



스키의 계절 첫눈이 내린다는 '소설(小雪)'인 23일 강원 평창군 용평리조트 내 발왕산(해발 1천458m)에 10cm가량의 눈이 쌓여 설경이 장관을 이루고 있는 가운데 레인보우 코스의 리프트가 눈에 쌓인 채 개장을 기다리고 있다. /연합뉴스



'40-40' 달성 NC 테임즈.



2년 연속 50홈런 넥센 박병호.

야구 끝나서 심심하세요? MVP·신인왕 남았잖아요

KBO 오늘 오후 2시 발표

한국프로야구 사상 최초로 2년 연속 50홈런 이상을 기록한 박병호(29·넥센 히어로즈)와 '40(홈런)-40(도루) 클럽' 시대를 연 에릭 테임즈(29·NC 다이노스)가 2015 타이어뱅크 KBO리그 정규시즌 최우수선수(MVP) 자리를 놓고 마지막 경쟁을 펼친다. 이미 투표는 끝났다. 결과는 24일 오후 2시 서울 서초구 양재동 더케이 호텔에서 열리는 MVP, 신인왕 시상식에서 공개된다.

한국야구기자회는 테임즈와 에릭 해커(NC), 박병호, 양현종(KIA 타이거즈) 등 4명을 MVP 후보로, 구자욱(삼성 라이온즈), 김하성(넥센 히어로즈), 조무근(케이티 위즈) 등 3명을 신인왕 후보로 선정했고 지난 10월 11일 준플레이오프 2차전 때 투표를 했다. 투표함은 봉해진 상태다. KBO는 시상식 당일 현장에서 발표한다.

MVP와 신인왕 수상자는 총 유효투표수의 과반을 획득해야 한다. 과반 득표자가 나오지 않으면 시상식 현장에서 1, 2위 선수의 결선투표를 실시해 최다 득표를 획득한 선수를 수상자로 최종 선정한다.

MVP는 테임즈와 박병호의 2파전 양상이다. 두 선수 모두 MVP 자격은 충분하다. 테임즈는 한국프로야구 사상 최초로 40홈런·40도루(47홈런·40도루)를 달성했고 타율(0.381)·장타율(0.790)·출루율(0.497)·득점(130개) 등 타격 4개 부문에서 1위에 올랐다. 그는 올 시즌 내내 정확도와 힘, 주력까지 과시했다.

테임즈는 외국인 선수로는 이례적으로 MVP 시상식에 참가해 축제를 즐길 예정이다. 박병호는 홈런과 타점 부문을 석권하며 한국 최고 거포의 자존심을 세웠다. 박병호는 한국 최초로 2년 연속 50홈런을 넘겼고, 4년 연속 홈런왕에 올랐다. 타점 부문에서도 한 시즌 최다 기록(146개)을 세웠다. 홈런(53개)과 타점을 석권한 그는 2012, 2013년에 이어 개인 세 번째 정규시즌 MVP 수상을 노린다. 포스팅(비공개 경쟁입찰)에 나서 1천285만 달러의 최고 응찰액을 제시한 미국 메이저리그 미네소타 트윈스와 연봉 협상에 돌입한 그에게 2015년 정규시즌 MVP 수상을 큰 의미일 수 있다. 해커는 다승(19승)과 승률(0.792), 양현종은 평균자책점(2.44) 1위에 올랐다. 하지만 테임즈와 박병호의 활약에는 미치지 못했다. 정규시즌 MVP는 트로피와 3천700만원 상당의 KIA자동차, 올 시즌 최우수 투수상을 받는다.

신인왕은 타격 3위(0.349)에 오른 외야수 구자욱, 공수에서 강정호(피츠버그 파이어리츠)의 공백을 메운 유격수 김하성, 프리미어 12 대표팀에 승선한 불펜 투수 조무근이 경쟁한다. 신인왕 수상자는 트로피와 상금 300만원을 받는다. 24일 시상식에서는 KBO 정규시즌과 퓨처스리그 투타 각 부문 1위와 우수 심판위원회 무대에 오른다.

KBO리그 부문별 타이틀 수상 선수와 우수 심판위원회는 트로피와 상금 300만원, 퓨처스리그 타이틀을 홀드는 트로피와 상금 100만원을 받는다. /연합뉴스



프리미어12 우승 주역인 황재균, 손아섭, 오재원, 차우찬, 김상수, 나성범 등 프로야구 선수 6명(왼쪽부터)이 23일 세종시 32사단 훈련소에 입소하고 있다. /연합뉴스

야구 끝나도 바쁘다구요?

