

‘V12’ 새 출발 호랑이들 힘차게 달렸다

KIA 체력테스트 2년만에 부활

선수들 긴장감 속 4km 달려

이적생 유민상·전역 박정수 1위

광주월드컵경기장에 들어서는 KIA 선수들의 얼굴에는 긴장감을 넘어 비장함이 엮여 보였다. ‘강심장’으로 통하는 임기영까지 “선발 등판날보다 떨린다”며 숨을 골랐다. KIA 선수들을 긴장하게 만든 것은 바로 ‘체력테스트’였다.

비활동기간인 12월과 1월에도 부지런히 훈련을 해왔던 선수들의 1차 목표는 체력테스트 통과였다. 체지방율, 근육량 등을 측정하는 인바디 검사와 함께 4km 달리를 해야 하는 일정.

2015, 2016년 두 차례 체력테스트가 진행됐지만 지난해에는 특별한 일정이 없었다. 그러나 KIA는 우승 뒤 새 마음가짐으로 새 출발하기 위해 이번 시즌 첫 일정을 체력테스트로 잡았다.

오전 챔피언스필드에서 인바디 검사를 끝낸 선수들은 구단 버스를 나눠 타고 4km 무대인 광주월드컵경기장으로 이동했다.

부상 방지를 위해 가볍게 경기장을 뛰며 몸을 풀 선수들은 50m 전력 질주를 위해 늘어섰다. 50m 기록을 측정한 뒤 본격적인 4km가 시작됐다.

28세 이상의 고참급 선수들이 먼저 출발선에 섰다.

앞선 체력테스트와 마찬가지로 심동섭이 초반 질주를 주도했다. 하지만 심동섭의 1위 질주는 이번에도 얼마 가지 못했다.

첫 그룹에서는 ‘이적생’ 유민상이 독보적인 존재감을 과시했다. 첫 바퀴부터 마지막 바퀴까지 유민상은 똑같은 페이스로 달리며 사람들의 눈길을 끌었다. 최하위 조를 한참 추월하면서 한 바퀴 이상 차이가 나기도 했다.

18분 만에 4km 질주를 끝낸 유민상은 “같은 페이스로 달렸는데 다른 선수들이 알아서 처지더라(웃음). 새 팀에서 첫 일정인데 어렸을 때부터 아버지(유승안 경찰청 감독)를 따라 다니느라 전학도 많이 하고, 팀을 많이 옮겨서 적응은 잘한다. 경찰청에서 함께 했던 선수들도 많다”며 “기회라고 생각하면서 열심히 하겠다. 오늘도 그 시작이라고 생각해서 최선을 다했다”고 밝혔다.

개인 차를 반영, 2~3바퀴를 덜 돌게 하는 등 첫 그룹의 질주는 순조롭게 진행됐다. 출발 소리를 놓쳐서 사람들의 웃음 속에 뒤늦게 출발했던 나지완과 “장거리에 약하다. 걱정이다”며 한숨을 쉬던 안지홍도 “새신랑 운동 열심히 하네”라는 칭찬 속에 체력테스트를 성공적으로 마무리했다.

신인 선수들을 비롯한 젊은 선수들로 구성된 두 번째 그룹의 질주는 더 일사불란하게 이뤄졌다.



KIA 타이거즈 선수들이 18일 오후 광주 월드컵경기장에서 체력테스트를 위해 4km 달리를 하고 있다.

/김진수기자 jeans@kwangju.co.kr

경질청에서 군복무를 마치고 돌아온 ‘에버역’ 박정수는 초반부터 선두권에서 달리기 실력을 과시했다. 박정수가 4km를 달리는 데 필요한 시간은 17분 06초였다. 박정수는 “원래 달리는 데 그 동안 많이 뛰지 못해서 걱정했었다. 좋은 결과가 나와서 좋다”며 여유 있는 모습을 보였다.

