

■ 부문별 우승자 인터뷰

“세 번째 도전 끝에 1위 너무 기뻐”

폴코스 男 정석근 씨



“지난해는 건강이 안좋아 힘들었는데 우승을 차지해 정말로 기분이 좋습니다.” ‘안산 ACE’ 소속의 정석근(38·경기도 안산시 단원구)씨가 2시간38분18초로 결승선을 통과하면서 남자 폴코스부문을 결승타이프를 제일 먼저 끊었다.

지난 2008년과 2009년에도 참가했지만 입상권 밖에 머물렀던 정씨는 세 번째 도전 끝에 3·1절 마라톤 우승을 거머쥐었다.

정씨는 “다소 추운 날씨였으나 마라톤녀에게는 뛰기 좋은 기온이었다”며 “맞바람이 매우 강해 힘든 레이스였지만 평소 기록(2시간30분)과 큰 차이 없이 완주해 기쁘다”고 말했다.

이어 “지난해 비염 수술을 받느라 1년을 뚱뚱해 쉬어올래 레이스를 자신하기 힘들었다”며 “기복이 좋고 잘 뛰는 선수가 많았지만 운 좋게 우승한 것 같다”고 소감을 밝혔다.

2007년 마라톤을 시작한 정씨는 실업팀 장거리 선수생활을 했던 준프로선수 출신으로 50여회의 폴코스 완주기록을 가지고 있다. 정씨는 이번 1위로 지난 2월 열렸던 제2회 서울레이스에 이어 올해 두 번째 우승을 차지했다.

/임동홍기자 exian@kwangju.co.kr

국내 마라톤계에 이름 알려진 실력과

폴코스 女 이정숙 씨



“컨디션이 좋지 않아 힘든 레이스를 펼친 만큼 우승의 기쁨도 두 배입니다.” 여자 폴코스부문의 우승에 영예는 2시간56분의 기록으로 결승 타이프를 끊은 이정숙(46·충북 천안시)씨에게 돌아갔다.

마라톤 국가대표 출신으로 천안 신대초등학교에서 육상 꿈나무들을 지도하고 있는 이씨는 이미 국내 마라톤계에서는 이름이 알려진 실력파다.

6년 전부터 마라톤을 다시 시작한 그녀는 지난 2008년부터 3·1절 마라톤 대회와 인연을 맺은 뒤 그동안 하프코스에서 2차례나 우승을 차지하는 저력을 보여왔다.

3·1절 마라톤대회 폴코스 참가는 이번이 처음. 컨디션 난조로 초반 페이스 조절에 어려움을 겪기도 했지만 초반부터 선두권을 형성하며 우승을 차지하는 등 마라톤 실력을 유감없이 발휘했다.

이씨는 “이번 레이스는 많은 바람이 불어 힘든 레이스가 됐다. 마라톤을 앞두고 쉬지않고 훈련한 성과가 빛을 발한 것 같다”며 “앞으로 우리나라 육상계를 이끌어 나갈 아이들을 지도하는데 최선의 노력을 다하겠다”고 말했다.

/김경민기자 kki@kwangju.co.kr

■ 이색 참가 선수들

“폴코스 거뜬... 내년에도 또 완주”

최고령 76세 고재신 씨



“어려움을 딛고 얻는 성취감처럼 값진 것은 없습니다. 내년에도 결승선에 들어오겠습니다.” 이번 대회 최고령 참가자인 고재신(76·광주시 동구 용산동)씨가 지난해 이어 42.195km를 달리며 노익장을 과시했다. 쌀쌀한 날씨에 레이스를 포기하라는 주변의 권유에도 고씨는 포기하지 않고 결승선을 밟으며 완주메달을 목에 걸었다.

고씨는 젊은이들도 쉽게 해내지 못하는 폴코스 완주를 이뤄냈지만 아쉬움이 남는 레이스였다고 말했다.

고씨는 “뛰고 나서 아쉬움이 남지 않도록 하자는 각오로 출발을 했는데 중도 포기 위기도 맞은 등 아쉬움이 남아서 속상하다. 틀 나는데도 운동도 하고 연습도 했는데, 내년

에는 더 좋은 모습으로 완주를 해내겠다”고 소감을 밝혔다.

고씨에게 마라톤은 단순한 운동 이상의 의미를 지니고 있다.

