

'파리의 열정' 다시 한번... 불굴의 태극전사 뚝다

한 눈에 보는 패럴림픽 17개 종목

광주·전남 17명 등 한국 177명 파견
금메달 5개 종합 20위권 진입 목표

지난 여름 밤을 뜨겁게 물들였던 2024 파리 올림픽의 감동과 열기가 한 번 더 이어진다. '전 세계 장애인 선수들의 대축제' 2024 파리 패럴림픽이 28일(현지시간) 개막식을 갖고 열전의 막을 올렸다. 이번 패럴림픽에는 총 182개국 4400여 명이 참가해 22개 종목에서 549개의 메달을 놓고 경쟁한다. 한국은 1988 서울 패럴림픽(366명) 이후 역대 두 번째로 많은 177명을 파견했다. 광주·전남에서는 17명의 선수가 메달 경쟁에 출사표를 던졌다. 이번 대회에서 한국은 5개 이상의 금메달 획득과 종합 순위 20위권 진입을 노린다. 스포츠로 하나 된 전 세계 참가국 선수들은 오는 9일까지 선의의 경쟁을 이어간다. 한국 선수단이 패럴림픽 무대에서 경쟁을 펼칠 17개 종목에 대해 살펴보자.

/서민경 기자 minky@kwangju.co.kr
/그래픽=김민규 에디터 shippingman30@naver.com



파리 패럴림픽에 출전하는 한국 탁구 대표팀 서수연(광주시청·왼쪽)과 윤지유(성남시청)가 지난 27일(현지시간) 프랑스 파리 스프라리 아레나에서 공식 훈련을 하고 있다. /연합뉴스



장애인 양궁 PARA ARCHERY

남자부 박종조, 박건희
여자부 김옥금, 최나미, 장경숙, 정진영

개요
1940년대 초 스토크 맨디필 병원의 구트만 박사가 부상당한 퇴역군인을 위한 재활 활동으로 도입. 1960년 로마에서 개최된 첫 번째 패럴림픽 이후 지금까지 패럴림픽 종목으로 실시되고 있음
경기 방식
장애 등급에 따라 'W' '0' '1' '2' '3' 등급으로 나뉘며 50m 또는 70m 거리에서 72개 화살 엔드 당 6개, 12엔드를 쏘는 방식이 실시됨. 3개입제 형식, 21점을 먼저 획득하는 선수나 팀이 승리. 15개 화살(엔드당 3개, 5엔드를 쏘)



골볼 GOALBALL

여자부 김은지, 김희진, 박은지, 서민지, 심선화, 최영지

개요
보치아와 함께 패럴림픽에서만 볼 수 있는 종목. 남자 골볼은 1976 토론토 패럴림픽, 여자 골볼은 1984 뉴욕 패럴림픽에서 첫 선
경기 방식
배구와 동일한 크기(18m*9m)의 코트에서 3명의 선수로 구성된 팀이 경기. 공격팀은 수비 골문을 향해 방울이 든 공을 빠른 속도로 굴러 골문을 흔들면 득점. 수비팀은 공을 모로 미어내 득점을 막음. 득점 안정을 위해선 1회 이상 바운더야함. 관중은 선수들이 공의 소리를 들을 수 있도록 경기 중 침묵해야 함



장애인 태권도 PARA TAEKWONDO

남자부 주정훈, 이동호

개요
2020 도쿄 대회에서 첫 선을 보인 패럴림픽 두 번째(첫 번째는 유도) 격투 종목
경기 방식
1라운드, 최대 5분간 경기. 상대의 몸통을 때리면 점수가 올라감. 일반 발차기 2점, 돌려차기 3점, 윙러차기 4점. 머리 공격은 비허용, 어그로 페널티로 1점 감점. 30점 차이가 나거나 상대의 감점이 10점일 때, 라운드 종료 시 더 많은 포인트를 얻은 쪽이 승리. 동점인 경우 연장전 진행. 2점을 먼저 획득한 선수가 승리



장애인 사이클 PARA CYCLING

남자부 김용기
여자부 이도연

개요
1980년대 초 시각장애 선수를 위해 2인용 사이클로 처음 고안. 비장애인이 앞을 안내가이드 역할을 했음. 이후 중독을 낫혀 자전거, 핸드사이클, 트라이시클 등으로 유형 확대
경기 방식
대한민국은 트라이시클에 김용기, 핸드사이클에 이도연 출전. 트라이시클은 운동 가능 장애 및 균형 감각 문제가 있는 선수 탑승. 뒷바퀴가 2개라는 특징이 있음. 핸드사이클은 척추 손상 또는 하지가 절단된 선수 탑승. 팔의 힘으로 페달에 동력을 전달하는 것이 특징



휠체어 테니스 WHEELCHAIR TENNIS

남자부 임호원, 한성봉

개요
1992 바르셀로나 패럴림픽에서 첫 선. 국제테니스 연맹에 의해 150개 이상의 대회가 개최되고 있음. 선수는 두가지 등급으로 분류. 오픈 클래스: 한쪽 또는 양쪽 다리에 영구적 장애가 있지만 팔 기능은 정상인 선수. 휠드: 라켓을 잡은 팔에 추가적 움직임 제한이 있는 선수
경기 방식
서브 전 공을 바닥에 두 번 튀길 수 있다는 점을 제외하고 일반 테니스와 동일 규칙을 따름



