



서상기 회장이 2014년 국민생활체육회의 운영방향과 사업계획에 대해 설명하고 있다. 서 회장은 2013년 4월 제9대 회장에 취임한 이후 전국 생활체육 현장을 누비며 생활체육계의 공정문화 확산과 스포츠시스템 선진화를 위해 노력해 오고 있다. 사진제공 | 국민생활체육회

“동호인 1000만명 시대 연다”

국민생활체육회 서상기회장 신년 인터뷰

“생활체육 저변확대 목표…참여율도 60%대 확대”
선진국형 시스템 정착 위해 올해 사업자 10곳 추가
어르신·청소년 체육활동 위해 ‘찾아가는 서비스’

생활체육 7330

“생활체육 참여율 60%, 동호인 1000만명이 목표다.”

우리나라 생활체육의 본산인 국민생활체육회의 서상기 회장은 신년을 맞아 의욕에 차 있었다. 서 회장은 지난해 4월 제9대 회장에 취임한 이후 스포츠시스템의 선진화, 생활체육 서비스의 만족도를 높이기 위해 전국 현장을 누벼왔다. 특히 전국종목별연합회 성과평가를 시행해 업무경쟁력을 높이고 시·도 및 시·군·구 생활체육회의 자정 실천, 회계교육 등을 통해 생활체육계에 공정문화를 확산시킨 공로를 높이 인정받고 있다.

서 회장에게 새해 국민생활체육회의 운영방향과 계획을 들어보았다.

- 올해 우선적으로 해결해야 할 과제는 어떤 것인가.
“스포츠시스템의 선진화이다. 이제 우리나라는 스포츠강국을 뛰어넘어 스포츠선진국으로 나아가야 한다. 스포츠선진국은 언제 어디서 누구나 손쉽게 생활체육을 즐길 수 있는 나라다.”
- 스포츠선진국으로 나아가기 위한 구체적인 계획은.
“올해는 생활체육법 제정에 방점을 찍겠다. 생활체육과 전문체육의 유기적인 연계가 필요하다. 그러자면 생활체육의 법적 기반이 탄탄해야 한다. 국민생활체육회가 생활체육진흥법을 추진하는 이유가 여기에 있다. 다양한 사업도 준비하고 있다. 생애주기별 특성에 맞는 생활체육 프로그램이 대표적이다. 유소년기, 성인기, 은퇴기에 맞는 맞춤형 프로그램이다.

2017년까지 국민의 생활체육 참여율을 현재의 40%대에서 60%대로 높이고, 등록 동호인을 400만명에서 1000만명으로 끌어올릴 것이다.”

- 종합형 스포츠클럽에 대한 관심이 높아지고 있다.

“선진 스포츠시스템 정착을 위해 지난해 종합형 스포츠클럽 9곳을 시범운영했다. 공모를 통해 운영사업자를 선발하고 연간 3억원을 지원했다. 올해는 10곳을 추가해 19곳을 운영하게 된다. 정부는 2015년 32곳, 2017년 229곳으로 확대하겠다는 계획을 갖고 있다. 국민생활체육회는 스포츠클럽을 통해 생활체육 동호인과 전문선수가 공존하는 시스템을 발전시켜 나갈 것이다.”

- 평소 어르신체육활동을 강조하고 있는데.

“우리나라는 100세 시대를 눈앞에 두고 있다. 생활체육은 고령화 사회에서 매우 중요한 키워드이다. 국민생활체육회는 노인 건강체조 프로그램을 전국 노인시설에 보급하는 한편 운동용품을 보내고 있다. 지난해에는 2000곳에 용품을 지원하고 생활체육지도자 1080명을 파견해 순회 지도활동을 벌였다. 올해도 이러한 사업은 계속된다. 전국의 경로당을 ‘운동하는 곳’으로 바꾸는 것이 우리의 목표다.”

- 청소년 체육활동 지원은 어떻게 하게 되나.

