

라이브 피칭 돌입... 마운드 '타이밍 싸움' 시작됐다

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

KIA 타이거즈 투수들의 '싸움'이 시작됐다. 지난 1일 일본 오키나와에 마무리캠프를 꾸린 KIA가 라이브 훈련에 돌입하면서 캠프 2단계에 돌입했다. 앞서 불펜 피칭을 하면서 기술적인 부분을 가다듬은 선수들은 지난 11일에 이어 13일 캠프 두 번째 라이브 피칭을 통해 점검의 시간을 가졌다. 각자 준비한 것들을 시험해 보는 시간. 이번에는 다른 속제도 있었다. 내년 시즌 KBO리그 변수로 떠오른 '피치클락'을 적용해 보는 첫 시간이었다. 만 큼 어느 때보다 마운드에 시선이 쏠렸다. 주자가 없는 상황, 있는 상황을 놓고 투수들은 마운드에서 준비한 공을 선보였다. 아직 KBO의 정확한 룰이 정해지지 않은 만큼 메이저리그 방식 그대로 주자가 없을 경우 15초, 주자가 있을 경우 20초에 투구를 끝내는 방식으로 라이브 피칭이 진행됐다. 타자들도 8초 안에 타격을 마무리해야 하는 만큼 '시간 싸움'이 벌어졌다. 타자-투수 뿐만 아니라 주자들에게도 영향을 미치는 변화인 터라 13일 라이브 훈련 때는 이에 맞춰 주자들도 타이밍 뱃기에 나섰다. 연습 뒤 첫 실전이 진행되면서 투수들은 서로의 피칭을 유심히 지켜보면서 서로 피드백을 해주기도 했다. 윤중현은 "구질이 너무 많으면 안 될 것 같다. 빠르게 하나씩 투심을 던질 때 오히려 괜찮은데 변화

타이거즈 캠프 2단계 돌입
'피치클락' 시간과의 대결
주자 유·무 상황 맞춰 훈련

구 던질 때 힘들었다. 투구 습관 없이 일정하게 해야 신경 안 쓰고 할 수 있을 것 같다"며 "크게 와 닿는 사람도 있을 것 같다. 준비 전에 동작이 큰 선수, 자기만의 루틴이 있는 사람은 시간이 빠듯할 것 같다"고 실전에서 느낀 점을 이야기했다. 또 "주자 없을 때가 더 힘들었다. 다른 것 없이 바로 들어가야 한다"며 "많은 아니지만 경기 중에 무조건 볼이 나올 수밖에 없을 것 같다. 그러면 타임해서 받을 뻔 것 같다. 신경이 쓰인다. 공 던지는 것에 집중하면서 빨리 던져야 하니까 어렵다. 나중에 초안 보고, 신경 안 쓰게 몸에 익히게 만들어야 한다"고 이야기했다. 김재열은 고민 되는 부분들이 있다. 김재열은 "경기 할 때 아드레날린이 많이 나와서 낮추려고 심호흡을 하고 들어가는데 그렇게 하면 무조건 늦는다. 공을 받자마자 로진을 만지는 습관도 있다"며 "(라이브 피칭하면서) 사인을 계속 거부해봤는데 초안에 못 들어왔다. 포수가 빠르게 사인 내줘야 한다. 생각보다 사인 보면서 할 여유가 없었다"고 첫 테스트에 대해 이야기했다. 새로운 투수 코치들에게는 훈련과 실전 모습과 결과가 다르기도 한 만큼 선수들의 또 다른 모습을 보는 시간이 됐다. KIA에 새로 합류한 정재훈 투수 코치는 "선수들을 알아가는 과정을 보내고 있다. 선수들을 알아야



KIA 타이거즈가 13일 일본 오키나와 킨구장에서 라이브 훈련을 하고 있다. 김기훈이 피치클락에 맞춰 피칭을 하고 있다.

지도도를 할 수 있다. 안 좋아 보였는데 다음 번에 보면 괜찮고, 좋아 보였는데 라이브를 해보니까 안 좋은 부분이 보이기도 한다"며 "비로 어찌 하루 쉬면서 두 번 라이브를 했는데 이젠 타자도 연습하고 투수도 연습하는 것이다. 투수가 얻을 수 있는 것은

내 공을 확인하는 건데, 맞춰주려고 하는 느낌이었다. KIA 투수들이 순수하고 착하다. 같은 팀이라 이런 훈련할 때 쉽지는 않은데 몸쪽도 던져보고 그런 게 있어야 한다. 그런 부분을 강조했다. 타자들을 이기려고 하라고 이야기했다"고 '게임'에 맞춘

선수들의 지도 방향을 이야기했다. 자신과의 싸움에 이어 타자와의 싸움 그리고 시간과의 싸움까지. KIA 투수들의 '싸움'이 본격적인 막을 열었다.

