

태극전사 체력·컨디션 막판 스퍼트

고지대 적응... 심폐기능 더 강하게

최상경기력 갖춰 90분 압박 승부

남아공 월드컵 D-3



축구대표팀이 2010 남아프리카공화국 월드컵 개막을 나흘 앞두고 최상의 경기력을 만들려고 막판 스퍼트를 내고 있다.

대표팀은 지난 5일(이하 한국시각) 남아프리카공화국 도창 후 베이스캠프인 루스텐버그의 올림피아파르스타디움에서 첫날 회복훈련을 한데 이어 이틀째 체력 훈련으로 선수들의 컨디션을 끌어올렸다.

레이몬드 베르하이엔 피지컬 코치가 만든 체력 프로그램을 진행해왔던 선수들은 지난 달 25일부터 전지훈련 장소인 오스트리아 노이슈타트에서 열흘여 탐금질을 했으나 같은달 10일 파주 NFC(대표팀 트레이닝센터) 소집 때보다 체력 수준이 조금 떨어졌던 것으로 알려졌다.

이에 따라 대표팀은 남아공 입성 후 이틀째인 6일에는 체력 훈련과 실전에 가까운 미니게임으로 선수들의 훈련 강도를 높였고 7일 전술훈련을 진행한 뒤 8일에도 한 차례 더 강한 체력 훈련을 계획하고 있다.

12일 예정된 그리스와 월드컵 본선 조별

리그 1차전을 대비해 선수들의 체력을 최고 조로 끌어올리려는 것이다.

대신 9일에는 훈련 없이 하루 휴식을 주고 10일 오전 전세기를 이용해 그리스와 1차전이 열릴 포트엘리자베스로 이동한다.

선수들의 고지대 적응력을 높여려는 심폐 강화 훈련도 병행된다.

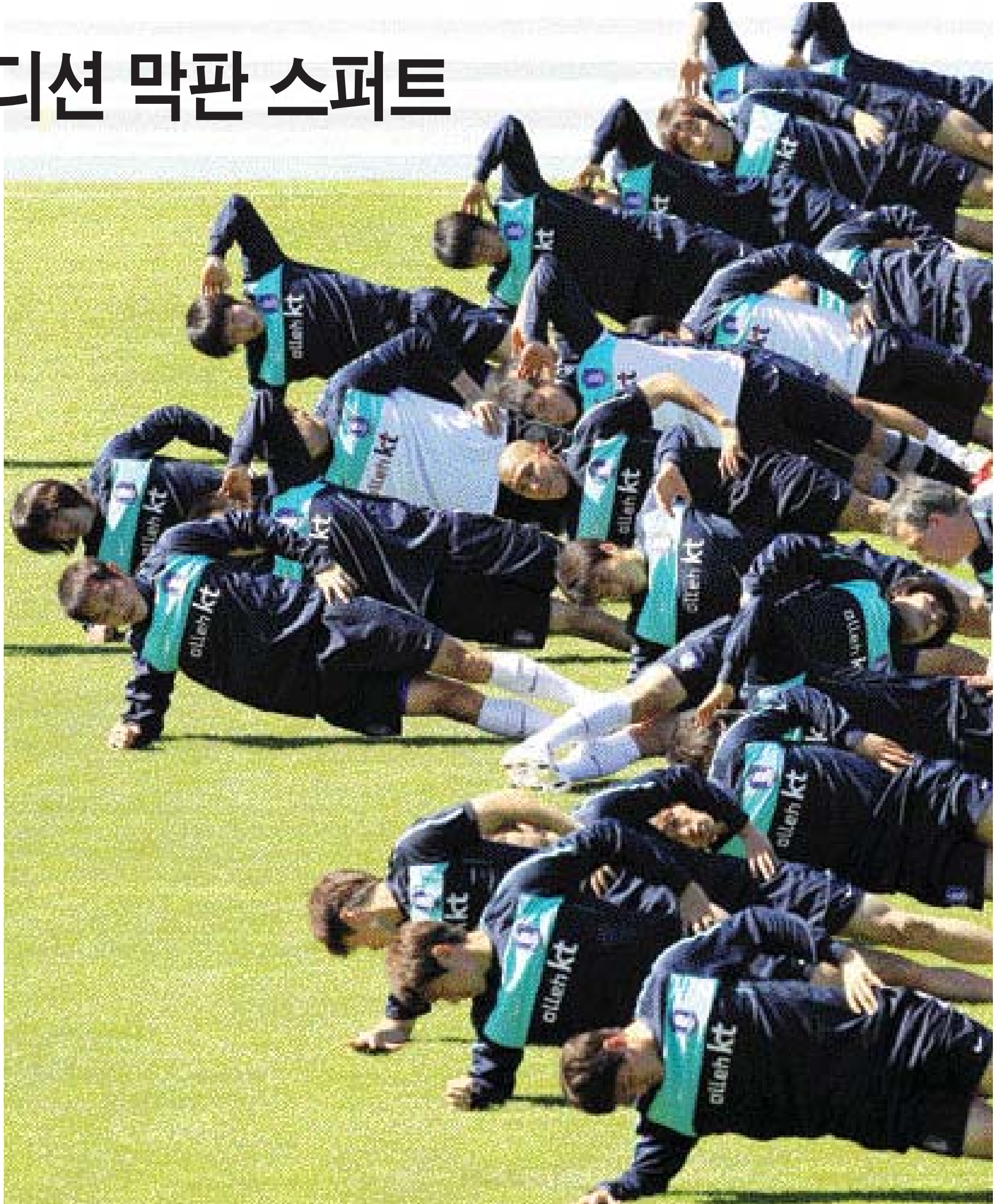
대표팀은 7일 숙소인 헌터스레스트에서 남아공 입성 후 처음으로 저산소 체질 훈련을 진행했다.

