 이어 두 대회 연속 메달을 목에 걸었다.

남현희는 이날 독일로 이동해 21일부터 라이프치히에서 열리는 유럽투어 세번째 국제대회에 출전할 예정이다. /연합뉴스



11일(수)

▲핸드볼 잔잔치 <한국체대 : 정음시청> (13 : 30), <조선대 : 충남도청> (15 : 00·KBSN SPORTS)

▲2010 남아공월드컵 아시아 최종예선 <북한 : 사우디> (14 : 50·MBC·SBS스포츠), <일본 : 호주> (19 : 10·SBS스포츠), <대한민국 : 이란> (20 : 15·MBC·SBS스포츠·Xports)

▲프로농구 <신세계 : 우리은행> (16 : 50·SBS스포츠), <KCC : 오리온스> (18 : 45·Xports·MBCSPN)

▲V리그 <흥국생명 : 도로공사> (16 : 40), <현대캐피탈 : LG손보> (18 : 40·KBSN SPORTS)

12일(목)

▲아르헨티나 국가대표 친선축구 <프랑스 : 아르헨티나> (04 : 50·SBS스포츠)

▲스페인 국가대표 친선 축구 <스페인 : 잉글랜드> (07 : 00·SBS스포츠)

### 더블 악셀 점프



## 더블 악셀 앞으로 뛰어오르면서 공중 2회전 반

## 트리플 루프 후진하며 공중 3회전 '최고 난이도'

"실수했지만 시도한 자체가 기쁘다." 김연아가 지난 7일 한국선수 사상 처음으로 4대륙겨겨선수권대회 금메달을 목에 건 뒤 밝힌 트리플 루프 실패에 대한 소감이다.

앞선 쇼트프로그램에서 황상의 몸짓으로 세계 신기록(72.24점)을 세웠던 김연

아는 프리스케이팅에서 트리플 루프를 시도하다 엉덩방아를 찧는 바람에 총점 189.07점으로 꿈의 200점 돌파를 다음으로 미뤄야 했다.

정확한 점프 동작으로 '점프의 교과서'로 통하는 김연아이지만 유독 트리플루프에 약점을 보였다.

트리플 루프는 공중 3회전 점프의 기술 중 하나로 후진하면서 빙판을 찍지않고 오른쪽 바깥날로 뛰어올라 3회전 한 뒤 오른쪽 바깥날로 착지하는 점프다. 기본점은 5점이다.

김연아는 이번 시즌 그랑프리 1차 대회와 4대륙대회에서 트리플 루프를 시도했지만 모두 실패해 0.5점 밖에 받지 못했다.

그랑프리 3차와 그랑프리 파이널에선 트리플 루프 대신 더블 악셀을 선택했다. 더블 악셀은 앞으로 뛰어올라 공중에서 2회전 반을 돈 뒤 뒤로 떨어지는 기술이다. 기본점은 3.5점으로 트리플 루프에 비해 1.5점이 낮지만 두 차례 시도에서 1.60점과 1.80의 가산점을 챙기며 트리플 루프 기본점수 이상의 점수를 받았었다.

200점 고지와 2010 밴쿠버 올림픽 금메달을 노리고 있는 김연아는 '피겨 퀸' 김연아가 어려운 숙제인 트리플 루프를 버리고 더블 악셀을 선택한 이유다.

/김여울기자 wool@kwangju.co.kr

## 아이스슬레지하키 대표팀, 윈터월드컵 우승

### 폴란드 2-1로 꺾어

아이스슬레지하키 대표팀이 2009 패럴림픽 윈터월드컵에서 우승해 내년 열리는 2010 밴쿠버 동계장애인올림픽 출전 기대를 부풀렸다.

한국은 최근 스웨덴 셀레프테오에서 열렸던 대회 결승에서 폴란드를 2-1로 꺾고 우승했다. 선수단이 10일 알려졌다.

2년마다 열리는 장애인 동계 종목의 월드컵인 이 대회에는 개최국 스웨덴과 폴란드, 한국 등 3개국이 참가했으며 한국은 예선리그에서 1위(3승1패)로 결승에 오른 뒤 강

직 폴란드를 2-1로 꺾은 역전승을 거뒀다.

한국은 1퍼리어드에 선제골을 내줬지만 2퍼리어드에 사선근의 동점골로 승부를 원점으로 돌린 뒤 마지막 3퍼리어드에 정승환이 역전골을 넣어 우승을 확정했다.

강원도청이 주축인 아이스슬레지하키 대표팀은 지난해에는 국제장애인올림픽위원회(IPC) 세계선수권대회 B그룹(2부)에서 1위를 차지해 A그룹(1부)으로 승격했다.

아이스슬레지하키는 다리가 불편한 하반신 절단,마비 장애인들이 빙판 위에서 썰매를 타고 스틱을 이용해 승부를 겨루는 아이스하키의 패럴림픽용 경기다. /연합뉴스

여러분의 생활에 도움이 되는...