/wool@kwangju.co.kr

빠른 황동하, 더 빨라진다

“목표는 볼 스피드... 포크볼도 다듬고 있어요”

활동하는 KIA 타이거즈에서 가장 빠른 투구 템포를 가진 선수로 꼽힌다. 이를 장점으로 활용해 프로 2년 차였던 올 시즌 1군 무대에 데뷔한 황동하는 13경기에 나와 31.1이닝을 소화했다. 6.61의 평균 자책점, 승 없이 3패만 남기는 등 기록에서는 만족스럽지 않지만 자신의 이름을 알리기에 충분한 시즌이 됐다. 황동하가 오키나와 마무리캠프에서 '스피드업'을 노리고 있다. 타자들의 타이밍을 뺏던 빠른 템포는 여전히 오히려 '천천히'라는 주문을 받을 정도다. 13일 라이브피칭을 하면서 피치클락에 맞춰 첫 실전을 소화한 황동하는 "코치님이 초가 너무 많이 남는다고 길게 해도 된다고 이야기를 해주셨다. 너무 급하니까 천천히 하라는 주문을 받았다"며 "올 시즌 퓨처스에서 해봤을 때 포수랑 사인 안 맞을 때 걸린 적이 많다. 포수와 합이 중요할 것 같다"고 이야기했다. 황동하는 볼 스피드를 생각하고 있다. 마무리캠프에 오면서 생각한 목표가 '스피드'다. 더 빠른 공으로 빠르게 승부하려는 게 황동하의 목표다. 스피드가 목표가 됐지만 이 부분도 천천히 접근하고 있다. 황동하는 "구속을 늘리고 싶어서 왔는데 다른 게 문제가 돼서 폼이나 힘을 더 쓸 수 있는 몸을 만드는 데 신경 쓰고 있다"며 "전력으로 던지려고 해도 전력으로 안 된다. 힘을 100%쓰고 있지만 그게 전 달이 안 된다고 하셔서 그 부분을 연습하고 있다. 코치님이 몸이 덜 완성돼서 전력으로 던지려고 해도 안 된다고 하셨다. 스피드를 늘리기 위한 단계가 많이 남아있어서 몸을 만드는 걸 중점으로 두고 있다. 복근 힘이 약하고 골반이 뻣뻣하다 보니까 이 부분 운동 많이 하고 있다"고 설명했다. 그다음으로 생각하는 게 변화구다. 특히 포크볼에 공을 들고 있다. 황동하는 "변화구 많이 던지려고 생각했는데 1군에서 슬라이더만 먹었다. 1군에서 쓸 수 있을 만한 변화구로 포크볼을 연습 중이다. 팔 스윙이랑 잘 맞아서 괜찮은 것 같다. 시즌 끝날 때부터 빠르게 던지는 것과 포크볼 연습하고 있다"고 말했다. 마침 현재 시절 포크볼을 잘 던졌던 정재훈 코치가 새로 부임하면서 황동하의 '포크볼 연마'에 속도가 붙었다. 황동하는 첫 라이브피칭에서도 포크볼을 구사했고, 정재훈 코치도 좋은 평가를 했다. 황동하는 "이제 처음 실전해니까 잘 안 맞는 것도 있는데 다음에 하면 괜찮을 것 같다. 이대로 준비하면 좋아질 것 같다"고 이야기했다.



황동하

새로운 시즌, 활동하는 '신인' 꼬리표를 떼고 투수로 당당히 마운드에 오르겠다는 각오다. 황동하는 "올 시즌 처음에 정한 목표가 1군 데뷔하는 것이었다. 생각보다 많이 던졌고, 경험도 많이 쌓았다. 내년 시즌에는 그 경험을 바탕으로 조금 더 잘할 수 있을 것 같다. 내가 위축되거나 내 볼을 못 던지면 맞는 것 같다. 자신감 있게 던지면 될 것 같다"며 "전반기 때나 긴장감 있는 상황에 올라가서 '신인이니까, 데뷔 처음 했으니까' 이런 이야기를 듣기도 했는데 내년에는 2년 차도 아니고, 경험도 했으니까 선수로 보여주고 싶다. 중요한 상황에 올라가서 잘 던져야 계속 던질 수 있다"고 자신감 있는 피칭을 예고했다.

/wool@kwangju.co.kr

“모든 신인이 바라는 상 받아 자랑스럽다”

