광주일보 3·1절 전국마라톤 D-2

"100회 완주 영광은 3·1절 광주에서"

■ 회갑 기념 풀코스 도전 논산클럽 안병철씨

광주일보 3·1절전국마라톤대회에서 회갑을 기념하는 풀코스 100회 완주에 도전하는 충청도사나이가 있다.

바로 논산마라톤클럽 소속 안병철씨가 그 주인공이다.

지난달 경남 고성마라톤대회에서 99번째 완주를 기록한 그는 100번째 영광의 순간을 광주일보대회에서 맞이하기로 일찍 결정했다.

대회 규모 크고 취지 좋아

양력으로 생일이 3월21일인 안 씨는 "3월에 열리는 대회를 찾으며 고심한 끝에 광주일보대회를 찜하게 됐다" 면서 "규모도 크고, 3·1정신을 기리는 대회 취지도 좋아 가족들과 논의해 결정했다"고 대회 출전 배경을 밝혔다. 대회가 끝나고 나면 그는 간단히 클럽회원들과 기념행사를 가진 후 곧바로 논산으로 올라가 평소 훈련하던 논산공설운동장에서 가족·친구들과 함께 회갑기념 '뒤풀이'도 가질 계획이다.

지금까지 달리면서 도중 포기한 적이 없다는 안 씨는 "달리기는 내 삶의 충전기" 이다면서 "평소 앓던 빈혈 증세를 이겨내고 건강을 되찾아 생활에 활력을 되찾은 것은 달리기 덕분이다"며 자신의 마라톤 철학을 밝혔다.

장애 5급…마라톤 8년째

안 씨는 8년전 전정기관 이상으로 어지러움증을 느껴 검사를 받아 본 결과 장애 5급 판정을 받았다. 축구 등 구기종목을 좋아했던 그는 더이상 몸싸움이 필요한 운동은 할 수 없어 혼자만이 할 수 있는 달리기를 선택하게 된 것이다.

장애를 딛고 달리기 시작한 지 8년 만에 마라톤동호인들에게는 명예스러운 '풀코스 100회 고지'를 눈앞에 두게 됐다.

그의 달리기 인생에서 지난 2008년은 잊을 수 없는 해였다고 회상했다. 세계적인 마라톤대회인 보스턴 마라톤에 출전하게 된 것이다. 그는 "세계 각국에서 수만명이 몰렸는데 정말 장관이었다" 면서 "시내 코스를 따라 시민들이 줄 서 있는 모습이 지금도 잊혀지지않는다"고 회상했다. 지난해에는 일본서 열린 이브스키 대회에도 참가 했었다. 국내대회에서도 지울 수 없는 대회가 있다.

지난 2008년 12월, 4일간 제주도를 일주하며 매일 풀코스를 달렸던 기억도 생생하다고 덧붙인다.

자신의 최고 기록은 지난 2003년 조선일보마라톤대회에서 세운 3시간 28분. 비록 '서브-3'(풀코스 3시간 이내 완주)는 실패했지만 후회는 없다고 밝힌 안 씨는 "기록단축 보다는 오랫동안 달릴 수 있는 게 나에겐 중요하다"고 강조했다.

신장 170㎝에 체중 65㎏. 회갑의 나이에도 표준체형을 유지하고 있는 안 씨는 "회원들이 몸매는 '서브-3'감이라고 부러워 한다" 면서 "앞으로 1년에 20회 완주는 충분히 가능하며 70세까지 300회 완주에 도전해 보고 싶다"고 10년 후 목표를 밝혔다.

새벽 5시에 기상해 매일 3시간씩의 운동을 즐기는 안병일 씨의 '300회 꿈'이 반드시 이뤄지길 기대해 본다.

/서승원기자 swseo@kwangju.co.kr

장애 딛고 무한질주 "마라톤은 삶의 충전기"

"매일 3시간 운동…70세에 300회 꿈 이루겠다"

나이 60 몸매는 '서브-3'감

빨간 유니폼의 광화문마라톤모임 회원들은 완주목표시간이 적힌 풍선을 들고 대회 현장을 누비며 '달림이 도우미' 역할을 자처하고 있다. 〈광주일보 자료 사진〉

■ 페이스 메이커 '광화문마라톤모임'

"참가자들과 함께 뛰며 완주 도우미 역할 하죠"

달리기로 이웃사랑을 실천하고 있는 광화문마라톤모임 회원들이 3·1 마라톤 6번째 질주를 준비하고 있다.

