

풀어라! 숙제...마운드에 오를 것이니!

日 이마나카 코치, KIA 캠프 찾아 투수 맞춤 조언

임기준 '크로스를 스쿼어로'

박준표 '몸이 열리지 않게'

한승혁 '밀고 나가기'

'크로스에서 스쿼어로', '몸이 열리지 않게', '밀고 나가기'

KIA 투수들에게 숙제가 주어졌다. 숙제를 푸는 자는 마운드를 얻을 것이고, 그렇지 않은 자는 기다림의 시간을 보내야 할 것이다.

KIA는 지난 마무리 캠프에 특별 손님을 초대했다. 이마나카 신지, 사와무라상, 슬로우 커브, '나고야의 태양' 선동열의 동료, 나가부라(KIA 코치)와 배터리 등으로 설명할 수 있는 그가 인스트럭터로 캠프를 찾아 이대진 투수 코치와 원석을 기다렸다. 그는 백지 상태로 캠프를 찾았다. 선입견 없이 있는 그대로 선수들을 보기 위해 일부러 성적 등을 확인하지 않았다.

이마나카 인스트럭터는 "처음에는 어떤 투수들인지 몰랐다. 1·2군 선수들이 반반 섞여있고 좋은 것을 가지고 있는 투수들이라고 했다. 신선한 느낌이었다. 배워야겠다는 자세가 좋았다. 과제를 하나씩 줬다"고 말했다.

세심하게 투수들을 관찰한 그는 캠프 막바지 가장 중요한 것 하나씩을 숙제로 던져줬다.

좌완 임기준에게는 크로스 되는 오른쪽 디딤발을 스쿼어로 바꾸라는 조언을 했다. 팔을 올릴 때도 1루 쪽이 아닌 정면으로 뻗도록 했다. 제구가 최우선인 임기준에게 내려진 맞춤형 과제.

임기준은 "발이 크로스가 되면 몸통 회전이 옆으로 돈다고 하셨다. 고개 움직일 등 이대진 코치님도 많이 말씀하셨던 부분을 다시 짚어주셨다"며 "연습장에서 말씀해주신 대로 해봤는데 제구가 좋아졌다고 하겠다. 나도 그 부분을 느꼈다. 모교(진흥고)가 바로 옆이라서 휴식이 동안 학교에서 연습을 할 생각인데 이 부분을 많이 신경쓰겠다"고 말했다.

사이드암 박준표에게는 '크로스'를 이

야기했다. 몸이 많이 열리는 투구폼을 보완하기 위한 숙제다.

박준표는 "왼쪽 다리가 나갈 때 다리를 크로스 해서 나가라고 하셨다. 몸이 많이 열린다고 중심을 포수 쪽으로 해서 가라는 말씀이셨다"고 밝혔다.

첫술에 배가 부를 수는 없다. 조언대로 한화와의 연습경기에서 투구를 했던 박준표는 이날 난타를 당했다.

박준표는 "한화전에서 말씀해주신 대로 했는데 많이 맞았다. 그래도 그렇게 바꿀 것이다. 제구력과 볼 끝을 좋게 하기 위해서는 변화를 줘야한다. 코치님들의 말씀대로 공 움직이어나 제구가 중요하다"고 말했다.

우완 정통파인 한승혁은 '밀고 나가기'라는 숙제를 풀고 있다.

한승혁은 "피칭할 때 밀고 나가는 힘을 다른 애들에 비해서 많이 못 쓴다고 하겠다. 중심 이동이 잘 안 된다는 말씀이셨다. 솔리드히 밀고 나가서 던지라고 하겠다. 투구폼도 바꿨고 신경 쓸 부분이 많다. 좋은 방향으로 발전을 할 수 있도록 하겠다"고 말했다.

숙제를 던져 준 이마나카 인스트럭터. 그가 무엇보다 중요하게 생각하는 것은 노력과 근성이다.

그는 "선수들이 이렇게 바꾸면 더 좋아지냐고 묻더라(웃음). 2·3일 만에 다르게 느끼는 선수가 있고, 1·2년이 걸리는 선수도 있다. 바로 좋아지고 말고 하는 문제가 아니다. 임하는 자세와 하나씩 자신의 것을 만드는 노력이 중요하다"며 "시합에서 배운다. 가운데 던지는 게 중요하고 그렇게 던지는 투수가 좋은 투수다. 맞거나, 막거나이다. 안 맞으려고만 하면 왔다갔다 하게 된다. 코너워크가 잘 되있더라고 해도 볼 판정을 받으면 불이다. 가운데로 던지라고 다 맞는 것은 아니다. 자신있게 던져야 한다. 포볼이 될 것 같으면 차라리 맞아라는 말을 해주고 싶다"고 말했다.

또 "내년에 기회가 된다면 이번엔 만난 투수들이 어떻게 하고 있는지, 잘하고 있는지 보러 광주를 찾고 싶다"고 웃었다.

