

광주일보 리더스 아카데미-올림픽 양궁 3관왕 안산 선수-김성은 감독 토크쇼

# “어려운 시기, 자신만의 재미 찾으며 이겨내야”

내년 국가대표 선발 대비 훈련 중 징크스 없고 실수 연연하지 않아 경기 열리는 날 새 옷 입는 김 감독 “즐거는 산 보고 크게 될 거라 생각”



19일 라마다플라자 광주호텔에서 열린 제9기 광주일보 리더스 아카데미에 초청된 도쿄 올림픽 양궁 3관왕 안산 선수가 활 시위 당기는 자세를 보여주고 있다. /김진수 기자 jeans@kwangju.co.kr

올림픽 양궁 역사상 첫 3관왕의 주인공이 된 안산 선수가 지난 19일 라마다플라자 광주호텔에서 열린 제9기 광주일보 리더스 아카데미에 초청돼 팬들과 대화의 시간을 가졌다.

이날 행사는 안산 선수와 지도를 맡고 있는 김성은 광주여대 양궁 감독이 자리를 함께해 도쿄 올림픽 뒷이야기를 들려주고 평소 궁금했던 질문에 답하는 토크쇼 형식으로 진행됐다. 최형욱 객원MC가 진행을 맡았다.

안 선수는 많은 분들의 응원 덕분에 도쿄 올림픽과 세계양궁선수권대회에서 좋은 결과를 얻을 수 있었다는 감사의 인사와 함께 오는 26일부터 시작되는 2022년도 양궁 국가대표 선발전을 앞두고 훈련을 하고 있다며 근황을 전했다.

국내 양궁 선수들의 기량이 워낙 출중하다보니 국가대표 선발전은 세계대회보다 치열하다고 익히 알려져 있다. 올림픽 금메달리스트라도 결코 방심할 수 없는 시험이기 때문에 훈련을 소홀히 할 수 없다.

안 선수를 이야기할 때 떠오르는 단어 중 하나는 ‘강심장’이다. 중앙감이 만만치 않은 올림픽 무대에서 개인전 준결승과 결승 두차례나 마지막 화살 한 발로 승부가 결정되는 슛오프 상황. 평소 잘해왔던 것도 못할 것 같은 긴장의 순간에도 안 선수의 멘탈은 흔들리지 않았다.

“양궁 경기가 세트제로 진행되는데 세트 점수가 동점일 때 마음속으로 ‘슛오프 가면 좋겠다. 슛오프 가서 내가 이기면 좋겠다’ 생각했어요. 그리고 그 마음은 바로 ‘나는 이길거야’로 이어지는 거죠. 저는 시험 할 때 질거라는 생각이 하지 않아요.”

어떠한 상황에서도 흔들리지 않는 정신력은 스스로의 실력을 믿는 자신감에서 나온다. 그렇기 때문에 경기에 영향을 미치는 징크스도 없다고 이야기 한다.

“시험할 때 루틴이라고 한다면, 국내 대회의 경우 기록장사 들어가기 전에 과녁에 있는 표적지를 선수들이 교체하는데 그때 10점 자리를 푼듯 치고 돌아와요. ‘잘 부탁한다. 많이 들어가라’라는 마음을 담아주세요. 마음이 조금 편해지는 거 같아요. 하지만 그 행동을 하지 않았다고 해서 불안하거나 하지



토크쇼에 참석한 안산 선수(가운데)와 김성은 광주여대 양궁 감독(오른쪽).

도 않아요.”

안 선수와 달리 지도자인 김 감독은 꼭 지키는 루틴이 있다. 지도하는 선수들의 대회가 열리는 첫날에는 새 양말을 신고 새 옷을 입는다고 이야기했다. 마음가짐을 바르고 깨끗하게 하려는 김 감독만의 규칙이고, 그게 선수들에 대한 예의라고도 생각한다. 안 선수 올림픽 경기가 열리는 날에도 새 옷을 갖춰입고 TV를 보며 응원했다고 전했다.

김 감독이 지켜본 안 선수는 어린 시절부터 양궁을 즐기는 선수였다.

