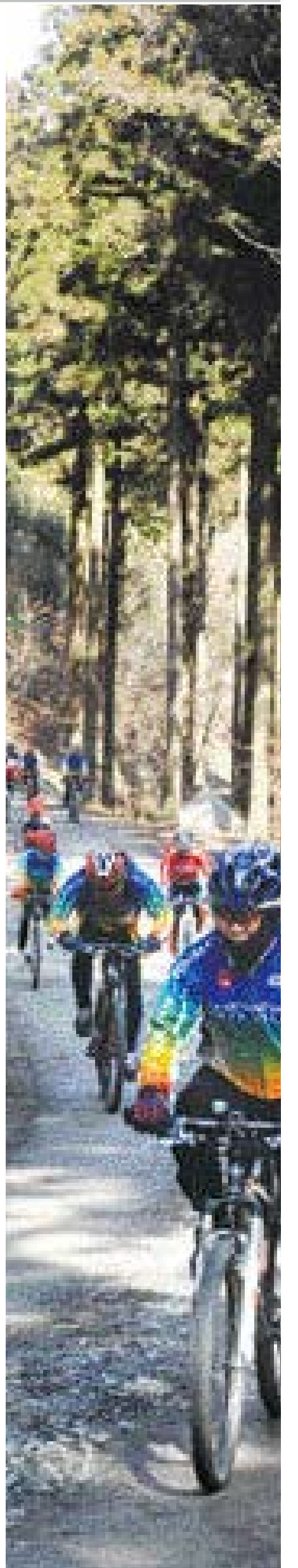




'첨단MTB클럽' 회원들이 장성 축령산 산길을 타기 위해 하이팅을 외치고 있다. 왼쪽부터 최승호, 강성배, 김철웅, 조우현, 강미영, 노영주, 강연기, 김명수, 전성영, 한 중, 김성영, 강성민, 조수경, 서상렬, 이영양씨.



**roller coaster보다 더 짜릿하고
bicycle보다 더 아찔한
두바퀴의 '거침내려'**

■산악자전거는 크게 이렇게 나뉘요

XC (크로스 컨트리) FR (프러라이딩) DH (다운힐)

굽이 굽이 산길 페달밟으면 '명품인생'

첨단 MTB 클럽

“roller coaster보다 더 짜릿하고 bicycle보다 더 아찔합니다.”

장성 축령산 입도(林道) 오르막길을 오르기 위해 심장이 터질듯한 고통 속에서 페달을 밟았던 '첨단 MTB (MOUNTAIN BIKE) 클럽(회장 서상렬) 회원들은 내리막길을 앞두고 탄성을 질렀다.



내리막에서만 허락되는 쾌속주는 오르막을 힘들게 올랐던 이들에게 세상 어떤 것과도 바꿀 수 없는 큰 기쁨이라고 한다. 도심 매연에 찌들린 폐부가 말끔히 씻겨지고 뇌세포에 켜켜이 박혔던 스트레스가 썰물처럼 빠져나가는 것도 이때다.

자전거 수백만원 호가... 재산목록 1호

산악레포츠의 대명사인 MTB를 타는 첨단 MTB 클럽 회원들은 모두 대자연과 원동력인 '사람'에 의해 움직이는 자전거의 '중독성' 쾌감을 탐닉하는 마니아들이다. 자칭 '자전거에 미친 사람들이다' 보니 회원들의 재산목록 1호는 MTB다. 회원들끼리 모여 식사를 할 때도 자전거를 보관할 안전한 곳이나 방이 없으면 발을 들여놓지 않는다고 한다. 자전거 가격이 대당 수백만원에서 1천만원을 호가하는 기풍도 있기 때문이다.

이들은 무엇보다 안전과 성능을 따지다 보니 시나브로 물론(?)에 욕심을 내게 됐다고 한다. 하지만 "10만 원대 미만 자전거 페달을 밟아도 산악 자전거를 타는 쾌감의 질량과 농도는 같다"며 주저하지 말고 자전거를 탈 것을 조언한다.

힘들게 올랐던 길에 비하면 내리막은 한순간이다. 그럼에도, 이들이 포장도로를 마다하고 산길을 택한 이유

는 무엇일까. 한 때 동맥경화를 앓았다는 서상렬 회장은 "제가 MTB를 타지 않았다면 지금쯤 환자로 병상에 누워있을 겁니다. MTB를 타지 않은 사람들은 인생처럼 오르막과 내리막이 교차하는 험준한 산길을 오르내리며 건강을 유지하고, 스티프와 쾌감을 느끼는 것을 상상할 수 없다"고 잘라 말한다.

광주에서도 MTB를 타는 동호회가 적잖지만 첨단 MTB클럽은 회원 200명을 헤아리는 대형 동호회다. 지난 2007년 출범했지만 신생 클럽으로 봐서는 곤란하다. 현역 경륜선수로 뛰고 있는 민선배씨를 비롯해 국가대표 출신 선수 21명이 회원에 포함돼 있다. 클럽 회원들이 '흑장미'로 부르는 강미영씨는 5년 동안 태극마크를 달았던 유명 선수였다.

