

박준표, 가슴 떨리는 생애 첫 선발

김진우 대신 내일 두산전 등판



본격적인 순위 싸움을 위해 KIA가 마운드 재정을 끝냈다.

주말 휴식기를 보냈던 KIA 타이거즈가 1일 두산 베어스와의 홈경기를 시작으로 순위 싸움에 재시동을 걸었다. 7월 뜨거운 행보를 위해 마운드를 손질했다.

지난 등판에서 팔꿈치 통증을 호소했던 김진우 대신 박준표가 선발로 출격한다. 휴식기 이전과는 다른 로테이션도 준비했다.

임준섭을 가장 먼저 내보내 두산과의 주중 경기기에 이어 주말 넥센전을 책임지게 한 KIA는 에이스 양현종을 2일 출격시킨다.

두 잠수함 투수는 각각 두산과 넥센전에 분산배치할 계획이다.

박준표가 두산과의 시리즈 마지막 날을 책임질 예정이고, 김병현은 4일 목동구장에서 시작되는 넥센과의 주중 3연전



박준표

첫 경기에 나서게 된다.

한 차례 휴식을 취했던 홀튼도 폭 쉬어간다. 오는 5일 토요일에 등판에 맞춰 홀튼이 컨디션을 조절하고 있다. 선발전에서 일단 제외된 김진우는 불펜에서 컨디션 체크할 예정이다.

새로 정비된 선발진. 양현종이 가장 먼저 10승 문턱을 두드리게 됐다.

양현종은 허벅지에 공을 맞은 부상에도 넥센과 SK와의 홈경기에서 연달아 승리를 챙기며 9승을 기록하고 있다.

홈에서의 승률도 좋다. 양현종은 올 시즌 8번의 홈등판에서 2.67의 평균자책점으로 7승1패를 거뒀다.

양현종은 "투수들에게 두 자릿수 승수는 의미가 있다. 그래도 크게 의식하지는 않았다. 요즘 운도 따르는 것 같고 많은 경기가 남았기에 경기 자체에 충실하겠다. 경기에서 지지 않는 것이 남은 시즌의 목표다. 또 승리도 승리지만 이닝에 욕심이 나는 만큼 차분하게 내 경기를 하겠다"고 밝혔다.

느긋한 양현종과 달리 박준표에게는 가슴 떨리는 시리즈다.

두 차례 선발진이 조기 강판이 되면서 두 차례 선발급 등판을 소화했던 박준표는 팀의 위기를 자신의 기회로 잡았다. 자신있는 피칭으로 눈길을 잡은 박준표는 3일 생애 첫 선발 등판에 나선다.

김여울기자 wool@kwangju.co.kr



광주 FC의 임선영이 지난 30일 광주월드컵경기장에서 열린 대구 FC와의 경기에서 헤딩슛을 시도하고 있다. <광주FC 제공>

임선영·김호남 연속 골...광주FC 7경기 만에 승리

K리그 챌린지

대구FC에 2-1 승



광주 FC의 공격수 임선영·김호남이 '머리'로 승리를 불렀다.

광주 FC가 지난 30일 광주월드컵경기장에서 열린 대구 FC와의 경기에서 2-1 승리를 거뒀다. 각 별한 선후배 임선영과 김호남이 승리를 합작하면서 광주는 6경기 연속 무승의 부진에서 벗어났다.

이날 임선영은 전반 28분 김민수의 도움을 받아 선제골을 넣었다. 김민수가 골포스트 왼쪽에서 헤딩으로 공을 넘겨주었고, 임선영이 머리로 공을 터치하며 그대로 대구의 골망을 흔들었다.

전반 종료 직전 페널티킥을 내주며 1-1로 원점으로 돌아간 승부. 이번에는 김호남이 후반 20분 대구의 매서운 추격을 뿌

리치는 결승골을 터뜨렸다.

임선영의 슈팅이 골키퍼를 맞고 튀어나오면서 땅을 쳤지만 이어진 공격 찬스에서 김호남이 해결사가 됐다. 오른쪽 측면에서 이종민이 올린 크로스를 김호남이 헤딩골로 연결하며 완호했다. 이후 광주가 침착하게 리드를 지키면서 두 골잡이는 환하게 웃었다.

승리를 부른 두 사람에게는 '이미지 트레이닝'이 있었다. 두 사람은 머릿속으로 끊임없이 골의 순간과 승리의 순간을 그려냈다.

