

“화이팅” “완주하세요” 경쟁보단 힐링의 시간



20일 너릿재 옛길에서 열린 '8·15 광복절 기념 제3회 너릿재 옛길 흑서기 마라톤대회'에 참가한 마라토너들이 출발에 앞서 화이팅을 외치고 있다.

/최현배기자 choi@kwangju.co.kr



구중근 화순군수(왼쪽부터), 김여송 광주일보 사장, 김성환 광주동구청장이 마라톤 출발을 알리는 충성을 울리고 있다.

/나명주기자 mjna@kwangju.co.kr



대회에 참가한 마라토너들이 출발에 앞서 몸풀기 운동을 하고 있다.

/나명주기자 mjna@kwangju.co.kr

쓰레기 없는 깨끗한 대회...매너있는 선수들

회복 간식 등 운영진 세심한 배려 '명품대회'

가을을 재촉하는 듯 간간히 비를 뿌려던 너릿재 옛길에는 흑서기 대회라는 말이 무색할 만큼 시원한 바람이 불어왔다.

전국에서 모여든 700여명의 마라토너들은 굽이굽이 이어진 숲길 사이를 내달리며 숲에서 뿜어져 나오는 피톤치드를 한껏 들이마셨다.

광주일보사가 마라톤 세상과 화순체육회와 공동 주최해 20일 진행된 '8·15 광복절 기념 제3회 너릿재 옛길 흑서기 마라톤 대회'는 광복절의 의미를 되새기며 지역의 명소를 전국에 알리는 여류스포츠로 자리잡았다는 평가를 받고 있다.

참가자들은 호남에서 유일한 흑서기 대회라는 점과 '산림욕장'에 온 듯 편백나무와 소나무 등에서 뿜어내는 청량한 기운 속에서 달리는 등 "경쟁보다는 힐링을 위한 대회"였다고 평했다.

마라톤 애호가들을 위한 대회였던 만큼 선수들의 매너있는 행동으로 바닥에 버려진 쓰레기가 없는 깨끗한 대회였다.

안중옥 마라톤세상 대표는 "보통 선수들이 완주 후 회복용 간식을 먹고 봉지 등을 그대로 버리는 경우가 많은데 자연속에서 치러지는 대회이기에 쓰레기가 많이 나오지 않았다"며 참가선수들의 질서정숙을 높이 칭찬했다.

대회 진행 또한 출발지와 너릿재 정상,

반환점에 급수대와 간식 및 마라톤시계를 설치해 선수들이 레이스에 집중할 수 있도록 노력했다.

또, 각 구간마다 화순보건소, 화순중앙병원, 광주세계로병원에서 파견된 구급차가 대기하는 등 자칫 부상자가 발생할 것을 우려한 운영진들의 세심한 노력들도 '명품대회'로서의 이미지를 고수하는데 한 몫했다.

내년으로 참석한 구중근 화순군수는 대회에 참가한 선수들에게 고마움을 표시하며 "화순을 대표하는 명품 숲길에 많은 이들이 찾을 수 있도록 지속적인 관심과 노력을 기울여겠다"고 말했다.

김성환 광주 동구청장도 "너릿재 옛길이 더욱 알려져 지역민을 넘어 전국민들의 찾는 휴식공간으로 만들어갈 것"이라며 숲길에 대한 우수성을 알리는데 노력했다.

강순팔 화순군의회 의장은 너릿재 옛길 8.5km 구간을 선수들과 함께 뛰며 완주하는 등 숲길을 알리는데 한 몫했다.

김여송 광주일보 사장은 "'8·15 광복절 기념 너릿재 옛길 흑서기 마라톤 대회'가 선수들의 항일 민족정신과 호국정신을 되새기고 너릿재 옛길의 아름다움을 알리는 대표적 대회가 될 수 있도록 만들어 나갈 것"이라고 말했다.

/김진수기자 jeans@kwangju.co.kr



20일 화순 너릿재 옛길에서 열린 8·15 광복절 기념 제3회 너릿재 옛길 흑서기 마라톤대회에서 손모철씨가 700회 마라톤 풀코스 완주한 뒤 동료들과 기념촬영을 하고 있다.