“안 선수를 처음 본 게 초등학교 4학년 때로 기억합니다. 광주국제양궁장에서 광주 대회가 열리는 날이었어요. 대개 초등학교 어린 선수들은 실수를 하면 우를 해하는데 안산이는 실수를 해도 즐거워하고 재밌게 봤던 거 같아요. ‘특이한 아이다’ 생각했죠. 이후에 중학생이 된 산이

가 다시 전국대회에 출전했는데 그때도 역시 실수하고도 웃는 거예요. 즐기는 운동을 하는 거였죠. ‘크게 될 선수다’라고 그때부터 생각했습니다.”

안 선수는 양궁선수를 꿈꾸는 어린이들에게 “양궁은 활동량이 많이 없는 정적인 운동이지만 그 속에서 재미를 찾으면 도움이 된다”며 “운동이라는 게 힘들 때도 많지만 자신만의 재미있는 포인트를 찾으면 좋을 것 같다”고 조언해주기도 했다.

안 선수는 “양궁선수를 꿈꾸는 어린이들에게 ‘양궁은 활동량이 많이 없는 정적인 운동이지만 그 속에서 재미를 찾으면 도움이 된다’며 ‘운동이라는 게 힘들 때도 많지만 자신만의 재미있는 포인트를 찾으면 좋을 것 같다’고 조언해주기도 했다.”

안 선수는 “양궁선수를 꿈꾸는 어린이들에게 ‘양궁은 활동량이 많이 없는 정적인 운동이지만 그 속에서 재미를 찾으면 도움이 된다’며 ‘운동이라는 게 힘들 때도 많지만 자신만의 재미있는 포인트를 찾으면 좋을 것 같다’고 조언해주기도 했다.”

광주체육-체고를 졸업하고 지난해 광주여대에 입학하면서부터 김 감독의 지도를 받고 있지만 안 선수는 누구보다 감독을 믿고 신뢰한다. 지시와 복종, 억압적인 훈련이 아닌 선수들과 동등한 입장에서 소통하고 개선점을 찾아내려는 지도자로서의 철학이 있기 때문이다. 기보배, 최미선에 이어 안산까지 3개 대회 연속 올림픽 금메달 6개를 획득한 광주여대 양궁부의 힘이기도 하다.

안 선수는 마지막으로 코로나19를 비롯해 삶의 어려운 순간마다 포기하지 않고 때를 기다리면 언젠가는 기회를 잡고 이겨낼 수 있다는 희망의 메시지를 전해주시기도 했다.

“독립영화 ‘메기’에 이런 문구가 나와요. ‘우리가 구덩이에 빠졌을 때, 우리가 해야 할 일은 구덩이를 더 깊게 파는 것이 아니라 그 곳에서 얼른 빠져 나오는 일이다.’ 그 대사에 감명을 많이 받았어요. 양궁을 할 때도 마찬가지라고 생각해요. 실수를 했을 때 거기에 연연해 하지 않고 그 상황에서 빠져나와서 제 길을 찾아가는 게 중요해요. 저는 시험을 할 때 질 대로 포기하지 않습니다. 여러분도 아무리 어려운 상황이더라도 포기하지 않고 기다리면서 기회가 생겼을 때 그 기회를 잘 잡으면 헤쳐나갈 수 있을 거라고 생각합니다. 파이팅!”

안 선수는 마지막으로 코로나19를 비롯해 삶의 어려운 순간마다 포기하지 않고 때를 기다리면 언젠가는 기회를 잡고 이겨낼 수 있다는 희망의 메시지를 전해주시기도 했다.

안 선수는 마지막으로 코로나19를 비롯해 삶의 어려운 순간마다 포기하지 않고 때를 기다리면 언젠가는 기회를 잡고 이겨낼 수 있다는 희망의 메시지를 전해주시기도 했다.

## 오늘의 날씨

해돋이	06:43	달뜨기	18:20
해질	17:50	달짐	07:00

### 가을 추위 예전

고기압 가장자리 들며 구름 많겠다.

광주	구름많음	6/17	보성	구름많음	4/17
목포	구름많음	9/17	순천	구름많음	7/20
여수	구름많음	11/18	영광	구름많음	6/16
나주	구름많음	4/17	진도	구름많음	8/17
완도	구름많음	9/18	전주	구름많음	5/16
구례	구름많음	4/18	군산	구름많음	4/16
강진	구름많음	6/18	남원	구름많음	3/16
해남	구름많음	5/17	축산도	구름많음	3/16
장성	구름많음	4/16			

