

트레이닝 코치 꿈꾸는 학생들에 도움 되길

동신대 임승길 교수 '누가 봐도 알기 쉬운 운동손상' 집필



류현진 전담 김병곤 코치 등과 함께 엮어 스포츠 현장에서 사용하는 전문 기법들 담아 재할 쉽게 접근 하도록 그림·사진 중심 펴내

동신대학교 운동처방학과 임승길 교수가 메이저리그 류현진의 전담 트레이닝 코치와 함께 집필한 책 '누가 봐도 알기 쉬운 운동손상'이 눈길을 끌고 있다.

운동손상과 재활 분야 최고 권위자 중 한 명인 임 교수가 류현진의 숨은 조력자인 토론토 블루제이스의 김병곤 트레이너, 동덕여자대학교 체육학과 김창선 교수, 단국대학교 신윤아 교수와 함께 지난 2년 동안 집필했다.

김 트레이너는 스포츠 재활계에서도 전문가로 꼽힌다. 지난 2003년 고관절 부상

으로 '복귀 불가' 판정을 받았던 김재현(은퇴·전 LG)의 무사귀환을 도왔다. 2006년에는 무릎 십자인대 파열을 당한 이병규(현 LG 코치)의 재활을 함께 했다.

필자들은 학생들이 해부학과 재활 공부를 더 쉽게 접근할 수 있도록 관절의 구조와 기능, 손상원인, 손상평가, 트레이닝에 대한 내용을 그림과 사진을 중심으로 엮었다.

또한 QR코드를 통해 운동손상검사를 학생들이 직접 보고 실습할 수 있도록 구성했다.



임승길(왼쪽) 교수와 김병곤 트레이너.

특히 임 교수와 집필진들의 선수 트레이닝 현장 경험을 바탕으로 스포츠 현장에서 실제 사용하는 운동전문 기법을 많이 담아 좋은 평가를 받고 있다.

임승길 교수는 "운동전문가를 꿈꾸는 학생들에게 많은 도움이 되길 바란다"고 말했다.

/유연재 기자 yjyou@kwangju.co.kr

유근춘 삼태특수건설 대표, 아너소사이어티 가입



유근춘 (주)삼태특수건설 대표(왼쪽에서 다섯 번째)가 최근 전남사회복지공동모금회(회장 노동일)에 성금 1억원 기부를 약정하고 전남101호·곡성군 5호 아너소사이어티로 가입했다. <전남사회복지공동모금회 제공>

광주신세계·신한카드, 푸드뱅크에 참기름 전달



(주)광주신세계(대표이사 이동훈)는 최근 신한은행과 광주사회복지협의회 푸드뱅크에 지역 특산물 참기름 200세트를 전달했다. <광주신세계 제공>

법사랑 담양지구협, 폭우 피해 가정에 위문품 전달



법무부법사랑위원회 광주지역연합회담양지구협의회(회장 서생현)위원들이 최근 담양군청을 방문, 지난 폭우로 피해 입은 가정을 위한 가스렌지 6대를 최형식 담양군수에게 전달했다. <법사랑 광주지역연합회담양지구협의회 제공>



“수돗물 수질 워터코디에게 물어보세요”

한국수자원공사 나주수도지사 워터코디·닥터 서비스 운영

한국수자원공사 영·섬유역본부 산하 나주수도지사(지사장 나정순)는 나주시민의 안전한 수돗물 사용을 위해 '워터코디'(사진)와 '워터닥터'를 운영하고 있다고 9일 밝혔다.

'워터코디'는 고객의 가정집에 찾아가 수돗물 수질검사와 함께 수돗물 관련 정보를 제공하는 업무를 수행한다.

지난해부터 수돗물 수질 안심서비스를 연간 7000여 건 확대 시행하고 있다. 나주지역에 올해 처음 도입한 '워터닥터'

는 검사인력이 가정을 직접 방문해 육내배관을 내시경으로 진단하고 세척하는 서비스를 펼친다.

또 코로나19 확산 방지를 위해 고객이 직접 채수하거나 부스를 설치해 검사하는 등 비대면 방식을 확대했다.

나정순 지사장은 "코로나19로 수돗물 안심서비스를 지난해 수준 만큼으로 운영하기 어렵지만, 비대면 서비스를 적극 도입하기로 했다"며 "나주시민이 수돗물을 안심하고 사용할 수 있도록 먹는물 안심관리체계를 마련하겠다"고 말했다.

