

“광주 도심 함께 달리며 명소 알려요”

새로운 러닝문화 알리는 빛고을 러닝크루

5년 전부터 매주 금요일 문화전당·예술의 거리·지하상가 등 달려 전시 결합 '심장이 뛰는 현장 속으로' 참여... 내부 코스도 구상 중

지난 8-9일 국립아시아문화전당(ACC·이하 전당)에서는 독특한 행사가 열렸다. 야외 전시와 스포츠를 접목한 '심장이 뛰는 현장 속으로'다. 참가자들은 전시 '현장 속으로: 기억과 사건'(24일까지)을 관람하고 러닝크루 'BGRC', 글로벌 피트니스 브랜드 'F45'가 진행하는 프로그램에 동참했다.

이날 행사를 이끈 'BGRC(Bitgoeul Running Crew-비잘씨)'는 2019년부터 전당을 중심으로 도시를 달리는 러닝 크루다. 모임을 만든 이는 육상선수 출신인 이봉재 크루장(회장). 은퇴 후 스포츠브랜드 데상트에서 코치로 활동했던 그는 참가자를 모집해 달리기 이벤트를 연 게 계기가 돼 모임을 꾸렸다.

"행사가 끝난 후 단발성 행사로 그칠 게 아니라 남아 있는 사람들이 계속해서 함께 뛰면 좋겠다는 생각을 했어요. 당시만 해도 지금처럼 러닝크루가 많이 알려지지 않았던 터라 새로운 러닝문화를 알리고 싶다는 마음도 있었습니다."

BGRC는 매주 금요일 오후 8시 만나 도시를 달

린다. 전당 앞 5·18 민주광장 분수대에서 시작해 예술의 거리, 금남지하상가, 광주 천변이 주 코스다. 현재 회원은 70여명으로 보통 20-30명이 함께 댈다. 회원은 20대부터 40대까지 다양하며 회비 없이 인스타그램이나 카카오톡 오픈톡을 통해 가입한 후 달리기 참여하면 된다.

전문 큐레이터의 해설을 들으며 전시를 관람하고 전당 곳곳의 2.5km를 함께 달린 행사는 참가자들에게도, 회원들에게도 색다른 경험이었다.

"그냥 달리는 게 아니라 전시가 함께 어우러져 재미있었다는 반응들이 많았어요. 나도 뛰고 싶다고 하는 분들도 많았어요. 사실, 지금까지는 전당의 존재나 이곳에서 이뤄지는 전시에 관심을 갖지 않았는데 이번 행사를 통해서 새로운 공간을 발견할 수 있어 좋았다고 하더군요. 저 역시 마찬가지고요."

70여명이 함께 한 이번 행사에서는 예술극장 빅도어에서 출발해 동구청 방향 계단, 분수대, 하늘마당 등을 달렸다. 통풍과 부상을 방지하기 위한 근력보



'BGRC(Bitgoeul Running Crew-비잘씨)'는 국립아시아문화전당을 중심으로 도시를 달린다. 지난 9일 열린 '심장이 뛰는 현장 속으로'.

강운동 등이 결합되었고 총 1시간 정도 소요됐다.

"남녀노소 누구나 참여할 수 있다는 게 달리의 최대 장점이지요. 젊은 사람들과 중장년층이 소통할 기회가 없는데 함께 뛰며 네트워크도 형성할 수 있고요. 체력 증진, 스트레스 해소는 기본입니다. 트랙에서 그냥 도는 것은 웬지 훈련같은 느낌이 있는데 도시를 달리는 것은 이색적이라 다들 좋아합니다."

이번 행사를 계기로 국립아시아전당 내부 공간을 달리는 코스를 구상한 BGRC 회원들은 전당의 허가를 받은 후 정기적으로 달리기 모임을 진행할 계획이다. 광주의 소중한 자산인 문화전당을 알리고, 특히 광주로 여행 오는 이들이 함께 달리며 전당과 광주를 더 잘 알았으면 하는 마음에서다.

