

“마라톤 첫 완주, 졸업반 개강선물 됐네요”

하프 완주 '전남대 3총사'

“격려하고 박수쳐준 분들 큰 힘

내년도 기회되면 함께 달릴 것”

“개강을 앞두고 각오를 다지기 위해 달렸습니다.”

전남대에 재학 중인 박상혁(26·해양학과), 김한솔(24·지질학과), 차범근(24·지질학과)씨는 3·1절 대회를 통해서 마라톤 대회에 데뷔한 ‘달리기 초보’들이다.

하프 코스에 도전장을 내고 모두 완주는 했지만 대담한 도전이었다. 달리는 좋아하지만 이렇게 먼 거리를 달려본 것은 처음이다. 마라톤을 위한 러닝화라와 옷으로 무장한 고수들의 차림새와도 달랐다.

가장 먼저 결승선을 통과한 박씨는 “한 건 걷구나 이런 생각이다(웃음). 칼을 뽑았으면 뭐라도 썰어보자는 생각이었다”며 “비포장 길을 주로 달리다가 포장된 길을 달려보기도 하고 좋은 경험이었다. 오늘 경험을 바탕으로 하던 대로 새 학기 잘 보내겠

다”고 말했다.

대회 참가를 주도한 김씨는 “내일(5일) 개강인데 마음가짐을 다지기 위해 나가보려고 했다. 결승선에 들어왔을 때 해냈다는 기분이 들기는 했지만 힘들었다”며 솔직한 완주 소감을 밝힌 뒤 “옆에서 젊은 총각들이 왜 이렇게 못 뛰냐고 힘내라고 하고, 차창문을 내리고 박수를 쳐주신 분도 있었다. 마치 막까지 달릴 수 있는 힘이 됐다”고 말했다.

마지막으로 들어온 차씨도 “처음에는 같이 달리더니 버리고 뛰더라(웃음). 옆에서 아줌마들도 더 잘 달리고 못하면 안될 것 같다는 생각이 들었다. 옆에서 화이팅도 외쳐주셨다”며 “지금 마음과 각오로 이번 해에는 고파를 먹겠다”고 각오를 언급했다.

함께 달린 세 사람은 힘을 타지 생활을 건디게 하는 든든한 힘이기도 하다. 김씨는 경기도 광주에서 왔고, 박씨는 인천 사람이다. 차씨는 울산 사나이. 자연히 서로를 믿고 의지하며 지내왔다.

이들은 “서로 힘이 되어주고 여행도 많이 다녔다. 이제 4학년인데 올해 잘 보내고 내년에도 기회가 된다면 같이 달릴 수 있도록 하겠다”며 환하게 웃었다. /김여울기자 wool@kwangju.co.kr



전남대에 재학 중인 차범근(왼쪽부터), 김한솔, 박상혁씨가 처음 마라톤 대회에 참가해 하프코스 완주를 이뤘다. 개강을 앞둔 이들은 마라톤으로 새로운 학기의 각오를 다졌다. /김진수기자 jeans@kwangju.co.kr

폴코스 100회 완주 ‘집념의 사나이’

NH농협은행 근무 박기훈씨

“그저 몸 건강히 달릴 수 있다는 것에 감사함을 느낍니다.”

박기훈(56)씨는 4월 열린 3·1절 기념 마라톤대회에서 100회째 폴코스(42.195km) 완주라는 기록을 세웠다.

NH농협은행 광주 문화정당점에서 근무하는 박씨는 지난 1997년 마라톤을 시작했다. 처음엔 오직 건강관리 차원에서 선택한 게 ‘달리기’였다. 그렇게 마라톤을 접해 첫 대회 5km 코스를 뒀 것을 계기로 이듬해인 1998년에는 폴코스를 완주하게 됐다.

첫 폴코스 완주에 성공한 지 꼬박 20년 만에 100회 완주라는 기록을 세운 그는 “폴코스 100회 완주 기록보다 지난 20년간 꾸준히 운동했다는 기쁨이 더 크다”며 “마라톤대회에 나갈 수 있도록 응원해주고 지지해준 가족들에게 감사하다”고 말했다.

“100번째 무대”를 3·1절 기념 마라톤대회로 선택한 것도 이유가 있다. 호남권에서 가장 역사가 깊고 전통있는 대회에서 100회 완주라는 자신의 기록을 남기고 싶었기 때문이다.

매달 대회에 나서는 박씨지만 이름이 날 정도로 실력이 뛰어난 마라토너는 아니다. 지금까지 마라톤대회에서 우승은 물론, 순위권에 들어본 적이 없다. 다른 아마추어 마라토너들처럼 서브쓰리(3시간 안에 폴코스 완주)를 달성해본 경험도 전무하다.