/최현배기자 choi@kwangju.co.kr

“1000회 채워도 계속해서 달리겠다”

풀코스 700회 완주 손모철씨

"1000회를 완주하면 지구 한바퀴를 돈 셈입니다. 앞으로 몸과 마음을 건강하게 해서 3000회 더 채워야죠"

남원마라톤클럽 소속 손모철(57·남원)씨가 제3회 너릿재 옛길 흑서기 마라톤대회에서 풀코스 700회 완주라는 대기록을 달성했다. 지난 2007년 4월 1일 전북 마라톤대회로 풀코스를 시작해 이날까지 10년 5개월간 그가 달린 거리만 2만9500km가 넘는다. 매년 70회 이상 마라톤을 한 셈이다.

손씨는 "700회 달성은 나만의 기록이 아닌 동료들과 함께 뛰며 만든 결과물"

이라며 "이번 대회에서는 평지가 아닌 경사가 있는 산악코스라 힘들었지만 동료들의 기운을 받아 완주했다"고 말했다. 32년째 전북 남원의료원에서 물리치료사로 근무중인 손씨는 담배를 끊기 위해 지난 2002년 마라톤에 입문했다. 전국의 내로라하는 대회에 나가기를 수차례, 남들처럼 빠른 기록을 내기보다는 자신만의 꾸준한 노력으로 광주·전남·전북 최초로 풀코스 완주 700회를 달성했다.

손씨는 마지막으로 "1000회를 완주하더라도 체력이 허락되는 한 계속해서 달릴 것"이라고 의지를 다졌다.

/김한영기자 young@

“서울서 수강생 데려와 함께 땀 것”

男 풀코스 우승 정석근씨



“이런 멋진 길에서 우승하고 서브-3까지 하게 되어 정말 기쁩니다.

남자 풀코스에서 2시간 58분 25초353으로 우승을 차지한 서울 정석근(45·서울)씨는 우승소감을 이같이 밝혔다.

그는 이어 “지난해에는 유난히 날씨가 덥고 습해 서브-3(마라톤 풀코스를 3시간 이내에 완주)을 달성하지 못했다”며 “이번에는 간간히 비도 내리주며 바람도 불어주어 달리기엔 최적의 날씨였다”고 말했다.

정씨는 지난 1회대회 때부터 지금까지 너릿재 옛길 마라톤 대회 풀코스 3연속 우승을 한 실력자로 서울 마라톤 사관학교 동호회에서 감독을 맡고 있는 등 자타공인 마라톤 전문가다.

정씨는 “해위를 비롯한 국내외의 다양한 마라톤대회를 참가했지만 너릿재처럼 자연과 함께하는 코스는 전 세계에서 손에 꼽힌다”고 말했다.

이번 대회 참가를 위해 전남인 19일 광주를 찾아 하루를 묵으며 컨디션 조절을 했다는 정씨는 “8·15 광복절 기념 마라톤대회인 만큼 순국선열들을 생각하고 그들의 숭고한 뜻을 기리며 뛰었다”면서 “역사적으로 의미가 있는 너릿재에서 열리는 마라톤 대회에 많은 사람들이 참가하길 바란다. 나부터라도 서울에서 수강생들 데려오겠다”며 너릿재 옛길 흑서기 마라톤대회의 홍보대사를 자처했다.

/김한영기자 young@kwangju.co.kr

“10월 제주 울트라 100km 도전”

女 풀코스 우승 윤복희씨



“제 삶의 원동력은 마라톤입니다”

3시간30분59초로 여자 풀코스에서 우승한 윤복희(53·광주빛고을마라톤)씨는 “일하면서 받은 스트레스를 마라톤으로 해소한다”며 마라톤에 대한 무한애정을 드러냈다.

지난해 열린 너릿재 옛길 흑서기 마라톤대회 25km 종목 3위를 차지했던 윤씨는 이번 대회에서 풀코스 종목을 변경해 우승까지 오르는 저력을 발휘했다.

