

각국 참가 선수들 긴장 속 여유... 벌써부터 응원 함성도



2019광주세계수영선수권대회를 4일 앞둔 8일 광주시 광산구 남부대학교 국제수영장 다이빙경기장에서 외국 선수들이 준비운동을 하고 있다. /최현배 기자 choi@

족구·힙합 등 자신만의 방법으로 스트레칭·컨디션 점검 싱크로나이즈드 양상블 환호... 다이빙·수구 전술 훈련



광주세계수영대회 D-3

8일 오전 10시 남부대학교 시립국제수영장에는 긴장과 여유가 교차했다. 선수들은 기량을 펼칠 경기장 컨디션을 점검하는데 열중했고 간단한 운동으로 긴장을 풀기도 했다.

다이빙 종목에 출전할 캐나다 선수단은 경기장 한편에 자리를 잡고 의자를 네트삼아 족구를 하며 몸을 풀고 컨디션을 끌어올리고 있었다. 한 선수가 헛발질하는 바람에 넘어지자 동료들은 웃음을 터뜨리고 박수를 치는 여유로운 모습도 선보였다.

선수들은 긴장을 해소하기 위해 헤드폰을 끼고 노래를 하기도 하고 일부는 바닥에 누워 스트레칭을 하는 등 자신만의 방식으로 몸을 풀었다.

중국의 한 다이빙 선수는 코치를 무릎에 안고 체를 잡고 발목을 위아래로 움직이는 독특한 몸풀기로 눈길을 끌었다.

한 중국 선수는 "다이빙 선수들이 즐겨하는 스트레칭 방법"이라고 귀띔했다.

다이빙 훈련에 몰입한 각국 선수들은 서로 말을 아꼈지만, 기술 노출을 꺼리는 탓인지 주위를 의식하는 모습도 보였다. 다른 선수의 다이빙을 지켜보는 선수들의 예리한 눈빛은 실전을 방불케 했다.

경기를 4일 앞둔 시점임에도 선수들의 응원 함성은 경기장을 가득 메웠다.

캐나다 플랫폼 10m 싱크로나이즈드 팀이 멋진 양상블을 선보이자 코치와 선수들은 아낌 없는 박수와 환호를 보냈다.

이날 오후 2시에 광주시 광산구 선수촌에서 셔틀버스를 타고 남부대 시립국제경기장에 들어선 영국 다이빙 국가대표 선수들은 블루투스 스피커를 이용해 '힙합' 음악을 들으며 몸을 풀기 시작했다.

영국 선수 6명은 서로 손을 맞잡고 원을 만들어 몸을 풀었다. 영국 선수들이 맞잡은 손을 풀지 않고 팔 사이로 6명이 모두 통과하는 훈련을 하는 것을 지켜보던 남아프리카 공화국의 한 선수는 이들에게 찾아가 자신도 끼워달라고 요청, 화합의 마당이 펼쳐졌다.

남아공 선수의 요청을 받아들인 영국 선



2019광주세계수영선수권대회를 4일 앞둔 8일 광주시 광산구 남부대학교 국제수영장 다이빙경기장에서 외국 선수들이 족구로 몸을 풀고 있다. /최현배 기자 choi@

수들은 함께 몸을 풀었고, 10여분 간 몸풀기가 끝나자 영국 선수들과 남아공 선수는 인사를 나누며 헤어졌다.

남부대 시립국제경기장 옆에 축구장에 임시로 마련된 수구 경기장에서는 뉴질랜드 수구 선수들이 전술훈련을 하고 있었다. 13명의 뉴질랜드 선수는 6명, 7명으로 나뉘어 워업풀(보조경기장)에서 공격 연습을 하고 있었다. 비록 연습이었지만 뉴질랜드 선수들의 어깨에는 힘이 잔뜩 들어가 있었다. 첫 경기 상대로 예정된 전통의 수구 강국 헝가리를 의식한 듯 했다.

헝가리는 올림픽에서만 금메달 9개를 따

낸 강하다. 반면 뉴질랜드 선수단은 모든 멤버가 아마추어이며 회사원, 학생 등의 직업을 갖고 있다. 데이비 크레빗 뉴질랜드 수구 국가대표팀 감독은 훈련을 유심히 지켜보며 선수들의 컨디션을 최종 점검했다.