/김미은 기자 mekim@kwangju.co.kr



전남대 환경관리직 노조, 폐지 모아 장학금 기부

전남대학교 환경관리직 노조(민주노총 지회장 김미정)가 지난 15일 폐지를 모아 마련한 300만 원을 학생 장학금으로 기부했다. <사진>

8년째 이어진 이번 기부로 누적 기부액은 2600만 원에 이르렀다. 지난 2017년 교내에서 폐지와 헌책을 모아 판매한 수익금을 기부한 노동조합은 폐

지 수익금에 십시일반 모든 성금을 더해 8년째 기부를 이어오고 있다.

김미정 지회장은 "힘들 때도 있지만, 밝게 인사하며 빠르게 성장하는 학생들을 보면 뿌듯하다"며 "많은 금액이지만 도움이 되길 바라는 마음으로 기부하게 됐다"고 밝혔다. /윤영기 기자 penfoot@



KT&G 상상유니브 전남, 외국인 유학생 정착 지원

KT&G 상상유니브 전남운영사무국이 호남대학교 국제교류처와 함께 최근 외국인 유학생들의 안정적인 국내 정착 지원을 위한 프로그램 '글로벌 갓살기'를 개최했다. <사진>

이번 프로그램은 KGC 부여공장 견학을 통해 한국의 기업문화를 체험하고, 복합문화 예술공간인

KT&G 상상마당 산에서 K-컬처와 창의적 체험 교육을 경험하며 적성과 진로를 탐색해보는 시간으로 운영됐다.

한편 '상상유니브'는 지난 2010년부터 KT&G가 운영하는 대학생 성장 지원 플랫폼으로, 현재까지 100만 명이 넘게 참여했다. /윤현석 기자 chadol@

광주동부경찰, 지산1동 범죄예방 활동 공유



광주동부경찰(서장 강기현)은 최근 지산1동 주민자치회 정례회의에서 지산자율방범대·산수파출소와의 합동순찰, 무등산 리프트카 및 모노레일 시설 점검 등 10월 범죄예방 활동을 공유했다. <광주동부서 제공>

광주여대 MAUM교육원-해남문화관광재단 협약



광주여자대학교 MAUM교육원은 지난 15일 해남문화관광재단과 마을 교육 활성화 협력과 문화·관광 전문인력 양성을 위한 교육 활동 지원 등 산학협력을 위한 업무협약을 체결했다. <광주여대 제공>

오늘의 날씨

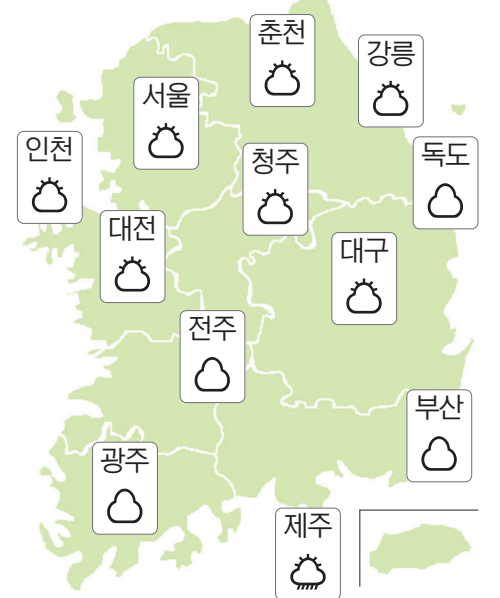
해돋이	07:11	달뜨기	20:20
해질	17:24	달짐	10:51

두터운 외투 필수

초겨울 추위 계속되고, 일교차 15도 내외로 크겠다.

광주	흐림	1/13	보성	흐림	-2/13
목포	흐림	2/12	순천	흐림	2/15
여수	흐림	6/13	영광	흐림	-2/12
나주	흐림	-1/12	진도	흐림	3/13
완도	흐림	4/15	전주	흐림	1/12
구례	흐림	-1/14	군산	흐림	0/11
강진	흐림	0/14	남원	흐림	-2/13
해남	흐림	-1/14	흑산도	흐림	8/12
장성	흐림	-1/13			

◇ 전국 날씨



◇ 바다 날씨

		오전		오후	
		파고 (m)	파고 (m)	파고 (m)	파고 (m)
서해 남부	앞바다	1.0~2.5	0.5~1.0		
	면바다(북)	1.5~3.0	1.0~2.0		
	면바다(남)	1.5~3.0	1.0~2.0		
남해 서부	앞바다	0.5~1.5	0.5~1.0		
	면바다(서)	2.0~3.5	1.5~3.5		
	면바다(동)	1.5~3.5	1.5~3.0		

