

박진섭 감독 “급할수록 천천히”



1차 동계훈련 중인 광주 FC 선수들이 순천 필마 경기장에서 길레미 피지컬 코치의 지도 아래 러닝을 하며 몸을 풀고 있다.

급할수록 돌아가는 광주 FC의 동계 훈련이다. 프로축구 광주는 순천에서 1차 동계 훈련을 진행하고 있다. 오는 25일까지 진행될 이번 캠프에 임하는 이들의 마음은 바쁘다. 3년 만에 챌린지로 강등되면서 '승격'이라는 큰 목표가 주어졌지만, 갈 길이 멀기 때문이다.

일단 '초보 감독'의 밀그립 그리기부터 시작해야 하는 상황이다. 지난 시즌 도중 두 명의 사령탑이 지진사태를 하면서 올 시즌 박진섭 감독이 광주 지휘봉을 잡았다. 사령탑으로 처음 출발선에 선 만큼 박진섭 감독의 머리는 복잡하다.

또 강등과 함께 광주를 대표했던 주축 선수들이 대거 팀을 떠나면서 선수단에 대대적인 변화가 있었다. 손발을 맞추는 게 급선무가 된 상황이다.

마음 급한 광주는 '천천히' 하지만 탄탄하고 강하게 2018시즌을 위한 기반을 다지고 있다.

1차 동계 훈련을 지휘하고 있는 박진섭 감독은 "내 앞에 남기일 감독님과 김학범 감독님이 계셨는데 그분들하고 선수 생활도 같았고, 스승과 제자 사이이기도 해

광주FC 순천서 동계훈련 균형 좋은 팀 만들기 구상 기술·체력 다지기 구슬땀

서 색을 잘 알고 있었다. 와서 보니까 그게 맞는 것 같다. 선수들의 몸에 배어 있고, 준비가 잘 되어있다. 그런 부분에서는 두 분에게 감사하다. 그 밑바탕에 더 잘할 수 있도록, 좋아할 수 있도록 만들어가고 양념을 뿌리는 게 내 역할이다"며 "선수들에게 천천히 하자는 말을 많이 한다. 급한 경우도 있고, 그런 (급한) 스타일의 선수수가 많다. 빠른 것만이 중요한 것이 아니고 리듬과 템포를 조절해야 하는데 그런 스타일의 선수들이 적어서 스피드를 줄이고 있다"고 언급했다.

전체적인 준비과정은 물론 선수들의 움직임은 차분하게 이끌어가면서 차근차근 실력을 다져가고 있다는 의미다.

박진섭 감독은 또 "전체적인 광주의 플레이는 역동적일 것이다. 역동적이지만 수비로서는 전체적인 균형이 좋은 팀을 구상하고 있다"며 "체력적인 부분도 중요하다.

프로에 와서 오래 선수 생활을 하고 뭔가를 이루는 선수들은 자기 포지션에서 가장 잘하는 선수다"며 기술 축구를 언급했다.

현역시절 '피돌이'로 통했던 박진섭 감독은 기술을 바탕으로 치밀하게 풀어나가는 축구를 구상하고 있는 만큼, 생각하는 창의적인 축구를 선수들에게 강조하고 있다.

'천천히'를 이야기하지만 2018시즌의 바탕이 될 '체력 다지기'는 빠르고 강도 높게 이뤄지고 있다.

"죽을 것 같다. 상상을 초월한다"며 허를 내두르는 선수들. 그 뒤에는 길레미 혼도 피지컬 코치가 있다. 2015년과 2016년 광주의 체력을 담당했던 그는 지난해 개인 사정으로 고국인 브라질로 돌아갔다. 체계적이고 헌신적인 지도에 빅클럽들의 러브콜을 받기도 했던 그는 2018시즌 광주로 돌아와 승격에 힘을 쏟는다. 얇은 스쿼드의 광주에는 체력이 또 다른 전력이고 자산이다.

