

청정한 공기에 오르내리는 재미까지...신나는 마라톤



올해 8회를 맞은 '너릿재 옛길 마라톤 대회'가 열린 지난 2일 오전 화순군과 광주시 동구를 잇는 너릿재 옛길에 마련된 행사장에서 참가자들이 안전한 완주와 선전을 다짐하고 있다.

/나명주 기자 mjna@kwangju.co.kr

산림청 '아름다운 숲 10선' 선정 상쾌하고 청량한 기운 속 '즐린' 동호인·유명 달림이들 대거 참가

"청정한 공기에 오르내리는 재미까지 있으니 최고네요. 가벼운 마음으로 신나게 달릴 수 있었습니 다."

지난 2일 화순 너릿재 일원에서 열린 '제8회 너릿재 옛길 마라톤 대회'에 참가한 전국 마라톤 달림이들은 초록의 싱그러움 속에서 '즐린'(즐거움 달리기)했다고 말했다.

거친 숨 몰아쉬며 내달리는 험난한 코스지만 편백 등의 천연수종에서 뿜어내는 피톤치드 등의 청량한 기운이 더위를 가시게 할 만큼 상쾌했고, 다른 대회에서 느끼지 못한 신박한 즐거움이 남달랐다고 입을 모았다.

대회가 열린 너릿재 옛길은 산림청의 '아름다운 숲 10선'에 선정된 명품 레이스 코스다. 곳곳에 편백나무, 소나무 등 천연수종이 어우러져 아름다움을 뽐내는 숲길로 널리 알려져 있다.

이날 행사는 건강들이 탐과 열정을 쏟고 우의를 다지는 한마당 잔치였다. 8km, 16km, 24km 3개 부문에서 경주하면서 서로 격려하고 응원하는 스포츠맨십을 보였다.

셀레브(옛 소아르갤러리) 입구에서 너릿재 옛길 주자장 반환지 4km 코스를 왕복해 달리는 너릿재 마라톤만의 주행 방식은 참가자들에게 소통의 길이 됐다.



마라톤 대회 참가자들이 출발에 앞서 경쾌한 음악에 맞춰 준비 운동을 하고 있다.

오르 내리는 주자들이 교차하며 달리는 방식이기 때문에 주자들은 너무나 반대편에서 오는 주자들에게 응원해 격려로 기운을 북돋아준다.

경기를 먼저 마친 주자들은 대회 현장을 떠나지 않고 결승선에 들어오는 동료들 목청껏 응원하고 부축하는 등 대회장 분위기가 더욱 활기찼다.

참가자들과 함께하는 다양한 부대행사도 대회를 풍성하게 했다. 참가자들에 간식을 나눠주고 완주자들에게는 완주 메달을 지급했다.

식전 행사로 제기차기 게임을 펼쳐 상품을 주는 등 즐거운 시간도 가졌다. '여름 마라톤의 클래식'으로 통하는 대회인 만큼

지역 동호인들은 물론 전국의 유명 마라톤이 대거 참가해 높아진 대회 위상을 실감할 수 있었다.

특히 경상대 평생교육원 마라톤 강사의 수장으로 구성된 경상힐링클럽이 여섯 번 연달아 참가해 화합과 소통이라는 대회 취지를 살렸다.

주최 측은 불볕더위에 대회가 한 차례 연기된 터라 안전한 진행에 특별히 신경을 썼다. 참가자들의 휴식을 위한 부스를 마련 운영했으며, 화순군에서도 의료인력을 파견해 부상 등 안전사고에 대비하는 등 대회 운영진의 세심한 배려도 명품 대회 위상에 걸맞았다는 평가를 받았다.

/김대성 기자 bigkim@kwangju.co.kr



지난 2일 신정훈(왼쪽 네번째) 국회의원구 구복규(가운데) 화순군수, 임택(오른쪽 세번째) 광주 동구청장 등이 복싱 임애지(화순군청) 선수의 항저우 아시안게임 출진을 응원하고 있다. 임애지는 이날 화순군에 인재육성 장학금 200만원을 전했다.

