

키워드는 '피치클락'...투구 시간 제한에 투수들 '秒싸움'

**KIA 타이거즈
오키나와 캠프를 가다**
일본 = 김여울 기자  **광주일보**

시간은 금이라고 했다. KIA 타이거즈가 마운드에서 금을 캐고 있다.

KIA는 일본 오키나와에 마무리캠프를 꾸리고 내년 시즌 밀그램을 그리고 있다. 이번 캠프의 화두는 '시간'이다.

내년 시즌 KBO에 몇 가지 변화가 있다. 이번 캠프에서 가장 신경 쓰는 변화가 바로 '피치 클락(Pitch Clock)'이다. 쉽게 말하면 투구 시간제한이다.

경기 시간 단축을 위한 방안으로 메이저리그에서도 마이너리그 실험을 거쳐 올 시즌 전면 시행에 들어갔다. KBO가 리그에 맞는 규칙을 마련하고 있는 상황, 아직 구체적인 시행 내용은 정해지지 않았다.

KIA는 일단 메이저리그를 기준으로 '피치 클락'을 준비하고 있다.

메이저리그에서는 투수들이 주자가 없을 때 15초, 주자가 있는 경우 20초에 맞춰 투구를 완료해야 한다. 견제도 두 번으로 제한되며, 타자들은 8초 안에 타격 준비를 끝내야 한다. 이를 위반할 경우 투수는 볼, 타자는 스트라이크를 받는 만큼 의도치 않은 볼넷과 삼진이 나올 수도 있다.

새로운 습관을 들이기 위해 KIA 불펜에 새로운 장비 '초시계'가 등장했다.

투수가 포수로부터 공을 넘겨받는 순간부터 초시계가 가동된다. 처음에는 초시계를 보면서 던지고, 나중에는 초시계가 없어 피칭하면서 감을 잡고 있다. 단순히 공만 빨리 던지는 게 아니라 타자-주자와의 호흡 싸움이기도 한 만큼 슬라이드 스텝에도 신경 쓰고 있다. 투수조 엑스트라 훈련의 주제도 '피치클락'이다. 8일에는 김기훈, 유승철, 김민재가 주자가 있는 상황을 가정해 시뮬레이션 훈련을 했다. 투수들과 함께 전력분석팀도 바빠졌다.

주자 없으면 15초, 있으면 20초 불펜에 초시계 등장 적응 훈련
템포 느린 윤영철 "숨이 차네요"
김기훈 "루틴 단순화 해야죠"
새 제도 맞춰 전력분석팀도 분주

방석호 전력분석원은 "당장 KBO기준이 안 나와서 메이저리그 기준으로 선수들 루틴 이런 것 단순화하고 있다. 캠프 첫날부터 연습 계속하다 보니 루틴이 줄어들면서 초 안에 들어오는 것 같다"고 설명했다.

이날 초시계를 앞에 두고 불펜 피칭을 했던 김찬민은 "초 안에는 다 들어오는데 힘들기는 하다. 숨이 차다. 시합 때는 이것보다는 천천히 할 것 같지만 연습은 최대한 빠르게 하고 있다"고 언급했다.

템포가 느린 편인 윤영철은 '쇠뿔도 단김에 뺄' 생각이다.

윤영철은 "투수가 불리할 것 같다. 템포가 긴 투수도 있다"면서도 "템포를 빨리 해야 한다고 생각해서 올 시즌 끝나고 원래 하려고 했다. 마침 제도가 생겨서 미리 대비하고 있다"고 웃었다.

또 "던질 때 크게 의식은 안 하는데 세트 상황에서 서가 문제다. 와인드업은 괜찮지만 세트에서는 주자를 신경 써야 한다. 주자 신경 안 쓰고 일정하게 던지면 상관없지만 그렇게 되면 주자가 움직이게 된다. 세트만 준비하면 될 것 같다"고 이야기했다.

김기훈도 투수에게 불리한 부분이라면 이라도 긍정적으로 활용하겠다는 생각이다.