선수들은 현지시각으로 6일 오후 6시45분부터 15분 동안 산소량을 줄인 상태에서 코를 막고 입으로만 호흡하도록 했다.

이는 종전 6분 같은 방법으로 호흡하고 나서 4분 휴식 간격으로 진행했던 것보다 수위를 한 차원 높인 것이다.

루스텐버그의 숙소가 해발 1233m에 있어 아르헨티나와 조별리그 2차전이 열릴 요하네스버그(해발 1753m) 사카시티 스타디움 경기에 큰 지장이 없지만 높은 경기력을 위해선 심폐 능력 업그레이드가 필수적이기 때문이다.

대표팀 관계자는 "현재 그리스와 1차전을 최대 목표치로 맞추고 체력을 점차 끌어올리고 있으며 계획대로 진행중"이라면서 "선수들의 고지대 적응력도 상당한 수준에 올라섰다"고 설명했다. /연합뉴스



얼차려? 체력훈련?

태극전사들이 7일(한국시각) 월드컵 베이스캠프인 남아프리카공화국 루스텐버그의 올림피아파르스타디움에서 체력훈련을 실시하고 있다. /연합뉴스

월드컵 이모저모

태극전사, 그리스·아르헨전 붉은 유니폼 입고 뚝다

나이지리아전은 흰색 상의

태극전사들이 2010 남아프리카공화국 월드컵 본선 조별리그 두 경기에서 붉은색 유니폼을 입고 뚝다.

대한축구협회는 7일(한국시각) 국제축구연맹(FIFA)으로부터 대표팀이 B조 조별리그에서 경기별로 착용할 유니폼의 색깔을 통보받았다고 밝혔다.

A매치 평가전은 양국의 합의에 따라 유니폼 색깔을 정하지만 월드컵 때는 해당 축구 협회로부터 주·부 유니폼을 신청받은 FIFA가 일괄적으로 결정해 통보한다.

한국은 12일 열리는 그리스와 조별리그 1차전에서 주 유니폼인 빨강 상의에 흰색 하의, 빨강 양말을 맞춰 입는다. 그리스와 1차전은 한국의 홈경기로 치러진다. 반면 원정팀 그리스는 상의와 하의, 양말을 모두 파란색으로 통일한다.