데이비 크레빗 감독은 "뉴질랜드는 현재(7월) 겨울이라 선수들이 광주의 여름 날씨에 적응 중이다"며 "어제 입국해 선수들에게 가벼운 몸 풀기 정도만 주문했지만, 선수들이 첫 경기(15일) 상대로 예정된 헝가리전이 걱정이 되는 듯 훈련에 임하는 자세가 남다른 것 같다"고 말했다.

/김민석 기자 mskim@kwangju.co.kr

광주 '성냥갑 아파트' 사라지나

市, 설계 가이드라인 마련 아파트 디자인 개선 나서 하반기 심의규칙 개정 반영

정책은 ▲디자인과 안전이 항상선 공동주택 설계 가이드라인 마련 ▲지는 지 15년 이상 경과된 공동주택 리모델링 기본계획 수립 ▲향후 건립될 현황까지 관리하는 주택 통계시스템 구축 등이다.

광주시는 우선 설계 지침인 공동주택 설계 가이드라인을 만들어 내년부터 시행하기로 했다. 가이드라인에는 보행공간 활성화를 위해 도로변에 상가를 배치하는 연도형 건축계획이 반영되고, 단지 인근 주민이 사용하는데 불편함이 없도록 주변 가로체계와 연결된 공공보행로를 확보를 유도하는 내용이 담겼다. 단지 내 동 배치의 다양화, 공동주택 축척 및 돌출형 발코니 등을 통한 아파트별 차별화도 꾀한다.

단지 내 범죄예방 설계를 반영하고, 비상시 소방차량 진입을 최대한 빨리 유도하는 소방차 유도 동선 표시를 의무화하는 등 지을 때부터 아파트에 안전을 생각하도록 가이드라인에 반영한다.

지는 지 15년 이상 된 아파트에 대한 공동주택 리모델링 기본계획도 수립한다. 지난해 말 기준, 광주 아파트 규모는 1082단지 40만3000세대에 이른다. 이 가운데 리모델링 기본계획 수립 대상 아파트는 25만1000여세대로 전체의 62% 규모다. 주택법에 따르면 지은 지 15년 이상 된 아파트는 일정한 절차를 거치면 재건축이 가능하다. 광주시는 단지별 전소조사 등 절차를 거쳐 2020년 말 리모델링 기본계획을 확정할 방침이다.

기존 아파트는 물론 향후 건립될 아파트까지 관리하는 주택통계시스템도 구축한다. 현재 주택관련 통계는 국토부에서 관리하고 있지만 준공된 주택현황만 관리하는 형편으로, 광주시는 주택 수급량을 예측할 수 있는 정확한 예측통계관리가 필요하다는 판단을 갖고 있다.

/김형호 기자 kh@kwangju.co.kr

'광주주먹밥 전문가 품평회' 최종 레시피 보급

광주의 올해 음식으로 선정된 주먹밥이 광주를 상징하는 퓨전 음식으로 탈바꿈한다. 광주시와 (사)한국조리사협회중앙회 광주전남지회는 8일 시청 소회의실에서 '광주주먹밥 전문가 레시피 품평회'를 열었다.

품평회는 주먹밥의 상품화·브랜드화를 위한 레시피 개발의 중간보고 성격이다. 새로 개발한 주먹밥 11종에 대한 시식과 품평, 주요사항 등에 대한 전문가들의 자문과 평가가 이뤄졌다.

품평회에서는 ▲광주공동체 정신을 담은 원조주먹밥 형태의 '힘난다주먹밥', 힘난다찰주먹밥 ▲우리지역의 고유한 역사를 간직한 김치를 소재로 한 '묵은지불고기주먹밥', 깎두기볶음주먹밥 ▲누구나 좋아할 수 있는 '떡갈비 주먹밥' ▲최근 트렌드를 반영한 '매콤낙지주먹밥, 매운닭주먹밥' ▲어머니의 마음을 담은 '나물비빔주먹밥' ▲자녀들을 위한 '멸치주먹밥, 햄꽃주먹밥, 계란주먹밥' 등의 다양한 레시피가 선보였다.

광주시는 이번 품평회 결과를 반영해 최종 레시피를 확정하고, 지역 내 광주주먹밥 판매 희망업체에 보급할 계획이다. 광주주먹밥 시범사업도 육성사업도 지원할 예정이다. 광주시는 지난 5월 광주주먹밥을 올해의 음식으로 선정하고 레시피 개발에 나섰다.

