



지난 시즌에도 부상으로 아쉬움을 남겼던 KIA 타이거즈의 나성범이 변화된 방식으로 겨울 훈련을 하면서 2026시즌 완주를 준비하고 있다.

<KIA 타이거즈 제공>

KIA 나성범 “보여주겠다…반등 하겠다”



필라테스·센터 운동 등 새 방식으로 부상 극복 준비
개인 성적 향상과 팀 반등 목표로 시즌 완주에 도전

KIA 타이거즈의 나성범이 명예 회복을 위해 ‘변화의 시즌’을 예고했다.

‘우승 주장’으로 지난해를 맞았던 나성범은 아쉬움 속에 2025 시즌을 마무리했었다. 연파를 노렸던 팀은 8위로 추락했고, 견강하게 시즌을 열었던 나성범은 이번에도 부상을 피하지 못했다. 나성범은 지난 5월 종아리 부상으로 57일간 앤트리에서 제외됐었다.

나성범은 KIA에서의 첫 시즌이었던 2022년 144경기를 완주했지만 이후 3시즌에는 부상에 시

달리면서 애를 태웠다.

고향팀에서 5번째 시즌을 앞둔 나성범은 그래서 변화를 이야기한다.

가족과 친구에서 겨울을 보내고 있는 나성범은 “센터랑 필라테스도 다니면서 조금 다르게 운동 방식을 가져가고 있다”며 “예전에는 웨이트와 러닝을 중점적으로 했는데 강하게만 하는 게 아니라 조금 다르게 운동하고 있다. 안 해봤던 것들도 해보고, 부족했던 것들도 해보면서 시즌을 준비하고 있다”고 설명했다.

아프지 않고 자리를 지키는 게 우선 목표가 된 만큼 나성범은 새로운 시도를 하면서 ‘완주’를 준비하고 있다. 주장과 간판타자로 팀 전면에서 서서 ‘팀’을 이야기해 왔던 나성범이지만 올해는 ‘개인’으로도 욕심을 낼 생각이다.

나성범은 “목표를 크게 잡고 부상 없이 뛰기 위해 계속 관리를 할 생각이다. 올해는 개인 성적도 더 많이 오르면 좋겠다. 반등할 수 있는 해가 되면 좋겠다”며 “저를 안 좋게 보시는 분들이 계셔서 조금 마음이 아픈데, 내가 보여주는 수밖에 없다. 그게 답이다”라고 말했다.

이어진 부상으로 기대했던 역할을 다하지 못했다는 것에 대한 미안함. 무엇보다 나성범의 활약이 있어야 팀도 살아날 수 있기 때문에 개인 성적을 내면서 팀을 움직이겠다는 뜻이다.

물론 올 시즌 팀 상황이 핑크빛은 아니다. 앞서

굳게 자리를 지켜왔던 레전드 최형우와 함께 지난 시즌 위기 상황에서 ‘임시 주장’으로 좋은 역할을 해줬던 박찬호가 FA로 이적하면서 전력 공백이 생겼다. 각별했던 이들과의 작별은 아쉽지만 야구는 동료들과 함께 하는 것이니까 기대감으로 새 시즌을 맞겠다는 각오다.

나성범은 “어느 시즌이든 선수들이 빠지고 들어온다. 마음은 아쉽지만 어쩔 수 없다”며 “올 시즌 재미있을 것 같다. 동료들하고 함께 ‘으쌰으쌰’하면서 갈 생각이다. 이럴 때는 더 긍정적으로 생각하면서 해야 한다. 야구라는 것이 그렇다. 멤버가 좋으면 더 좋은 성적이 날 확률이 높겠지만 10등이 1등을 이기는 게 야구다. 아시아워터도 있고, 새로 선수들도 들어오기도 했으니까 그것에 맞춰서 또 가면 될 것이다. 지금 선수들로 충분히 좋은 성적 낼 수 있을 것이라고 생각한다”고 말했다.

