



김연아 트리플 러츠+토루프 콤비네이션(기본점수 10점)

아사다 마오 트리플 악셀(기본점수 8.2점)



여유 김연아가 밴쿠버 동계올림픽 여자 피겨 쇼트프로그램 경기를 하루 앞둔 23일 오전(한국시간) 피시파클 리사이클에서 연습하고 있다.

오늘은 피겨여신 '김연아의 날'

본드결로 트리플 러츠+토루프 콤비네이션 금빛 연기 라이벌 日 아사다 '악셀+더블 토루프' 점프보다 한수위

2010 밴쿠버 동계올림픽을 통해 한국 사상 최초의 피겨 금메달리스트로 변신을 꿈꾸는 김연아(20·고려대)가 마침내 오는 24일(한국시간) 쇼트프로그램을 시작으로 '금빛 도전'에 나선다.

김연아는 프리스케이팅도 강점이 있지만 특히 쇼트프로그램에 강한 면모를 보여주고 있다. 현재 여자 싱글 쇼트프로그램(76.28점)과 프리스케이팅(133.95점), 총점(210.03점)의 역대 최고점은 모두 김연아의 작품이다.

반면 금메달 경쟁자 아사다 마오(20·일본)의 쇼트프로그램 최고점은 75.84점으로 김연아보다 0.44점 떨어진다.

쇼트프로그램은 총 8가지 요소로 세 차례의 점프와 세 차례의 스핀, 그리고 각각 한 차례의 스카일과 세 시퀀스로 구성된다.

◇김연아의 '007 제임스 본드 메들리' = 김연아의 쇼트프로그램 첫 시작은 트리플 러츠-트리플 토루프 콤

비네이션 점프(기본점 10점)로 심판들로부터 최고의 찬사를 받는 기술이다. 김연아는 트리플 러츠-트리플 토루프로 수월점수(GOE)를 무려 2.2점까지 받은 적이 있다.

그다음 과제는 역시 완벽한 '인 에지(In edge)'를 앞세운 트리플 플립(기본점 5.5점)이고, 곧바로 레이백 스핀과 스카일 시퀀스로 표정 연기와 스케이팅의 묘미를 전해준다.

더블 악셀(공중 2회전·기본점 3.5점)로 세 가지 점프 과제를 끝내는 김연아는 플라이 시퀀스에서 기본 시퀀스 동작에 이어 양손을 깎지 꺼서 위로 들고 공중에 떠 있는 다리를 엉덩이 쪽으로 향하게 하는 소위 '브로큰 레그(broken leg)' 동작으로 바꾼다.

점점 느껴지는 007 주제음악의 기타 선율이 끝날 무렵 김연아는 펜스 앞쪽에서 이번 쇼트프로그램의 백미로 손꼽히는 '스트레이트 라인 스텝 시퀀스(SIS)'를 실시한다.

묵직한 전자기타의 저음에 맞춰 스텝 연기를 시작하는 김연아는 마지막 체인지 풋 콤비네이션 스핀(회전축이 되는 발을 바꾸는 스핀)에서 카멜 스핀과 시스핀을 연속으로 시도하고, 발을 바꿔 왼발을 머리 앞쪽까지 들어 올린 채 회전하는 'I 스핀'으로 쇼트프로그램을 끝낸다.

◇아사다 마오의 '가면 무도회' = 김연아의 금메달 라이벌 아사다 마오(20·일본)의 쇼트프로그램은 트리플 악셀(공중 3회전반)이 핵심이다. 첫 과제인 트리플 악셀의 성공 여부에 따라 아사다의 메달 색깔도 달라진다. 배점이 큰 점프일수록 실패하면 GOE의 감점도 커진다. 트리플 악셀의 GOE 감점은 1.4~4.2점까지다. 다른 트리플 점프들이 1~3점까지 깎이는 것에 비교하면 감점 폭이 훨씬 넓다.

'가면무도회'의 박력 있는 왈츠 리듬에 맞춰 연기를 시작하는 아사다는 트리플 악셀-더블 토루프 콤비네이션 점프(기본점 9.5점)로 연기를 시작해 연이어 트리플 플립(기본점 5.5점)을 댄다. 레이백 스핀에 이어 아사다의 유연성이 돋보이는 스카일 시퀀스가 끝나면 더블 악셀(공중 2회전반)로 점프 과제를 끝낸다.