달리를 앞두고 “소개팅 나가는 것보다 더 떨린다”던 김윤동은 “만족스럽지는 않다. 에너지 드링크 두 캔을 마시고 왔다. 그나마 그게 도움이 된 것 같다. 며칠 잠을 자야겠다”고 체력테스트를 끝낸 소감을

밝혔다. 선수들의 체력을 담당하고 있는 배요한 트레이닝 코치는 “선수들의 개인 차를 두고 결과를 살펴볼 예정이다. 절대적인 기준이 아니라 어느 부분에서 선수들이 좋아졌고, 잘하는지를 보는 것이다. 두 그룹에서 각각 유민상과 박정수가 1위로 들어왔는데 이적한 선수들이나 군제대 선수들같이 그동안 살펴볼 수 없었던 선수들의 몸상태도 살펴볼 수 있었다”며 “선수들이 긴장감을 가지고 새 시즌을 준비할 수 있는 계기가 된 것 같다”고 만족감을 보였다. /김여울기자 wool@kwangju.co.kr

정성훈 KIA 입단... 15년만에 고향팀 복귀

정성훈(사진)이 15년 만에 고향으로 돌아왔다. KIA 타이거즈가 18일 무적 신분인 내야수 정성훈(37)을 영입했다. KIA는 이날 오전 정성훈과 자리를 갖고 연봉 1억원에 입단 계약을 끝냈다.

이로써 지난해 11월 LG에서 방출되면서 무적 신분이 됐던 정성훈은 2003년 이후 15년 만에 고향팀으로 복귀하게 됐다.

송정초-무등중-광주일고를 졸업한 정성훈은 1999년 당시 해태에 입단하면서 프로에 데뷔했다. 2003년 현대로 트레이드됐던 정성훈은 이후 9시즌 동안 LG 유니폼을 입고 활약했다. 지난 시즌에는 115경

기에 나와 타율 0.312, 6홈런, 30타점 등을 기록했다. 통산 기록은 2135경기에 출전, 타율 0.293, 1018득점, 969타점이다.

이날 정성훈은 계약을 끝낸 뒤 라커룸을 찾아 체력테스트를 위해 모인 새 동료들과 인사를 나눴다. 정성훈은 “기회를 준 KIA 구단에 감사 드린다”며 “고향 팀에서 다시 뛰게 돼 설렌다. 팀에 도움이 된다면 어떤 역할이든 최선을 다하겠다”고 소감을 밝혔다. /김여울기자 wool@kwangju.co.kr



양현종 “작년보다 더 잘하겠다”



“우승 부담감 없어... 팀 2연패 도전”

KIA 타이거즈의 양현종(사진)이 “작년보다 더 잘하는 게 목표”라며 2018시즌의 각오를 밝혔다.

양현종은 18일 광주월드컵경기장에서 2018 시즌 첫 공식 일정인 체력테스트를 소화했다.

50m 전력 질주에 이어 4km를 달리며 땀을 흘린 양현종은 “체력테스트를 끝내서 활기분하다. 체력테스트는 꾸준히 준비해야 하는 것 같다. 완주했다는 것에 의미를 두고 있다. 오늘은 맛있는 것 많이 먹어야겠다”며 웃었다.

양현종은 2017시즌의 주인공이었다. 이산후 이후 22년 만에 토종 선발 20승 고지에 오른 그는 한국시리즈 2차전 완봉승에 이어 5차전 세이브까지 기록하면서 ‘V11’의 주역이 됐다.

당연히 한국시리즈 MVP는 양현종의 몫이었다. 또 양현종은 정규시즌 MVP에 이어 골든글러브까지 거머쥐면서 KBO리그 사상 첫 통합 MVP에 이어 트리플 크라운까지 작성했다.

각종 시상식에서 스포트라이트를 받았던 그는 해를 넘기지 않고 KIA와 연봉

23억원에 재계약을 끝내면서 ‘V12’에도 전격하게 됐다.

최고의 한 해를 보낸 양현종의 눈은 더 높은 곳으로 향해 있다.

체력테스트가 끝난 뒤 양현종은 올 시즌 목표를 묻는 말에 망설임 없이 “작년보다 더 잘하는 게 목표다”고 답했다.

양현종은 “작년에는 WBC를 준비하느라 몸을 빨리 만들었다. 올해도 비슷한 루틴으로 만들어야 할 것 같다. 가장 중요한 것은 다치지 않는 것이다”며 차분하게 시즌 준비를 하겠다고 언급했다.

팀의 2연패도 양현종의 목표다. 자신감을 넘겼다.