김기훈은 "코치님들께서 확실한 볼과 어떻게 대처해야 하는지 알려주셔서 거기에 맞게 운동하고 있다. 잡동사리가 많아지면 불리한 상황이 나올 수 있어서 알려주신 대로 거기에 맞춰서 엑스트라 훈련도 하고 있다"며 "투수에게 불리하지만 이걸 하면서 좋은 게 던질 때 잡생각이 안 든다. 내 루틴을 단축



일본 오키나와 긴구장 마무리캠프를 소화하고 있는 KIA 김기훈이 8일 초시계를 켜놓고 불펜 피칭을 하고 있다. 내년 시즌 KBO에 '피치클락'이 도입되면서 KIA는 '시간'에 초점 맞춰 투수조 훈련을 진행하고 있다. /김여울 기자 wool@kwangju.co.kr

해서 그 루틴만 확실하게 하고 포수에만 집중하면 되니까 그 부분은 장점인 것 같다"고 설명했다.

유승철은 "결제" 부분이 신경 쓰인다.

유승철은 "시합 때 해봐야 하지만 확실히 신경이 많이 쓰인다. 나는 로진을 안 만지는데 로진을 많이 만지는 선수는 그 시간이 많이 소요된다"며 "주자 있을 때 견제 2개밖에 못 하니 2개 하고 나면 심리적인 압박이 클 수 있다. 시간을 줄여서 주자와 타이밍 싸움을 하는 게 방법인 것 같다"고 이야기했

다. 포수들의 역할도 중요하다. 포수들도 변화에 맞춰 같이 고민하고 노력하고 있다.

한승택은 "투수가 공을 받고 나서 초가 시작되니까 투수에게 조금 더 시간을 주고, 이후 템포를 빨리하는 연습을 하고 있다. 포수 역할도 중요한 것 같다"며 "사인 날 때, 벤치에서 사인 나는 것도 미리 봐야 할 것 같다. 1-3루, 1-2루일 때 3루나 포수가 사인날 때 포수가 공을 가지고 있어야 할 것 같다.

코치님, 선수들과 이야기해서 맞춰야 할 것 같다"고 언급했다.

또 "배테랑들은 그나마 여유가 있다. 젊은 선수들은 더 경험을 많이 쌓아야 하니까 마무리캠프에서 일찍 시작하는 것도 나쁘지 않다. 물이 정해지면 신경 써서 해야 할 것 같다. 15초가 짧지는 않다. 포수만 잘해준다면 어느 정도 괜찮을 것 같다. 사인하는 시간도 줄이면서 노력하겠다"고 밝혔다. /wool@kwangju.co.kr

막내 포수 이상준 "새로워서 재미있고 배울 게 많다"



이상준

캠프 첫 목표는 프로 적응하기
투수들 공, 고교 때와는 달라
부상 없이 잘하고 돌아갈 것

힘들지만 힘들 줄도 모르는 '막내'의 하루다. KIA 타이거즈의 2023 오키나와 마무리캠프에는 포수 이상준과 함께 강동훈-김민재-최지웅(이상 투수), 김두현(내야수) 등 5명의 신인 선수가 참가했다.

이중 이상준과 최지웅이 고졸 투수. 나이로는 이상준이 2005년생 막내다.

프로에서의 첫 캠프인 만큼 긴장도 되고 힘들 법도 하지만 이상준은 "재미있다"며 웃음꽃이 다.

이상준은 "재미있다. 야구를 한다는 게 재미있다. TV로 보면 사람들과 야구하는 것도 재미있다. 새로워서 재미있다"며 "야구는 고등학교 때와 다를 게 없는 것이다. 긴장하지 않고 자신 있게 하면 잘할 수 있을 것 같다"고 이야기했다.

'적응'이 이상준의 마무리캠프 첫 목표다.

그는 "일단 프로에 적응하는 게 목표라고 생각한다. 프로는 아마시절 제일 잘한 선수들만 모여서 하는 것이다. 집중하면서 안정하게 생각하고 하면 적응 잘할 수 있지 않을까 생각한다

다"며 "막내답게 형들보다 한 두발 더 빨리 뛰고, 걸어도 다 뛰어나고, 물통도 나르고 부지런히 하고 있다. 당연히 막내가 해야 하는 것 하면서 적응하겠다"고 말했다.

