

타격은 불가능에 대한 도전 ... 난 타자를 믿는다



마지막 4할 타자 테드 윌리엄스의 타격 폼과 2019년 내셔널리그 MVP 코디 벨린저의 메커니즘은 다르지 않다. AP-연합뉴스

테드 윌리엄스 Ted Williams
출생 1918년 8월 30일 ~ 2002년 7월 5일
체격 190.5cm, 93kg
경력 메이저리그 MVP 2회(1946, 1949)

올스타 19회(1940~1942, 1946~1951, 1953~1960)
타격왕 6회(1941, 1942, 1947, 1948, 1957, 1958)
홈런왕 4회(1941, 1942, 1947, 1949)

타점왕 4회(1939, 1942, 1947, 1949)
MLB 통산(1939~1960) 타율 0.344, 홈런 521개
MLB 명예의 전당 헌액(1966)

코디 벨린저 Cody Bellinger
출생 1995년 7월 13일
체격 193cm, 95.2kg
경력 내셔널리그 신인왕(2017)

올스타 2회(2017, 2019)
내셔널리그 MVP(2019)
MLB 통산(2017~2020) 타율 0.273, 홈런 123개



이상적 스윙은 '약간의 어퍼컷' 이미 50년 전 윌리엄스가 주장 결국 정확하고 강한 타격이 본질 3할 확률과 싸우는 타자들 존경

건 투구에 따른 대응이다. 그래서 많은 타격 이론가가 스윙 궤적보다, 강한 타구를 만들 방법을 찾는 데 많은 에너지를 쏟았다. 윌리엄스도 마찬가지였다.

발사각보다 중요한 타구 속도

난 타격 전문가가 아니다. 그러나 평생 야구를 했기에 생체역학(biomechanics) 관점에서 타격 폼을 이해할 수 있다. 투수의 피칭도, 타자의 스윙도, 골프의 스윙도 폴로 스루(follow through, 임팩트 후 같은 방향으로 이어지는 마무리 동작)가 중요하다. 동작을 자연스럽게 끝내면 스윙의 힘이 극대화된다. 타격 전문가 김용달 선배의 저서 『용달매직의 타격 비법』에도 이에 대한 설명이 있다.

“폴로 스루는 힘을 유지하기 위한 동작이다. 그러나 폴로 스루를 위해 인위적으로 손목 힘을 더 쓴다면 스윙의 폭이 좁아진다. 힘의 방향이 (앞이 아닌) 옆으로 돌아 땅볼이 될 확률이 높아진다.” 투수의 메커니즘이 그렇듯, 타자의 스윙도 자연스러운 중심 이동이 중요하다. 그래야만 강력한 패스트볼과 험난한 변화구를 공략해 ‘강한 타구’를 만들 수 있다.

특히 장타를 만들기 위해서는 히팅 포인트(투구와 스윙이 만나는 지점)가 앞발 부근에 형성되어야 한다. 타자의 두 팔꿈치가 최대한 몸에 붙어 나왔다가 앞으로 쪽 뻗는 동작에서 힘이 폭발한다. 앞선 칼럼에서 제이콥 디그롬의 투구 폼을 설명한 것과 같은 메커니즘이다.

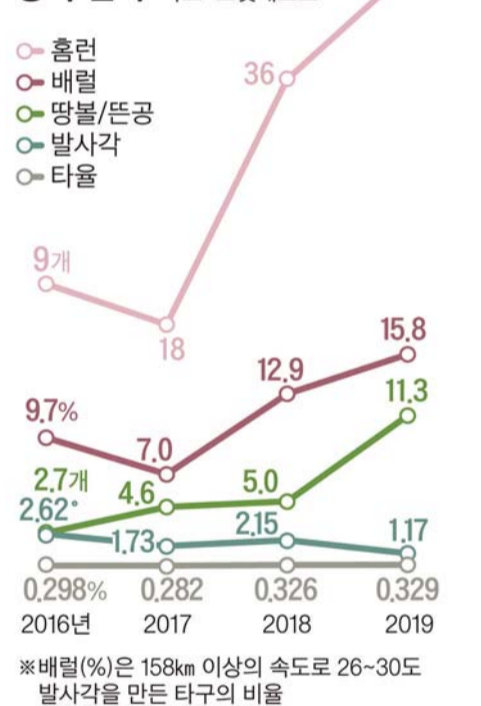
어깨 위에 있었던 배트가 내려와 임팩트 존을 통과한 뒤에 스윙의 끝이 자연스럽게 위로 올라갈 수밖에 없다. 이게 폴로 스루이며, 자연스럽게 약간의 어퍼컷 스윙이 만들어진다. 윌리엄스의 이론과 플라이볼 혁명은 결국 여기서 만나는 것 같다.

