



김기태 감독의 호랑이 조련

겉으로 여유
방심은 금물
치열한 경쟁

훈련은 화끈하게 휴식은 달콤하게

‘겉으로는 여유만만. 내부는 치열한 눈치싸움’
KIA 타이거즈는 지난 16일 일본 오키나와에 스프링캠프를 차렸다. 오는 3월4일까지 계속될 이번 캠프의 출발은 일단 ‘3일 훈련 1일 휴식’의 3일턴이다. 기존의 4일턴, 5일턴의 스케줄을 생각하면 여유로운 출발이다.
효율성, 프로다운 자율성과 책임을 강조하는 김기태 감독은 ‘할 때는 확실하게 하고 쉬 때는 확실하게 쉬자’는 입장이다. 3일간 압축해서 또 집중해서 훈련을 한 뒤 에너지를 재충전하는 방식으로 최고의 컨

디션을 만들자는 게 이번 캠프의 기조다.
16일 일본으로 이동을 해 집을 풀었던 오키나와 캠프단은 17일에는 환영 행사 일정으로 하프데이를 보냈고, 18·19일 훈련을 한 뒤 20일 휴식일을 맞았다. 겉으로 보기에는 ‘달콤한 캠프’다.
하지만 달콤한 뒤에는 치열한 경쟁과 땀이 있다. 3일턴의 여유에 취하다 보면 곧 펼쳐질 실업같은 경쟁에서 밀릴 수 밖에 없다. 선수들도 내심 주어진 자유 뒤에 무거운 책임감을 느끼고 있다.
2월 초반이 넘어가면 물밑에서 전개되고 있는 생존싸움의 양상이 겉으로 드러나

게 된다. 체력·기술 훈련 등이 바탕이 된 기초 준비 모드에서 연습경기가 주를 이루는 실전 모드로 전환되면 캠프 명단에 변화가 생긴다. 연습경기를 뒀 수 있는 인원이 한정되어 있는 만큼 즉시 전력 외 선수는 대만 육성 캠프 등으로 이동해서 실력 쌓기에 나서게 될 전망이다.
경쟁률은 더 높아졌다. 이번 스프링캠프에 초대 받은 인원은 지난해 43명 보다 많다. 46명의 선수가 오키나와로 향했고, 7명의 재활조는 관에서 오키나와 합류를 준비하고 있다. 특히 관에서 구슬땀을 흘리고 있는 이들은 올 시즌 KIA의 핵심 전력인만큼 캠프의 움직임에 따라 오키나와 캠프 선수단 구성에도 변화가 불가피하다. 관 캠프에서 훈련을 하고 있는 이들은 완벽하게 준비를 끝낸 뒤 순차적으로 오키나와로 이동을 하게 된다.
또 2월 대만에서 치러질 육성 캠프도 주시해야 한다. 출발선에서 한발 물러나 있기는 하지만 이들도 오키나와 캠프 선수단의 잠재적인 경쟁자다.
보기에는 여유있는 캠프지만 선수들이 긴장감을 놓을 수 없는 상황이다.
KIA는 2월15일 야쿠르트전을 시작으로 3월1일 삼성전까지 오키나와에서 11차례 연습경기를 치른다. 연습경기에 앞서 캠프 스케줄은 3일턴에서 4일턴으로 전환된다. 본격적인 생존 싸움을 알리는 신호탄이다.

평온한 캠프의 이면에 숨겨진 치열한 생존 경쟁. ‘방심은 금물’이다.
/김여울기자 wool@kwangju.co.kr



프로야구 심판들도 동계훈련 구슬땀
웃'과 '세이프'를 외치는 연습을 하고 있다.

21일 오후 경기도 이천 LG 챔피언스파크에서 한국야구위원회(KBO) 소속 프로야구 심판들이 판정의 공정성을 높이기 위한 동계 훈련에 들어가 큰 목소리로 '아웃'과 '세이프'를 외치는 연습을 하고 있다.
/연합뉴스



현대코끼리씨름단 한라급 박병훈(26)이 영암훈련센터에서 대학씨름팀 선수와 훈련하고 있다.
/현대스포츠공공팀 제공

현대삼호중 코끼리씨름단 영암훈련센터

대학팀 동계훈련지로 '인기'

실내연습장·헬스장 등 갖춰
선후배간 합동훈련 실력향상

현대삼호중공업(대표이사 사장 하경진)이 운영하는 코끼리씨름단 영암훈련센터가 동계 전지훈련장으로 큰 인기를 끌고 있다.
21일 현대삼호중공업에 따르면 코끼리씨름단의 영암훈련센터에는 매년 3~4개의 대학팀들이 찾아 동계훈련을 실시하고 있다.
새해들어 세한대, 용인대, 대구대에 이어 이번 주부터 울산대 씨름선수단이 전지훈련에 참여하고 있다.
760㎡(230평) 규모의 현대코끼리씨름