길레미 코치는 "광주가 여기(챌린지)에 있으면 안 된다. 마음이 좋지 않았다. 승격을 위해서 최선을 다하겠다"고 각오를 밝혔다. /글·사진=순천 김여울기자 wool@

박항서 매직 베트남 축구 아시아 U-23 챔피언십 4강 신화

한국, 우즈베크와 준결승전

박항서 감독이 이끄는 베트남 축구 대표팀이 지난 20일 아시아축구연맹(AFC) U-23(23세 이하) 챔피언십 4강에 사상 처음으로 진출하자 베트남 전역이 환호로 들쭉였다.

축구의 변방으로 불린 동남아시아에서 '4강 신화'를 이룬 것은 베트남이 처음으로, 박 감독은 베트남의 축구사를 새로 쓴 인물로 집중 조명을 받고 있다.

이날 밤 승전보가 전해지자 수도 하노이와 남부도시 호찌민 등 주요 도시마다 수천 명의 시민이 쏟아져 나와 승리를 축하했다. 쓰짱 호아 빈 베트남 부총리가 안전 대책을 긴급 지시했을 정도다.

베트남 대표팀은 이날 중국에서 열린 '강호' 이라크와의 8강전에서 전후반 1-1로 비기고 연장전까지 가 3-3으로 승부를 내지 못하다가 승부차기에서 5-3의 짜릿한 승리를 거뒀다. 베트남 축구평론가 부짱 후이는 "박항서는 '베트남의 거스 히딩크'라며 "그가 팬들에게 놀라운 선물을 주겠다는 약속을 지켰다"고 말했다.

지난해 10월 베트남과 2년 계약을 체결하며 A대표팀과 U-23 대표팀을 맡고 있는 박 감독은 "우리가 이번에 이룬 놀라운 특별한 일은 마지막이 아니다"며

오는 23일 예정된 카타르와의 준결승전에 대한 투자를 불태웠다.

응우옌 쉐언 폭 베트남 총리는 4강 진출이 확정되자 8강 진출 때 이어 또다시 대표팀에 축전을 보냈다.

한편 한국 대표팀은 말레이시아를 가까스로 따돌리고 3회 연속 4강에 진출했다.

김봉길 감독이 이끄는 한국은 지난 20일 진행된 8강전에서 한승우(울산)의 결승골에 힘입어 말레이시아를 2-1로 꺾었다.

한국은 8강전에서 일본을 4-0으로 완파한 우즈베키스탄과 23일 준결승전에서 격돌한다. /연합뉴스

오랜 투쟁을 이겨낸 박 감독은 "우리가 이번에 이룬 놀라운 특별한 일은 마지막이 아니다"며

전남체육회 상임부회장 간담회...생활체육 발전 등 논의

전남도체육회 소속 상임부회장이 한자리에 모여 전남체육 발전에 대해 논의했다.

전남도체육회는 지난 19일 목포 상그릴라 호텔에서 전남 22개 시·군 체육회 상임부회장이 참가한 간담회를 열고 2018년도 전남체육회 운영 방향과 생활체육진흥사업 현황, 주요 사업 등을 설명했다.

이날 간담회에서는 스포츠 복지를 통한 도민의 삶의 질 향상과 경기력 강화, 효율적인 대회 운영, 스포츠 마케팅을 통한 동계훈련 적극 유치 방안 등에 대한 논의도 이뤄졌다.

참가자들은 생활체육 활성화를 위해 '1도민 1운동 캠페인'을 적극적으로 전개하고, 전남어린이생활체육대축전과 학교스포츠클럽 활성화 등을 통해 생활체육 동호인 등록률을 증가시키는 데 힘을 모으기로 했다. 또 전국 동계 훈련팀을 적극적으로 유치해 지역경제 활성화에



전남도체육회 상임부회장 간담회에 참석한 부회장이 2018 평창올림픽의 성공 개최를 기원하고 있다.

노력하고 학교 체육 선수 조기 발굴 및 육성에도 나설 방침이다.

이날 간담회에서는 2018 평창동계올림픽 성공개최를 기원하는 결의 다짐도 진행됐다. 김홍식 전남체육회장 직무대행은 "시·군체육회 상임부회장들의 의견을 전남 체육 운영 방안에 적극 반영하고, 정기적인 간담회를 통해 전문체육과 생활체육이 균등하게 발전할 수 있도록 최선을 다하겠다"고 밝혔다. /김진수기자 jeans@

호남대 송은균

펜싱 국가대표 선발

호남대학교 펜싱부 송은균(스포츠레저학과·2년·사건)이 한국 펜싱국가대표에 선발됐다.

