



KIA 선수들이 비를 피해 오쿠라가하마 구장 실내연습장에서 구슬땀을 흘리며 훈련을 하고 있다. /김여울기자 wool@kwangju.co.kr

비가 와도 뚝다

오쿠라가하마 구장 실내연습장, 타격·수비·투구·웨이트 가능

‘속죄’ 최희섭, 15개월만에 야외 훈련...내년 시즌 각오 다져



김여울 기자 KIA 미야자키 캠프를 가다

비도 막지 못한 독한 훈련이었다.

KIA 타이거즈의 마무리 캠프가 꾸러진 일본 미야자키 휴가시에 24일 밤부터 비가 내렸다. 25일 오전까지 비가 이어지면서 선수들은 내심 쾌재를 불렀지만 기대와 달리 이들은 이날도 고단한 하루를 보냈다. 실내연습장과 미야자키의 따가운 햇살이 있었기 때문이다.

미야자키 휴가시 오쿠라가하마 구장은 조범현 감독 시절 KIA가 마무리 캠프와 스프링 캠프지로 이용하던 곳이다. 선동열 감독 부임 이후 연습경기를 많이 치를 수 있는 일본 오키나와로 캠프지를 옮겼던 KIA는 이번 가을을 모처럼 미야자키를 다시 찾았다.

선수단 숙소와 경기장이 차로 10분이 채 걸리지 않을 정도로 가까운데다 집중적

으로 훈련을 하기에 구장 시설이 좋기 때문이다.

본구장과 보조구장, 불펜이 갖춰진 오쿠라가하마 구장의 가장 매력적인 장소는 실내연습장이다. 300억원을 들여 지은 실내연습장은 상당한 규모를 자랑한다. 야수진의 타격·수비훈련과 투수진 스트레칭 훈련이 동시에 진행될 수 있을 정도로 공간이 넓다. 또 그물망으로 구획을 나눌 수 있도록 되어 있기 때문에 각각의 훈련에 집중할 수 있는 구조다.

연습장 한 곳에는 웨이트장이 마련되어 있고 2층에도 회의실 등 다양한 용도로 활용할 수 있는 공간이 있다.

덕분에 선수들의 훈련은 밤낮과 날씨를 가리지 않는다. 비가 오는 날에도 100%는 아니지만 실내에서 기본 훈련을 할 수 있

고 매일 이곳에서 야간 훈련이 이뤄지고 있다.

비 때문에 KIA 선수단은 25일 오전 훈련을 실내연습장에서 소화했다. 그렇다고 훈련량이 적었던 것은 아니다. 미야자키의 따가운 햇살 탓에 공포의 빠른 티베팅과 러닝을 피해갈 수 없었다.

미야자키의 한낮 기온은 20도에 육박할 정도로 따뜻하다. 여기에 비가 그친 뒤 햇빛이 강하게 내리쬐면서 오후에는 그라운드를 운동할 수 있을 정도의 상태가 된 것이다.

타자들은 오후 훈련 시간 본구장과 실내연습장을 오가면서 평소처럼 타격훈련과 수비훈련을 진행했고, 투수들은 보조구장에서 끊임없이 러닝을 했다. 미야자키에서 속죄의 시간을 보내고 있는 ‘빅초이’ 최희섭은 15개월 만에 야외에서 시원하게 타격을 하며 내년 시즌을 위한 각오를 다졌다.

KIA 선수들에게는 날씨 요행은 없었던, 일상적인 캠프의 하루였다.

wool@kwangju.co.kr

놀면서도 뚝다

‘369’·‘007뺑’ 게임...집중력 높이고 힘든 훈련 속 ‘비타민’

KIA 마무리 캠프 훈련지에서는 하루에도 몇 번 ‘으악’ 하는 소리가 터져나온다.

방망이를 치다가, 달리기를 하다가 한계에 이른 선수들이 마지막 힘을 쥐어짜면서 지르는 소리가 대부분이지만 가끔은 차원이 다른 ‘으악’ 소리가 들리기도 한다. ‘007뺑’ 게임을 하는 선수들이 내는 즐거운 소리다.

수비 훈련을 하던 선수들이 가끔 동그랗게 모이는 시간이 있다. ‘007뺑’ 게임을 하는 시간이다. LG에서 KIA로 자리를 옮긴 김민호 수비 코치의 감독 아래 이뤄지는 게임 시간.