야구 자체는 고등학교와 다르지 않지만 확실히 프로는 프로다. 타자로서도 그렇고 포수로서도 그렇고 '프로'를 실감하고 있다.

이상준은 "타격은 고등학교 때 힘으로 많이 했는데 형들 치는 것 보니까 힘이 아니라는 걸 느꼈다. 포수 선배들과 훈련해 봐도 TV로 보던 것과 많이 다르다. 훨씬 잘하고, 배울 게 많다"며 "투수들 공도 고등학교 때와 다르다. 투수들 볼 많이 받는 걸 우선으로 캠프를 해야 할 것 같다. 유승철, 김기훈 선배 공을 받아봤는데 많이 달랐다. 고등학교와 다르다. 고등학교 때 공 잡으면 손이 안 아팠는데, 손이 아프기도 하다"고 웃었다.

치열한 경쟁 무대에 첫발을 내딛던 이상준은 부상 없이 많은 걸 배우고 돌아가겠다는 각오다.

이상준은 "프로는 못 하면 끝이다. 고등학교 때는 못 해도 기회가 있다. 무조건 잘해야 한다"며 "형들한테 많이 물어보고 배우면서, 프로야구에 빨리 적응하겠다. 부상 없이 잘하고 돌아가도록 하겠다"고 각오를 다졌다.

/김여울 기자 wool@kwangju.co.kr

광주시체육회, 학교운동부 창단지원 사업 선정

대한체육회 공모...5천만원 확보
서진여고 소프트테니스부 선정

광주시체육회가 대한체육회에 공모 신청한 '2023년도 학교운동부 창단 지원 사업'에 선정돼 국비 5000만원을 추가 확보했다.

이번 공모는 전국 20개 학교를 대상으로 심사를 진행해 10개 학교가 최종 선정됐다.

광주시체육회는 지난 5월 1일 스포츠마케팅팀 신설 후 신청했던 3번째 공모사업에서 모두 선정되는 쾌거를 이뤘다. 누적 국비 확보액은 1억9800만원이다.

이번 공모는 2020년도 2학기부터 2023년도 1학기 내 신규 창단한 초·중·고등학교에 훈련용품, 대회참가비 및 전지훈련비에 최대 5000만원을 지원하는 내용으로 2021년 9월 13일 창단한 서진여고 소프트테니스팀이 신청해 5000만원을 확보했다.

서진여고 소프트테니스팀은 2023년도 전국 중·고 소프트테니스 추계연맹전에서 개인단식 금메달(김가원)과 단체전 동메달을 수상했으며, '제104회 전국체육대회'에서도 개인전에 출전한 김세나(2학년)가 개인 단식 금메달 획득이라는 큰 성과를 창단 2년 만에 달성했다.

전갑수 광주시체육회장은 "민선 2기 첫해를 잘 마무리하기 위해 남은 공모사업에도 적극적으로 대응하겠다"며 "국비 확보를 통해 지역의 어려운 재정



전국체육대회에서 금메달을 획득한 서진여자고등학교 소프트테니스부 김세나. <광주시체육회 제공>

에 도움이 될 수 있도록 노력하겠다"고 말했다.

/대중 기자 bigkim@kwangju.co.kr

LOTTE CINEMA | 총장로관

단체 및 대관문의 1544-8855

- 1관 더 마블스
- 2관 그대들은 어떻게 살 것인가, 톡 투 미
- 3관 30일, 다이브: 100피트 추락
- 4관 더 마블스
- 5관 그대들은 어떻게 살 것인가
- 6관 더 마블스
- 9관 뉴 노멀, 소년들
- 7관 씨네커플 소년들
- 8관 씨네커플 30일, 톡 투 미

광주예술의전당

문의 062)613-8233



2023년 광주상설공연(11월)
일시: 2023-11-01(수) ~ 2023-11-30(목)
매주 목요일-일요일 오후 5시
장소: 광주공연마루
문의: 062-613-8379/8372



한문연 방방곡곡 문화공감 우수공연
세종솔로이스츠 & 이안 보스트리치 '일루미나시옹'
일시: 2023-11-12(일) 17:00
장소: 광주예술의전당 대극장
문의: 062-613-8235

즐거움
문화
산책