송은균은 최근 강원도 양구 춘천체육관에 열린 '2018년 대한펜싱협회청소년대표 선수 선발전'에서 남자 사브르 우승과 더불어 청소년 국가대표로 선발됐다.

전국 15개 시·도 총 240여명이 참가한 이번 대회 결승에서 송은균은 대전 송충고등학교 박성원을 15-11로 여유 있게 따돌리고 우승을 차지했다.

고등학교 시절 각종 대회를 석권하며 두각을 나타냈던 송은균은 고등학교 2학년 때 청소년 국가대표 상비군으로 활약하는 등 펜싱 기대주로 주목받고 있다.

송은균은 "청소년 대표로 선발돼 기쁘다. 국제 대회에서 우승해 한국 펜싱의 위상을 알릴 수 있도록 최선을 다하겠다"고 소감을 전했다. /김진수기자 jeans@

산행안내

해의 계절불가

1월 24일(수)
▲광주하술산악회 1월 24일(수) 경남사 천봉명산, 장성남면 07:10, 스카이장례식장 07:20, 그랑시아에식당 07:30, 광주역 08:00, 문흥동삼성호텔 08:15 *다음카페 광주호산회 ☎ 010 4799 4766, 010 3605 3575
▲광주청록산악회 1월 24일(수) 전남 진도 남망산(164m), 백운로타리아어백크07:50, 교직원공제회관 08:00, 예술회관후문 08:10, 동광주진입로승강장 08:20 *다음카페 광주청록산악회 ☎ 010 8612 4504, 010 3000 11341
1월 27일(토)
▲광주호산회 1월 27일(토) 해파랑길 8코스, 05:30 풍암동 롯데마트 7주차장, 06:00 롯데백화점 문화예술회관 경유 *다음카페 광주호산회 ☎ 010 4621 2166, 010 3633 3723
1월 28일(일)
▲광주알프스산악회 1월 28일(일) 해남 미황사 달마고도 트레킹, 영주체육관 07:30, 대인광장 07:50, 각화동호텔 08:00 *다음카페 광주알프스산악회 ☎ 010 8743 8244
▲광주산사모산악회 1월 28일(일) 무주 덕유산(A콘도라~향적봉~삿갓~황점, B송계산), 영주 모아레포즈 입구 05:30, 문흥동 청소년수련관 앞 06:00, 비엔날레주차장 06:20, 문화예술회관 후문

1월 28일(일)
▲광주호산회 1월 28일(일) 해남 미황사 달마고도 트레킹, 영주체육관 07:30, 대인광장 07:50, 각화동호텔 08:00 *다음카페 광주호산회 ☎ 010 4621 2166, 010 3633 3723
1월 28일(일)
▲광주알프스산악회 1월 28일(일) 해남 미황사 달마고도 트레킹, 영주체육관 07:30, 대인광장 07:50, 각화동호텔 08:00 *다음카페 광주알프스산악회 ☎ 010 8743 8244
▲광주산사모산악회 1월 28일(일) 무주 덕유산(A콘도라~향적봉~삿갓~황점, B송계산), 영주 모아레포즈 입구 05:30, 문흥동 청소년수련관 앞 06:00, 비엔날레주차장 06:20, 문화예술회관 후문

1월 28일(일)
▲광주호산회 1월 28일(일) 해남 미황사 달마고도 트레킹, 영주체육관 07:30, 대인광장 07:50, 각화동호텔 08:00 *다음카페 광주호산회 ☎ 010 4621 2166, 010 3633 3723
1월 28일(일)
▲광주알프스산악회 1월 28일(일) 해남 미황사 달마고도 트레킹, 영주체육관 07:30, 대인광장 07:50, 각화동호텔 08:00 *다음카페 광주알프스산악회 ☎ 010 8743 8244
▲광주산사모산악회 1월 28일(일) 무주 덕유산(A콘도라~향적봉~삿갓~황점, B송계산), 영주 모아레포즈 입구 05:30, 문흥동 청소년수련관 앞 06:00, 비엔날레주차장 06:20, 문화예술회관 후문