플라이 시퀀스와 스텝 시퀀스를 펼치는 아사다는 김연아와 마찬가지로 체인지 풋 콤비네이션 스핀으로 연기를 마무리한다.

연도	종목	김연아 점수	아사다 마오 점수
09~10	1차대륙선수권(러시아)	210.03점(1위)	173.99점(2위)
09	세계선수권(러시아)	207.71점(1위)	188.09점(4위)
09	4대륙선수권(캐나다)	189.07점(1위)	176.52점(3위)
08~09	1차대륙선수권(러시아)	186.55점(2위)	168.55점(1위)
08	세계선수권(스웨덴)	183.23점(3위)	165.56점(1위)
07~08	1차대륙선수권(러시아)	190.83점(1위)	191.59점(2위)
07	세계선수권(일본)	186.14점(3위)	194.45점(2위)
06~07	1차대륙선수권(러시아)	184.20점(1위)	172.52점(2위)
06	세계주니어선수권(캐나다)	177.54점(1위)	153.35점(2위)
05	세계주니어선수권(캐나다)	156.89점(2위)	170.24점(1위)
04~05	1차대륙선수권(러시아)	137.75점(2위)	172.75점(1위)

연아 아빠의 애끓는 부정

부담 안주려 속소 다른곳에 "대회 끝날때까지 안볼래요"

"저라고 안 보고 싶겠습니까. 하지만 참아야죠" 김연아의 아버지인 김현석(53)씨는 좀처럼 사람들 앞에 나서는 법이 없다.

이유는 간단했다. "연아가 경기하는 모습을 보면 안타깝고 힘들어서 못 보겠어요. 솔직히 보고도 싶지만 그냥 참는 거죠"라는 게 김현석 씨의 '연아 사랑' 방법이다.

◇이산가족 자처한 아빠 "부담 안주고 싶어요" = 23일(한국시간) 오전 캐나다 밴쿠버 국제공항. 김연아에게 호리호리한 체형을 물려준 아버지 김현석 씨가 입국장을 나섰고, 마중 나온 김연아의 매니지먼트사인 IB스포츠 관계자와 함께 숙소로 이동했다.

그러나 김 씨는 가족들이 머무는 호텔로 향하지 않고 지인들이 묶는 다른 숙소로 향했다. 가족과 함께 지내고 싶지만, 자식 사랑하는 딸이 부담을 느낄까 걱정이 돼 '이산가족'을 자처했다. 1년에 9개월 이상 떨어져 지내는 가족들이지만 대사를 앞둔 딸을 향한 애끓는 부정이 그대로 느껴진다.

◇메달 색깔? 후회 없는 경기가 더 중요 = 그렇다면 아버지로서 딸이 어떤 성적을 내길 원할까. '금메달을 기대하세요?'라고 묻자 김현석 씨는 "절대 금메달이라고 하지 마세요. 연아가 부담 가져요"라며 수화기 너머로 손사래 치는 모습이 보이는 듯했다.

김 씨는 그러나 "이왕이면 금메달을 따줘야죠. 하지만 저는 지금까지 연아에게 금메달 따라고 얘기한 적이 단 한 번도 없어요. 제가 말 안 해도 잘 따질까요. 이번에도 잘하겠죠"라고 금세 웃음을 보였다.

그는 이어 "연아가 그동안 해왔던 만큼만 했으면 좋겠어요. 후회 없는 경기를 하고, 무엇보다 건강하게 다치지 말고 올림픽을 치렀으면 좋겠어요"라고 딸에 대한 사랑을 듬뿍 전했다.



23일 밴쿠버 킬리니 커뮤니티센터에서 열린 쇼트트랙 대표팀 훈련에서 선수들이 훈련을 하고 있다.

내일은 女 쇼트트랙 금빛질주

조해리·이은별·박승희 등 3천m 계주 첫 금 도전

역대 최약체로 평가받는 여자 쇼트트랙이지만 믿는 구석은 있다.

2010 밴쿠버 동계올림픽에서 아직 '노골드'에 그치고 있는 여자 쇼트트랙은 25일(한국시간) 캐나다 밴쿠버 피시파클리세움에서 열리는 3천m 계주에서 첫 금메달에 도전한다.