“학교폭력, 따돌림, 게임중독과 같은 청소년문제를 해소하기 위해 생활체육의 역할을 더욱 강화할 계획이다. 학교체육과 연계해 다양한 청소년체육활동 프로그램을 진행하게 된다. 전국 4000개 학교를 대상으로 ‘산나는 주말생활체육학교’를 운영하고, 학교스포츠클럽리그를 종전 3개 시·도, 7종목에서 17개 시·도, 10종목으로 확대한다. 농어촌 초등학교를 지도자들이 직접 찾아가겠다.”

서 회장은 “건강하게 살 수 있는 비결이 생활체육”이라며 “새해에는 국민 모두가 생활체육 7330를 실천해 건강과 행복을 얻기 바란다”고 말을 맺었다.

양형모 기자 rambi@donga.com 트위터 @rambi361

“한 평 공간에서 요가할때도 선율을 탄다”

스타 7330

| 피아니스트 이효주의 요가 예찬

프랑스 유학시절 요가수업 참가했다가 폭 빠져
연주회 전 마인드컨트롤·호흡 조절에 큰 도움



20세기 최고의 피아니스트 중 한 명인 빌헬름 바하우스는 85세에 죽음을 맞이까지 무려 4000회가 넘는 연주회 무대에 섰다. 말년의 그에게 한 기자가 물었다. “선생님께서서는 연주하지 않을 때 무엇을 하십니까?”. 그러자 별 이상한 질문을 한다는 얼굴로 기자를 바라보던 바하우스가 말했다.

“연습을 하지.”

피아니스트들은 한결같이 ‘피아니스트는 고된 직업’이라고 입을 모은다. 연습이 연주이고, 연주가 연습이다. 피아니스트들이 건반을 두드리고 있는 모습을 보고 있으면 피아노 연주라는 것은 상당히 육체적인 예술행위가 아닌가 하는 생각이 들곤 한다. 땀에 젖어 얼굴에 드러워진 머리칼, 머리 위에서 내리꽂히는 독수리 같은 두 손을 보고 있으면 더욱 그렇다. 우리나라 여자 피아니스트 중에서 파워풀한 연주로는 첫 손가락에 꼽히는 이효주(28)가 추천한 7330 운동은 요가였다.

●칭찬으로 시작한 요가 “이전 호텔 방에서도 합니다.”

“프랑스 유학시절에 우연히 요가수업에 참가했다가 폭 빠져다. 어려서부터 몸이 유연한 편이었는데 첫날부터 다리가 머리 위로 척척 올라가니까 선생님이 놀라더라. 내가 칭찬에 워낙 약하다. 잘 한다고 하니까 더 열심히 하게 되더라(웃음).”

이효주는 파리국립고등음악원 시절 함께 수학하던 이정란(첼로), 박지윤(바이올린)과 트리오 제이드를 창단했다. 요가수업을 처음 받은 다음날은 제이드의 졸업시험 날이었고, 제이드는 실기시험에서 1등을 했다. ‘요가가 음악에도 도움이 되는구나’ 싶은 마음이 드니까 더욱 요가에 애착이 가게 됐다.

이효주는 “요가는 한 평의 공간만 있으면 언제 어디서든 할 수 있는 운동이다. 직업상 호텔생활을 할 때가 많은데 요가만큼 요긴한 운동이 없다”며 요가에 대한 칭찬을 아끼지 않았다.

●최악의 피아노를 만나도 든든한 이유는

피아니스트가 다른 악기 연주자와 다른 점은 자신의 악기로 연주할 수 없다는 것이다. 연주 때마다 새로운 피아노를 만나고, 적응해야 한다. 연극무대에서 연주할 때는 경사가 진 무대에서 고음으로 갈수록 손이 하강하는 경험도 했다. 어느 지방 연주회에서는 물난리가 나는 바람에 해마다 물이 물을 먹어 ‘축축한 소리’가 났다.

최악의 기억은 싱가포르에서의 일. 피아노 뚜껑을 열기 위해 손을 땀가 패었더니 두 손바닥이 새까매져 있었다. 원래 흰색 피아노인데 연주회의 격식을 차린다고 주최 측에서 두 시간 전에 까만 페인트칠을 해놓았던 것



우리나라 클래식 음악계를 이끌 젊은 피로 손꼽히는 피아니스트 이효주. 이효주는 프랑스 유학시절에 접한 요가를 음악에 접목한 요가 마니아이기도 하다. 사진제공 | MOC production

이다.