단 영암훈련센터는 겨울철에도 운동할 수 있는 실내 모래연습장과 다양한 웨이트 트레이닝 기구를 구비한 헬스장, 물리치료실 등을 갖추고 있다.
대학팀 선수들에게는 프로선수들과 합동훈련을 통해 기술을 습득하는 기회가 주어지고 있다. 또 현대삼호중공업은 동계훈련에 참여하는 대학팀들을 위해 숙소도 지원하고 있다.
황규연 현대코끼리씨름단 감독대행은 “대학팀 선수들과 함께 운동함으로써 후배들에게 기량을 전수하는 것은 물론 설날대회를 앞두고 선수들의 경기감각도 키울 수 있어 합동훈련은 서로에게 큰 도움이 되고 있다”고 말했다.
/박정욱기자 jwpark@kwangju.co.kr

산행안내

1월 24일(토)
▲광주햇빛산악회 1월 24일~25일(토~일) 한라산 백록담, 광주역 06:10, 운암동 예술회관 후문 06:20, 비엔날레주차장 06:30, 하남 80m국민은행 앞 07:00, 목포국제합 대합실 08:00 *다음카페 광주햇빛산악회 ☎ 010 3131 3580

예술회관 후문 07:30, 각화동 그린장례예식장 *다음카페 광주산우회 ☎ 010 9788 5248
▲광주출입산악회 1월 25일(일) 남해 호구산, 광주역 앞 08:00 *다음카페 광주출입산악회 ☎ 010 7173 8978, 011 635 1450
▲광주거북이산악회 1월 25일(일)강원도 태백산 눈꽃산행 및 눈꽃축제, 영주롯데마트주차장 04:30, 무등경기장 04:50, 문화예술회관후문 04:55, 비엔날레주차장 05:00 *다음카페 광주거북이산악회 ☎ 010 3630 0633

▲광주토요산악회 1월 31일(토) 무주 덕유산 산행, 06:30 영주체육관(광주역, 비엔날레주차장 경우) *다음카페 광주토요산악회 ☎ 010 3608 4267
▲광주한울산악회 1월 31일~2월 1일(일) 제주도 한라산 눈꽃산행&우도드래킹, 남광주농협 5:30, 문예후문 6:00, 비엔날레 6:05 *네이버카페한울(http://cafe.naver.com/hanall)
☎ 010 3625 5234, 010 4328 7700
우회 ☎ 010 3603 8370, 010 3606 8081

2월 1일(일)
▲빛고을무지개산악회 2월 1(일) 돌산도 갯가길 08:00 영주체육관, 08:20 학동, 중심사입구지하철역 3번출구, 08:40 광주역, 08:45 문예회관후문, 08:50 동광주웨딩프라자 *다음카페 빛고을무지개산악회 ☎ 010 3620 2002
▲광주청정산악회 2월 1일(일) 남해 설흘산 산행, 영주체육관 06:20, 봉선동 한일병원 06:30, 산수오거리 06:35, 광주역 앞 06:40, 운암동(문화예술회관)후문 06:50, 비엔날레주차장 07:00 *다음카페 광주청정산악회 ☎ 010 4111 4794,

30, 한국병원 앞 07:40, 문예회관후문 07:50, 비엔날레주차장 8시 *다음카페 광주출입산악회 ☎ 010 6294 2678
▲광주철도산악회 2월 6일~7일(토) 태백산 눈꽃등반 / 하이원리조트 곤도라 탑승 KTX 기차여행, 21:25 광주역 출발, 21:49 광주송정역 출발 *다음카페 광주철도산악회 ☎ 515 7788, 010 9715 1000

07:40 문예회관 후문 *다음카페 광주산울림산악회 ☎ 010 4650 2550
▲광주산사모산우회 2월 8(일) 전북 완주 오봉산(A코스-소모마을1봉~2,3,4,5봉 정상~국사봉~전망대 5시간, B코스-소모마을~오봉산~국사봉~전망대 4시간, 영주체육관 주차장 07:10, 문예회관 주차장 07:50, 문화예술회관 후문 앞 08:00 *다음카페 광주산사모산우회 ☎ 010 3603 8370, 010 3606 8081

▲광주토요산악회 1월 24(토)~25(일) 제주, 한라산과 차귀도, 06:30 영주체육관(광주역, 비엔날레주차장 경우) *다음카페 광주토요산악회 ☎ 010 3608 4267
▲광주산사모산우회 1월 24(토)~25(일) 제주도 한라산 설원산행(A조,성판악~백록담~관음사/B조,영실~윗세오름~어리목), 영주체육관 주차장 06:10, 문예회관 청소년수련관 앞 06:40, 비엔날레 주차장 06:50, 문화예술회관 후문 앞 07:00 *다음카페 광주산사모산우회 ☎ 010 3603 8370, 010 3606 8081

▲광주청정산악회 1월 23일~24일(토) 눈꽃축제 등반 / 하이원리조트 곤도라 탑승 KTX 기차여행, 21:25 광주역 출발, 21:49 광주송정역 출발 *다음카페 광주철도산악회 ☎ 515 7788, 010 9715 1000

▲광주청정산악회 1월 28일(수)전남 고흥 마복산, 07:50 백운동로타리, 08:00 교원공회회관, 8:10 문예예술회관 후문, 08:20 동광주c 입구 *다음카페 광주청정산악회 ☎ 011 646 3450, 011 259 0284