원정경기로 치러질 아르헨티나와 2차전에서 한국은 똑같이 빨강 상의-흰색 하의-빨강 양말 조합을 하려받았다. 아르헨티나가 홈경기에서 흰색과 파란색이 결합된 상의와 검정 하의, 흰색 양말을 선택했기 때문이다.

그러나 원정경기로 열리는 나이지리아와

3차전에서는 태극전사들이 흰색 상의-파랑 하의-흰색 양말로 바꾼다. 나이지리아는 '슈퍼이글스'를 상징하는 녹색으로 통일한 유니폼을 입는다.

"한국축구 16강 이상" 78%

한국 팬 10명 중 8명이 남아프리카공화국 월드컵축구대회 본선에서 한국 대표팀에 16강 이상 성적을 기대하는 것으로 조사됐다.

여론조사기관 한국갤럽은 지난달 7일부터 10일까지 600명을 대상으로 온라인 조사를 한 결과 한국이 16강에 진출할 것이라는 응답이 51.0%, 8강이 17.1%, 4강 5.6%, 결승진출 5.2%로 나타났다. 7일 발표했다.

16강 이상의 성적을 점친 응답 비율이 합계 78.9%였다.

이는 2002년 한일월드컵을 앞두고 발인 설문조사에서 16강 이상의 성적을 예상한 비율(72.6%)보다는 높지만, 4년 전 독일월드컵을 앞두고 조사된 결과(93.2%)보다는 14.3%포인트 감소한 수치다.

한국갤럽은 "2002년 한일월드컵 4강 신화로 커졌던 기대가 독일월드컵에서 16강 진출에 실패하면서 다소 낮아진 것으로 보인다"고 분석했다.

조별리그 경고 8강까지 승계

2010 남아프리카공화국 월드컵 본선 조별리그에서 옐로카드를 받으면 8강 경기까지 여과가 미친다.

축구대표팀은 7일(한국시각) 숙소인 헌터스레스트호텔에서 베이스캠프인 루스텐버그의 FIFA 경기 총괄 매니저와 만나 대회 운영과 관련한 세부 사항을 협의했다고 밝혔다.

지난 1월 FIFA 워크숍 때 논의됐던 대회 규정 중 바뀐 건 '경고의 승계' 부분이다.

예초 본선 조별리그에서 옐로카드를 한 차례 받더라도 16강 진출과 함께 소멸되는 것으로 알려졌다. 16강은 물론 8강까지 승계된다.

나이지리아, 북과 평가전 승리

나이지리아가 북한을 꺾고 11일 막을 올리는 남아프리카공화국 월드컵축구대회를 앞둔 마지막 평가전을 승리로 장식했다. 나이지리아는 7일(한국시각) 남아프리카

공화국 요하네스버그의 마블롱 스타디움에서 열린 북한과 경기에서 3-1로 이겼다. 최근 사우디아라비아-콜롬비아와 평가전에서 0-0, 1-1로 잇따라 비겼던 나이지리아는 2월 말 라르스 라에르베크 감독 취임 이후 평가전 첫 승을 따내며 12일 아르헨티나와 조별리그 B조 첫 경기를 앞두고 분위기를 띄웠다.

나이지리아 FW '아성의 동물'

북한 축구대표팀의 주전 스트라이커 정대세(26·가와사키)가 본 나이지리아 대표팀 공격수들은 '아성의 동물'이었다.

정대세는 7일 나이지리아와 평가전 후 "그리스와 마찬가지로 나이지리아 선수들도 크기와 높이가 세지만 동작이 느다. 한국 선수들은 몸싸움도 세고 빠르니까 100% 힘을 다하면 나이지리아는 어려운 상대가 아니다"며 한국에 긍정적인 전망을 내놓았다.