수돗물 안심서비스는 물안심홈페이지(lovewater.or.kr) 또는 전화(061-339-3406)로 신청할 수 있다. /백희준 기자 bhj@

핸드볼 명장 정형균 감독 리더십·인생 이야기 출간



1992년 바르셀로나 올림픽에서 한국 여자 핸드볼 금메달을 지휘한 정형균(65) 한국체대 명예교수의 리더십과 그의 인생을 다룬 책이 나왔다.

1992년 바르셀로나 올림픽 당시 정형균 감독의 지도를 받으며 금메달 주역으로 활약한 임오경 더불어민주당 의원과 백상서 한국체대 교수가 대표 저자를 맡은 '작은 손에 옮겨진 큰 세계: 핸드볼 그랜드슬램의 신화 정형균'이라는 책은 임오경 의원 등 제자 18명이 함께 만들었다. /연철뉴스

TV프로그램

10일

※이 프로그램은 방송사 사정에 따라 바뀔 수 있습니다.

	KBS1	KBS2	MBC	KBC/SBS
[6]	00 코로나19 통합뉴스룸 KBS 뉴스 광장	00 생활의 발견 스페셜 10 걸어서 세계속으로	00 MBC 뉴스투데이 1~2부	00 모닝와이드 1~2부
[7]	50 인간극장	00 굿모닝 대한민국 라이브 1부	20 광주 MBC 뉴스투데이 50 생방송 오늘 아침	15 KBC 모닝와이드 35 모닝와이드 3부
[8]	25 아침마당	00 KBS 아침 뉴스타임 15 굿모닝 대한민국 라이브 2~3부	50 찬란한 내 인생(재)	35 엄마가 바람났다
[9]	30 코로나19 통합뉴스룸 45 KBS 뉴스		30 930 MBC 뉴스 45 기본 좋은 날	10 좋은아침
[10]	00 무엇이든 물어보세요	00 기막힌 유산(재) 40 지구촌 뉴스	45 내가 가장 예뻐했을 때(재)	10 SBS 뉴스 30 열린TV 시청자 세상
[11]	00 코로나19 통합뉴스룸 30 이슈 픽 쌤과 함께 스페셜 55 UHD 습터	00 비밀의 남자(재)		30 고향이 보인다
[12]	00 코로나19 통합뉴스룸 KBS 뉴스 12	50 인간극장 플러스(재)	00 12 MBC 뉴스 15 생방송 연속복권 720+ 20 반짝이는 프리채널 50 뽀뽀뽀 친구친구 스페셜	00 2020 PBA 팀리그 개막전
[1]	00 TV쇼 진품명품(재)		20 꾸러기 식사교실(재) 50 2시 뉴스 외전	
[2]	00 코로나19 통합뉴스룸 KBS 뉴스 2 30 테레루 테디베어 마을의 비밀 45 보토스 패밀리(재)	00 무엇이든 물어보세요(재)	50 제47회 한국방송대상 시상식	00 뉴스브리핑
[3]	00 마법소녀 디디 30 열린채널	00 KBS 뉴스타임 10 자동공부책상 위키 2 30 TV 유치원		
[4]	00 코로나19 통합뉴스룸 사사건건	00 누가 누가 잘하나	20 기본 좋은 날(재)	00 특목 보습설계(재) 55 닥터 365
[5]	00 코로나19 통합뉴스룸 30 전국을 달린다 40 남도스페셜	00 또봇 V 2 15 캐치 티니핑 30 주간연예수첩 50 통합뉴스룸 ET	00 5 MBC 뉴스 20 다큐플러스 스페셜	00 SBS 오뉴스 45 KBC 저녁뉴스
[6]	00 6시 내고향	30 2TV 생생정보	20 0매 전라도	00 인터뷰 게임(재)
[7]	00 뉴스7 광주전남 40 한국인의 밥상	50 비밀의 남자	20 찬란한 내 인생 55 MBC 뉴스데스크	00 닥터 365 05 전국 TOP 10 가요쇼(재)
[8]	30 기막힌 유산	30 영화가 좋다 스페셜		00 SBS 8 뉴스 35 KBC 8 뉴스 55 맛남의 광장
[9]	00 코로나19 통합뉴스룸 KBS 뉴스9	30 다시 보는 동백꽃 필 무렵(재)	30 내가 가장 예뻐했을 때	
[10]	00 다크 인사이트 50 더 라이브	45 살림하는 남자들(재)	50 1억년전의 유산, 무등상권 세계지질공원	35 인터뷰 게임
[11]	30 코로나19 통합뉴스룸 KBS 뉴스라인		55 살맛나는 세상 스페셜	50 접스! 무비월드 스페셜
[12]	10 KBS 네트워크 특선 올댓뮤직	00 스포츠 하이라이트 25 통합뉴스룸 ET(재) 55 KBS 재난방송센터(재)		20 나이트라인 50 닥터 365 55 고향견문록 남도에 살어리랏다