이영섭 시장은 "맛있는 음식이 광주의 자랑이지만 그동안 도시를 대표하는 음식이 없어 민선 7기 들어 시민들과 함께 주먹밥을 포함한 7개 음식을 광주 대표 음식으로 선정했다"며 "맛과 멋, 영양을 담은 훌륭한 퓨전음식으로 광주 주먹밥을 상품화하겠다"고 말했다. /김형호 기자 khh@

'전남 국수산맥 국제바둑대회' 8월 2일 개막

올해로 6회째를 맞은 '전남도 국수산맥 국제바둑대회'가 오는 8월 2일 개막식을 시작으로 우리나라 바둑의 메카인 강진·영암·신안에서 열린다.

'전남도 국수산맥 국제바둑대회'는 김인·조훈현·이세돌 3대 국수를 배출한 전남이 바둑의 본고장임을 세계에 알리고, 외국과의 교류를 통한 바둑 발전 및 지역경제 활성화를 위해 2014년부터 개최해 오

고 있다. 대회 원년인 2014년에는 한·중 단체바둑대항전, 국제페어바둑대회, 국제 어린이 바둑축제 가 열렸다. 2016년부터는 일본과 대만까지 문호를 넓혀 단체전 및 페어대회 규모를 확대했다.

2018년부터는 단체전 대신 세계프로최강전(개인전)과 국내프로토너먼트를 창설해 국제페어대회 포함 3개 부문으로 변

경했다. 올해도 지난해와 동일한 방식으로 개최된다. 지난해 처음 열린 세계프로최강전에서는 박정환 9단이 대만의 왕위안쥘 8단을 제치고 첫 우승을 거머쥐었다.

올해는 한국랭킹 1~6위인 신진서·박정환·김지석·신민준·변상일·이동훈 9단과 지난해 국수산맥 국내프로토너먼트 우승자 이지현 9단 등 초호화멤버가 출몰중인 바. 올해도 유창혁·위빈·요다 노리모토·왕리칭 9단 등 한 시대를 풍미했던 선수들이 참가할 예정이다.

/윤현석 기자 chadol@kwangju.co.kr

입야
문중산/지분물건 환영
바로합니다.010-6834-7400

투자 자모집
1억원에 월70만원 지급
법적으로 보장.010-3605-5000

최고 투자 물건

- 장/단기 최고 투자 물건임
- 덕남동 입야, 992㎡, 공유 지분 매매
- 도시지역, 자연녹지, 그린벨트, 도로접
- 인접토지 맹지도 15~20만원에 매매 됨
- 대학교수, 세무사, 간호사도 공유자임
- 각종 개발 호재 많음, 투자적합
- 기획부동산 물건 아님
- 매-4500만원(3.3㎡당 15만원)

문의. 010-6834-7400

사회공헌활동 기부은행

**이웃을 위한 따뜻한 손길
어르신 돌봄은행이
함께합니다!**

"이제는 자원봉사도 저축이 된다"

어르신 돌봄은행이란?
돌봄이 필요한 만 65세 이상의 어르신에게 돌봄활동을 제공하면 이를 돌봄포인트로 적립·관리하고, 만 65세 이후에 본인·가족·제3자가 돌봄활동으로 돌려받을 수 있는 제도입니다.

돌봄봉사자 모집

- 돌봄봉사자 자격 : 만13세이상, 2인 1조 활동 권고, 4시간 교육 필수(교육시간도 포인트 혜택)
- 돌봄봉사자 혜택
 - 돌봄활동 1시간당 1포인트 적용(적립 및 사용)
 - 돌봄활동 시간 VMS 연계 적립
 - 돌봄포인트 적립 시 의무기부 20%
 - 적립한 포인트는 가족과 제3자에게 기부 가능
- 돌봄활동 범위
 - 인지활동·정서지원, 가사·일상생활지원, 주택안전관리 등
 - 돌봄봉사자 기초관리교육 : 수시 모집

돌봄대상자는?