건강하고 즐거운 마라톤 문화보급을 위해 지난 1999년 인터넷상에서 모임을 시작한 광화문마라톤 모임은 2001년 1기 페이스메이커를 선발하면서 전문 페이싱팀으로의 틀을 갖추게 됐다. 지난해까지 전국 242개의 대회에서 마라토너들이 건강한 달리기를 할 수 있도록 '달림이 도우미' 역할을 해오고 있다.

전국 마라톤대회에서 완주 목표시간이 적힌 풍선을 들고 빨간색 유니폼을 입고 달리는 이들이 바로 광화문마라톤모임의 페이싱팀 회원들이다.

페이싱팀원이 되기 위해서는 엄격한 심사과정을 거쳐야 한다. 마라톤 경험은 물론 봉사정신을 갖춘 이들을 대상으로 일정기간의 수습훈련과 심폐소생술 교육을 거친 뒤 페이싱팀원의 자격을 부여한다.

이들의 가장 큰 역할은 대회 참가자들이 목표 시간에 맞춰 완주를 할 수 있도록 레이스 속도를 조절해주는 것이지만 호흡과 자세, 시선 처리 등에 대한 조언도 아끼지 않고 있다. 힘든 구간에서 참가자들이 포기하지 않도록 응원을 보내주는 것도 이들의 역할이다.

현재 모임은 수도권팀, 호남권팀, 영남권팀, 중부권팀으로 나누어 운영되고 있다. 호남권팀에는 광주와 전남·북 그리고 제주지역에 거주하는 52명이 열성적으로 활동을 하고 있다.

'순수를 지향하는 마라토너들의 봉사모임'을 모토로 삼고 있는 이들은 달리기 만큼 이웃사랑에도 열성적이다. 독거 노인 돕기 사랑의 달리기와 육상 꿈나무 돕기 성금 모집 그리고 바자회 등을 열고 마라톤을 통한 이웃사랑 실천에 발벗고 나서고 있다.

지난 2005년 페이스 메이커로 3·1 마라톤과 인연을 맺은 이들은 올해도 변함없이 새봄의 질주에 함께 한다.

전국 4개팀…호남팀엔 52명

마라토너 레이스 속도 조절

위급 상황엔 심폐소생술도

많은 이들과 함께 호흡을 맞출 수 있는 3·1 마라톤은 회원들에게도 흥겨운 잔치마당이다. 호남지역 최대규모의 대회로 광주월드컵경기장에 한데 모여 풍성한 대회분위기를 만끽할 수 있어 광화문마라톤모임 회원들에게도 즐거움이 가득한 대회다.

수도권, 영남권 회원들도 이번 3·1 마라톤 페이스메이커로 나서 남도의 봄을 맞을 계획이다.

박남균 호남팀장은 "마라톤은 인내와 절제가 필요한 운동이다"며 "다른 사람에 맞춰 초반에 오버 페이스 하지말고 힘을 구축하면서 참가자분들이 모두 목표대로 결승선을 통과하길 바란다"고 밝혔다.

/김여울기자 wool@kwangju.co.kr

조선대학교 · 동강대학
평생교육원 수강안내

관상! 단 한번의수강으로 내 인생이 성공한다.
관상학:조선대학교평생교육원 사주명리학:동강대학교

관상이란? 사람의 얼굴에는 성격과 인생행로가 그대로 나타나 있다. 그 사람의 지나온 과거 여정이자 미래의 지도인 것이다.

성공하기 위해서는? 성공과 실패는 인간 만남관계의 결과물이다. 손자병법에 "상대를 알고 나를 알면 백전백승이다" 라고했다. 상대를 보고도 모른다면 즉 "낫놓고 ㄱ자도 모른다" 면 성공은 기약하기 어렵다.

동강대의 귀곡사주란? 우주의 천지를 풀이한 귀곡사주! 사주풀이가 너무나도 잔 맛이서 귀신이 곡을 하고 도망갔다 하여 무처진 귀곡사주를 동강대학교에서공개합니다.