이효주는 “그래서 연주 전 피아노 상태 점검 못지않게 마인드컨트롤이 중요하다”고 했다. 호흡을 조절하고, 성공적인 연주를 위해 마음을 다잡는 데에도 요가는 큰 도움이 된다.

이효주는 1월 16일 창원시향과의 생상스 피아노 협주곡 2번 협연으로 올해 연주활동의 문을 연다. 오케스트라 협연뿐만 아니라 독주회, 듀오, 트리오 제이드 연주 등으로 바쁜 일정을 보내야 한다.

“10년 후, 아니 40대와 60대에는 어떤 연주를 하게 될까 생각할 때가 있다. 지금 연주하는 베토벤과 10년 후의 베토벤은 다를 것이다. 그런 기대감을 안고 올해도 연주할 것이다. 많은 분들이 들어주셨으면 좋겠다.”

양형모 기자

미사리 경정장의 흑한기 휴장으로 1월1일자부터 31일까지 한달간 경정 출주표가 빠집니다.

23013년 광덕신약(주) 오디코디 황제(수)를 애용해주신 고객님께 사은행사

대통령상 수상, 국제발명대회, 금상 수상, 국내 100대 우수 특허제품 대상

2014년 갑오(甲午)년 고객감사 할인 행사!

염색 비싸지 않아요! 세수하듯 저렴하게 드립니다.

23013년 오디코디 황제(수)를 애용해주신 고객님께 사은행사 실시

황제

간편	빠름	저자극	경제성
상주화도 마린에 드로	3분 만에 염색 완성 (전, 후염색, 온도, 물에 따라 다름, 2014년 1월 1일 부터)	7가지 천연 식물 성분 80% 저자극 상부용 (탈모도 40%)	980원 용량으로 60회 사용(보통 기준) 1회 염색에 1,700원!



₩55,000원 (택배비 고객부담)

할인행사 종료 안내

본 행사는 1,000세트 한정 판매하는 제품으로 제품 소진 시 행사가 종료됩니다.



- 대통령표창 1회
- 국무총리표창 1회
- 장관상(신자부2회, 지경부1회) 3번
- 장관상(문화체육2회, 중기청장2회) 3회
- 대통령인도발령특허대선
- 세계발명인원회장 특별상
- 서울국제발명대전 금상&WFO특별상 등 다수

- 이런분께 권해드립니다!
- 염색시 두피가 걱정되어 염색이시는 분
- 비싼 출근길, 회사에서 머리카락이 가늘어 고민하시는 분
- 건강하고 아름다운 머리카락을 원할때
- 염색으로 인한 탈모가 걱정되시는 분
- 제머후에 염색이 푸틴스러워 염색이시는 분
- 염색시 눈이 따갑고 눈물이 나시는 분

오디코디황제수

더 자세한 내용을 원하시면 인터넷 검색창에서 오디코디 황제수를 검색해 주세요.
www.hairdye.co.kr

옷 타지 않는 스피드 10분 허브 염색

더그린 Gold 허브

옷이 전혀 타지 않는 10분 스피드 허브 염색!

염색 시 옷이 전혀 타지 않는 염색제 “더그린 골드 허브”는 천연 銀 5가지 특허성분 80% 함유 되어 옷이 전혀 타지 않는 신제품입니다. 기존 일반 허브염색은 염색시간이 1시간정도 소요되었으나, 본 제품은 1번 도포 후 5분, 2번 도포 후 5분 10분대 빠르고 편리한 허브 염색제입니다. 용량 또한 240g으로 남성 기준으로 15회 염색 할 수 있습니다.

2만원 x 3박스 = 60,000
특별 판매가격 : 50,000

옷 타시는 분은 반드시 본 제품을 주문하십시오

상담문의 1600-8646
제조원 : 광덕신약(주)