/글·사진=김여울기자 wool@



KIA의 마무리 캠프에서 투수 인스트럭터로 참가했던 이마나카 신지가 스트레칭 훈련을 하는 유창식을 지켜보고 있다.

올 한해 그대들 있어 행복했네



왼쪽부터 손흥민, 손연재, 추신수.

잉글랜드 프로축구 프리미어리그 토트넘의 손흥민(23)이 올해를 빛낸 스포츠 선수 1위에 올랐다.

한국갤럽은 10월 29일부터 11월 21일까지 3주간 제주도를 뺀 전국의 만 13세 이상 남녀 1천700명을 대상으로 면접조사를 한 결과 손흥민이 가장 많은 24.4%의 지지를 얻었다고 10일 밝혔다.

한국 축구 국가대표팀의 간판 공격수 손흥민은 2013년 8위, 2014년 5위에 이어 2년 연속 4계단씩 뛰어올라 올해 최고의 스포츠 선수로 꼽혔다.

손흥민은 올해 8월 독일 분데스리가를 떠나 잉글랜드 프리미어리그의 강팀인 토트넘으로 이적했다.

토트넘에 성공적으로 정착한 손흥민은 11월 30일 아시아축구연맹(AFC) '올해의

토티넘 손흥민 '올해를 빛낸 스포츠 선수' 1위

한국갤럽 조사, 손연재 2위·텍사스 추신수 3위

국제 선수'로도 선정돼 또 한 번 진가를 인정받았다.

2위는 내년 리우데자네이루 올림픽에서 한국 리듬체조 사상 첫 메달에 도전하는 '리듬체조 요정' 손연재(17.5%)가 차지했다. 손연재는 런던 올림픽에서 역대 아시아 선수 중 최고 성적(개인종합 5위)을 거둔 2012년, 인천 아시안게임에서 한국 리듬체조 사상 첫 금메달을 획득한 2014년 '올해를 빛낸 스포츠선수' 1위에 올랐다.

3위는 미국프로야구 텍사스 레인저스에서 뛰는 '추추 트레인' 추신수(16.9%)다. 추신수는 올 시즌 타율 0.276에 22홈런

82타점을 기록하며 전반기 부진을 후반기 맹활약으로 만회했다. 또 메이저리그에서 사이클링히트(한 선수가 한 경기에서 1루타, 2루타, 3루타, 홈런을 모두 치는 것)를 기록한 최초의 아시아 선수로 이름을 올리기도 했다.

지난해 소치 동계올림픽을 끝으로 현역 은퇴한 '피겨여왕' 김연아(15.1%)는 4위에 자리매김했으며, 그 뒤를 이어 기성용(13.1%), 류현진(11.8%), 강정호(9.8%), 박지성(8.9%), 이대호(8.6%), 박인비(7.0%)가 톱 10에 오르며 팬들의 사랑을 받았다.

사상 최초로 골든글러브 10회 수상 기록을 세운 '국민 타자' 이승엽(4.7%)과 미네소타 트윈스로 이적해 메이저리그 도전을 앞둔 박병호(4.4%)가 각각 11위와 12위에 올랐다. 갤럽은 "매년 10위 안에는 양대 인기 종목인 야구, 축구 선수들이 다수를 차지했다. 올해도 야구 4명, 축구 3명이 포함됐고 이들은 모두 해외 리그에서 활약 중이거나 활약했던 선수들"이라고 설명했다.

이어 "남성은 손흥민-추신수-강정호, 여성은 손연재-손흥민-김연아를 각각 '올해의 선수' 1~3위로 꼽아 성별 차이를 보였다. 이대호 또한 여성보다는 남성으로부터 더 많은 지지를 받았다"고 덧붙였다. 이번 조사의 표본오차는 ±2.4%포인트, 신뢰 수준은 95%다.

/연합뉴스

2016 프로야구 4월 1일 개막

팀당 144경기...KIA, 마산 원정 3연전

2016년 한국프로야구 정규리그가 내년 4월 1일 막을 올린다.

KBO는 2016년 KBO 정규시즌 경기 일정을 확정해 10일 발표했다.

내년 KBO 정규시즌은 금요일인 4월 1일 개막해 9월 18일 종료된다.

10개 팀이 팀당 144경기를 치르고 팀 간 16차전씩, 총 720경기가 치러진다.

KBO 정규시즌을 금요일에 개막하는 것은 2007년 이후 9년 만이다.

개막경기는 편성원칙에 따라 2014년 최준순위를 기준으로 1-6위, 2-7위, 3-8위, 4-9위, 5-10위 팀 간 경기로 편성해 대구(두산-삼성), 고척스카이돔(롯데-넥센), 마산(KIA-NC), 잠실(한화-LG), 문학(케이티-SK) 구장에서 3연전으로 개최된다.

특히 내년부터 새롭게 선보이는 대구

삼성라이온즈 파크와 고척스카이돔은 개막전으로 KBO리그 첫 공식 경기를 치른다.

2016년 일정은 금요일에 개막함에 따라 팀 간 16차전(홈 8·원정 8경기)씩 720경기를 모두 편성할 수 있게 됐다.