1월 28일(일)
▲광주호산회 1월 28일(일) 해남 미황사 달마고도 트레킹, 영주체육관 07:30, 대인광장 07:50, 각화동호텔 08:00 *다음카페 광주호산회 ☎ 010 4621 2166, 010 3633 3723
1월 28일(일)
▲광주알프스산악회 1월 28일(일) 해남 미황사 달마고도 트레킹, 영주체육관 07:30, 대인광장 07:50, 각화동호텔 08:00 *다음카페 광주알프스산악회 ☎ 010 8743 8244
▲광주산사모산악회 1월 28일(일) 무주 덕유산(A콘도라~향적봉~삿갓~황점, B송계산), 영주 모아레포즈 입구 05:30, 문흥동 청소년수련관 앞 06:00, 비엔날레주차장 06:20, 문화예술회관 후문

1월 28일(일)
▲광주호산회 1월 28일(일) 해남 미황사 달마고도 트레킹, 영주체육관 07:30, 대인광장 07:50, 각화동호텔 08:00 *다음카페 광주호산회 ☎ 010 4621 2166, 010 3633 3723
1월 28일(일)
▲광주알프스산악회 1월 28일(일) 해남 미황사 달마고도 트레킹, 영주체육관 07:30, 대인광장 07:50, 각화동호텔 08:00 *다음카페 광주알프스산악회 ☎ 010 8743 8244
▲광주산사모산악회 1월 28일(일) 무주 덕유산(A콘도라~향적봉~삿갓~황점, B송계산), 영주 모아레포즈 입구 05:30, 문흥동 청소년수련관 앞 06:00, 비엔날레주차장 06:20, 문화예술회관 후문

1월 28일(일)
▲광주호산회 1월 28일(일) 해남 미황사 달마고도 트레킹, 영주체육관 07:30, 대인광장 07:50, 각화동호텔 08:00 *다음카페 광주호산회 ☎ 010 4621 2166, 010 3633 3723
1월 28일(일)
▲광주알프스산악회 1월 28일(일) 해남 미황사 달마고도 트레킹, 영주체육관 07:30, 대인광장 07:50, 각화동호텔 08:00 *다음카페 광주알프스산악회 ☎ 010 8743 8244
▲광주산사모산악회 1월 28일(일) 무주 덕유산(A콘도라~향적봉~삿갓~황점, B송계산), 영주 모아레포즈 입구 05:30, 문흥동 청소년수련관 앞 06:00, 비엔날레주차장 06:20, 문화예술회관 후문

즐거운 문화 산책

LOTTE CINEMA | 총장로관

1관	메이즈러너 : 데스큐어
2관	코코
3관	신과함께-죄와 벌
4관	그것만이내 세상
5관	1987
6관	메이즈러너 : 데스큐어
9관	메이즈러너 : 데스큐어
7관세너클	코코, 주만지 : 새로운세계
8관세너클	그것만이내 세상

단체 및 대리문의 1544-8855

광주문화예술회관 공연안내

문의 (062)613-8353

광주시립교향악단 2018신년음악회; 신세계	1.25(목) pm7:30 광주문화예회관 대극장
광주시립교향악단 가족음악회 브람스를 좋아하세요	2.21(목) pm7:30 광주문화예회관 소극장

2018 신년음악회; 신세계

2018. 1. 25(목) 7:30 PM 광주문화예회관 대극장

2018 신년음악회; 신세계

2018. 1. 25(목) 7:30 PM 광주문화예회관 대극장

2018 신년음악회; 신세계

2018. 1. 25(목) 7:30 PM 광주문화예회관 대극장

2018 신년음악회; 신세계

2018. 1. 25(목) 7:30 PM 광주문화예회관 대극장

인테리어 10~20% 할인시공가능

카페, 커피숍, 각 영업장, 고급주택, 실내·외 인테리어 저렴한 가격으로 시공 가능합니다 ▶ 전국 출장 무료 견적 가능 ▶
원기회 070-8917-8467 / 010-8894-4099