2월 7일(토)
▲광주곰당산악회 2월 7일(토) 해남 별매산, 가학산, 흑석산 중주 산행, 진월동 식자재마트 앞 07:20, 영주체육관 07:30, 한국병원 앞 07:40, 문예회관후문 07:50, 비엔날레주차장 8시 *다음카페 광주출입산악회 ☎ 010 6294 2678
▲광주철도산악회 2월 6일~7일(토) 태백산 눈꽃등반 / 하이원리조트 곤도라 탑승 KTX 기차여행, 21:25 광주역 출발, 21:49 광주송정역 출발 *다음카페 광주철도산악회 ☎ 515 7788, 010 9715 1000

2월 8일(일)
▲광주산울림산악회 2월 8(일) 충남 계룡산(갑사-동화사) 산행, 07:30 시청,

2월 8일(일)
▲광주산울림산악회 2월 8(일) 충남 계룡산(갑사-동화사) 산행, 07:30 시청,

1월 25일(일)
▲광주알프스산악회 1월 25(일) 지리산 만복대 눈꽃산행, 영주체육관 07:40, 대인광장 08:00, 각화동홈플러스 08:20 *다음카페 광주알프스산악회 ☎ 회장 010 3602 4216, 카페지기 010 8743 8244
▲광주산우회 1월 25일(일) 경남 거제시 계룡산 산행, 월드컵 롯데마트 주차장 07:00, 롯데백화점 정문 07:10, 문화

1월 28일(수)
▲광주청정산악회 1월 28일(수)전남 고흥 마복산, 07:50 백운동로타리, 08:00 교원공회회관, 8:10 문예예술회관 후문, 08:20 동광주c 입구 *다음카페 광주청정산악회 ☎ 011 646 3450, 011 259 0284

1월 31일(토)
▲광주철도산악회 1월 30일~31일(토) 눈꽃축제 등반 / 하이원리조트 곤도라 탑승 기차여행, 23:23 광주역 출발 *다음카페 광주철도산악회 ☎ 515 7788, 010 9715 1000
▲광주한길산악회 1월 31일~2월 1일(1박 2일) 제주-한라산 눈꽃산행, 회비:17만원(금강산론도,1박5식,목욕포함) *다음카페 광주한길산악회 ☎ 010 9397 1720

2월 4일(수)
▲광주청록산악회 2월 4일(수) 경남 고성-거류산, 07:50 백운동로타리, 08:00 교원공회회관, 08:10 문예예술회관 후문, 08:20 동광주c 입구 *다음카페 광주청록산악회 ☎ 011 646 3450, 010 8766 0170(예약)

2월 7일(토)
▲광주곰당산악회 2월 7일(토) 해남 별매산, 가학산, 흑석산 중주 산행, 진월동 식자재마트 앞 07:20, 영주체육관 07:30, 한국병원 앞 07:40, 문예회관후문 07:50, 비엔날레주차장 8시 *다음카페 광주출입산악회 ☎ 010 6294 2678
▲광주철도산악회 2월 6일~7일(토) 태백산 눈꽃등반 / 하이원리조트 곤도라 탑승 KTX 기차여행, 21:25 광주역 출발, 21:49 광주송정역 출발 *다음카페 광주철도산악회 ☎ 515 7788, 010 9715 1000

2월 8일(일)
▲광주산울림산악회 2월 8(일) 충남 계룡산(갑사-동화사) 산행, 07:30 시청,

즐거운 영화 산책

롯데시네마 구제일극장

1관	강남1970
2관	박물관이 살아있다3비밀의무덤 빅히어로(디지털3D다빙)/빅히어로
3관	빅히어로
4관	국제시장
5관	테이큰3/허삼관
6관	오늘의연애
9관	언브로큰/극장판포켓몬스터XY 파괴/존윅
7관세네컬	국제시장/오늘의연애
8관세네컬	강남1970/엑스미키나

단체 및 대관문의: 070-4940-0523

클롬버스시네마

현재상映작	강남1970
금주개봉작	빅히어로
오늘의연애	국제시장
박물관이 살아있다: 비밀의무덤	허삼관
엑스미키나	존윅

극장판 포켓몬스터XY: 파괴의 포켓몬과피

T멤버십 동반 4인까지 2000원 할인
KTF, LGT 멤버십 본인 1000원 할인
현대포인트 1인 2000포인트씩
2인까지 4000포인트 사용
(현대M 카드로 결제시 적용)

단체 및 대관문의: 1544-0070
누르고-6-6-1-4-9(계열로 안내를 따라가며 누르세요)

클롬버스시네마

1관	강남1970
2관	빅히어로/유아나트유
3관	오늘의연애/존윅
4관	허삼관
5관	엑스미키나
6관	오늘의연애
7관	국제시장/허삼관
8관	국제시장
9관	미디가스카의 팬관/테이큰3
10관	박물관이 살아있다: 비밀의무덤/아메리칸 스티미퍼/워킹걸/생야.그랑을 건너다마오

단체 및 대관문의: 1544-0070
T멤버십 동반 4인까지 2000원 할인