대학교별	교육과정	기간 및 요일	강의시간	수강료	기관전화
조선대학교 평생교육원	관상학 초급	3.2부터 매주 화요일(15주)	(주)14~17시 (야)19~22시	150,000원	230-7700~3
	관상학 심화	3.5부터 매주 금요일(15주)	(야)19~22시		
동강대학교 평생교육원	사주명리초급	3.10부터 매주 수요일(15주)	(야)19~21시	100,000원	520-2516
	사주명리심화	3.11부터 매주 목요일(15주)	(야)19~21시		

등록안내 동강대 정기등록 1.25 ~ 2.27 까지
등록방법 해당기관 직접방문이나 전화등록 후 금융기관 입금
장학특전 65세 이상 30% 감면 등 (각 학교 홈페이지 참조)
교육전담강사 소석 동양철학 연구원장 김경준 사주·관상 개인교습 실시!!

문의:각대학교 전화, 홈페이지 방문 강사 011-644-7232

국토해양부 지정
광주대학교 부동산전문인력교육
(부동산개발 전문인력 교육기관)

건물 2,000㎡·토지 3,000㎡ 이상 부동산개발(건축허가등)을 하기 위해서는 부동산개발업 등록을 하여야 하며, 부동산개발업 등록을 위해서는 부동산개발 전문인력 2명 이상을 상시 채용하여야 등록 가능!!

◆교육일시 및 장소
- 2010.03.02.(화) ~ 2010.03.20.(토) / (총 60시간 강의)
- 대한지적공사 광주·전남본부 시옥

◆교육대상

구분	전문인력의 유형
자격자	변호사, 공인회계사, 감정평가사, 공인중개사, 건축사, 전설기술자(학경력자포함), 자산운영관리인력 등
학·석사 학력자	4년제 대학 졸업학력 또는 대학원을 졸업하고 개발업법인 등의 근무경력이 있는 사람
실무경력자	국가·지자체, 공공기관·지방공사·지방공단, 금융기관 중 개발업무 관련 종사자, 개발업 관련 법인 대표자 등

※ 수강하고자 하는 분들은 등록 전 수강자격 등에 대하여 사무국으로 문의바람

◆교육비
67만원 (교재 및 간식 등 제공, 강의를 시작한 이후 환불은 불가)

◆기타 자세한 사항은 홈페이지 : www.gred.kr 참조

※ 부동산개발 전문인력이 되려면 국토해양부 지정 광주대학교 부동산전문인력교육원에서 전문교육을 꼭 이수하여야 합니다.

광주대학교 부동산전문인력교육
문의/전/화 www.gred.kr
•원 장 이명규교 수 062-670-2421
•부원장 강동욱변호사 062-233-3119
•사무국 김병철 062-233-3119

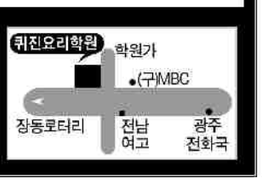
(계좌제·재직자)
국비교육생모집
JS퀴진 요리학원
노동부지정 국비 훈련기관 —
방문상담 대 환영 합니다!

◎개 강 2월 1일◎

훈련 종류	훈련과정	훈련대상
계좌제	◦ 한식과정 ◦ 일식과정	주부, 실업자 미취업자 대학졸업 예정자
재직자	◦ 한식과정 ◦ 양식과정 ◦ 일식과정 ◦ 중식과정 ◦ 제과·제빵과정	고용보험 가입 재직자 (정규직·비정규직)

* 계좌제과정은 광주고용센터(609-8500)에서 카드발급 신청을 해야 합니다.

◎상담전화◎
226-5500



토지매매

위치 : 나주시 노안면 오정리
• 대지 : 4,000평
• 건물 : 650평
• 전 : 9,500평
• 합계 : 13,500평
- 매가 : 27 억
▷ 광주 ~ 무안 고속도로 (나주I.C 입구)
▷ 동신대 ~ 나주I.C-국가산업단지 (4차선도로확장.확정)

길잡이공인중개사
• 상표등록 : 41-0163369호 •
핸 011-620-3960 ☎ 062-381-6000
(상무지구 5.18공원사거리)