“어제의 ‘나’ 비우고 30홈런으로 명예회복”

KIA 나지완이 오는 13일 예정된 체력테스트에 대비해 지난 8일 광주대 운동장을 돌면서 개인 훈련을 하고 있다.

체중 감량으로 부활 노리는 KIA 나지완

탄산음료 끊고 체중 줄이니 무릎 통증 사라져

9㎏ 감량 뒤 달리기·웨이트…“4㎞ 뛰기 자신”

“민폐 안 끼치는 선수 될 것…FA는 그 다음”

채우기 위해 비우고 있는 KIA 나지완이다.

나지완이 독하게 마음을 먹었다. 2015년 마지막날, 2016년 첫날에도 나지완은 달렸다. 웨이트도 빼놓을 수 없다. 집 근처 광주대 운동장과 빅스포가 2016시즌을 위한 나지완의 준비 무대다.

나지완은 “경기장에 갔더니 선수들이 정말 많더라. 그래서 조용히 따로 운동을 하고 있다. 선배들도 그렇고 후배들도 진짜 열심히 하고 있다. 나도 각오가 남다르다. 잘하고 싶고 가만히 있으면 불안해서 열심히 운동을 하게 된다”고 말했다.

타이거즈 역사에 가장 극적인 순간을 연출했던 나지완이지만 지난해 그는 한없이 부족했던 4번 타자였다. 김기태 감독의 애를 태운 천덕꾸러기이기도 했다. 팬들에게는 ‘밉상’의 아이콘이 됐다. 나지완은 아팠던 지난해 기억을 지우면서 희망으로 새 시즌을 채우고 있는 중이다.

나지완은 “감독님께 정말 죄송하고 감사하다. 올해는 감독님께 웃음을 드리고 싶다. 팬들에게 많은 이야기를 듣기도 했다. 말보다는 행동으로 보여드리면서 믿음직한 선수로 사랑을 받고 싶다”며 “러닝을 하면서 악성 댓글들을 생각한다. 억지로 생각하려는 것은 아닌데 생각이 난다. 이겨내야 한다는 생각으로 뛰게 된다”고 밝혔다.

비우고 있는 시간, 몸도 많이 가벼워졌다. 4주간의 군사훈련기간 9㎏가량 살이 빠졌던 나지완은 최근 몸무게가 2㎏ 정도 늘었다. 하지만 지방이 빠지고 몸이 단단해지면서 생긴 긍정적인 증가다.