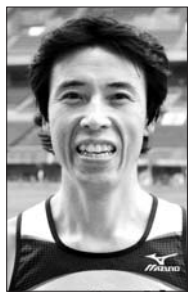
고씨는 “많은 이들이 어려운 일이 생기면 쉽게 포기하고 좌절한다. 하지만 쉽게 이루는 것은 큰 의미가 없다. 할 수 있다는 생각으로 자신과의 싸움을 이겨내야 한다”며 “내게 마라톤은 도전이고 내 자신과의 싸움이다. 힘껏 달리다 보면 성취감이 느껴지고 머릿속 복잡함이 사라진다”고 말했다.

고씨는 서울국제마라톤, 경주마라톤 등 전국 마라톤대회에서 폴코스 완주 기록을 가지고 있다.

/김여울기자 wool@kwangju.co.kr

“두 딸·아내의 힘으로 우승트로피”

하프코스 男 홍기표 씨



“처음 참가한 3·1절 마라톤에서 우승 트로피를 거머쥐어 뿌듯합니다. 두 딸의 응원이 힘이 된 것 같습니다.” 하프코스 남자부 우승은 처녀출전한 홍기표(38·대전시 서구 내동)씨가 차지했다.

홍씨는 마라톤을 시작한 지 2년밖에 되지 않은 평범한 회사원. 하지만 지난달 서울에서 열린 한강마라톤 대회에서도 10km 우승을 거머쥐는 정도로 뛰어난 체육인이다.

홍씨가 마라톤을 시작한 것은 나태해진 생활에 대한 반성에서다. 반복적이고 무료한 생활에서 활력을 찾고 싶다는 생각이 든 홍씨는 주말마다 인근 산을 찾

달렸다. 틈틈이 회사 운동장도 뛰었고, 2년만에 5kg를 빼는 성과를 이뤘다.

우승 비결은 ‘가족의 응원’이다. 초등학교와 유치원을 다니는 두 딸과 아내가 항상 함께 다니며 홍씨의 훈련과 대회 모습을 지켜보고 응원한다는 것.

홍씨는 “하프코스는 처음 도전해 걱정도 됐는데 구름이 깨어 달리기가 한결 편했고, 코스도 경기 운영도 모두 만족스러웠다”고 말했다.

/양수현기자 yang@kwangju.co.kr

“날마다 훈련하는 게 좋은 기록 비결”

하프코스 女 유정미 씨



“3·1절 마라톤 우승으로 한 해를 시작하는 기분이 들어 그 어느 때 보다 행복합니다.” 하프코스 여자부 우승은 유정미(40·충남 공주시)씨가 차지했다.

올해로 마라톤 경력 6년인 유씨는 건강이 좋지 않아서 취미 삼아 운동을 시작했다가 지금은 마라톤 애호가가 됐다.

계약회사를 다니는 유씨에게 비교적 오랜 시간을 쏟아야 하는 마라톤 대회 준비는 쉽지 않았다. 하지만 유씨는 매일 퇴근 뒤 시간을 내 운동하는 것을 잊지 않았다.

이런 노력으로 유씨는 지난 2009년 대회 하프코스에서 우승을 차지했다. 지

난해에는 2위에 올랐다.

올해에는 가장 먼저 결승선에 도착하면서 지난해 내준 1위 자리에 다시 올라섰다. 유씨는 사실 이번 대회 참가 직전까지 자신이 우승을 하게 될 것이라고는 생각하지 못했다.

유씨는 “지난 겨울 유난히 많은 눈이 내려서 연습 시간이 부족했던데 비해 좋은 결과를 얻은 것 같다”며 “내년 대회에서는 우승에 그치지 않고 더 좋은 기록을 낼 것”이라고 각오를 밝혔다.

/김호기자 kimho@kwangju.co.kr

“기네스북 등재 목표 향해 뛰겠습니다”

졸남기 마라톤 이순길 씨



지난해 3·1절 마라톤 대회에서 졸남기를 하며 마라톤 폴코스를 완주해 눈길을 끌었던 이순길(49)씨가 올해도 도전을 멈추지 않았다.

그는 이날 3시간23분30초로 결승선을 통과해 목표했던 기록에는 못 미쳤지만 졸남기 마라톤으로 굳은 날씨에도 완주하며 꿈에 한 발짝 다가가는 발판을 만들었다.