# 생활안내

광고접수 및 문의  
직통전화: 227-9600, FAX: 227-9500

# 공인중개사 전문학원

45년 전통 • 광주지역 최다 합격자 배출 !!  
본원출신 전국수석 (송은영님 평균 96.7점)

## 최강의 교수진 "저자직강" 전문학원

주목관리사 "2009년 9월 20일 시험" 犬 개강 2월 2일

# 犬 개강 2월 2일

2개월 완성

직접인용 위한 고용보험 환급까지  
국비지원 개강기간 내  
반원 ☎ 227-8003 전남고 맞은편 3층  
합원 ☎ 971-0002 광주은행 침당점 4층

# 스피치 리더십 지도자

놀라운 변화가 일어납니다.

## 교육내용 [ 각 분야별 명강사 초빙 ]

- 스피치 리더십의 첫걸음
- 청중을 사로잡는 스피치 피워 전략
- 스피치 달인이 말하는 생산적 말하기
- 성공하는 리더들의 파워 이미지 스킴
- 무대 위의 퍼포먼스 & 스피치 기법
- 창의적 교수법 / 커뮤니케이션 스킬
- 긍정적인 이미지 메이킹 연출법
- 리더십을 빛내는 스피치 전략
- 사람을 움직이는 대화기술
- 인생을 변화시키는 말 / 고구려 대학법
- 친구를 만드는 대화법
- 내 권으로 만드는 성공회화
- 유명한 사람의 말은 다르다
- 현명한 여자의 대화법
- 유머와 비즈니스
- 다른사람을 설득해서 끌어들이는 힘
- 웃으면 행복하고 웃기면 성공한다
- 칭찬이 성공을 부른다
- 지도자의 스피치 파워와 자기표현
- 화술과 적극적인 내인관계
- 회의 진행법 / 시선처리법과 자세
- 대화와 설득의 기술
- 행사 스피치에서 대중연설까지
- 최고 판매원의 화술
- 세밀조편으로 성공하기
- 성공한 사람들의 화술
- 유머로 지치지 않는 법
- 당당하게 나를 표현하는 말 / 발표의 기술
- 주제발표 실습을 통한 스피치 훈련
- 백민성자의 스피치 / 스피치 성공 비결
- 사람이 따르는 말, 사람이 떠나는 말
- 패션김작기 / 마케팅 노하우
- 성공경험을 위한 목표관리
- 성공하는 사람은 이 점이 다르다
- 강성에서 만난 사람들의 이야기
- 전국적인 사고와 주인공
- 열마-여성의 리더십, 여자의 처세술
- 이미지관리, 표정관리, 자기관리
- 지도자의 통솔력
- 성공으로 이끄는 변화의 리더십
- 지도력 / 창조력 / 실천력
- 자신의 재능을 깨우라
- 여성 리더를 위한 핑크리더십
- 마음을 사로잡는 대화기술
- 두려움없이 말하기 / 말 줄여야 성공한다
- 각 분야에서 성공한 사람들의 경험과 성공사례

조신대학교 평생교육원

인사의 말씀  
이집에 눈을 뜨면서 양귀기 정까지 많은 말을 하게 됩니다. 남마다 무척비 하는 말도 조금씩 방위쪽 바귀면 후동과 후구를 낼 수 있습니다. 인생이 곁하게 되는 것이치고, 크고 조운 조피이다. 모피에서 후비 하니까 비즈니스 인간관계 리퍼자 지노지 관리자는 후동 제원스편에 이크고 후지 스피치 리더십이 후오미 이 후오고 성취할 수 있고고 상수됩니다. 그이관로 연 상이후 스피치 리퍼실은 대단적 중요한다. 거인의 팔력이 온 사외의 발전입니다. 개개인의 능력 개발이 사회의 발전입니다. 스피치 리더십 지도자 과정이서 지실을 연대리치고 동력을 개발해서 바귀니다. 사외에서 부귀니다. 문외화학 하신분 귀세한 반대문후 보내드립니다.

교육목표  
후오미지인 지세한 인태문후 후오미하에 드립니다.

"인재는 만들어진다", "프로는 배우고 또 배운다"는 주제로 각계 각층에서 활약하고 있는 경영자뿐만 아니라 스피치 리더십 경영을 배우고 그리하여 자신의 분야에서 자신만만하게 활동하고자 하는 분들이 트레이닝하여 업그레이드 되는 과정에서 수강하는 인사들끼리 친구를 도모케하여 지역 사회발전에 기여케 한다.

나비효과 「스피치리더십지도자과정」에서 느껴보십시오!  
"아주 작은 변화가 엄청난 결과를 빚어낼 수 있다는 경제학이론"

☎ 062)226-1221, HP 011-9441-7000  
전화문의 하시면 자세한 안내문을 후송해 드립니다.