여자 쇼트트랙은 남자와 더불어 전통적인 효자 종목이었다.

1994년 릴레함메르 대회부터 2006년 토리노 동계올림픽까지 9개의 금메달을 획득해 한국 동계스포츠의 전락종목이었다. 하지만 이번 대회에서 에이스가 없는 한국은 금성장한 중국세에 확실히 밀리고 있다.

중국은 500m에서 세계 최강자 왕멍이 금메달을 차지했고 1천500m에서는 저우양이 이은별(연수여고)

과 박승희(공문고)를 제치고 1위를 차지했다.

한국이 16년간 군림했던 여자 쇼트트랙 관도가 완전히 중국으로 넘어간 셈. 그러나 대표팀은 3천m 계주 만큼은 놓칠 수 없다는 각오를 보이고 있다.

3천m 계주는 한국이 1994년 릴레함메르 대회부터 4연패를 달성할 정도로 초강세를 보였던 종목이다.

지난 해 4월 일찌감치 대표를 선발했던 쇼트트랙은 여차피 개인전은 중국을 이기기 어렵다고 판단해 3천m 계주 훈련에 사실상 '몰인'했다. 4명이 교대로 엉덩이를 밀어주는 계주는 1.2명의 에이스보다는 주자들의 고른 기량과 호흡이 더욱 중요하다.

때문에 대표팀은 훈련에서 가장 많은 시간을 계주에 쏟아부었다.

조해리(고양시청)와 이은별, 박승희 트리오에 김민

정(전북도청) 또는 최정원(고려대)이 계주 결승에 출전할 것으로 보이는 여자 쇼트트랙은 선배들의 전통을 이어가겠다는 책임감 속에 '금빛 질주'를 펼칠 것으로 기대되고 있다.

■ 한국선수단 주요경기 일정

〈24일〉 ◇ 피겨스케이팅 = 여자 싱글 쇼트프로그램(오전 9시30분~오후 2시)

〈25일〉 ◇ 쇼트트랙 = 남자 500m 예선, 여자 1천m 예선, 여자 3천m 계주 결선(오전 19시~오전 11시45분)

◇ 알파인스키 = 여자 대회전 결선(오전 3시~오전 7시30분)

이정수 vs 왕멍 다관왕 경쟁

미국의 빙상 영웅 에릭 하이든은 1980년 레이크플래시드 동계올림픽에서 남자 스피드스케이팅 전 종목을 싹쓸이하며 5관왕에 올랐다. 역대 동계올림픽 최다 금메달 기록이다.

4관왕은 2002년 솔트레이크시티에서 바이에슬론 네 종목을 휩쓴 노르웨이의 국민 영웅 올레 아이너 비른달렌과 1964년 인스브루크 올림픽 때 여자 빙속 4관왕 리디아 스킨블리코바(옛 소련) 두 명이다.

2010 밴쿠버 동계올림픽에서도 무더기 금메달을 캐려는 다관왕 경쟁이 뜨겁다.

하지만 이번 대회에서 4관왕 이상을 기대하기는 힘들다. 23일(이하 한국시간) 현재 북수의 금메달을 목에 건 선수는 단 4명으로 모두 두 개씩만 따냈다.

쇼트트랙 남자 1,500m와 1천m에서 우승한 이정수(단국대)를 비롯해 대회 1호 금메달의 주인공인 스키점프 2관왕 시몬 암만(스위스), 여자 바이에슬론에서 금메달 2개, 은메달 1개를 따낸 막달레나 노이너(독일), 여자 크로스컨트리 금 2, 동 1개를 수확한 마르틴 브뢰젠(노르웨이)이 공동 2관왕이다.

이정수는 27일 금메달 획득이 유력한 5천m 계주에 출전할 예정이라 3관왕을 노려볼 수 없다. 그러나 한국 최초 올림픽 4관왕의 꿈은 멀었다.

중국 여자 쇼트트랙에 다관왕 후보가 있다. 500m 금메달을 차지한 에이스 왕멍은 1천500m 우승을 대표팀 동료 저우양에게 내줬지만 1천m과 3천m 계주가 남아있다. 왕멍은 1천500m 준결승에서는 다른 선수를 팔꿈치로 밀어 실격했다.