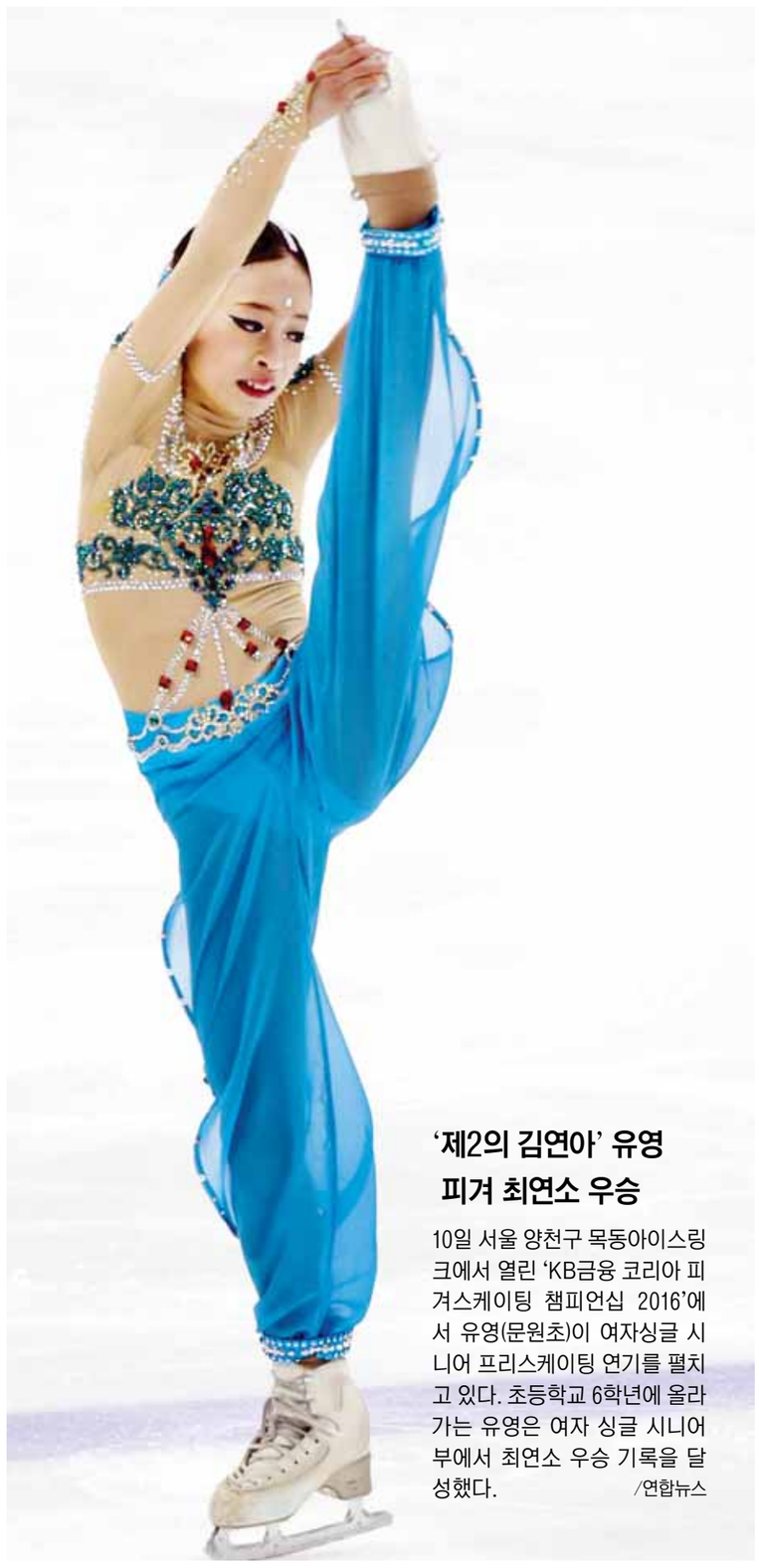
지난해 스프링캠프 연습경기에서 갈비뼈 미세 골절 부상을 당했던 그는 설상가상 무릎까지 좋지 않아서 고생을 했다. 몸무게 증가와 무릎 통증의 악순환이 이어지면서 힘든 시즌을 보냈던 그는 올 시즌을 앞두고 식단에도 신경 쓰고 있다. 좋아하던 탄산 음료도 끊으면서 몸관리에 공을 들이고 있다.

나지완은 “몸이 많이 좋아졌다. 웨이트를 하면서 스스로 놀랄 정도다. 무릎이 좋지 않아서 훈련을 하면서 고생했는데 지금은 러닝을 하면서도 무릎 통증이 없다. 4㎞ 러닝도 자신 있다”고 웃었다.

지난해 체력테스트에서 나지완은 요주의 인물이었다. 사람들의 우려 속에 데드라인을 앞두고 겨우 결승선을 통과했던 그는 지금은 주어진 23분보다 2분가량 앞서 넉넉하게 4㎞를 완주하고 있다. 달라진 모습의 나지완의 머릿속에는 ‘명예 회복’이라는 단어만 가득하다. 올 시즌이 끝나면 FA(자유계약) 자격을 얻게 되는 나지완은 지난 연봉 협상에서 구단이 제시한 5000만원 삭감안에 바로 도장을 찍었다. 부족했던 시즌의 결과, 핑계 없이 실력으로 만회하겠다는 각오였다.

나지완은 “FA를 먼저 생각하고 있지는 않다. 지난해 어떻게 해야할지 모를 정도로 야구가 잘 안 됐고 자존심도 많이 상했다. 정신적으로 힘들 정도로 욕도 많이 먹었다. 열심히 준비 잘해서 명예회복을 하고 싶다는 생각뿐이다. 그렇게 하다 보면 FA라는 결과도 저절로 따라올 것이다”며 “무조건, 반드시 30홈런을 때리도록 하겠다. 팀에 민폐를 끼치는 선수가 아닌 도움이 되는 선수가 되겠다”고 각오를 다졌다.

/글·사진=김여울기자 wool@



‘제2의 김연아’ 유영 피겨 최연소 우승

10일 서울 양천구 목동아이스링크에서 열린 ‘KB금융 코리아 피겨스케이팅 챔피언십 2016’에서 유영(문원초)이 여자싱글 시니어 프리스케이팅 연기를 펼치고 있다. 초등학교 6학년에 올라가는 유영은 여자 싱글 시니어 부에서 최연소 우승 기록을 달성했다. /연합뉴스

내달 21~24일 오키나와 캠프 참관단 모집

KIA 소식

KIA 타이거즈가 오키나와 스프링캠프 참관단을 모집한다.