장애인 배드민턴 PARA BADMINTON

남자부 최정만, 유수영, 정재근, 김경준, 신경환
여자부 권현아, 정겨울

개요
2008 도쿄 패럴림픽에서 첫 선. 올림픽 배드민턴과 마찬가지로 패럴림픽에서 진행되는 장애인 배드민턴도 주목도 있는 스포츠. 전 세계 60개국 이상이 즐기고 있음
경기 방식
장애 등급에 따라 입식 4개, 휠체어 2개 등급으로 나뉘며 단식과 복식종목으로 구성. 코트의 크기는 일반 코트의 절반 정도, 장애 등급 분류에 따라 조정. 3개입제 형식, 21점을 먼저 획득하는 선수나 팀이 승리. 19점 도달 뒤 승리를 위해선 2점을 앞서야 하는 듀스를 적용



장애인 조정 PARA ROWING

남자부 최선웅, 이송호
여자부 김세정, 배지인, 강현주

개요
2008 베이징 패럴림픽에서 1000m 종목 도입. 2021년 개최된 도쿄2020에서 올림픽 거리와 같은 2000m로 거리 증가. 보트에는 하체 움직임이 없는 선수를 위한 고정 좌석 장착
경기 방식
PR1 싱글스킬: 몸통 하반신 기능이 제한된 선수 1명이 2개의 노를 저어 경기하는 종목. PR3 혼성 콕스4: 팔, 몸통, 하반신 움직임이 가능한 선수들이 참가. 선수는 4명(여자 2명, 남자 2명), 콕스(7자) 1명으로 구성. 콕스를 제외한 선수들은 각 하나씩의 노를 사용



장애인 탁구 PARA TABLE TENNIS

남자부 김희진, 박성주, 주영대, 박진철, 지수용, 백영록, 장영진, 김영진, 김정길, 김기태
여자부 서수연, 윤지유, 이미규, 강외정, 문성애, 정영아, 김성숙

개요
1960년 제1회 패럴림픽부터 등장한 종목. 장애인 탁구는 1988 서울 대회에서 처음 대항한 올림픽 탁구보다 패럴림픽에 먼저 도입된 흥미로운 역사를 가지고 있음
경기 방식
5전 3선승제 진행, 11점을 먼저 획득하고 2점 이상 앞서야 승리. 올림픽 탁구와 거의 동일한 규칙을 따르지만 휠체어 선수는 서브 규정이 다를 수 있음. 공이 선수 쪽 탁구대에서 바운스된 후 네트 방향으로 돌아가거나, 선수 쪽 탁구대를 벗어나거나, 사이드라인을 통해 들어가는 경우 무효 처리 됨



파라 트라이애슬론 PARA TRIATHLON

남자부 김항태

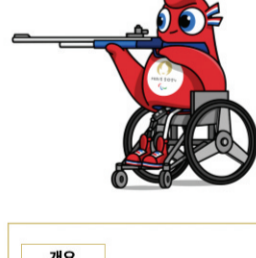
개요
2016 리우 패럴림픽에서 첫 선. 올림픽 트라이애슬론의 절반 거리인 '스프린트 디스토텐스' 진행. 수영 750m, 사이클 20km, 육상 5km 주행
경기 방식
좌식 경기 선수는 사이클 경기에 핸드 사이클, 육상 경기 경주용 휠체어 사용. 시각 장애인 선수는 가이드와 동행, 사이클 구간에서 탠덤(2인용) 자전거 사용. 입식 선수는 장애 정도에 따라 의족 사용, 자전거 개조 가능



보치아 BOCCIA

남자부 정성준, 서민규, 김도연, 전호원
여자부 정소영, 강선희

개요
패럴림픽에서만 볼 수 있는 독자 종목. 1984 뉴욕 패럴림픽에서 첫 선. 보치아(BOCCIA)는 이탈리아어로 '공을 뜻함'
경기 방식
12.5m x 6m 크기의 실내 코트에서 경기 진행. 엔드마다 6개의 공을 '색'이라고 불리는 흰 공에 가깝게 던지거나 굴려 득점. 개인 경기, 2인조 경기는 4엔드로 구성, 3명이 팀을 이루는 단체전은 6엔드 구성. 모든 선수는 휠체어를 타고 경기하며 시지 및 운동 기능 장애자여야 함