순위와 기록에 연연하기보다 애초 목적이었던 건강을 유지하면서 완주하는 것에 더 큰 의미를 두고 있다. /박기훈기자 pboxer@kwangju.co.kr



박씨는 “건강을 위해 시작한 마라톤인데, 폴코스 100회 완주라는 뜻깊은 기록도 세우게 됐다”며 “꾸준한 체력관리로 200회, 300회 완주도 이뤄낼 수 있도록 노력하겠다”고 다짐했다. /박기훈기자 pboxer@kwangju.co.kr



현장 곳곳서 용기 북돋은 청년 비타민들

신한은행 대학생 홍보대사

“마라톤으로 도전정신과 동료애를 느낄 수 있었습니다.”

제28기 신한은행 대학생 광주·전라 홍보대사들이 4월 3·1절 전국마라톤대회에 모였다. 이들은 강건(25), 이은구(23)씨를 주축으로 전남대학교, 조선대학교, 목포대학교 학생 등 9명이다. <사진>

지난달 대학생 홍보대사에 임명된 이들은 활동에 대해 고민하다 역사적으로 의미가 있는 3·1절 마라톤 대회장을 직접 방문, 지역민들에게 홍보와 함께 자원봉사 활동을 펼치기로 결정했다. 여기에 이은구씨는 직접 하프코스에 당당히 도전장을 내밀었다.

이날 홍보대사들은 광주 국립아시아문화전당에서 열린 개회식부터 끝난 직접

이 있는 상무시민공원까지 대회 현장을 누볐다. 마라톤 참가자 격려 및 응원 등 현장 곳곳에서 이들이 봉사 활동 모습을 쉽게 접할 수 있었다. 특히 홍보대사들은 과자, 음료수를 제공하는 부스를 운영해 대회에 참가한 선수 및 가족, 시민들에게 전달해 큰 호응을 얻었다.

강건씨는 “작은 실천에 불과하지만 많은 사람에게 도움을 주어 매우 뿌듯했다”며 “동료가 직접 뛰는 것을 보니 도전 정신을 배울 수 있었다”고 말했다.

동료의 격려를 받으며 하프코스 결승선을 통과한 이은구씨는 “마라톤 완주를 위해 한 달 전부터 연습을 했지만 생각보다 힘들었다”며 “끝까지 포기하지 않고 결승선을 통과해보니 어떤 일도 잘 해낼 수 있을 것 같다는 생각이 든다”고 말했다. /김한영기자 young@kwangju.co.kr



국경 넘은 우정의 레이스

미국 에커·박대규씨의 동행 서로의 페이스메이커 역할

3·1절 마라톤길에서 국경을 넘는 우정이 싹텄다.

한국생활 7개월 차 조단 에커(23·미국)씨는 3·1 마라톤대회 참가를 위해 삼천포에서 광주로 달려왔다. 홀로 광주로 와서 하룻밤을 지낸 뒤, 하프 경기를 뒀 그는 결승선에 들어와서는 혼자 자기가 아니었다.

뒤이어 들어온 박대규(38·거창)씨가 그의 ‘동행’이었다.

박씨는 “중간 정도 달리다가 서로 이야기도 하고, 페이스 메이커 역할을 해줬다. 2km 정도를 남겨두고는 내가 따라갈 수 없어서 뒤쳐졌다”며 웃은 뒤 “정말 잘 달렸다”고 새로 사린 친구에게 박수를 보냈다.

에커씨는 “처음에는 즐겁고 힘이

났는데, 중반에 힘들기도 했었다. 그래도 다른 사람들과 달리면서 기분 좋게 힘내서 달릴 수 있었다”며 함께 달린 새 친구에게 감사의 인사를 전했다.

마라톤으로 친구가 된 두 사람은 기념촬영을 하며 기분 좋게 광주 나들이를 마무리했다.

박씨는 “7년 만에 하프 코스를 뒀다. 그동안 10km만 달렸는데 오랜만에 하프코스에 참가했다. 잘 마무리해서 좋다. 도심에 달리는 코스가 정말 좋았다. 해변을 달리며 공원도 보고 새로 충전된 기분이다”고 언급했다.

에커씨는 “원래 달리는 것을 좋아한다. 서울에서 열리는 다음 마라톤대회에서 폴코스를 뒀 생각이다. 컨디션 점검하는 차원에서 3·1마라톤에 참가했는데 좋은 경험을 하고 간다”며 또 다른 질주를 이야기했다. /김여울기자 wool@kwangju.co.kr

폴코스·하프코스 부문별 우승자

“매일 10~15km 훈련 내년 더 좋은 기록 낼 것”

폴코스 남자 김보건씨

“좋은 기록을 세우고 우승까지 하게 돼 더없이 기쁩니다.”

남자 폴코스 우승 트로피는 서울에서 달려온 김보건(30)씨에게 돌아갔다.

그는 3·1절 대회 단골 손님이다. 지난 2013년 10km에서 우승을 했던 김씨는 2015년에는 하프 우승자가 됐다. 지난해 폴코스 에 도전해 아쉽게도 등수에 들지 못했지만, 올해는 2시간30분 35초라는 뛰어난 기록으로 폴코스까지 ‘접수’하며 확실한 존재감을 보여줬다.