### ◇ 전국 날씨



### ◇ 바다 날씨

		오전	오후
		파고 (m)	파고 (m)
서해 남부	앞바다	0.5~1.0	0.5~1.0
	면바다(북)	1.0~2.0	0.5~1.5
남해 서부	앞바다	0.5~1.0	0.5~1.0
	면바다(서)	0.5~1.5	0.5~1.5
	면바다(동)	0.5~1.5	0.5~1.5

### ◇ 물때

		간조	만조
목포		07:41	02:30
		20:01	14:52
여수		03:04	09:24
		15:21	21:33

### ◇ 생활지수

감기	뇌졸중	미세먼지
보통	보통	보통

### ◇ 주간 날씨

22(금)	23(토)	24(일)
7/17	6/19	8/19
25(월)	26(화)	27(수)
9/20	8/20	10/20

## 테너 임형주씨 민주평통 청년운영위원 임명돼

팝페라 테너 임형주(사진 왼쪽)가 대통령 직속 자문기구인 민주평화통일자문회의의 청년운영위원회 1대 운영위원으로 임명됐다고 소속사 디지털컴이 20일 밝혔다.

임형주는 지난 19기 민주평통 자문위원 겸 상임위원에 이어 지난달 출범한 20기 상임위원으로도 위촉된 바 있다.

소속사는 “임형주는 그동안 민주평통이 주최한 한반도 평화원정대 개·폐막행사에 출연하고 강연한 것은 물론, 바쁜 음악활동 중에서도 시간을 내 정기회의에 성실하게 참석했다”고 소개했다.

/연합뉴스

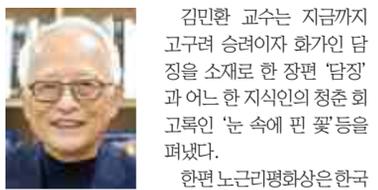


## 김민환 고려대 명예교수 노근리평화상 문학상 수상

인문학자인 김민환 고려대 명예교수가 장편소설 ‘큰 새는 바람을 거슬러 난다’로 노근리평화상 문학상을 수상했다.

노근리평화상 심사위원회는 20일 김민환 교수가 문학상 수상자로 선정됐다고 밝혔다. 인권상에는 한국전쟁 당시 무고한 피난민이 학살된 충북 영동의 ‘노근리 사건’을 기리는 활동을 펼쳐온 (사)어린이개동무가 선정됐다.

김민환 교수의 소설 ‘큰 새는 바람을 거슬러 난다’는 실존 인물인 봉강 정해룡(1913-1969)의 생애와 그와 연결된 보성 일대 유적들, 군민들의 궤적을 추적하는 작품으로 주목을 받았다.



김민환 교수는 지금까지 고구려 승려이자 화가인 담장을 소재로 한 장편 ‘담장’과 어느 한 지식인의 청춘 회고록인 ‘눈 속에 핀 꽃’ 등을 펴냈다. 한편 노근리평화상은 한국전쟁 당시 미군에 의해 다수 피난민이 학살된 노근리사건의 교훈을 상기하고 이를 확산시키는 취지에서 2008년 제정됐다. 시상식은 내달 16일 충북 영동 노근리평화공원 교육관에서 열린다. /박성천 기자 skypark@

## 생활 게시판

여러분의 생활정보를 실어드립니다. opinion@kwangju.co.kr이나 광주광역시 동구 금남로 224 SC제일은행 빌딩 9층 광주일보 생활게시판 담당자요모로 보내주시기 바랍니다. TEL 062-220-0621 FAX 062-222-4938, 222-4918

### 화촉

▲우재남·국경순씨 아들 영석군, 김해성(서양화가)·최은주(광주 남구청 복지지원과장)씨 딸 도은양=23일(토) 낮 12시 30분 인천시 송도 센트럴파크호텔 7층 워터풀 웨딩홀 032-310-5000.

### 알림

▲보호처분 또는 형사처분 받은 대상자 ‘허그일자리’ 무료 취업프로그램 신청=취업상담, 직업훈련, 일자리알선, 취업교통비 지원 등 취업지원 및 긴급원호, 숙식제공, 주거지원 등 자립지원 신청 접수. 한국법무보호복지공단 광주전남지부 062-513-9936.  
▲청소년전화062-1388=광주시청소년상담복지센터 24시간 전화상담.  
▲일가정양립지원본부 무료 상담=가정 폭력, 성 폭력, 성매매 등 상담. 국번없이 1366. 휴대전화로

사용할 경우 062-1366.