장애인 사격 SHOOTING PARA SPORT

남자부 김정남, 박동만, 박세균, 박진호, 서운태, 심영진, 이철재, 조정두
여자부 김연미, 박영순, 이유정, 이윤리

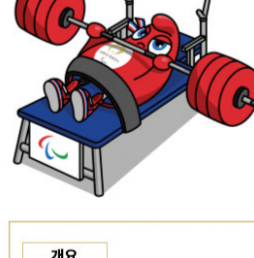
개요
최대 3시간까지 지속되는 대회에서 선수들은 타겟의 중심에 가능한 가깝게 사격. 1976 토론토 대회에서 패럴림픽 정식종목으로 첫 선
경기 방식
선수는 거리(10m, 25m, 50m)와 총의 종류(소총, 권총)에 따라 출전. 총과 타겟에 등급에 따라 선수들은 무릎 꿇은 자세, 서 있는 자세(수업 없는 경우 휠체어 또는 사격 의자 사용), 엎드린 자세(휠체어 선수는 팔꿈치 지지대 사용 가능)로 경기



장애인 육상 PARA ATHLETICS

남자부 유병훈, 정지승
여자부 진민재

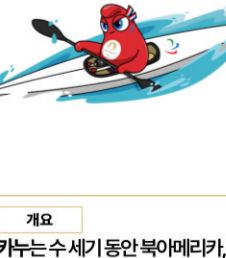
개요
신체, 시각, 지적 장애 등 모든 장애 선수를 대상으로 이루어져 종목 수가 매우 많은 다양한 트랙 육상을 비롯해 도약 종목, 던지기 종목, 마라톤이 실시됨
경기 방식
종목이 다양한 만큼, 경기 규칙도 각기 다름. 이번 패럴림픽에는 휠체어 육상에 유병훈, 투포환 던지기 정지승, 협동장애 육상에 진민재 참가



장애인 역도 PARA POWERLIFTING

남자부 김규호
여자부 양재원, 김형희, 정영실

개요
상체 근력만을 사용해서 무게를 들어 올리는 벤치프레스 형태로 진행. 10개 체급으로 세분화
경기 방식
심판의 지시에 따라 바를 가슴 위로 내려놓고 잠시 멈춘 다음, 팔꿈치를 고정된 채 팔이 완전히 펴질 때까지 위로 들어 올림. 세 명의 심판이 성공 여부를 표시하고 가장 무거운 무게를 들어 올리는 선수가 승리



장애인 카누 PARA CANOE

남자부 최용범

개요
카누는 수 세기 동안 북아메리카, 시베리아, 그린란드 등지에서 사용하던 운송 수단. 카약 종목은 2016 리우 패럴림픽에서 첫 선. 바이아 종목은 2020 도쿄 패럴림픽에서 첫 선
경기 방식
파라 카누에서는 카약과 바이아 두 가지 보트 사용. 카약 경기에서는 선수들이 양날 패들 사용. 바이아는 외날 패들 사용. 선수는 1인승 보트에 올라 200m 거리를 주행



장애인 수영 PARA SWIMMING

남자부 조기성, 조원삼, 이인국
여자부 강정은

개요
패럴림픽 초기부터 도입된 스포츠 중 하나. 1960 로마 대회에서 첫 선. 모든 종류의 신체적, 정신적 장애 선수 참가 가능하나 의족은 허용되지 않음
경기 방식
공정한 경쟁을 위해 장애 등급 분류에 따라 출전. 출발 시 플랫폼에 올라 다이빙, 플랫폼 사용이 어려운 경우 물속에서 스타트. 시각장애 선수는 턴을 할 때나 마지막 파니시 라인에 가까워질 때 선수의 머리를 두드리 주는 보조자의 도움을 받을 수 있음



휠체어 펜싱 WHEELCHAIR FENCING

여자부 권효경, 조은혜, 백경혜

개요
피스트에 고정된 특수 프레임의 휠체어 위에서 경쟁하는 종목. 선수는 앞뒤로 이동할 수 없어 항상 상대와 가까이 위치. 올림픽과 마찬가지로 플뢰레, 에페, 사브르 세 종목이 실시됨
경기 방식
휠체어 펜싱 선수는 시합 중 삼반신만 사용 가능. 두 선수 사이 간격은 팔 길이가 짧은 선수에 맞춰 결정. 선수는 한 손으로 무기를 잡고 다른 손으로는 휠체어를 잡음. 플뢰레: 공격 대상이 되는 부위가 몸통으로 제한. 사브르: 금소를 제외한 상반신. 에페: 금소를 포함한 상반신



장애인 유도 PARA JUDO

남자부 이민재, 김동훈

개요
시각 장애인 선수만 참여할 수 있으며 올림픽 유도와 동일한 규칙 적용. 남자 유도는 1988 서울 패럴림픽부터 첫 선. 여자 유도는 2004 아테네 패럴림픽부터 첫 선
경기 방식
한판(jupon): 상대의 등 전체가 바닥에 닿게 하거나, 항복을 받아내거나, 20초 동안 바닥에서 못 움직이게 누르는 경우 즉시 승리. 왓자(waza): 상대의 등 전체가 닿지 않거나, 측면이나 어깨부터 땅에 닿거나, 상대편을 바닥에서 서구르게 등이 닿거나, 상대의 등이 바닥에 닿은 상태로 10~19초 동안 누르고 있으면 부어, 절반을 두 번 받아내면 한판이 선언