EBS1

06:00 한국기행	11:20 세계테마기행(재)	17:45 강철소방대 파이어로보
06:20 세계테마기행	12:00 EBS 정오뉴스	18:00 생방송 퓌독! 보니 하니
07:00 띠띠뽀 띠띠뽀	12:10 EBS 비즈니스 리뷰 플러스	19:00 오즈 : 마법을 찾아서
07:15 로보가 폴리	12:25 지식채널e	19:30 자이언트 팽TV
07:30 뽀로로와 노래해요	12:30 클래스 e	19:45 다크 잇
07:45 최고다! 호기심딱지	13:00 명의	20:35 경이로운 지구
08:00 당동맹 유치원	13:55 EBS 스페이스 공감	20:50 세계테마기행 1~2부
08:30 미니특강다 슈퍼공룡파워2	14:45 세미와 맥직큐브	<숨은 남자 찾기-정열의 콜롬비아>
08:45 워든지 유적박스	15:45 꼬마히어로 슈퍼잭(재)	21:30 한국기행
09:00 레인보우 루비	16:00 방귀대장 뽕뽕이(재)	<아이 러브 총집 4부
09:15 로보카폴리 송송뮤지엄	16:15 핫도그랑 만들어볼까요(재)	현집줄게 내 집 다오>
09:30 물랑	16:30 당동맹 유치원(재)	21:50 파란만장
09:40 생방송 우리집 유치원	16:50 해와와 해와	22:45 다문화 고부 열전
10:30 한국기행(재)	17:00 EBS 뉴스	23:35 EBS 비즈니스 리뷰
10:50 최고의 요리비결	17:20 도전! 나도 과학자	23:50 클래스 e