2018년 MLB 일부 구단의 캠프에서는 플라이볼을 ‘생산’하는 훈련을 했다. 난 직접 본 적이 없지만, 밀워키의 스프링 트레이닝에서 신기한 모습을 목격한 KBO리그 관계자들이었다. 내야와 외야 사이에 10m 높이의 펜스가 설치된 것을 봤다고 한다. 밀워키 구단은 타자들에게 그 펜스 너머로 타구를 날리도록 주문했다. 20도 이상의 발사각을 만드는 훈련이었다. 유명한 밀워키 타자들이 어퍼컷 스윙을 장착하려고 애썼다.

그해 겨울 마이애미에서 밀워키로 트레이드된 크리스티안 엘리치는 2018년 내셔널리그 타격왕(0.326)과 최우수선수상(MVP)을 차지했다. 그해 엘리치가 때린 홈런(36개, 리그 3위)은 2017년보다 18개나 늘었다.

엘리치의 타격이 폭발한 데에는 홈구장이 타자

크리스티안 엘리치의 성적 변화 자료: 스탯캐스트



친화적인 밀러 파크로 바뀌었다는 점도 작용했을 것이다. 또한 그의 배럴 타구 비율은 2017년 7%에서 2018년 12.9%로 늘어났다. 지난해에는 15.8%로 증가했다.

2018년 10월 ‘엘리치는 발사각 논쟁에 휩쓸리지 않는다’는 제목의 MLB닷컴 기사가 눈에 띄었다. 당시엔 저스틴 터너(LA 다저스) 등 플라이볼 혁명의 주인공들이 MLB 뉴스의 헤드라인을 장식하는 시기였다.

당시 엘리치는 놀라운 성적을 내고 있었지만, 땅볼도 꽤 많이 때렸다. 2017년 땅볼/뜬공 비율이 1.73이었는데, 2018년 이 비율이 2.15로 오히려 늘었다. 예전부터 그는 땅볼 비율이 꽤 높은 타자였다. 그러니까 엘리치는 많은 땅볼을 때리는 동안에도 타율과 홈런이 증가한 것이다.

엘리치는 MLB닷컴과의 인터뷰에서 “난 의식적으로 발사각을 바꾸려(높이려) 한 적이 없다. 공을 세게 치지 못한다면, 발사각은 내 친구가 될 수 없다”고 말했다. 그는 플라이볼 혁명은 불변의 이론이나 문체의 해체책이 아닌 트렌드일 뿐이라고 주장했다.

타구 발사각에 대해 엘리치는 굳이 길게 설명하지 않아도 될 것 같다. 그의 타격 데이터가 이를 충분히 보여주고 있다. 그는 커리어 내내 플라이볼보다 그라운드볼을 많이 때렸다. MLB 커리어 8년 동안 기록한 땅볼이 뜬공보다 두 배 이상(땅볼/뜬공 비율 2.12) 많다.

2018년 엘리치의 타구 평균 발사각은 5.0에 불과했다. 이해 MLB 전체의 평균 발사각(12.3)의 절반도 되지 않았다. 그런데도 그는 리그 홈런 3위에 올랐다. 플라이볼이 많지 않았지만, 뜬 공의 대부분은 속도가 빨랐다는 뜻이다.

MLB닷컴 기사 끝에 엘리치의 말이 참 인상적이었다. “최고 타자들의 콘택트 순간을 찍은 사진을 보



밀워키의 크리스티안 엘리치

라. 똑같은 자세가 보일 것이다. 다른 건 사고방식(mindset)이다. 다운컷을 하라는 사람도 있고, 어퍼컷을 하라는 사람도 있다. 결국 그들은 같은 곳에서 만난다. 발사각에 매달려 성공한 선수가 있고, 그렇지 않은 선수가 있을 뿐이다. 나는 그 가운데 있으려 한다.”

지난 몇 년 동안 플라이볼 혁명이라는 ‘현상’에 집중했지만, 타격의 ‘본질’이 바뀐 건 아니다. 최대한 정확하게 쳐서 강한 타구를 만드는 건 시대를 초월한 목표다. 최적의 히팅 포인트와 자연스러운 폴로 스루가 그래서 중요하다.

스윙 궤적이야 발사각은 스탯캐스트에 의한 현상 분석이다. 이것이 결코 타격의 목표일 수 없는 것이다. 그 사실을 윌리엄스, 그리고 엘리치로부터 나는 또 배웠다.

타자를 못 믿는다고 말한 이유

선수 시절 내 마지막 타석은 일본 주니치에서 뛰었던 1999년 7월 22일 요미우리와의 도쿄돔 경기에서였다. 4-1로 앞선 8회 말 2사 만루에서 마운드에 올라 위기를 넘겼고, 9회 초 무사 1·2루에서 타석에 들어섰다.