양현종은 “지난해 팀이 좋은 시즌을 보냈다. 우승을 또 할 수 있도록 하겠다”면서도 “우승 기본은 다 있었다. 다시 시작하는 마음이다. 선수들이 생각보다 우승 이야기를 많이 하지 않는다. 우승에 대한 부담은 없다. 외국인 선수 세 명도 그대로 같이하는 만큼 우리가 할 것만 하면 다시 정상에 오를 수 있을 것이다. 준비 잘하겠다”고 각오를 다졌다. /김여울기자 wool@kwangju.co.kr



16강 가즈아~

정현이 18일 호주 멜버른에서 열린 호주오픈 테니스대회 남자단식 2회전에서 서브를 넣고 있다. /연합뉴스

정현, 호주오픈 테니스 3회전 진출... 메이저 2번째



한국 테니스의 간판 정현(58위·삼성증권 후원·사진)이 생애 두 번째로 메이저 대회 3회전에 진출했다.

정현은 18일 호주 멜버른에서 열린 호주오픈 테니스대회(총상금 5500만 호주달러·약 463억원) 나흘째 남자단식 2회전에서 다닐 메드베데프(53위·러시아)를 3-0(7-6(7-4) 6-1 6-1)으로 물리쳤다.

지난해 6월 프랑스오픈에서 생애 처음으로 메이저 대회 3회전(32강)에 이름을 올린 정현은 이날 승리로 자신의 메이저 대회 최고 성적과 동률을 이뤘다.

3회전 진출로 상금 15만 호주달러(1억 2000만원)를 확보한 정현은 알렉산더즈 베레프(4위)-페터 고요프치크(62위·이상 독일) 경기 승자와 16강 진출을 다툰다.

정현이 3회전까지 이기면 이형택(42·은퇴)이 2000년과 2007년 US오픈에서 달성

한 한국 선수 메이저대회 단식 최고 성적 16강 진출과 어깨를 나란히 하게 된다. 이형택에 앞서서는 이덕희(65·은퇴)가 1981년 US오픈 여자단식 16강에 오른 사례도 있다.

이날 정현의 상대 메드베데프는 키 198cm로 정현보다 10cm가 큰 장신이다. 또 지난해 호주 시드니에서 열린 남자프로테니스(ATP) 투어 시드니 인터내셔널에서 우승, 최근 8연승의 가파른 상승세를 타고 있었다.

다만 정현은 메드베데프를 상대로 주니어 시절에 한 차례, 지난해 11월 넥스트 제너레이션 파이널스 4강에서 한 차례 등 두 번 만나 모두 이긴 자신감이 있었다.

이날 1세트는 타이브레이크까지 가는 접전이었다. 타이브레이크에서도 4-4까지 서로 서브 때 실점하지 않는 팽팽한 분위기가 이어졌다.

이때 정현에게 행운이 따랐다. 메드베데프의 서브에서 정현의 포어핸드 리턴이 네

트를 맞고 넘어갔고, 메드베데프가 허겁지겁 달려와 라켓을 내밀었지만 네트에 걸렸다. 5-4로 앞선 상황에서 서브권을 가져온 정현은 두 차례 자신의 서브를 모두 득점으로 연결하며 7-4로 1세트를 마무리했다.

기세가 오른 정현은 2세트 들어 다운드라이브와 크로스 샷 등을 자유자재로 구사하며 장신 메드베데프를 많이 뛰어다니게 만들었다. 1세트 상승세를 이어가며 게임스코어 3-0으로 달아난 정현은 게임스코어 4-1에서 다시 한 번 상대 서브 게임을 브레이크, 경기 주도권을 확실히 틀어쥐었다.

메드베데프는 수시로 라켓을 지팡이처럼 땅에 짚고 숨을 몰아쉬는 등 체력적으로 힘겨워하는 모습이 보였다.

3세트 게임스코어 1-1에서 더블 폴트로 자신의 서브 게임을 잃은 메드베데프가 3-1로 벌어진 이후 범실을 쏟아내며 경기 분위기는 돌이키기 어렵게 됐다. 결국 1시간 57분 만에 정현이 세트스코어 3-0 완승으로 3회전 진출을 확정했다. /연합뉴스