안선영은 "이미지 트레이닝을 통해 골냄새를 맡기 위해 노력했다"고 득점 소감을 밝혔다. 마지막 득점력 부족으로 번번이 승리를 날렸던 팀. 임선영은 다양한 골장면을 보고 또 보면서 머릿속으로 득점 장면을 그려냈다. 그리고 모처럼 발이 아닌 머리로 골을 만들었다.

임선영은 "얼마 만의 헤딩골이지 모르겠다. 헤딩으로 패스가 왔는데 순간적으로 계산을 하고 움직였다. 팀의 승리를 이끄

는 골을 넣어서 기분이 좋다"고 밝혔다.

김호남도 '이미지 트레이닝'을 얘기했다.

김호남은 "찬스를 만들어내는 동작은 예전보다 좋아진 것 같은데 결정력이 부족했다. 지난 번에 (이)종민이 형이 어시스트를 해주면서 득점을 했는데 이미지 트레이닝을 하면서 종민이 형의 크로싱 타이밍을 생각했다. 그 타이밍에 맞춰 움직이면서 골을 넣게 됐다"고 말했다.

좋아하는 '형' 임선영과 상상했던 순간이 현실이 돼 기쁨이 두 배다.

김호남은 "(임)선영이 형과 옆방을 쓴다. 함께 간식도 먹고 축구 얘기를 하면서 준비를 많이 했다. 둘이 같이 골을 넣어서 기쁨이 두 배인 것 같았다"고 생각했는데 지난 시즌 경험과의 경기 이후 다시 한번 또 생각했던 순간이 찾아와서 기쁘다"고 언급했다.

머리로 그린 승리, 머리로 골을 만든 두 사람이다.

김여울기자 wool@kwangju.co.kr

덕아웃 말·말·말

이범호 "KIA가 5할 승률하면 안되죠"

▲"개막전 느낌이예요." KIA에서 가장 능청스러운 선수로 꼽히는 이는 나지완이다. 4번 타자급 넘살을 보유한 선수지만 1일에는 평소와는 조금 다른 표정이었다. "개막전 느낌이다"는 것이 나지완의 설명이었다. 나지완은 "이상하게 오늘은 긴장이 된다. 개막전을 하는 것 같이 떨린다"고 말했다. 최근 5경기에서 두 개의 안타에 그치는

등 마음이 급했던 나지완. 휴식기까지 겹치면서 색다른 기분으로 7월을 시작했다.

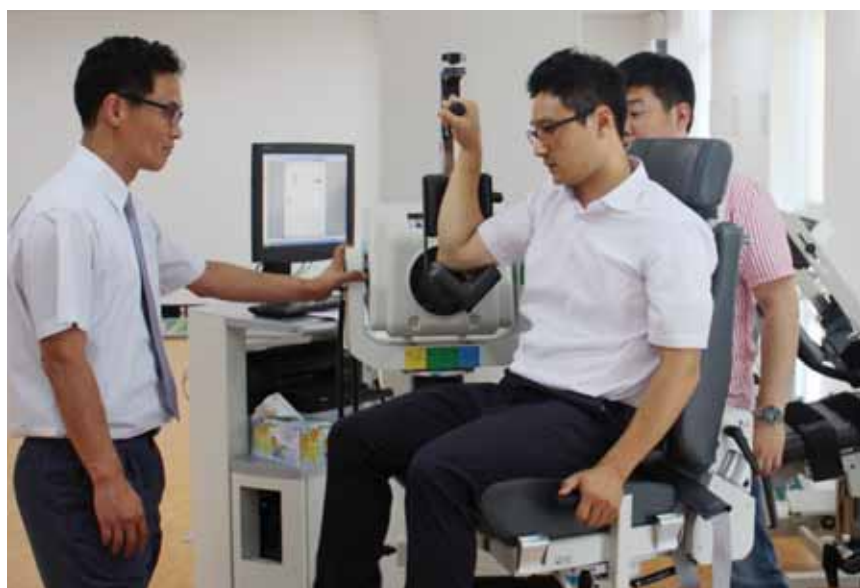
▲"KIA가 5할 승률을 하면 안 되죠." 휴식기로 잠시 쉬어간 KIA. 훈련일정이 이어지면서 '진짜' 휴식은 하루에 그치기는 했지만 42연전 일정 뒤 맞은 휴식기라 1일 선수들의 표정은 밝았다. 주장 이범호의 얼굴에도 꽃이 피었다. 지난 42

연전을 21승21패 5할 승률로 마감한 터. "힘든 일정을 5할 승률로 마감하면서 마음 편하게 쉬었느냐"는 질문에 이범호는 주장다운 답을 내어놓았다. "KIA가 5할 승률을 하고 있으면 안 되죠. 더 잘해야죠." 그리고 이범호는 이날 덕아웃에서 "잘해야된다. 잘해야겠다"는 말을 주문처럼 중얼거렸다.