군사훈련·ML 도전·FA 협상·결혼식...

프리미어12 우승을 일군 한국야구 영웅들이 태극마크를 내려놓자마자 다시 또 나라의 부름에 응한다. 오재원(두산), 손아섭, 황재균(이상 롯데), 나성범(NC), 차우찬, 김상수(이상 삼성) 등 프리미어12 국가대표 여섯 명은 4주간 기초군사훈련을 받으며 23일 오후 세종시의 한 부대로 나란히 입소한다.

2014 인천 아시안게임 야구대표로 뿔뿔히 흩어졌던 선수들이 23일 오후 세종시에 모여 함께 금메달을 목에 걸고 병역혜택을 받은 선수들이었다.

이들은 21일 일본 도쿄에서 막을 내린 세계랭킹 상위 12개국의 야구 국가대표팀 프리미어12에서도 한국 야구가 역대 최악이라는 평가에도 초대 대회 우승을 차지하는 데 힘을 보탤 예정이다.

대표팀은 22일 오후 귀국해 해산했지만 이들은 쉴 틈도 없이 이제는 병역의 의무를 이행한다.

특히 프리미어12 준결승전에서 한·일 전 역사에 길이 남을 대역전승의 발판을 놓은 오재원은 강행군의 연속이다.

오재원은 두산 주장으로서 소속팀을 14년 만의 한국시리즈 우승으로 이끌고 나서 바로 대표팀에 합류했고, 프리미어12 대회를 마치고마자 다시 군사훈련을 받게 됐다. 자유계약선수(FA) 자격도 얻은 오재원은 군사훈련을 마친 뒤내내 계약 협상 테이블에 앉을 수 있을 전망이다.

포스팅(비공개 경쟁입찰)을 통해 미국 메이저리그 진출에 도전한 손아섭은 훈련소에서 선택의 순간을 맞는다.

메이저리그 사무국은 손아섭이 입소한 다음날인 24일 KBO에 손아섭에 대한 포스팅 최고 응찰액을 통보할 예정이다.

롯데 구단이 이를 받아들여야만 최고 응찰액을 써낸 메이저리그 구단이 밝혀지고, 손아섭 측은 이 구단과 한달동안 독점협상을 벌일 수 있다.

플레이오프를 치르고 대표팀에 합류했던 나성범도 마음이 바쁘기는 마찬가지다. 나성범은 군사훈련을 마치고 다음날인 12월 19일에 미뤄왔던 결혼식을 치른다. /연합뉴스



23일 오전 KIA의 마무리 캠프지로 사용되는 킨 구장에서 선수들이 러닝을 하며 체력을 키우고 있다.

파워·체력 키워 '1년 농사' 준비한다



KIA 타이거즈 오키나와 캠프를 가다

오전 웨이트 훈련 집중... 오후 기술 훈련

파워 업! 체력 업! '호랑이 군단'이 오키나와 마무리 캠프에서 파워와 체력 업그레이드에 공을 들이고 있다.

23일 오전 KIA의 마무리 캠프지로 사용되는 킨 구장이 적막에 쌓여있었다. 어느 캠프에서는 공 차는 소리로 요란할 시간이었지만 고요하기만 한 경기장. 뒤늦게 선수들이 모습을 드러냈고 11시20분이 돼서야 외야로 이동해 워밍업에 나섰다. 서서히 몸을 풀기 시작한 선수들은 잠시 후에는 달리고 또 달리고 달리면서 체력 키우기에 나섰다. 큰 사이를 달리고, 손으로 짚고, 턴을 하면서 여러

방법으로 러닝을 한 선수들에게는 이내 점심시간이 찾아왔다.

지친 기색이 역력한 선수들, 사실 이들은 보이지 않는 곳에서 가장 어렵고 까다로운 훈련까지 소화한 뒤였다. 파워 업그레이드가 이번 캠프의 가장 큰 특징이자 목표다.

선수들은 오전 8시30분부터 10시까지 숙소에서 웨이트 훈련을 한 뒤 경기장으로 이동하는 스케줄을 주로 소화하고 있다. 앞선 캠프보다 웨이트를 하는 시간이 늘었고, 시간이 바뀌었다. 오전에 기술 훈련을 한 뒤 오후에 웨이트·체력 훈련을 소화하던 것과 달리 오전 시간에

선수들이 가장 까다로워 하는 웨이트·체력 훈련을 진행하는 방식으로 캠프가 운영되고 있다.