호시노 센이치 당시 주니치 감독은 내게 페이크 번트 앤드 슬레시를 지시했다. 요미우리 배터리엔 보내기 번트를 예상했다. 내야진이 번트에 대비해 움직였고, 투수는 전력으로 던지지 않았다.

운이 좋았다. 공이 날아와 내 방망이에 맞은 것이다. 타구는 내야를 통과해 외야 펜스까지 굴러가는 2루타가 됐다. 내가 어떻게 쳤는지 모르겠다. 일본 진출 후 16타수 무안타 끝에 때린 첫 안타였다. 해태와 주니치 시절 몇 차례 타석에 들어섰지만, 삼진으로 물러난 기억이 대부분이다.

타격은 참 어렵다. 타자들은 불가능에 도전하는 것 같다. 그래서 이 기회를 빌려서 하고 싶은 말이 있다.

난 선수 시절 KBO리그에서만 40차례 패전투수가 됐다. 그중 0-1로 진 경기가 꽤 많았다. 특히 잊지 않는 승부가 있다. 내가 해태에서 뛰었던 1988년 4월 17일 광주경기였다.

난 그날 9이닝을 완투하며 삼진 11개를 빼앗았다. 점수는 단 1점만 췌다. 이날의 주인공은 상대 투수였던 빙그레 이동석이였다. 그는 리그 역사상 네 번째로 노히트노런을 달성했다. 게다가 4사구와 안타를 하나도 내주지 않았다. 실책 2개가 아니었으면 퍼펙트게임까지 가능했을 것이다.

그날 밤, 나 혼자서 씩씩거렸던 기억이 난다. 프로에서 노히트노런을 꼭 해보고 싶었는데, 오히려 노히터 경기의 패전투수가 됐으니 너무 분했다. ‘타선이 점수를 내줬다면 내가 승리투수가 되지 않았을까?’

‘수비가 좀 도와줬다면 나도 0점으로 막지 않았을까?’

이렇게 생각하며 소소한 병을 들어준 뒤 잠들었다. 다음날 야구장으로 출근해서 내 동료들을 봤다. 내가 무슨 생각을 했나 싶었다.

내가 아무리 잘 던져도 타자들의 도움이 없으면 승리할 수 없다. 야수의 수비를 타할 게 아니라 삼진으로 잡지 못한 나 자신을 원망해야 했다.

이듬해 내가 노히트노런(1989년 7월 6일 광주 삼진)을 기록했을 때는 타자들의 도움을 듬뿍 받았다. 이날 해태는 10-0으로 이겼다.

내가 투수로서 여러 기록을 세우는 데에는 타자들의 도움이 아주 크게 작용했다. 그런데도 나는 감독을 하면서 “타자는 믿을 게 못 된다”는 말을 자주 했다. 이 말의 저의는, 투수가 타자에게 의존하면 안 된다는 뜻이었다.

타격은 ‘3할의 예술’이다. 10번 타격해서 3번 안타를 때린다면 성공이다. 뛰어난 투수와 10번 상대하면 1-2번 이기기도 힘든 게 타자다. 그래서 난 타자를 믿을 게 못 된다고 말했던 것이다. 지금 생각해 보면 참 투박한 표현이었다.

타격은 원래 어려운 것이니 ‘타자가 점수를 뽑아 주면 고마운 것’이라고 생각한다. 감독으로서 “타자는 못 믿는다”고 말할 게 아니라 “타격은 어렵다”고 말했어야 했다. 내 말에 서운함을 느낀 타자들이 있다면, 이 기회에 사과의 뜻을 전한다.

이제 난 타자들을 믿는다. 투구 스피드가 빨라지고, 변화구가 다양해졌는데도 타자들은 곧잘 대응하고 있다. 타자들의 체격과 기술도 좋아졌다. 게다가 그들은 여러 경로를 통해 MLB 이문을 받아들이고 있다. 내가 선수 시절 이정후(키움)와 강백호(KT) 같은 타자를 상대하지 않은 건 행운이다.

이 얘기를 길게 설명한 이유는 나 자신에 대한 반성 때문이다. 프로야구 팀을 이끌면서, 국가대표팀을 지휘할 때 나는 투수 파트에 집중했다. 타격은 전문 코치에게 맡기는 게 옳다고 지금도 생각한다. 대신 타자들을 이해하고 응원하기 위해서는 나도 공부해야 한다. 윌리엄스의 말대로 타격은 모든 스포츠를 통틀어 가장 어려운 기술이기에 그렇다.

(광주일보와 중앙SUNDAY 제휴 기사입니다)