경륜·국가대표선수 등 멤버들 화려

또 중·고교 시절 '두 바퀴'에 매료돼 인생을 걸었던 선수출신이 20여명에 달한다. 이들이 회원들의 능력에 따라 자전거 타는 법을 가르쳐주기 때문에 초심자부터 선수급 회원들까지 함께 페달을 밟을 수 있다는 것은 첨단 MTB클럽의 특징이다.

첨단 MTB클럽은 산길을 고집하면서도 도로를 마다하지 않는다. 즐겨 타는 산길은 장성 백양산, 장성 축령

산, 담양 금성산, 광주 어등산 등이다. 이들은 매주 토요일일 첨단지구에서 도심코스를 타고 목적지까지 이동해 산길을 오른다. 회원들 중에는 광주에서 해남 땅끝까지 140km에 달하는 장거리 코스를 즐겨타는 이도 있다.

스트레스 월~월~ 정신건강에 제격

첨단 MTB클럽 회원들은 자전거가 건강에 큰 도움이 된다고 입을 모은다. 체력에 알맞게 운동의 힘과 양을 조절할 수 있는 장점이 그것이다. 자전거를 타면 산소 소비량이 많아져 심폐기능이 향상될 뿐 아니라, 리듬을 타며 운동하게 되므로 정신 건강에도 좋다.

특히 하체를 많이 사용하기 때문에 종아리에서 허벅지까지 하체 근육이 강화돼 중장년에게 좋다고 한다.

김명수 회장은 "처음에 산에서 자전거를 타는 사람들이 부러워 자전거를 시작했는데 이제는 주말에 자전거 페달 밟는 게 유일한 낙이 됐다"며 "장비구입을 위해 조금만 투자하면 어느 것과도 바꿀 수 없는 건강을 얻을 수 있다"고 말했다. 문의 첨단 MTB클럽 서상렬 회장(011-601-3476).

/윤영기자 penfoot@kwangju.co.kr
/사진=최현배기자 choi@kwangju.co.kr

(제18기) 결산공고
대차대조표 (단위:원)

1. 자산	5,123,999,892
2. 부채	2,285,815,475
3. 자본	2,838,184,417
4. 총계	5,677,399,824

2009년 3월 21일
주식회사 프리사
대표이사 박동명

분할공고

성원종합건설(주)에서는 상법 530조 3의 규정에 의하여 2009년 03월19일 임시주주총회 결의로 분할 및 분할설립을 결의 하였으므로 이에 이의가 있는 채권자는 이 공고 게시일 다음날부터 1개월 이내에 당사에게 이의를 제출하시기 바랍니다 이의에 광고함.

2009년 03월 21일
성원종합건설주식회사
전남 담양군 대덕면 대산리 491-1
대표이사 전영환

결산공고 접수안내

광주일보
공고접수및문의

직통전화 : 227-9600
FAX : 227-9500
e-mail : dd8111@hanmail.net

침·뜸·경락 공개강좌

“알기쉬운 침구학세미나”

본강의 주요과목 | 전통침구학, 체침, 부항, 경혈, 경락, 이침, 비만침법, 미용침법, 중국수침, 약용식물관리, 한방기초

★ 본강의 : 매주 금요일 2시~5시(4개월)
★ 월회비 : 90,000원(교재포함)
★ 추나침구사 등 중국자격증 취득기회
★ 미국,캐나다,호주,유럽,중남아시아 등 해외이민,취업기회
★ 중국 요녕중의약대학 및 중의연구원 자격증 취득과정

3월 27일(금요일) 오후 2시
지하철 화정역 4번출구 추신회관 뒷편

1544-5359/062)236-3516

CH 중국문화원
www.wchina.co.kr

경찰

전국 최강의 교수진
합격 보장! 전문 시스템
원장 안명섭

수시접수중 (종합 및 문제풀이)

※합격시스템

6개월과정	1년과정
2개월 완성3회 반복 학습	2개월 완성6회 반복학습
영어기반이 된 수강생 한함	영어기반이 아닌 수강생 한함
수강료교제 25% D/C	수강료 50% D/C 교제 25% D/C

순경공채

남-1차: 966명	2차: 214명
여-1차: 40명	2차: 47명
101단-1차: 120명	2차: 120명

특채

- 전역특채 240명
- 경찰행정학과특채 100명
- 경찰특공대특채 38명

※ 종합1개월: 16만원 · 문제풀이1개월: 13만원 · 단과: 9만원

www.gmega.co.kr
226-5050

7.9급 공무원 전직렬

48년의 전통! 오랜 경험이란 헤아릴 수 없는 값을 치른 보물이다!!

응시문제풀이 4주 완성

시험일정 및 채용인원

개강 4월 11일(주)아파트모임 (현재상담접수중)

무등고시학원
www.mdgosl.co.kr

222-4560