선수들은 "오전에 힘을 많이 빼서 힘들기는 하지만 가장 힘든 훈련을 오전에 끝내고 나서 오후에 기술 훈련을 하니 하루가 빨리 지나가는 느낌이다. 힘을 들지만 더 집중해서 효율적으로 훈련을 하게 된다"고 말했다.

웨이트·체력 훈련에 초점을 맞춘 이유는 '파워' 때문이다.

조계현 수석코치는 "이번 캠프에서는 웨이트에 투자하는 시간을 늘렸다. 체력 훈련도 예전처럼 진행하고 있다. 현대 야구는 경기기가 많이 늘었기 때문에 체력이 필요하다. 또 파워가 있어야 한다. 공을 이겨낼 수 있는 힘이 있어야 한다. 그 부분을 위해서 웨이트와 체력훈련을 강조하고 있다. 어제 한화와의 연습경기를 보니 선수들의 힘이 많이 는 것 같다"고

언급했다. 가지고 있는 기술에 힘까지 얹어야 프로의 세계에서 경쟁을 할 수 있다는 이야기다.

조 수석코치는 또 "웨이트·체력 훈련도 습관이다. 지루하고 까다롭다고 생각하는데 습관이 되고 힘이 늘어가면 재미를 느낄 수 있다"고 말했다.

힘을 키우는 습관을 익혀가고 있는 과정. 바로 눈에 결과가 보이지는 않지만 조금씩 '습관의 힘'을 느끼며 그 중요성을 인식하고 있는 선수들이다.

투수 홍건희는 "상무에서부터 웨이트를 많이 했다. 힘이 확실히 붙는 게 느껴졌다. 지금도 웨이트와 체력적인 부분에 신경을 많이 쓰고 있다. 지금 당장은 모르겠지만 내년 시즌 준비하고 있는데 많은 도움이 될 것이라고 생각한다"고 밝혔다.

/오키나와=김여울기자 wool@

"함평서 땀 흘리는 선수들 아른거려서"

김기태 감독 귀국, 잔류조 아우리며 내년 시즌 구상

김기태 감독이 더 큰 그림을 그리기 위해 캠프를 떠났다.

KIA 김기태 감독이 23일 오키나와를 출발해 인천공항으로 가는 비행기에 올랐다. 오는 28일 KIA의 캠프가 마무리되지만 김 감독은 예정된 일정보다 먼저 집을 썼다. "선수들이 아른 거린다"는 것이 김 감독의 설명이다.

김 감독이 이야기하는 선수들은 함평 챌린저스 필드에서 훈련을 하고 있는 잔류조다.

김 감독은 "지나해 마무리 캠프와 달리 이번 캠프의 명단은 내가 직접 썼다. 마무리 캠프로 불러서 지켜보고 싶은 선수들도 있었지만 정해놓은 원칙도 있고, 마무리 캠프에 어울리지 않는 연차의 배

태랑 선수들도 있다. 또 캠프에 부르지 않은 신인 투수들도 있다. 열심히 훈련하고 있을 선수들이 아른거린다. 훈련이 끝나기 전에 직접 선수들을 살펴보고 폭넓게 내년 시즌 구상을 할 생각이다"고 말했다.

지난해 김 감독은 마무리 캠프 출발을 앞두고 '호랑이 군단'의 새사령탑으로 취임하면서 이미 짜여진 선수단으로 첫 캠프를 보냈었다.

고향팀에서 첫 시즌을 보낸 김 감독은 이번에는 자신의 구상에 맞춰 캠프 명단을 썼다. 머릿속에 담아놓은 큰 그림을

종합적으로 살펴보기 위한 중도 귀국이라는 설명이다.

여기에 12월은 프로야구 비활동기간이다. 신인 선수들을 제외하고는 단체 훈련을 할 수 없는 기간. 비활동기간 전에 KIA의 모든 선수들을 직접 만나고, 보면서 한 시즌을 정리하고 내년을 준비하겠다는 것이다.

오키나와에서 2016시즌의 밑그림을 그린 김 감독이 조기귀국을 통해 한국에서 11월을 보낸 잔류조 선수들까지 아우르는 새로운 시즌의 색을 준비한다.

/김여울기자 wool@kwangju.co.kr