이씨는 “오늘 유독 많은 바람이 불고 볼비가 내려 졸남기를 하며 코스를 뛰는 것이 쉽지 않아 좋은 기록을 내지 못했다”며 “올해 첫 대회인 만큼 꾸준한 훈련을 통해 올해 안

에는 목표를 달성하겠다”고 말했다.

그가 졸남기를 하며 마라톤 코스를 뛰게 된 것은 지난 1986년. “남자로 태어났는데 세상에 이름을 알고 싶다”는 생각으로 시작한 졸남기 마라톤이 이제는 그에게 멈출 수 없는 도전의 계기를 마련해 주고 있다.

그는 이제서 기네스북 등재라는 목표를 향해 달리고 있다.

/김경민기자 kki@kwangju.co.kr



“건강 챙기고 알로에 많이 사랑해 주세요”

그린알로에 임직원들

“마라톤으로 건강 챙기고, 알로에도 많이 사랑해 주세요.” 녹색 상의에 까만 바지, 흰 장갑으로 복장을 맞춰입은 여성들이 광주월드컵경기장을 휩쓸었다. 그린알로에 임직원 100여명이다. 이들은 이번 광주일보 3·1절 마라톤을 회사 홍보의 기회로 삼은 듯 단단한 준비로 참가자와 관중의 눈길을 끌었다.

이런 아침부터 마라톤대회의 출발점이 있는 월드컵 경기장 남문 양쪽에서 일렬로 줄

지어 참가자들을 인사로 맞이하던 이들은 선수로 참가한 5km 레이스에서도 ‘군인들의 행군’처럼 열과 오를 맞추며 일사분란한 모습을 보였다.

비록 순위권과는 멀었으나 도착시에도 회사 이름이 들어간 플래카드를 맨 앞에 세운 채 전원이 줄을 맞춰 결승선에 들어와 큰 박수를 받았다.

그린알로에는 지난해 4월 창립한 광주에 본사를 둔 향토기업이자 호남 유일의 알로에 전문 기업이다.

/임동홍기자 exian@kwangju.co.kr



스리랑카에서 온 외국인 근로자 아루나(왼쪽에서 네번째)씨가 5km 코스를 완주한 뒤 회사 동료들과 함께 ‘파이팅’을 외치고 있다.

“피부색·언어 달라도 ‘어울림의 장’ 됐어요”

외국인 근로자 아루나씨

“피부색도 언어도 국적도 차이가 없는 곳에서 모두 함께 땀 흘릴 수 있어 기쁩니다.” 스리랑카에서 온 외국인 근로자 아루나(30)씨는 회사 동료들과 함께 5km 코스를 완주하고 가쁜 숨을 몰아쉬면서도 행복한 미소를 지었다. 한국에 온 지 2년째인 아루나씨는 “마라톤을 통해 한국인 동료들과 더 친해진 것 같다”고 말했다.

광주시 광산구 평동 천일산업에서 식품포장지 가공일을 하는 아루나씨는 동료들에게 착하고 성실하다고 정평이 나 있었다. 하지만 한국어가 서툰 아루나씨에게 동료들에게

말을 걸기란 쉽지 않았다. 2009년 11월 처음 일을 시작했을 때만 해도 어색해하고 적응을 못하기도 했다.

이에 최봉규(53) 사장은 한국인과 외국인 직원 간의 소통과 화합을 위해 마라톤 동호회 ‘천마달(천일마라톤달리기동호회)’을 만들었다. 시간이 나는 대로 운동장을 달리거나, 1년에 5~6번 달리기 시합을 열었다.

천일산업에 있는 외국인 근로자는 모두 15명. 이들은 마라톤 훈련과 경기를 통해 ‘대화는 통하지 않지만, 눈빛으로 통하는’ 법을 배웠다. 또 서로 땀을 맞고 운동하며 어울릴 수 있었다.

/양수현기자 yang@kwangju.co.kr

“올해는 좋은 사람 만나 결혼 골인”

5km 男 전재완 씨



“새벽 운동을 꾸준히 한 보람이 있네요. 너무 기쁩니다.” 광주 챔피언마라톤 클럽 회원인 전재완(29·광주시 서구 쌍촌동)씨는 “지난해 아쉽게도 3등에 그쳤는데, 올해는 우승을 차지해 감격스럽다”며 소감을 밝혔다.