/나명주 기자 mjna@kwangju.co.kr

국가대표 임애지, 화순 체육 꿈나무에 장학금 200만원 전달

"화순의 체육 꿈나무들이 앞으로 힘차게 나갈 수 있도록 힘닿는 대로 돕겠습니다."

오는 23일 개막하는 항저우 아시안게임에서 세계 무대 정복에 나선 복싱 임애지(24·화순군청) 선수가 지난 2일 열린 '8회 너릿재 옛길 마라톤 대회'에서 지역 인재를 위한 장학금을 쾌척했다.

충북 진천선수촌에서 훈련하고 있는 그를 대신해 마라톤세상 대표로 활동하고 있는 어머니 이영애(51)씨가 장학금 200만원을 구복규 화순군수에게 전했다.

이 대표는 이번 장학금 기탁에 대해 "어려울 때마다 화순군민과 지역사회로부터 받은 고마운 손길에 대한 보답을 이제 시작하는 길"이라며 "앞으

로 해마다 인재 육성을 위해 손길을 보탬"이라고 설명했다.

마라톤 인생을 23년째 이어가고 있는 이 대표는 지난날 일본 홋카이도에서 열린 마라톤 대회에 참가하며 임애지의 선전을 기원하는 등 지역민·동료들과 응원을 이어갈 생각이다.

화순중·전남기술과학고를 졸업한 '화순의 딸' 임애지는 '복싱 천재'로 통한다.

지난 2021년 열린 도쿄 올림픽에서 한국 여자 복싱 사상 처음으로 올림픽 출전권을 따냈다.

항저우 아시안게임에 54kg급이 새로 생기면서 그는 올해 2월 국가대표 선발전에 체급을 낮춰 출전해 태극마크를 달았다.

/화순·배영재 기자 byj@kwangju.co.kr

"마라톤 시작하고 첫 우승 믿기지 않아요"

남자 24km 우승 박형운씨

"좋은 기록으로 첫 우승을 이뤄서 기쁩니다"

박형운(40·광주달리기교실)씨가 1시간 28분 16초 41의 기록으로 가장 먼저 24km 질주를 끝내면서 남자부 1위를 차지했다.

3년 전 마라톤을 시작해 1년에 3~4회 정도 마라톤대회에 참가하고 있는 그에게는 첫 우승.

박씨는 "1위를 하고도 긴가민가했다. 마라톤 하면서 처음 우승을 해봤다. 그래서 더 의미가 있다"고 우승 소감을 밝혔다.

그가 마라톤을 시작한 것은 '건강' 때문이었다.

박씨는 "살이 너무 많이 찌서 병원에서 체중감량이 필요했다. 언제든 운동화 하나만 들고 나가서 할 수 있는 운동이라서 마라톤을 하게 됐다"며 "일을 하느라 대회는 많이 못나가고 있지만 틈이 나는 대로 뛰고 있다. 혼자서도 부담 없이 운동을 하고, 내 자신과 싸우면서 한계를 깰 수 있다는 게 마라톤의 매력이다"고 언급했다.

그는 너릿재 옛길 마라톤 대회의 매력으로는 남녀노소 누구나 부담 없이 뛸 수 있다는 점을 꼽았다.

박씨는 "길이 잘 갖춰져 있어서 어르신들도 부상 걱정 없이 달리를 즐길 수 있다. 선선한 숲 속을 달릴 수 있다는 점도 좋다"고 밝혔다.

/김여울 기자 wool@kwangju.co.kr



"코로나 잊으려 시작...우승 꿈 같아요"

여자 24km 우승 신진희씨

"코로나19의 암울한 분위기를 벗어나기 위해 시작한 마라톤으로 우승의 결실까지 보다니 꿈만 같습니다"

지난 2일 열린 '8회 너릿재 옛길 마라톤 대회' 여자 24km 부문 우승은 '달림이 새내기' 신진희(44·광주달리기교실)씨의 차지가 됐다.

너릿재 옛길 24km 구간을 2시간 5분 30초 만에 질주한 그녀는 여자 1위에게 주어지는 팻말을 목에 걸고 자랑스럽게 말했다. 자전거와 수영 등 각종 운동에 일가견이 있는 신씨는 코로나 19 사태의 돌파구를 달리기에서 찾았다. 광주달리기교실에 소속돼 활동하고 있는 그녀는 일주일의 시작과 끝을 달리기와 함께 하고 있다. 달리를 시작한 건 2년여 정도지만 지난해부터 본격적으로 대회에 참가하며 성과를 인정받고 있다.