김여울기자 wool@kwangju.co.kr

전남도체육회, 스포츠과학센터 본격 가동

무안군 전남도체육회관 내 체계적인 체력관리·운동처방



전남도체육회관 내 스포츠과학센터 이용자가 등속성 근관절기능 검사기로 자신의 체력 상태를 과학적으로 점검하고 있다. <전남도체육회 제공>

"선수 개개인의 몸과 체력 상태를 과학적으로 점검하고 데이터베이스화 해 맞춤형 운동 처방으로 경기력을 최상으로 끌어올리겠습니다."

전남도체육회가 최첨단과학시스템을 갖춘 '스포츠과학센터'를 이달부터 본격 가동한다.

이 센터는 무안군 남악신도시에 있는 전남도체육회관 내에 마련됐으며, 4억원을 투입해 운동부하 검사기, 등속성 근관절기능 검사기, 기초체력 측정 시스템 등 총 22종의 최첨단 시스템을 갖췄다.

전남도체육회는 이 센터에서 전남 대표 선수와 꿈나무 선수들의 체력 상태를 과학적·체계적으로 측정·점검하고 데이터베이스화 해 맞춤형 운동 처방과 체계적인 선수관리 등으로 경기력을 향상시킬 계획이다.

우선 전남지역 각 기관에 소속된 엘리트 선수들과 전남체육고·중 학생들을 대상으로 의학적 검사→체력 측정→평가 및 운동 처방→운동 지도→경기력 평가 및 재보완 등의 스포츠과학 프로그램을 운영한다. 또 전남도민의 건강과 체력 증진에도 활용한다.

이를 위해 전남도체육회는 최근 박사급 전문가 배종진(42·고려대 체육교육학 박사)씨와 박철홍(37·목포대 레저스포츠학 박사)씨 2명을 공개 채용했다. 이들은 현장 경험이 풍부해 전문성을 갖춘 스포츠과학센터 운영의 핵심 역할을 하게 된다.

센터는 스포츠과학 전문인력 양성에도 활용된다. 오는 21일부터 다음달 18일까지 동산대 운동처방학과 학생 6명이

이 곳에서 현장 실습을 한다.

박내영 전남도체육회 사무처장은 "스포츠과학센터는 스포츠와 과학을 접목한 최첨단 시스템으로, 선수 개개인의 체력 상태를 데이터베이스화 해 맞춤형 운동 처방을 하는 등 선수들을 과학적이고 체계적으로 관리·육성할 수 있다"면서 "선수뿐만 아니라 전남도민에게도 개방, 건강관리서비스를 제공하겠다"고 말했다. /박정욱기자 jwpark@kwangju.co.kr

특허방수
특허 제10-1097784호
특허 제10-0562035호
특허 제10-0548189호

대한건축사협회
KORIA INSTITUTE OF BUILDING ARCHITECTS
우수건축자재 추천제품

방수가 2~3년만 가면 된다고요? 20년은 가는데!!
트라이슈머® 단열복합시트방수

시공과정: 1. 시공전 / 단열베이스카펫시공, 2. 단열베이스카펫 / 트라이슈머시트시공, 3. 트라이슈머 탑코팅시공, 4. 옥상시공후

결로·곰팡이 단열까지 한번에~!
아트패션시트® 곰팡이 결로 단열시스템

완벽한 3중 단열로 결로, 곰팡이 방지는 기본!
겨울에는 따뜻~ 여름에는 시원~ 탁월한 냉,난방비 절감효과 (20~30%)
새집증후군 예방효과, 명품디자인으로 바뀌주는 리모델링 효과까지!

이파엘지의 특허공법!!

배란다 시공전 시공후

본사 전속모델 **이영후**

(주)이파엘지종합특수방수는 환경과 소비자를 위한 **저탄소 녹색(Green)환경**을 추구합니다.

[주]이파엘지종합특수방수

광주전남대리점
(062) 511-0444
H.P 010-6603-0405

목포대리점 T.(061) 284-0485
여수대리점 T.(061) 683-0485
순천대리점 T.(061) 726-0482
광양대리점 T.(061) 795-0485

www.IPALG.co.kr
또는 **이파엘지.kr**