



길이 3.8km, 너비 150여m 넓은 백사장을 자랑하는 완도군 신지면 명사십리 해수욕장, <완도군>

섬에서 시작되는 여름, 완도를 즐기다



광주에서 출발해 완도까지 남도를 가로지르는 여정에는 늘 목격한 인내와 작은 설렘이 교차한다. 나주, 영암, 강진, 해남을 지나 끝내 닿는 완도, 그 길목마다 풍경이 바뀌고 바닷바람 냄새도 시시각각 달라진다.

도로가 끝나는 지점마다 다시 다리가 이어지고, 본도와 노화도, 보길도, 신지도, 청산도, 이름마저 방그레 웃는(完) 섬(島)들이 차례로 얼굴을 내민다. 섬마다 이어지는 길은 완도가 가진 시간의 깊이와 넉넉함을 새삼 깨닫게 한다. 남도의 여름, 푸른 바람에 몸을 맡기고 여행자의 걸음을 하나씩 내디뎌본다.

남도 체험로드-완도

신지 명사십리 해수욕장 — 완도 해양치유센터 — 완도수목원

장보고 유적지 — 청산도 슬로길 — 다도해 일출공원 — 완도타워



신라 흥덕왕이 장보고에게 내린 청해진의 터가 그대로 남은 청해진 유적지.

바다 풍광에 시름 잊고 다양한 해산물 요리와 해조 테라피 즐기며 힐링 후박·황칠·완도 호랑가시나무 등 아열대 식물도 보고 피톤치드 산책도 탁 트인 전망대에서 일몰·야경에 완도타워스카이 체험하며 오감만족 여행

◇‘모래가 노래하는 해변’ 신지 명사십리 해수욕장= 남도에서 여름이 제일 먼저 들려오는 곳, 신지 명사십리 해수욕장. 완도 신지면에 자리 잡은 이 해변은 남해안에서 손꼽히는 휴양지다.

이름처럼 십 리, 4km 가까이 뻗은 은빛 모래사장은 길게 누운 파도와 함께 독특한 노랫소리를 들려준다. 해풍을 맞으며 걸으면, 맨발 밑에서 모래가 스치는 소리가 기분 좋게 따라온다.

신지 명사십리에는 가족 단위, 연인, 아이들 모두가 불편 없이 시간을 보낼 수 있도록 다양한 시설들이 잘 갖춰져 있다. 길이 3.8km, 폭 150m에 달하는 백사장이 완만하게 펼쳐져 있고, 울창한 송림과 넓은 오토캠핑장이 맞닿아 있어 이른 아침부터 밤까지 머물기 좋다. 바다와 모래사장 사이를 따라 산책로와 노르딕 워킹 코스가 조성되어 있어 바다를 바라보며 천천히 걸음을 옮기다 보면 탁 트인 하늘과 푸른 물결이 어느새 마음을 환하게 열어준다.

해변 입구에 들어서면 글로벌 친환경 인증의 상징인 파란 스머프 조형물이 반겨준다.

◇바다 보며 힐링 완도 해양치유센터= 신지 명사십리 해변에서 걸어서 5분, ‘완도해양치유센터’에선 바다가 단순히 풍경을 넘어 건강을 직접 체험하는 휴식이 된다. 이곳은 2023년 개관 이후 남해안 웰니스의 새 명소가 됐다.

센터 1층의 ‘말라소플’에선 매일 새 물을 끓여온 진짜 바닷물에서 에어버블 수증마사지와 걷기, 릴렉스용 드림베스 존 등이 이어진다. 염지하수를 써서 몸이 물 위에 가볍게 뜨고, 자연스러운 부력 덕분에 어르신들도 피로 없이 즐기기가 좋다.

고객마다 추천하는 핵심 프로그램은 또 있다. 완도산 전복, 해조류, 머드, 비파, 황칠 같은 지역 특산물을 재료로 한 핫바스테라피, 해조류 스크럽과 해조류 머드 스파, 맥반석 온열 테라피, 직접 만든 다시마 마스크팩이 대표적. 피부 노폐물 제거, 염증 완화, 면역력 증진 등 바다 자원이 주는 과학적 효능을 오롯이 느껴볼 수 있다.

1층 식당에선 전복죽·전복해초비빔밥·전복돌솥밥 등 남도 바다의 건강을 그대로 담은 메뉴가 인기. 카페와 라운지에서는 완도산 비파차와 유자차, 남도 특산물 디저트로 여행의 피로를 달랠 수 있다.

◇국내 유일 난대수목원 완도수목원= 완도군 군

외면, 상왕봉 자락에 펼쳐진 국립 난대완도수목원은 한반도 최남단의 기후와 맞닿은 국내 유일의 난대 수목 천국이다. 이곳에는 무려 3800여 종의 식물 유전자원과 770여 종의 난대·아열대 식물이 사계절 내내 숲을 물들인다. 후박나무, 동백나무, 감탕나무, 황칠나무, 완도 호랑가시나무, 구실잣밤나무와 같은 남도 특유의 상록 활엽수림이 숲을 뽐내며 이룬다.

산림전시관과 남부 최대 규모의 아열대 온실이 대표적이다. 워싱턴야자·인도보리수·알비자 등 600여 종의 아열대식물이 이국적 분위기를 풍긴다. 동백원·식용식물원·약용식물원 등 테마정원에서는 계절마다 동백꽃, 노란 후박꽃, 완도 호랑가시나무의 붉은 열매, 황칠나무, 구실잣밤나무 잎과 꽃이 곱게 내준다.