그는 이어 "한국처럼 기술과 전술이 좋은 팀은 충분히 이길 수 있다. 한국 공격수들은 빠르니 임대일 돌파도 가능하다"고 덧붙였다. /연합뉴스

'캡틴' 박지성 득점왕 후보

英 축구전문사이트 '골닷컴' 선정

한국 축구대표팀 간판선수인 박지성(29·맨체스터 유나이티드)이 영국의 세계적인 축구전문사이트 '골닷컴'이 선정한 남아프리카공화국 월드컵대회 득점왕 후보 15명에 이름을 올렸다.

골닷컴은 7일 월드컵 특집 기사 가운데 하나로 이번 대회 득점왕을 예상하며 15명의 후보를 추려 독자들에게 제시했다. 선수 이름의 알파벳 순서로 나열된 이 기사에서 박지성은 "일례 골잡이는 아니다. 그러나 그는 지금까지 잉글랜드·포르투갈·프랑스 등을 상대로 득점을 올렸다"며 "그의 가치는 많은 골을 넣는 것보다 중요한 때에 득점을 올리는 데 있다"는 평을 들었다.

박지성과 함께 득점왕 후보에 이름을 올린 선수들은 디디에 드로그바(코트디부아르)·사뮈엘 에토(카메룬)·루이스 파비아



누(브라질)·디에고 포를란(우루과이)·곤살로 이과인(아르헨티나)·미로슬라프 클로제(독일)·리오넬 메시(아르헨티나)·호비뉴(브라질)·크리스티아누 호날두(포르투갈)·웨인 루니(잉글랜드)·움베르토 수아스

(칠레)·페르난도 토레스(스페인)·로빈 판 페르시(네덜란드)·다비드 비야(스페인) 등 세계적으로 내로라하는 '특급 스트라이커'들이다. 박지성은 골닷컴이 선정한 득점왕 후보 15명 가운데 유일한 아시아인 선수, 미드필더로 눈길을 끌었다. /연합뉴스

우려가 현실로... 남아공 치안 불안

대표팀·취재진 잇단 사건·사고 군 병력 투입 등 보안확보 비상

2010 남아프리카공화국 월드컵 개막을 앞두고 경기장 안전사고와 각종 대표팀과 취재진 상대 범죄 등 사건·사고가 잇따르자 남아공 당국이 보안 강화에 고심하고 있다.

당초 치안 불안으로 월드컵 성공 개최에 대한 우려가 컸던 남아공은 대회를 불과 닷새 남짓 남겨둔 현재도 곳곳에서 치안에 허점을 드러내 안팎의 우려를 사고 있다.

지난 6일 나이지리아와 북한이 평가전을 치른 요하네스버그 마블롱 스타디움에서는 경찰이 갑자기 몰려든 인파를 통제하지 못해 14명이 다쳤고, 지난달 28일에는 콜롬비아 대표팀이 머물던 요하네스버그의 호텔 종업원이 훈련 시간을 틈타 선수단의 돈을 훔친 사건이 발생했다.

최근 극우 무장세력이 월드컵 직전 휴전

밀집지역을 폭파하겠다고 위협했고 지난달에는 사우디아라비아 육군 대령이 알-카에다와 남아공 월드컵에 대한 테러 공모 혐의로 이라크에서 체포되기도 했다.

한국 취재진들의 피해도 속속 보고되고 있다. MBC 시사 프로그램 'W'의 한 프리랜서 PD는 최근 요하네스버그의 한 건물 화장실에서 돈과 여권을 빼앗기는 아찔한 상황을 겪었고, SBS 교양국 PD는 탑승 중이던 차가 신호대기로 잠깐 멈춘 새 창문을 깨고 물건을 빼앗으려는 괴한의 습격을 받았다.

오는 11일 남아공과 멕시코의 개막전이 열리는 요하네스버그 사카시티와 프랑스와 우루과이전이 벌어질 케이프타운 그린포인트 스타디움에는 폭발물 처리반과 사복경찰을 포함한 수천명의 경찰 인력이 투입돼 삼엄한 경계를 펼칠 방침이다.

군 병력과 관련 응급치료팀도 화학 테러 등 만일의 사태에 대비해 대회가간 주요 경기장 등에서 대기 태세를 갖춘다. /연합뉴스