◇ 물때

목포	간조	만조
	09:09	03:55
여수	21:58	16:51
	04:40	11:24
	17:26	23:19

◇ 생활지수

미세먼지	좋음
------	----

◇ 주간 날씨

20(수)	21(목)	22(금)
5/14	5/15	6/12
23(토)	24(일)	25(월)
2/13	2/14	6/15

생활 게시판

여러분의 생활정보를 실어드립니다. opinion@kwangju.co.kr이나 광주광역시 동구 금남로 224 SC제일은행 빌딩 9층 광주일보 생활게시판 담당자요로 보내주시기 바랍니다. TEL 062-220-0631 FAX 062-222-4918

알림

- ▲광주 북구민을 위한 개인 무료 법률상담소=기초생활수급자, 조손가정, 저소득층, 영세민, 교도소 복역자, 사회취약계층자 무료상담 010-6444-8572.
- ▲광주사·전남도 재난심리회복지원센터 무료 상담=코로나19 등 각종 재난으로 심리지원을 위한 무료상담 1670-9512.
- ▲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.
- ▲청소년전화 062-1388=광주시청소년상담복지센터 24시간 전화상담.
- ▲일가정양립지원본부 무료 상담=가정 폭력, 성폭력, 성매매 등 상담. 국번없이 1366. 휴대전화를

사용할 경우 062-1366.

- ▲북구열린마을 상담센터 무료상담=정신건강&중독 무료상담(음주·우울·불안·스트레스·치매·인터넷) 지역주민 누구나 참여가능 062-526-3370.
- ▲광주남구중독관리통합지원센터=중독문제(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 무료 상담 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.
- ▲사랑마루협동조합 사회적취약계층을 위한 복지장려서비스=기초생활수급자, 조손가정, 무의탁

- 독거노인, 저소득층, 장애인(3급 이상) 장의업권용품무료지원, 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, 치매, 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.
- ▲전남사회복지협의회 법률서비스 '법률톡톡터' 무료 상담=민사·형사 소송 이전 법률상담과 법교육, 조력기관 연계 등 1차 법률서비스 지원 월·금 오전 10시 ~ 오후 5시 061-285-1161.

- ▲아동일시보호 상담=미혼부모아동, 결혼가정 아동, 경제적 사정, 아동 학대 등 양육환경에 어려움이 있는 3세미만의 아동들이 안정된 환경에서 성장할 수 있도록 입소상담, 광주영아일시보호소 222-1095,1096.

모집

- ▲초록우산 어린이재단 광주가정위탁지원센터 위탁부모=부모 사망, 이혼, 실직, 가출, 학대 등으로 친부모와 살 수 없는 아이들을 일정 기간 위탁할 인원 상담 062-351-1206.
- ▲플랫폼창업희망자 교육생 모집=스마트폰 사용 가능자 수시모집, 5-6명 이면 개강, 광주대성초등학교 건너편, 플랫폼창업동호회 062-511-0030.
- ▲산청동 보은사 목련합창단 단원모집=성악 또는 찬불가 배우기에 관심이 있는 일반인 남녀, 매주 수요일 오후 1시 정기연습, 산청동 대광로제비마을

- 파트 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.
- ▲시니어플래너지도사(자격반) 모집=사·군·구 지부모집, 한국치매예방교육원 광주전남지사 010-5522-9700.
- ▲사회공헌활동 기부은행 돌봄봉사자 모집=어르신 돌봄봉사자 모집, 만 13세 이상 가능, 동구노인종합복지관 062-232-4953.
- ▲꿈을 돕는 사람들(광주학당) 모집=한글, 기초반, 초등반, 중등반, 영어기초반, 한문, 컴퓨터 등 수시모집(무료강의), 서방시장 안쪽 관리사무소 옆 062-512-5788, 062-262-1542.
- ▲시립산수도서관 생활문화동아리 한글 서예반 회원모집=한문서예·문인화·한글서예 동아리 '서사모' 2005년도 창립, 매주 화요일 4-6시, 회비 무료 010-3636-6410