김씨는 “출발 전 선선했던 날씨가 갈수록 포근해지면서 컨디션 조절이 한결 수월했다”며 “날씨의 도움을 많이 받아서 좋은 결과를 얻은 것 같다”고 말했다.

지난 2012년 취미로 마라톤을 시작한 그는 매일 10~15km를 뛰면서 훈련하고 있다. 또 철저한 자기관리를 통해 매년 50여 개 대회에 참가하고 있다.

김씨는 “열심히 훈련을 마치고 땀을 씻어낼 때 무엇보다 바랄 수 없는 희열을 느낀다. 내년 대회에도 참가해 더 좋은 성적을 보여주겠다”고 다짐했다. /박기훈기자 pboxer@kwangju.co.kr



“대회 10회 우승 목표 끝까지 달리고 싶어”

폴코스 여자 이정숙씨

“독감 때문에 한 달 가까이 충분히 연습을 하지 못했습니다. 하지만 완주를 목표로 최선을 다한 결과 8회 우승을 달성할 수 있었습니다.”

국가대표 장거리 선수 출신의 이정숙(53·천안마라톤클럽)씨는 3·1절 전국 마라톤대회 단골 참가 선수다. 그는 그동안 대회 폴코스 5연패를 이루기도 했고, 2016년 준우승 뒤 지난 대회와 이번 대회에서 다시 폴코스 우승을 달성한 실력파이다.

이번 대회에서 다시 폴코스 우승을 달성한 실력파이다. 이번 대회에서 다시 폴코스 우승을 달성한 실력파이다.

이씨는 “전날 충분히 잠 못자서 걱정이 많았다”면서 “기록과 순위를 의식하지 않고 페이스를 조절하며 레이스를 펼친 것이 우승의 원동력”이라고 말했다.

충남 천안의 백석초등학교에서 육상 유망주들을 지도하고 있는 이씨는 “건강이 허락하는 한 끝까지 달리고 싶다”면서 “3·1절 마라톤대회 10회 우승을 목표로 최선을 다하겠다”고 포부를 밝혔다. /김한영기자 young@kwangju.co.kr



“금연 성공 건강생활 시작 마라톤은 인생의 전환점”

하프코스 남자 마성민씨

“건강을 위해 시작했다가 1위까지 하게 됐습니다.”

남자 하프코스 우승의 영예는 목포에서 온 마성민(35·목포나눔마라톤대회)씨에게 돌아갔다.

우연히 시작했던 마라톤이지만 4년 만에 그는 우승자로 이름을 알릴 정도가 됐다.

마씨는 “3년 전에 우연히 마라톤대회에 나가게 됐다. 처음엔 10km에 나갔는데 뛰다 보니 기록도 좋아지고 여기까지 오게 됐다”며 “지난해에는 5위를 했는데 이번에는 우승을 하게 됐다. 기분이 좋다”고 소감을 밝혔다.

마라톤은 그의 삶을 바꾼 ‘터닝 포인트’다. 마씨는 “달리기를 하면서 술·담배를 멀리하게 됐다. 담배도 끊고 건강이 좋아졌다”며 “2주 정도에 한번 서울 등으로 대회를 나가기도 한다. 우리 지역에서 열리는 대회에는 거의 참가하고 있다”고 말했다.

또 “3·1마라톤은 도심에 달릴 수 있는 좋은 대회다. 도시를 달리는 게 쉽지 않은데 좋은 코스에서 달리며 좋은 결과를 만들어서 좋다”고 덧붙였다. /김여울기자 wool@kwangju.co.kr



“정리 정돈된 최고의 대회 오직 달리는 데만 집중했다”

하프코스 여자 류승화씨

“잘 아는 코스라 편하게 즐겁게 달렸습니다.”

2016년 대회 3연패를 이뤘던 류승화(40·천안)씨가 다시 한번 1위로 3·1 마라톤 대회 하프 결승선을 끊었다.

류씨는 전국에서도 알아주는 실력자이다. 3·1 마라톤 대회 1위 시상대에 또 여러 차례 올랐던 그는 1년을 쉬어 다시 정상에 올랐다.

류씨는 “언제나 우승은 기분이 좋다”며 “코스를 잘 아니까 평소대로 편하게 달렸다”고 소감을 밝혔다.

그는 “달리면서 신경 쓸 게 없다. 주로 정리가 잘 되어 있는 최고의 대회다. 이른 시간에 짜증도 날 수 있는데 경찰분들도 친절하게 통제를 잘해 주시는 등 많은 배려를 받고 뒀 수 있다”고 덧붙였다.

올해로 마라톤 14년 차인 그는 “처음 주변 동료의 권유로 달리기 시작했는데 여기까지 왔다. 많이 먹어도 몸매를 유지할 수 있고, 많은 사람을 만날 수 있어서 좋다”고 마라톤의 매력을 이야기했다. /김여울기자 wool@kwangju.co.kr