그는 “지난 주 대회의 여파로 컨디션이 좋지 않아 완주만 하자는 생각으로 달렸다”고 말하며 “그동안 50년 넘게 풀코스에도 도전했는데 우승까지 해 너무 기쁘다”고 말했다.

윤씨는 “동호회원들과 트레일을 함께 뛰며 얘기 나누고 웃다보면 저절로 힘이 난다. 아마도 일상의 스트레스를 마라톤으로 푸는 것 같다”고 말했다.

윤씨는 “오는 10월 제주에서 열리는 울트라 마라톤 100km 대회에 참가할 계획이다. 너릿재 대회 우승으로 얻은 자신감을 이어서 좋은 성적 거두겠다”고 의지를 다졌다.

/김한영기자 young@kwangju.co.kr

“힘든 연습 결과 보상 받아 기뻐”

男 25km 우승 나종태씨



25km 부문의 나종태(55·전주 러너스)씨는 이번 대회에 처음 출전해 1시간45분13초의 기록으로 우승을 차지했다.

전주시 완산구 자신의 집 인근 산에서 지난 여름 동안 산악훈련을 하며 만들어낸 체력을 시험해 볼 요령으로 대회에 참가했다는 나씨는 “올 여름 무척 더워 훈련하기 힘들었다. 훈련 성과를 평가하기 위해 도전한 대회에서 좋은 성적을 거두 만족스럽다”고 말했다.

그는 이어 “출발할때 비가 고전할것으로 예상했는데 막상 뛰어보니 그늘지고 바람이 부는 등 상쾌한 기분 속에서 달렸다”고 소감을 밝혔다.

나씨는 “레이스 초반 급경사의 코스에 잠시 애를 먹었지만 첫 번째 반환점을 통과한 이후 페이스를 잘 조절해 만족스러운 결과가 나왔다. 힘들게 연습했던 성과를 보상받은 것 같아 기쁘다”고 말했다.

전주에서 학원을 운영하고 있는 나씨는 15년 전 자신의 소개로 마라톤을 시작했다. 한달에 2~3차례 대회에 참가하는 등 마라톤의 매력에 푹 빠져있다.

나씨는 “처음부터 마라톤이 좋았고 좀 더 나아가면서 즐기게 됐다. 내 인생에 마라톤은 빠질 수 없는 존재가 됐다”며 “꾸준히 훈련에 매진해 내년 대회에서도 우승을 노리고 싶다”고 밝혔다.

/김한영기자 young@kwangju.co.kr

“향긋한 숲길·남도 음식에 매료”

女 25km 우승 김현자씨



“피톤치드를 느끼며 숲길을 달리다 보니 어느 결승선이더라구요”

25km 종목 여자부문 우승자 김현자(45·대구 러너스클럽)씨는 “전날 밤 화순에 도착해 잠을 푹 잔 덕에 컨디션이 좋았다. 예상보다 기록이 잘 나온 것 같아 기분이 좋다”고 우승 소감을 밝혔다.

김씨는 이번에 열린 너릿재의 마라톤코스가 2km마다 번갈아 오르막길과 내리막길이 나오는 등 레이스 중 페이스 조절하기가 쉬웠던 것이 ‘우승비결’이라고 전했다.

지난 2회 대회에 참가했던 주변 동료들이 코스가 아름답다고 해 대회에 참가했다는 김씨는 “다른 대회와 달리 나무와 풀을 볼 수 있는 너릿재 코스가 정말로 가장 마음에 들었다”며 옛길 코스에 대한 극찬을 아끼지 않았다.

2013년 마라톤에 입문한 김씨는 지난 13일 충북 청송에서 있었던 2017 청송트레일러(산악마라톤) 대회에 참가하는 등 꾸준히 마라톤을 즐기는 노력과

김씨의 남편 또한 마라토너이기에 이번 대회에는 초등학생 딸 아이와 함께 처음으로 화순을 찾았다.

김씨는 “향긋한 숲길도 뛰고 가족들과 함께 맛있는 남도의 먹거리도 먹으며 즐거운 시간을 보냈다. 내년에도 참가해 나만의 색다른 재미와 추억을 만들고 싶다”고 말했다.

/김한영기자 young@kwangju.co.kr