평범한 회사원인 전씨는 평소 스트레스가 쌓일 때면 운동장을 찾았다. 남들이 솔로 힘든 마음을 풀 때 전씨는 땀을 흘리며 내일을 위한 새로운 계획을 세운 것이다.

지난 2007년부터 마라톤 동호회에 들어가 본격적으로 훈련에 몰입한 전씨는 덕분에 몸과 마음 모두 건강해졌다고 말

했다.

전씨는 3·1절 마라톤을 위해 한달 전부터 매일 새벽 상무지구 무각사를 찾아 1시간씩 인터벌 훈련을 했다. 전씨는 훈련을 코치해 준 김민철 훈련장에게 공을 돌리며, “감사하다”고 덧붙였다.

미혼인 전씨는 “뛰는 내내 부모님 생각을 했다”며 “사고도 많이 치고 참았던 아들이었는데, 우승을 한 것 보니 올해엔 좋은 사람 만나 결혼해 부모님께 효도할 수 있을 것 같다”고 웃었다.

/양수현기자 yang@kwangju.co.kr

“무엇이든 할 수 있다는 자신감 얻어”

5km 女 이연숙 씨



“주 종목이 아닌 5km 부문에서 우승해서인지 무엇이든 할 수 있을 것 같은 자신감이 생기는 것 같습니다.” 5km 여자부 우승 타이프는 지난 대회 폴 코스에 참가했던 이연숙(40·대구시 달서구)씨가 가장 먼저 끊었다.

폴 코스가 주 종목인 이씨는 올해 처음 참가한 5km 부문에서 가장 먼저 결승점에 도달하는 영광을 누렸다.

평소 수영과 함께 달리는 것을 좋아하는 이씨에게는 마라톤이 인생의 전환점이 됐다.

이전까지 평범한 주부였지만 마라톤을 통해 향상된 체력을 바탕으로 지난해 체력검정을 포함한 대구 달서구청 환경미

화원 시험에 당당히 합격한 것.

특히 이번 대회는 그 어떤 대회보다 기억에 남을 것 같다고 이씨는 말한다. 이번 3·1절 마라톤 대회를 알리는 포스터와 전단에 우연히 이씨의 얼굴이 들어간대다가 우승까지 거머쥐었기 때문이다.

이씨는 “평소 체력 관리에 노력을 해서 우승에 대한 기대감을 가지고 있었던 것은 사실이지만 실제로 우승을 하다니 말로 표현할 수 없을 만큼 기쁘다”고 우승 소감을 밝혔다.

/김호기자 kimho@kwangju.co.kr

■ 외국인 강사들로 구성된 ‘광주 런닝클럽’

광주 시민이라는 긍지 갖고 대회 참가 한국문화 의견 나누며 즐거운 달리기

“저희들도 광주시민의 한 사람으로 대회에 참가했습니다.” 제46회 광주일보 3·1절 마라톤 대회에 유독 눈에 띄는 사람들이 있었다. 주인공은 미국, 영국 등 외국인 영어 강사들로 구성된 ‘광주런닝클럽’ 회원들.

광주런닝클럽은 조선대에서 영어 강사로 일하고 있는 마라톤 마니아 휘트 알타이저(32)·린제이 알타이저(29) 부부가 지난해 초 페이스 북에서 만든 달리기 동호회다.

이들은 매주 주말이면 광주천과 풍암저

수지 인근에서 고국에 대한 이야기와 한국 문화에 대한 의견을 나누며 즐거운 레이스를 펼쳐왔다. 외국인에게 한국과 광주를 홍보하는 홍보대사 역할도 자처하고 있다.

휘트씨는 “한국에서 생활하면서 광주사람들의 친절함 모습에 반해 뿌리를 내리게 됐다”며 “땀을 흘기 위해 한국을 찾는 것이 아니라, 한국 문화와 사람이 좋아 제2의 고향이라는 생각을 갖고 있다. 2달 전에 태어난 아들의 고향은 이제 대한민국이다”고 말했다.

이들은 하프와 5km 구간을 달리며 새벽



원어민 강사들로 구성된 광주런닝클럽 회원들이 코스를 완주한 뒤 기쁨을 나누고 있다.

/김경민기자 kki@kwangju.co.kr