- 어르신 돌봄은행에 회원등록한 만65세이상의 어르신 중 전문가가 돌봄활동 제공이 필요하다고 추천한 자이거나, 만 40세 이후 본인이 적립한 돌봄포인트와 기부받은 포인트의 합계가 100포인트 이상인 어르신
- 돌봄서비스 범위 : 인지활동·정서지원, 가사·일상생활지원, 주택 안전관리 등

동구노인종합복지관 www.noin.or.kr ☎062-232-4953

1688-3579
(전국 50개 시군구소재)

보건복지부 SSN 한국사회복지협의회

금당공인중개사

저희는 매도·교환·개발 등의 물건을 구합니다!

팬션·전원주택지

- 무안군 청계면 도림리 680㎡ 목포대항 인근 5200만원
- 화순 남면 유마리 유마사 마을 1021㎡ 전망 좋음 4800만원
- 담양군 월산면 월계리 추월산 가는 길 2268㎡ 1억5800

투자·매도·교환

- 곡성군 입면 매월리 입야·전 24056㎡ 농장·귀농생활 적합 9천만원
- 남구 월산동 소방대 상가주택 대지 104㎡ 건평 98㎡ 공실임 1억2500
- 원월 등 적합 부지 남구 서동 342㎡ 위치좋은 4억5천
- 함평군 손불면 산남리 전 8588㎡ 귀농생활적합 2억6500
- 나주시 금천면 원곡리 대지 641㎡ 주택 있으나 주택신축적합 1억5백
- 광산구 쌍암동 대항빌딩 중의 2층 25㎡ 과일점 전문점 시설완비 1억5천
- 별장·나주시 다시면 회진리 영산강 부근 땅 450㎡ 건평 110㎡ 3억
- 남구 월산동 월산아파트 부근 조용한 생활적합 664㎡ 2층주택 4억4천
- 담양군 금성면 추월산 가는 길 땅 808㎡ 커피숍·식당 적합 3억4천

상가건물

- 순천시 대대동 땅 324㎡ 건평 383㎡ 전세1억에 월150만대중 매도·교환 7억2천
- 대안동 바스도로 땅 709㎡ 건평 810㎡ 사육 등 적합 공시지가 13억7천 매도 26억
- 두암동 바스도로 5층건물 대지 301㎡ 건평 997㎡ 임대생활적합 8억2천
- 함평군 해보면 문장 땅 919㎡ 건평 1207㎡ 원룸 30. 지하공실 17억
- 농성동 새 원룸건물 대지 343㎡ 건평 712㎡ 1층 가게는 공실 17억
- 월산4동 주민센터부근 도로코너 땅 227㎡ 상가주택 357㎡ 매도 5억8천

특급물건

- 장흥군 장동면 우사 3천여평 허가 날 곳 땅 75368㎡ 매도 5억5천
- 담양군 월산면 월평리 전원주택단지 적합 27215㎡ 광주서 30분거리 13억2천
- 나주시 금천면 영산강부근 땅 26334㎡ 전원주택형 빌라 등 적합 29억
- 영암군 학산면 영산강점 선 97404㎡ 감정 8억4천선 허자 5억8천 매도 3천
- 무안군 운남면 바다인접 약 9400㎡ 전원주택·요양시설 적합 3억3천
- 남평읍 드들강 모델 땅 2741㎡ 건평 1748㎡ 요양시설 적합 17억
- 나주시 다시면 광목간도로 4323㎡ 유통시설·창고 등 적합 6억

문의 222-4994, 010-2632-5659
서구한전, 농성초교옆문앞

부실채권 못받은 돈 회수

판결문, 공증·공사대금·각서·운송료
차용증·거래장부·계약서·입금 내역
녹취등 각종채권상당

▶ 절대 수수료, 출장비용 없음 ◀
(재산조사비, 법적비용은 필요에 따라 발생될 수 있음)

● 채무자 재산, 신용·주거래은행·차량등 파악
● 실거주지파악가능
● 법인회사 부도시 회수 가능
● 전국 68개 점포로 전국가능

▶ 국가신용관리사가 직접관리 ◀
선수금만 주고 돈도 못 받고 계신분들이 많으나 당사는 여러분의 재산을 회수한 후 수수료를 받고 있습니다.
당사는 내게산이다라는 마음으로 항상 최선을 다하고 있습니다.
(24시간 상담가능)

NAVER 채권추심 회수왕

새한신용정보(주)
010-6833-1600
직통전화 062)513-4306