한여름엔 시원한 숲 그늘이 무엇보다도 반갑다. 구불구불 이어지는 ‘까꿍길’은 과거 숲을 내다뵈던 주민들의 오솔길로, 산길을 걷다보면 남도 특유의 향긋한 숲내음과 개울물 소리가 어우러진다.

◇완도타워 & 다도해일출공원= 완도타워에 오르면 바다와 섬과 하늘이 한눈에 펼쳐진다. 해발 132m 동망산 정상에 우뚝 선 높이 76m(첨탑 기준, 3층 구조)의 이 전망타워는 2008년 개장 이래 남도 여행의 로망이 되어왔다.

완도타워의 시그니처는 탁 트인 전망대에서 바라보는 파노라마 뷰. 맑은 날엔 청산도, 신지도, 심지어 제주 한라산까지 질풍문 실루엣을 그린다.

여행자들이 한 번쯤 꿈꿔온 ‘완도여행(하늘을 날다)’ 경비행기 시뮬레이션 미니게임으로 완도 바다 위를 가상 비행하거나, 절벽과 야경을 한눈에 담은 ‘빛의 휴식처’ 포토존, 실제 바다를 배경 삼아 사진을 남길 수 있는 포토 스트리트 등을 즐길 수 있다.

타워 밖으로는 76m 정상에서 질라인에 몸을 맡긴 채 바람을 가로지르며 내려올 수 있는 ‘완도타워스카이’, 왕복 모노레일, 동망산을 따라 걷는 돌탑길 등 오감이 깨어나는 체험들이 빼곡하다.

◇해상왕 삶과 꿈 담긴 장보고유적지= 완도 바다와 닿은 언덕에는 천 년 전 해상왕 장보고의 삶과 꿈이 고스란히 남아 있다. 장보고기념관은 청해진과 해상 실크로드의 중심이었던 장보고의 발자취



완도 해양치유센터 해조류 스파 테라피. <완도군>

를 따라 시간을 걷게 한다. 유리벽과 실내의 돌담으로 둘러싸인 기념관은 입구의 원목 목책 진입로부터 완도 바다의 역동성을 상징적으로 전한다.

기념관 1층에서는 동북아 해상 무역로와 무역품들, 선원들의 실제 항로와 물품을 세세하게 체험하며 당시 청해진의 위상과 활기를 실감할 수 있다. 2층 미디어아트관에 오르면 어린 장보고가 동경하던 바다, 그가 항해하며 만난 세계의 풍경, 찬란한 청해진의 무역과 법화원의 은은함이 미디어아트로 재현된다.

기념관에서 나와 몇 분 걸다보면 청해진 유적지를 만난다. 목책, 외성, 내성 등 3층 방어체계가 지금도 그 위용을 전하고 있고 바다를 바라보는 목책 밑동이 투박하게 남아 있다.

◇청산도, 느낌이 빛은 여름의 섬= 한 번쯤 현실의 속도를 내려놓고 싶은 여행자라면 청산도 앞에 꼭 멈추게 마련이다. 완도항에서 여객선을 타고 40~50분, 다도해 한가운데로 깊숙이 들어가야 만나는 이곳은, 신선이 머무른 땅 ‘선산도’ ‘선원도’로도 불렸다. 실제로 청산도에 들어서면 마음 깊이가 지 새파란 숲과 바다 향이 번진다.

가장 먼저 슬로길이 발길을 붙잡는다. 총 42km, 11개 코스로 나뉜 슬로길은 청산도 구석구석을 잇는 생태탐방로다. 각 코스엔 돌담길, 구들장논길, 동구정길, 서편제길, 사랑길, 단풍길, 해맞이길 등 독특한 이름이 붙어있다.

이곳의 진짜 매력은 섬 전체가 하나의 삶이 있는 풍경이라는 점이다. 청산도는 흔한 관광지가 아니라 주민들의 옛 이동로, 삶이 남긴 생활의 길이 그대로 여행길로 이어져 있다. 길 위에는 세계중요농업유산으로 선정된 400년 역사의 구들장 논도 있고, ‘서편제’와 ‘봄의 왈츠’ 등 수많은 영화·드라마가 남도의 남다른 속도로 다가온다.

/글=서민경·정은조 기자 minky@kwangju.co.kr /사진=최현배 기자 choi@kwangju.co.kr

즐거움

문화
산책



광주예술의전당

문의 062)613-8233



광주시립창극단 특별기획공연
‘동류 in 광주’

일시 / 장소 :

2025-07-12(토) 11:00, 13:00 / 북구 문화근린공원
2025-08-02(토) 13:00, 15:00 / 청단 국립광주과학관
2025-08-03(일) 13:00, 15:00 / 청단 국립광주과학관

문의 : 062-526-0363

*우천 시 야외공연은 취소 및 변경될 수 있습니다.



GAC 전시지원 공모전시
조선아 개인전 : 시간을 담다

일시 : 2025-07-11(금)~2025-08-10(일)

공연 있는 날 10:30 ~ 19:30

공연 없는 날 10:00 ~ 18:00

장소 : 광주예술의전당 갤러리

문의 : 062-613-8357