오키나와 캠프 팬투어는 내달 21일부터 24일까지 3박4일 일정으로 진행되며 참가비는 성인 1백20만원, 아동(2004년 2월생 이후) 1백10만원이다. 이번 참관 프로그램은 히로시마 카프, 요미우리 자이언츠와의 연습경기 관람과 오키나와 관광, 선수단과의 식사 등으로 구성되어 있으며 장내 아나운서 ‘MC 이슈’가 동행해 팬들에게 색다른 즐거움을 제공할 예정이다.

또 참관단에게는 스프링캠프 모자와 기념 티셔츠 등 기념품이 주어진다. 오는 4월5일 광주-기아 챔피언스필드 홈 개막전의 스카이 박스 관람혜택(참관단 본인 한정)도 받을 수 있다.

참관단 모집은 11일부터 31일까지 계속되며 대행사(하나투어 062-972-4546)를 통해 접수가 이뤄진다. 모집인원은 선착순 30명이다. (문의 마케팅팀 070-7686-8044)

한편 이번 팬투어는 ‘베이스컬(Baseball) 프로젝트’의 일환으로 진행된다. ‘베이스컬 프로젝트’는 지난해 KIA가 선포한 ‘야구의 새로운 가치를 창출함으로써 한국 프로야구의 미래를 선도하는 구단’이라는 비전(TEAM 2020) 실현을 위한 프로그램으로, ‘야구(baseball)’와 ‘문화(culture)’를 결합한 새로운 콘텐츠를 창출하겠다는 목표를 담고 있다.

탁상용 캘린더 예약 판매

‘스티커’ 등 포함 1만원

KIA 타이거즈가 2016년 탁상용 캘린더를 11일부터 예약 판매한다.

이번에 판매하는 탁상용 캘린더에는 2016시즌 경기 일정이 담겨 있으며 주요 이벤트 사진과 주요 선수들의 이미지로 구성되어 있다. 특히 팬들이 직접 달력에 붙일 수 있는 ‘승리 스티커’와 ‘우천순연 스티커’가 포함돼 있다.

캘린더는 개당 1만원이며, 배송비는 별도이다. 주문은 KIA 홈페이지(http://www.tigers.co.kr) 팝업창을 통해 가능하며 오는 25일부터 순차적으로 배송이 이뤄진다. 선착순 50명에게는 ‘KIA 선수단 LINE 스티커’를 증정한다.

자세한 사항은 구단 홈페이지 팝업창을 참조하면 된다. (문의:비젼코리아 1899-1949) /김여울기자 wool@kwangju.co.kr

‘다시 뛰는’ 최경주 PGA 우승 노린다

① 마스터스 출전권 확보
② 40代에게 용기 주고파

한국 골프의 간판 ‘탱크’ 최경주(46·SK텔레콤)가 미국프로골프(PGA)투어에서 우승컵 사냥에 다시 나서겠다고 다짐했다.

지난 10월 프레지던츠컵을 마친 뒤 일찌감치 겨울훈련을 시작한 최경주는 최근 중국 광저우에서 최경주재단 골프 꿈나무 주니어 선수들과 20일 동안 합동 전지훈련을 치르고 10일 미국 하와이에 입성했다. 최경주는 오는 15일부터 하와이 호놀룰루에서 열리는 소니오픈에 출전한다. 2016년 첫 대회다.

최경주는 “작년에는 투어에 전념할 여건이 안됐다”고 운을 뗐다.

지난 시즌 최경주는 상금랭킹 161위에 그쳐 가을 잔치 페덱스컵 플레이오프에도 진출하지 못했다. 12년 동안 빠짐없이 출전했던 마스터스도 결석했다.

경주는 “큰아들 호준이 대학 입시 뒷바라지에 여름 내내 매달렸고 가을에는 프레지던츠컵 때문에 한마디로 정신이 없었다”고 털어놨다.

여름 강행군 덕에 호준은 바라는 대학에 합격했고 프레지던츠컵은 성공적으로 마무리됐다. 이제 한시름 돌렸으니 올해는 다시 뛰겠다는 각오다. 최경주는 “이제 선수의 본질을 찾아야 할 때”라면서 “올해 목표는 우승 한번 이상”이라고 힘줘 말했다.