▲광주시노인보호전문기관 24시간 노인학대 상담, 학대피해노인전문상담, 노인학대 신고=연계된 노인학대로 힘들어 하고 계신 분들, 노인학대를 목격하시거나 알게 되신 분들은 망설이지 마시고 노인보호전문기관으로 연락주세요. 연중무휴, 24시간 전화상담 1577-1389.  
▲광주북구중독관리센터 무료 상담&주간프로그램 운영=알코올, 인터넷, 도박, 약물로 인해 어려움을 겪고 있는 분들 대상 062-526-3370.  
▲북구열린마음 상담센터 무료상담=정신건강&중독무료상담(음주·우울·불안·스트레스·차매·인터넷) 지역주민 누구나 참여가능 062-526-3370.  
▲광주남구중독관리통합지원센터=중독 문제(알코올, 니코틴, 인터넷, 약물, 도박)로 고민하는 대상자와 가족에게 무료 상담, 다양한 프로그램 제공 062-413-1195.  
▲광주서구중독관리통합지원센터 마음건강주치의운영=정신건강의학과전문의의를 통한 중독·자살·

우울 문제 등 매주 수·금요일 오후 2시~5시 무료상담 062-654-3802.

▲비영리민간단체 노후를 돕는 사람들 노후생애를 위한 무료교육=50세 이상 중장년층 남녀 15기 모집 주 3일(월·수·금) 1일 2시간씩 6개월간 진행. 영어, 심리상담, 생애설계, 노래, 댄스, 명심보감 등 진행. 062-223-1357.  
▲사람마루협동조합 사회취약계층을 위한 복지장려서비스=기초생활 수급자, 조손가정, 무의탁 독거노인, 저소득층, 장애인(3급 이상) 장의입관용품무료지원, 장례지도사무료지원 062-369-4009.  
▲지역장애인 성인 주·야간보호 서비스 실시=월~금 오후 5~9시 사랑모아 주간보호센터 062-385-0422.  
▲지역주민의 정신건강을 위한 열린 마음 상담센터=북구지역 5개 아파트 단지 내 지역주민의 정신건강을 위한 무료 상담소(우울, 불안, 차매, 스트레스, 알코올, 흡연, 약물, 도박, 인터넷 등) 062-525-1195.

▲지역아동센터광주지원단 방과 후 돌봄 이용안내=방과후 돌봄이 필요한 아동을 위한 보호·교육·정서지원·문화체험·식식제공 등 다양한 서비스 제공 062-522-9976.

### 모집

▲신창동 보은사 목련합창단 단원모집=성악 또는 찬불가 배우기에 관심이 있는 일반인 남녀, 매주 수요일 오후 1시 정기연습, 신창동 대광로제비앙아파트 후문 80미터 010-4622-7838.  
▲정보기술분야 직업훈련생 모집=15세 이상 장애인 대상. 소프트웨어 개발 및 전산 사무행정. 교육기간 1년. 교육비 무료. 훈련수당 지급. 전남직업능력개발원 061-320-7024.  
▲블로그 창업희망자 속성교육생 모집=스마트폰 활용가능자 수시모집, 5-6명이면 개강, 광주대성초등학교 건너편, 광주블로그창업동호회 062-511-0030.

▲인생이모작 카운슬러 모집=인생2막 생애 재설계, 은퇴 신중년 상담에 관심 있거나 교육경험이 있는 48-58세 남녀 모집, 실버체조, 차매예방 놀이, 노후생활 관련 강사 등, 한국50+ 희망발전소 010-2626-5018.

▲사회공헌활동 기부은행 돌봄봉사자 모집=어르신 돌봄봉사자 모집, 만 13세 이상 가능, 동구노인종합복지관 062-232-4953.

▲한국범죄방지지도사 자격증 무료 취득=성별, 연령 제한 없음. 광주시 동구 금남로 5가 169번길 호남본부 062-515-7521.

▲초록우산 어린이재단 광주가정위탁지원센터 위탁부모=부모 사망, 이혼, 실직, 가출, 학대 등으로 친부모와 살 수 없는 아이들을 일정 기간 위탁할 인원 상담 062-351-1206.

▲꿈을 돕는 사람들(광주학당)=한글, 기초반, 초등반, 중등반, 영어기초반, 한문, 컴퓨터 등 수시모집(무료강의), 서방시장 안쪽 관리사무소 옆 062-512-5788, 062-262-1542.