알고 보면 이것도 훈련이다. 힘든 훈련 중간 분위기를 전환하고 집중력도 키우기 위해 마련한 ‘즐거운 훈련’이다. 당연히 훈련 효과는 만점이다. 선수들은 게임으로 훈련을 기본 좋게 마무리하고 다음 훈련에 임하고 있다. 또 이게 그냥 게임으로 끝나지는 않는다. 달리기 훈련 내기를 걸기도 하는 등 훈련 분위기를 띄우는 데 효과 만점이다.

KIA 캠프에 ‘007뺑’ 만 있는 것은 아니다. ‘369게임’도 빠질 수 없다.

하루 일과를 시작하기에 앞서 외야에서는 김기태 감독과 조계현 수석코치까지 참



가한 ‘369게임’이 진행되기도 한다. 게임의 이유와 효과는 ‘007뺑’과 같다.

25일에는 투수조들이 집중력 있는 모습으로 ‘369게임’에 임해 엑스트라 훈련을 쉬어갔다. 엑스트라 훈련 여부를 결정할 땐 투수코치가 제안한 내용은 “1명까지 틀리는 것은 봐준다. 30은 넘어야 한다”였다.

시작하자마자 김준이 아웃이 됐지만 김

명찬을 시작으로 ‘369게임’은 이내 불이 붙었다. 그리고 투수 최고참 임준혁이 30을 찍는 박수를 치자 투수들은 일제히 환호성을 질렀다.

게임으로 분위기를 전환하고 엑스트라 생략이라는 상품까지 받은 투수들은 기분 좋게 최선을 다해 러닝 훈련을 하며 오후 일정을 소화했다.

wool@kwangju.co.kr



초록우산 KIA 안치흥 선수 감사패 전달식. /김여울기자 wool@kwangju.co.kr

초록우산, KIA 안치흥에 감사패

‘1안타 1도루 후원’으로 1092만원 기부

소의 계층 아동 후원 활동을 해온 KIA 내야수 안치흥이 ‘초록우산 어린이재단 (회장 이재훈)’으로부터 감사패를 받았다.

안치흥은 25일 광주 서구 농성동 초록우산 어린이재단 광주지역본부 세미나실에서 김은영 광주지역본부장으로부터 감사패를 받았다. (사진)

안치흥은 ‘1안타 1도루 후원협약’을 맺고 시즌 기록에 따라 일정액을 적립해 기부해 어려운 환경에 있는 야구 꿈나무들을 후원해 왔다.

특히 1안타 1도루당 1만원을 후원했던 안치흥은 2013년부터는 2만원씩 적립하는 등 2009년 81만원을 시작으로 2010년 152만원, 2011년 128만원 2012년 161만원, 2013년 238만원, 2014년 332만원 등 총

1092만원을 기부했다.

구단지정병원인 ‘밝은안과21병원’도 안치흥과 안타·도루당 각각 1만원씩을 적립해 함께 기부해오고 있다.

오는 4일 경찰청에 입대하는 안치흥은 앞으로도 후원활동을 이어갈 계획이다.

안치흥은 “군 입대를 이유로 후원을 멈춰서는 안 된다고 생각했다. 앞으로 2년간은 기록에 관계없이 매년 200만원씩 기부하고 싶다”고 밝혔다.

안치흥은 이날 후원을 받은 학생 선수로부터 “선배님의 후원으로 열심히 야구를 할 수 있었다. 꼭 프로에 입단해 선배님처럼 되고 싶다”는 내용의 감사 편지를 받기도 했다.

/김여울기자 wool@kwangju.co.kr



어센시오 결국 퇴출

필·토마스는 ‘보류’

예상대로 KIA가 어센시오(사진)와 작별 수순을 밟았다.

KIA는 올 시즌 마무리로 뛰었던 하이로 어센시오에게 ‘재계약 불가’ 방침을 알렸다. 내야수 브렛 필(30)과 시즌 중반 데니스 홀튼의 대체선수로 KIA 유니폼을 입은 저스틴 토마스(30)는 보류명단에 포함하며 재계약 가능성을 남겨뒀다.

필은 올 시즌 손등 골절을 당하면서 92경기에 출전하는 데 그쳤지만 0.309의 타율로 19홈런 66타점을 기록하는 등 준수한 성적을 남겼다. 성실함과 적응력, 인성에서는 역대 최고의 외국인 선수로 꼽힌다.

좌완 토마스는 10경기에 등판해 4.44의 평균자책점으로 2승2패를 기록했다. 만족스러운 성적은 아니지만 한국에서 경험을 쌓았던 부분과 팀 적응력에서는 좋은 평가를 받았다.

한편 KIA는 권운민 스카우트를 해외로 파견해 내년 시즌을 위한 외국인 선수 구성을 위한 작업을 하고 있다.

/김여울기자 wool@kwangju.co.kr