“솔직히 비거리가 젊은 선수들에 비해 한참 모자라는 건 맞다”는 최경주는 “아이언, 쇼트게임, 퍼팅 세가지면 우승할 수 있다”고 장담했다. 최경주는 지난 2년 동안 퍼팅이 좋지 않았지만 이번 중국 전지훈련에서 퍼팅을 바로 잡았다.

최경주는 “우승해야 할 이유는 많다”고 말했다. 우선 마스터스 출전권 확보다. 또 한가지 이유를 “내 나이가 40대 후반이다. 한국에 와보니 40대가 흔들린다고 한다. 힘들다고 하더라. 한국의 40대 남자들에게 힘과 영감을 주고 싶다”고 설명한다.

최경주의 올해 각오가 남다른 이유 가운데 또 하나는 올림픽이다. “무조건 리우데자이네루에 간다”고 못박은 그는 코칭 스태프로 선임이 안 되면 선수로 출전하겠다는 각오다.

“올림픽에서 코칭 스태프는 울타리가 되어야 한다. PGA투어에서는 연습장에서도 기 싸움이 있다. 돌아가는 사정에 정통한 사람이 가야 한다. 이런 사람이 코칭 스태프에 있는 것과 없는 것은 큰 차이가 날 것”이라는게 최경주의 생각이다.

“쉰살이 되면 미국 시니어투어에 갈 생각”이라는 그는 “돈 벌러 가는 게 아니다”라고 단언했다. “내가 한국인 첫 PGA투어 선수다. 시니어 투어에서도 한국인 첫 선수가 되야지 않겠나”는 최경주는 “내가 PGA투어에 오자 후배들이 따라왔다. 시니어투어도 마찬가지다. 내가 가서 길을 닦겠다. 쉰살 넘어서도 뭔가 할 수 있다는 거 보여주고 싶다”고 설명했다.

하지만 최경주가 세운 인생의 목표는 사실 따로 있다. 최경주는 “내 인생의 목표는 훌륭한 골프 선수를 키워내는 것”이라고 밝혔다.

최근 몇년 째 가장 많은 에너지를 쏟아붓는 게 후진 양성이다. 최경주는 가정 형편이 어려운 골프 지망생을 선발해 장학금도 주고 직접 지도해주는 사업을 6년째 계속하고 있다.

그는 “돈은 이제 안 벌어도 된다. PGA투어는 선수 복지가 아주 잘 되어 있어 은퇴 후에도 경제적으로 어려울 게 없다”면서 “훌륭한 후배 골프 선수를 키우는데 남은 인생을 바치겠다”고 말했다.

/연합뉴스

마지막 희망

오승환 美 출국 ML 진출 타진

우완 불펜 오승환(34)이 10일 미국으로 출국했다. 메이저리그 구단과 본격적인 입단 협상을 벌이기 위해서다. 지난달 18일 괌에서 개인 훈련을 시작했던 오승환은 6일 한국으로 돌아왔고 미국 출국을 준비했다.

KBO는 8일 오승환에게 ‘KBO리그로 복귀하는 시점에 시즌 50% 출장정지’ 처분을 내렸다. 이에 앞서 서울중앙지검 강력부는 지난해 12월 30일 오승환에게 단순도박 혐의를 적용해 벌금 700만원의 약식 명령을 법원에 청구했다. 오승환이 일본에서 뛰는 동안 원정도박을 했지만, 한국프로야구로 돌아올 때를 가정해 징계를 내렸다. 하지만 이 처벌은 해외진출시 문제가 되지 않는다. 검찰이 처벌 수위를 확정하자 메이저리그 구단이 오승환측에 더 적극적으로 영입 의사를 보인 것으로 전해졌다.

기량 면에서 오승환은 충분히 메이저리그 구단의 관심을 얻을 수 있다. 2005년 삼성 라이온즈에 입단해 프로 생활을 시작한 오승환은 2013년까지 9시즌 동안 277세이브(28승 13패, 평균자책점 1.74)를 올리며 마운드를 평정했다. 2014시즌을 앞두고 2년 최대 9억엔(약 93억 7000만원)의 조건에 한신과 계약한 오승환은 일본 진출 첫해 2승 4패 39세이브 평균자책점 1.76으로 센트럴리그 구원왕에 올랐고, 올해도 2승 3패 41세이브 평균자책점 2.83을 기록하며 구원 타이틀(공동 1위)을 지켰다. /연합뉴스