知天命이 보는 **오늘의 운세** 9월 10일(음 7월 23일 丙辰) ☎ 010-9790-8237

<p>36년생 끝까지 밀고 나가자. 48년생 효과가 커진다. 60년생 내색할 필요까지는 없다. 72년생 센스 있게 대처하고 재치 있게 판단해야만 무리가 따르지 않을 것이다. 84년생 지금 시비를 명백하게 가려두지 않으면 후환을 초래할 수 있다. 96년생 보충하여 덧붙일 필요가 있다.</p> <p>행운의 숫자 : 26, 52</p>	<p>42년생 특별한 이변이 없는 한 흥왕의 기운을 함께 나눌 것이다. 54년생 근본 원인부터 정확히 찾아내야겠다. 66년생 집착을 버리고 진용을 정비하는 것이 이익이다. 78년생 주도면밀한 인식이 명쾌한 판단으로 이끌 것이다. 90년생 취약점을 보완한다면 따 놓은 당상이므로. 02년생 망각하고 있지 않나 살펴볼 일이다.</p> <p>행운의 숫자 : 05, 91</p>
<p>37년생 음양이 교차하다가 일정을 이룬다. 49년생 큰 기막을 잡고 대범하게 처리하는 것이 제일 합당하다. 61년생 하다가 조정하면 될 것이니 일단 시작해 놓고 볼 일이다. 73년생 호사다마요, 새옹지마로다. 85년생 소신이 있어야 제대로 능력을 발휘 하느니라. 97년생 서두르지 말고 차근차근 해나가자.</p> <p>행운의 숫자 : 22, 65</p>	<p>31년생 절제로 인한 부가적 효과가 상당하다. 43년생 수월해질 것이다. 55년생 방지 하다가 문제가 생기지 않도록 하라. 67년생 이전보다 훨씬 좋은 여건으로 전환 될 수도 있다. 79년생 특별히 유념해야 뒤따라 생기지 않을 것이다. 91년생 번수는 없다.</p> <p>행운의 숫자 : 13, 96</p>
<p>38년생 밀어 붙이거만 하면 모두 이루어지겠다. 50년생 몇 발자국 물러나서 살펴보면 전혀 다른 형상이 보이리라. 62년생 지금은 때가 아니니 다음에 진행하는 것이 옳다. 74년생 구체적이지 않으면 뜬구름에 불과하다. 86년생 분수와 격에 맞아야 순조로를 것이다. 98년생 잠시 중단한 후에 면밀하게 판단할 일임을 분명히 알라.</p> <p>행운의 숫자 : 83, 63</p>	<p>32년생 사소한 원인도 차지하지 마라. 44년생 기본적인 것을 무시하지 마라. 56년생 급작스러운 단절이나 변화가 보인다. 68년생 표면의 현상을 예민 그대로 믿으면 곤란하다. 80년생 주의한다면 의외의 손실을 충분히 막을 수 있다. 92년생 만전을 기한 후에 임하는 것이 낫겠다.</p> <p>행운의 숫자 : 07, 56</p>
<p>39년생 과거의 앙금을 털어버리고 혼연히 대하라. 51년생 배가 된 노력에 경주돼야 승산이 있다. 63년생 지속적으로 이끌어 가야만 성공을 담보할 수 있음을 알라. 75년생 형세를 타게하는데 상당한 시간이 걸리겠다. 87년생 짝꿍도 하지 않는 것이 가장 안전하다. 99년생 분위기 파악을 못한다면 우스운 꼴이 되리라.</p> <p>행운의 숫자 : 19, 97</p>	<p>33년생 낡은 것은 버리고 새 것에 대한 노력을 배가함이 적절하다. 45년생 아직은 시기상조임을 분명히 알아야 할 것이다. 57년생 객관적인 판단과 냉철한 시각이 절실한 때이다. 69년생 노력에 상응하는 대가가 주어진다. 81년생 체계를 바탕으로 해야 하느니라. 93년생 자신의 진가를 알아주는 이가 생긴다.</p> <p>행운의 숫자 : 08, 78</p>
<p>40년생 오해가 생길 수 있는 여지는 아예 만들지 않는 것이 옳다. 52년생 전혀 다른 국면으로 접어들 것이다. 64년생 역할에 충실하다보면 자연히 정리된다. 76년생 부수적인 것은 차제까지 대상에 집중하라. 88년생 지나 간 흔적을 잘 살펴보면 힌트를 얻게 되리라. 00년생 능력에 맞는 재직과 방안이 필요하다.</p> <p>행운의 숫자 : 30, 77</p>	<p>34년생 범위를 벗어나면 서로가 곤란해진다 것을 잊지 마라. 46년생 누락이나 중복이 될 수도 있음을 감안해야한다. 58년생 경쟁자와 동반하는 면모이다. 70년생 취약점이 있는지를 잘 살펴보고 관심을 가져야 할 때이니라. 82년생 하찮은 것에서 비롯된 불면함이 보인다. 94년생 좋은 일이 있는 과정에서 마도 많이 끼는 법이다.</p> <p>행운의 숫자 : 14, 94</p>
<p>41년생 이탈하지 말고 가만히 있는 것이 안전하다. 53년생 생산적인 관계를 유지하는 것이 바람직하다. 65년생 특별히 신경 쓰지 않으면 무너져 내릴 것이다. 77년생 나가는게 쉬우나 돌아오는 데는 더딜 것이다. 89년생 실용적인 거점을 확보하게 되는 때가 있다. 01년생 매우 어색한 처지에 놓이게 될 수도 있었다.</p> <p>행운의 숫자 : 31, 90</p>	<p>35년생 양보하지 않는다면 상상이 훨씬 더 많다는 것을 깨닫자. 47년생 더 좋은 조건으로 변경되는 판세로다. 59년생 학수고대하여 왔던 소망이 이루어질 것이다. 71년생 연쇄적인 관계에 놓여 있음을 알라. 83년생 중요한 일을 단행해도 무리가 따르지 않는 날이다. 95년생 사소하다고 여겨 왔던 일의 비중이 커질 것이다.</p> <p>행운의 숫자 : 18, 50</p>