최형우를 삼성으로 떠나보낸 이범호 감독은 ‘지명타자’ 카드로 베테랑 타자의 공백을 채울 계획이다. 나성범과 함께 역시 지난 시즌 부상으로 고전했던 김선빈, 김도영을 전략적으로 지명타자로 배치해, 타선의 핵심 3인방이 최상의 컨디션으로 풀 타임을 소화할 수 있게 하는 게 이범호 감독의 구상이다.

이에 대해 나성범은 “꾸준히 지명타자를 했던 선수가 아니라서 어색하지만 이제는 나이도 있고 그런 부분에 빨리 적응해야 할 것 같다. 2020년에 무릎을 수술하고 돌아왔을 때도 지명타자를 틀어가면서 했었다. 수비도 나가고 지명타자도 하면서 했었다”며 “타격에 집중하면서 할 수 있고, 체력을 세이브 했다가 수비도 나갈 수 있으니까 좋은 방향으로 갈 수 있을 것 같다”고 언급했다.

/김여울 기자 wool@kwangju.co.kr

베네수엘라 하늘길 막혔다 KBO리그에도 불똥 트었다

MLB·KBO 선수 이동 차질

미국이 니콜라스 마두로 베네수엘라 대통령을 제포하기 위해 전격적인 군사 작전을 단행하면서 전 세계 스포츠계에도 비상이 걸렸다.

미국 스포츠 전문 매체 ESPN은 7일(한국 시간) “미국의 군사 작전 여파로 베네수엘라에 체류 중인 수많은 프로 선수, 특히 미국프로야구 메이저리그(MLB) 소속 선수들의 이동 일정에 큰 차질이 빚어지고 있다”고 보도했다.

현재 베네수엘라에서는 원터리그가 한창 진행 중이었으나 이번 사태로 플레이오프 경기가 전면 중단됐다.

미국 정부가 작전 당일인 3일(현지시간) 카리브해 일부 지역에 비행 제한 조치를 내리면서 항공편이 줄줄이 결항했고, 현지에 머물던 선수들의 발이 묶인 것이다.

MLB 개막 로스터에 포함된 베네수엘라 출신 선수는 60명이 넘으며, 마이너리그와 원터리그 참가 선수를 합치면 그 수는 훨씬 늘어난다. 스프링캠프 시작까지 약 한 달의 시간이 남아 있지만, 항공 대란이 장기화할 경우 캠프 합류 일정은 불가피하다.

클리블랜드 가디언스, 블리모어 오리올스 등 MLB 구단들은 일제히 “선수들과 연락해 안전을 확인했다”면서도 리그 사무국의 지침에 따라 구체적인 언급은 아끼고 있다.

일부 선수는 육로를 통해 필사의 탈출을 감행하기도 했다.

미국프로축구(MLS) FC 신시내티의 유망

주 아이르 고메스는 구단의 도움을 받아 베네수엘라에서 육로로 국경을 넘어 콜롬비아로 이동한 뒤, 그곳에서 비행기를 타고 미국으로 들어온 것으로 알려졌다.

한국프로야구 KBO리그에도 불똥이 트었다.

올 시즌 KBO리그에서 뛸 외국인 선수 가운데 베네수엘라 국적은 해럴드 카스트로(KIA 타이거즈), 요니 카리노스(LG 트윈스), 요나탄 페라자, 윌크 에르난데스(이상 한화 이글스), 빅터 레이예스(롯데 자이언츠) 등 5명이다.

스프링캠프 시작을 앞두고 외국인 선수들의 입국 일정을 조율 중이던 KBO 구단들은 사태를 예의주시하고 있다.

이들 5명 가운데 당장 신변에 문제가 생긴 선수는 없고, 일부 선수는 이미 베네수엘라를 벗어난 것으로 알려졌다.

미국은 2019년부터 베네수엘라 직항 노선 운항을 중단해 그동안 선수들은 파나마나 콜롬비아 등을 경유해 이동했다.

하지만 이번 군사 작전으로 인근 국가로 이동하는 것조차 쉽지 않은 상황이라 각 구단은 선수들의 안전 확인과 함께 우회 입국 경로 확보에 분주한 모습이다.