올해까지는 토요일에 정규시즌을 개막해 2연전으로 시작함에 따라 715경기만 우선 편성할 뒤 나머지 5경기를 우선순위로 경기 등과 함께 추후 재편성했다.

KBO는 "구단의 이동거리를 최소화하고 주말 및 공휴일 경기 수를 늘 수 있는 대로 균등하게 편성했다"고 밝혔다. 한편, 5월 5일 어린이날 경기는 격년제 편성 원칙에 따라 삼성, SK, KIA, LG, 케이티의 홈 구장에서 열린다.

/연합뉴스

실력보다 미모?

LET 상위 랭커 참가 두바이 레이디스 마스터스에 미국 스피라넥 초청 출전 논란... "최선 다하겠다"



미녀 골퍼 페이지 스피라넥(미국)의 대회 출전을 놓고 뒷말이 무성하다.

지난 9일 아랍에미리트 두바이에서 개막한 오메가 두바이 레이디스 마스터스에 출전한 스피라넥은 아직 실력을 검증받지 못한 선수지만 이미 인터넷을 뜨겁게 달구는 스타다.

22세의 체조 선수 출신인 스피라넥은 소셜네트워크서비스(SNS)인 인스타그램에서 48만 명의 팔로워를 보유하고 있다. 뛰어난 외모 덕에 각종 매체들은 세계에서 가장 sexy한 골퍼선수로 그를 꼽았다. 하지만 스피라넥이 유럽여자프로골프 투어 상위 랭커들만 출전하는 두바이 레이디스 마스터스에 초청 선수로 출전하자 논란이 일었다. 더욱이 스피라넥이 9일 끝난 1라운드에서 5오버파 77타를 쳐 출전 선수 105명 중 공동 94위에 머물자 골프계에서는 "실력보다 외모 때문에 스피라넥을 초청했다"고 대회 주최 측을 비난했다.

스피라넥은 "내가 정상급 실력이 안 된다는 것을 알고 있다"며 "하지만 내가 최선을 다해 노력하고 있다는 것을 사람들이 알아줬으면 좋겠다"고 말했다.

/연합뉴스

피츠버그 닐 워커 이적...강정호 불박이 3루수 되나

미국프로야구 피츠버그 파이리츠의 대표적 프랜차이즈 선수인 2루수 닐 워커(30)가 팀을 떠난다.

미국 뉴욕 포스트는 10일(한국시간) 피츠버그가 워커를 뉴욕 메츠로 보내고 대신 좌완 투수 존 니스를 받는 트레이드에 합의했다고 전했다.

2루수 대니얼 머피가 자유계약선수(FA)로 떠나고, 벤 조브리스트 영입 경쟁에서 시카고 컵스에 패한 메츠는 워커를 영입해 빈자리를 메웠다.

피츠버그는 니스를 데려와 A.J. 버넷의 은퇴와 J.A. 햄의 이적으로 크게 낮아진 선발 마운드를 보강했다.

피츠버그 지역 교교를 졸업한 뒤 2004년 신인 드래프트에서 1라운드 전체 11순위로 피츠버그 지명을 받은 워커는 팀을 대표하는 프랜차이즈 스타였다.

마이너리그를 거쳐 메이저리그에는 2009년 데뷔했고, 올 시즌에는 타율 0.269, 출루율 0.328, 장타율 0.427에 16홈런을 기록했다.

피츠버그는 2011년부터 워커와 장기 계약을 추진했으나 합의에 이르는 데 실패했다.

워커의 올해 연봉은 800만 달러다. 더군다나 내년 시즌이 끝나면 FA 자격을 얻는다.

/연합뉴스

올림픽 탁구 金 유승민, IOC 선수위원 후보 올라



올림픽 탁구 금메달리스트 출신인 유승민(33) 삼성생명 코치가 국제올림픽위원회(IOC) 선수위원 최종 후보에 올랐다.

IOC는 9일(현지시간) 스위스 로잔에서 집행위원회를 열고 2016년 IOC 선수위원 최종 후보 24명의 명단을 발표했다. 최종 후보에는 유승민을 비롯해 육상 여자 장대높이뛰기 '살아있는 전설' 엘레나 이신바에바(러시아), 일본의 '육상 영웅' 무로후시 고지, 역시 탁구 선수

출신인 장 미셸 셰이브(벨기에), 미국프로농구(NBA) 선수 루이스 스콜라(아르헨티나) 등이 이름을 올렸다.

임기 8년의 IOC 선수위원은 2016년 리우데자네이루 올림픽에 출전한 선수들의 투표로 선정되며 상위 득표자 4명이 IOC 위원에 선출된다.

총 15명인 IOC 선수위원은 각 국가 올림픽위원회(NOC) 당 1명으로 제한된다. 한국은 2008년 베이징올림픽에서 IOC 선수위원에 뽑힌 문태성 위원의 임기가 내년 리우올림픽에서 끝나 유승민 이 다시 후보로 나섰다.

/연합뉴스