LPGA 투어 신인왕 유해란

영암군 금정면 출신

광주 송일중 때 국제대회 2관왕

미국여자프로골프(LPGA) 투어 2023시즌 신인왕에 오른 유해란이 "저 자신이 자랑스럽다"고 소감을 밝혔다. 유해란은 13일(한국시간) 미국 플로리다주 벨에어의 펠리컨 골프클럽(파70·6천268야드)에서 끝난 LPGA 투어 안니카 드리븐(총상금 325만 달러)에서 최종 합계 12언더파 268타로 공동 12위에 올랐다. 16일 시작하는 시즌 최종전 CME그룹 투어 챔피언십 결과와 관계 없이 신인상 수상을 확정된 유해란은 2019년 이정은 이후 4년 만에 한국인 LPGA 투어 신인왕이 됐다. 유해란은 경기 후 인터뷰에서 "LPGA 투어 신인상은 모든 신인이 바라는 상이고, 또 유명한 선수들도 많이 받았기 때문에 저 자신이 자랑스럽다"며 "매우 기쁘다"고 소감을 전했다. 그는 "아칸소에서 첫 승을 따낸 것이 큰 의미가 있다"며 "처음 미국에 진출하면서 4세에 해당하는 영어반을 배우기 시작했다"라고도 밝혔다. 2001년생 유해란은 국가대표로 2018년 자카르타-팔렘방 아시안게임 단체전 은메달을 땀고, 2019년 한국여자프로골프(KLPGA) 투어 제주삼다수 마스터스에서 정상에 올랐다. KLPGA 투어 신인왕인 2020년 제주 삼다수 마스터스 2연패를 달성하고 상금 2위에 오르며 신인상을 받은 유해란은 KLPGA 투어에서도 통산 5승을 따냈다. 이후 지난해 12월 LPGA 투어 웰리파인 토너먼트를 1위로 통과하며 올해 미국 무대에 진출했다. 10월 미국 아칸소주에서 열린 LPGA 투어 월



유해란

마트 NW 아칸소 챔피언십에서 우승하며 LPGA 투어 첫 승을 수확했고, 이날 신인상 수상도 확정하며 최고의 데뷔 시즌을 보내게 됐다. 유해란은 이 대회 전까지 이번 시즌 그린 적중률에서 75.3%로 1위, 상금 145만 달러로 15위에 오른 등 미국 무대에서도 정상급 기량을 발휘하고 있다. 신인상 등 LPGA 투어 시즌 개인상 시상식은 통상 시즌 최종전인 CME그룹 투어 챔피언십 대회 기간에 열린다. 영암 금정면 출신 유해란은 여중생 때 프랑스 골프 대회에서 2관왕에 오르는 등 일찍부터 주목 받았다.

그는 송일중 2년이었던 2015년 프랑스 에비앙 르뱅의 에비앙골프장에서 열린 '에비앙챔피언십 주니어컵' 2관왕에 올랐다. 유해란은 2014년 KLPGA 준회원 실기테스트 면제 특권을 획득한 데 이어 '2015년 광주시 골프 협회장배 춘계학생골프대회', '제 16회 광주시 교육감배 학생골프대회', '제 26회 그린배 전국 중·고등학교 골프대회'에서 우승을 거머쥐는 등 발군의 실력을 선보였다. 고향 사랑도 남달라 영암군 인재육성장학재단에 장학금 2000만원을 기탁한데 이어 2021년 고향사랑 성금 1000만원을 지정 기탁하기도 했다.

/연합뉴스

오현규·양현준 득점포...셀틱, 에버던에 6-0 대승

스코틀랜드 프로축구 셀틱에서 뛰는 오현규와 양현준이 나란히 득점포를 가동하며 팀의 6-0 대승을 이끌었다. 셀틱은 13일(한국시간) 영국 스코틀랜드 글래스고의 셀틱 파크에서 열린 2023-2024시즌 스코틀랜드 프로축구 프리미어십 13라운드 에버던과 홈 경기에서 6-0으로 크게 이겼다. 선발로 출전한 양현준은 팀의 첫 골을 터뜨렸고, 교체로 투입된 오현규는 후반 추가 시간에만 두 골을 몰아치며 이날 팀 득점의 절반에 해당하

는 3골을 합작했다. 오현규는 2일 세인트 미렌과 경기에서 시즌 첫 골을 넣은 이후 11일 만에 리그 3호 골을 기록했다. 올해 7월 셀틱에 입단한 양현준은 이적 후 첫 골을 이날 경기 결승 골로 장식했다. 11승 2무가 된 셀틱은 이번 시즌 리그 경기 무패 행진을 이어가며 리그 단독 선두를 질주했다. 2위 레인저스(9승 3패)와는 승점 8차이다. 4-3-3 포메이션의 오른쪽 공격수로 선발 출전한 양현준은 전반 9분 루이스 팔마가 왼쪽에서 올

린 크로스를 머리로 받아 넣고 셀틱에서 첫 득점을 올렸다. 양현준은 후반 24분 상대와 경합 과정에서 충돌해 얼굴 부위 출혈이 발생, 후반 33분에 교체 아웃됐다. 오현규는 셀틱이 2-0으로 앞선 후반 7분 후루하시 교고와 교체 투입됐다. 오현규는 후반 32분에 페널티 지역 안에서 상대 반칙을 끌어내 페널티킥을 얻어냈고, 키커로 나선 팔마가 이를 차넣어 3-0을 만들었다. 후반 추가 시간에는 오현규가 팔마의 크로스를 헤더로 연결해 5-0, 곧바로 맷 오라윌리의 패스를 받아 오렐반 슈팅으로 6-0을 차례로 만들어 팀의 대승을 화려하게 장식했다.

/연합뉴스