KBO 사무국 관계자는 “베네수엘라 출신 선수 신변과 관련해 특이사항을 보고한 구단은 없다”면서 “이후에 협조 요청이 온다면 리그 차원에서도 방안을 강구할 것”이라고 밝혔다.

/연합뉴스

국가대표 양민혁 EPL ‘성큼’

챔피언십 강등권 팀서 1위 코번트리로 임대

축구 국가대표 공격수 양민혁(19·사진)이 잉글랜드 챔피언십(2부) 1위 코번트리 시티에서 새 출발한다.

양민혁의 원소속 구단인 토퍼넘 히스퍼는 7일(한국시간) 양민혁을 올 시즌 잔여기간 코번트리에 임대한다고 발표했다.

챔피언십 21위로 강등권 언저리에 있는 포츠마스에서 올 시즌 전반기를 소화한 양민혁은 이로써 후반기를 1위 코번트리에서 보내게 됐다.

양민혁은 지난해 1월 K리그1 강원FC를 떠나 토퍼넘으로 이적했다.

하지만 토퍼넘에서 데뷔하는 대신 챔피언십 퀸스 파크 레인저스에서 첫 시즌을 보내며 14경기 2골 1

도움을 올렸다. 이어 2025-2026 시즌을 앞두고는 포츠마스로 임대돼 반시즌 동안 15경기 3골 1도움을 기록했다.

코번트리는 홈페이지에 양민혁의 A매치 기록과 2024년 K리그에서 12골을 넣고 잉글레이어상을 받은 이력을 소개하며 합류를 반겼다.

코번트리는 잉글랜드와 첼시의 ‘레전드’ 프랭크 램퍼드 감독이 지휘하고 있다.

램퍼드 감독은 현역 시절 첼시의 3차례 프리미어리그(EPL) 우승에 기여했으며 잉글랜드 대표팀에선 106경기 29골을 기록했다.

지도자가 된 뒤에는 더비 카운티, 첼시, 에버턴 등을 지휘했으며 2024년부터 코번트리를 맡아



Sky Blues snap up Yang Min-Hyeok on loan from Tottenham Hotspur

EPL 승격을 눈앞에 뒀다.

양민혁은 “훌륭한 전통과 역사를 가진 코번트리에 합류하게 돼 매우 기쁘고 설렌다”면서 “감독님이 날 어떻게 활용할 계획인지, 내가 어떻게 적응하면 되는지 아주 명확하게 설명해줘서 이곳이 나에게 맞는 곳이라는 확신이 들었다”고 말했다. /연합뉴스

스크린골프 TGL, 여자리그 닷 올릴까

우즈·매킬로이 주도…LPGA·한국 선수 등 참여 기대

타이거 우즈(미국)와 로리 매킬로이(북아일랜드) 등 미국프로골프(PGA) 투어 정상급 선수들이 참여하는 스크린 골프 대회 TGL의 여자부 경기가 2026-2027 시즌 막을 올린다.

미국여자프로골프(LPGA) 투어는 7일 TGL을 운영하는 TMRW 스포츠와 함께 “2026-2027 시즌부터 WTGL 경기를 개최한다”고 밝혔다.

다만 어떤 선수들이 참여하게 될 것인지 또는 몇 개 팀으로 리그를 운영할 것인지와 같은 세부 내용은 공개되지 않았다.

미국 스포츠 전문 매체 ESPN은 “넬리 코다, 메건 캉(이상 미국), 지노 티파운(태국)은 예전 TGL 경기를 보며 자신의 소셜 미디어에 반응을 보인 적이 있다”며 “로즈(미국)은 TGL 팀인 베이 골프클럽의 투자자이기도 하다”고 전했다.

우즈와 매킬로이 등이 중심이 돼 창립한 TGL은 현재 두 번째 시즌을 진행 중이다. 한국 선수로는 김주형이 우즈와 같은 팀으로 출전하고 있다.

WTGL이 창설되면 다수의 한국 선수가 뛰게 될 가능성이 크다. /연합뉴스



TGL 경기장 전경.

/연합뉴스