"지난해 처음 참가한 너릿재 마라톤 대회에서 5등을 한 뒤 올해는 우승하게 됐습니다. 기록도 30분 넘게 단축하며 스스로 성장했음을 느꼈습니다. 마지막 바퀴에서 오르막길을 만난 게 고비였지만 너릿재 구간에서만 만날 수 있는 그늘 덕분에 힘을 얻고 전속력을 낼 수 있었습니다."

신씨는 앞으로 마라톤 풀 코스(42.195km)를 완주하며 다음 단계로 뻗어 나갈 계획이다.

/백희준 기자 bhj@kwangju.co.kr



"더욱 좋아진 너릿재 코스 달릴 맛 나네요"

남자 16km 우승 고영석씨

"너릿재 옛길이 이렇게 달림이들을 환대 해주니 무릎 부상의 아픔이 삭 가시는 것 같습니다"

'8회 너릿재 옛길 마라톤 대회' 남자 16km 부문 우승을 거머쥔 고영석(46·광주달리기교실)씨는 대회 도중 내린 단비가 '꿀맛' 같았다고 표현했다. 그는 주어진 경주로를 두 번 도는 16km 구간을 1시간 7분 28초 만에 돌파했다.

지난해 대회에서 24km 우승을 차지한 그는 최근 무릎 통증이 심해지면서 올해는 16km 부문에 참가했다.

고씨는 올해 8번째를 맞은 너릿재 마라톤 대회를 절반 넘게 참가할 정도로 너릿재 옛길에 대한 애정이 각별하다.

광주시 남구 효천 1지구(임암동)에서 사는 그는 주말마다 너릿재 옛길을 달리며 몸을 회복하고 있다. 매주 수요일, 토요일마다 진행하는 광주달리기교실 훈련에도 참여하며 동료들과 체력을 다지고 있다. 휴대전화 판매점을 운영하는 그는 30대 후반 달리를 만나 건강한 삶을 이어갈 수 있었다고 자부한다.

"너릿재 마라톤 대회는 참가할 때마다 달림 여진이 개선되고 있음을 느낍니다. 올해는 조령 경관설비가 늘어나고 화질상과 그늘이 곳곳에 있어 앞으로도 이 경주로를 자주 이용할 예정입니다."

/백희준 기자 bhj@kwangju.co.kr



"좋아하는 코스서 우승까지 하니 더 기뻐"

여자 16km 우승 마은희씨

"즐겁게 달리기만 생각하고 참가했는데 우승까지 해 열렬히 축하해주고 기쁩니다"

11년째 마라톤을 하고 있는 마은희(여·44·광주달리기교실)씨가 생애 처음으로 우승자가 됐다.

올해 화순 너릿재 마라톤에 두번째 참가한 마씨는 지난 2일 열린 '제 8회 너릿재 옛길 흑서기 마라톤' 여자 16km 부문에서 1시간 25분 04초의 기록을 달성해 우승자가 됐다.

마씨는 우승을 할 수 있었던 이유로 "지난 4주간의 훈련"을 꼽았다.

그는 "대회가 열리기 직전인 지난 8월부터 매주 화순 너릿재에서 대회와 동일한 코스로 훈련을 해왔다"고 밝혔다.

이어 그는 "여름에도 시원한 숲길과 맑은 공기가 매력적인 화순 너릿재는 개인적으로 가장 좋아하는 코스 중 하나"라며 "화순 너릿재만의 매력을 설명했다."

끝으로 마씨는 "개인적으로 좋아하는 코스에서 우승할 수 있어 영광이고 앞으로 기록 갱신에 대한 욕심도 있다. 하지만 성적보다도 중요한 것은 안전이다"며 "오랫동안 다치지 않고 건강하게 좋아하는 마라톤을 즐기고 싶다"고 말했다.

/장윤영 기자 zzang@kwangju.co.kr

