

인지도 믿지 마라...축도 무너질 수 있다

선수들 전력질주로 몸상태 체크
금요경주 보단 토·일 경주 강추



오랜 휴장기를 마친 경륜 레이스가 이전과 다른 양상의 분위기를 보이고 있는 만큼 베틱의 주의점과 주목할 부분에 관심이 모이고 있다. 광명스피돔에서 펼쳐진 경륜 경주 모습. 사진제공 | 국민체육진흥공단

오랜 휴장기를 겪은 경륜 경주는 이전과 다른 양상을 보였다. 수도권 사회적 거리두기 2단계 격상으로 24일부터 12월 7일까지 광명 스피돔에서의 경주가 다시 중단됐지만, 부산스포돔과 창원경륜공단에서는 정상적으로 진행된다. 베틱에 주의할 부분과 주목할 부분을 '마지막 한 바퀴' 김동우 경륜전문 분석가와 함께 짚어 본다.

●기존 점수와 인지도를 맹신하지 마라

광명 44회차 경주에서는 선발급 축으로 나선 오진우(B1 11기 42세), 오정석(B1 8기 41세)이 부진한 경기를 펼쳤다. 오정석은 시드를 받은 경주에서 단 한 번도 승수를 추가하지 못했고, 우수급에서 오랜 기간 활동한 오진우는 금요·일요 경주 우승을 차지했지만 정작 결승 진출이 걸려 있는 중요한 토요 경주에서는 착오했다. 우수급으로 강급된 유태복(A1 17기 36세)은 토요 경주에서 백전노장 박종현(A1 6기 53세)에게 탈미를 잡으며 2차에 그치는 의외의 성적을 거뒀다. 인지도로만 본다면 우수급에서는 모든 경주에서

●인터벌 시속을 간과하지 마라

예전에는 몸을 푸는 선에서 가볍게 타는 경우도 많았지만 지금은 선수들 대부분이 전력 질주를 통해 본인의 몸 상태를 체크하는 편이다. 광명 45회차 경주만 봐도 인터벌 시속이 빨랐던 윤진규(B1 25기 26세), 이복희(B1 24기 27세), 한탁희(A2 25기 26세), 문인재(A2 24기 29세) 등이 기대 이상의 성적으로 두각을 나타냈다.

●금요경주는 베틱의 무게를 가볍게

선수 대부분 금요경주 경기력이 한주를 결정하는 만큼 금요경주에선 승부의

●등급에 따라 전략을 달리하라

등급에 따라 변화의 차이가 있다. 선발과 우수급은 축들이 무너지며 이변이 잦다. 하지만 특선급은 축 선수들이 대부분 경제적 여유로 기량을 유지해왔고 자신의 역할을 하고 있다. 따라서 선발과 우수급에서는 종교배당을, 특선에서는 저배당 위주의 베틱 전략이 요구된다.

●등급에 따라 전략을 달리하라

무게를 가볍게 하는 것이 좋다. 선수들을 다각도로 관찰하는데 중점을 두며 눈도장을 찍었던 선수는 토·일 경주에 무게감을 두는 전략을 선택하자.

정용운 기자 sadzoo@donga.com

광명 스피돔·미사 경정장, 다시 경주 중단

광명 스피돔과 미사 경정장에서 열린 경주가 또다시 멈추게 됐다. 신종 코로나바이러스 감염증(코로나19)이 확산되면서 수도권에서 경륜·경정 영업이 중단됐기 때문이다. 정부는 22일 오후 열린 중앙재난안전대책본부 회의에서 코로나19 확산세가 거센 수도권의 사회적 거리두기를 1.5단계에서 2단계로 격상했다. 이로써 지난달 30일 8개월 여의 임시 휴장을 마무리하고 부분 재개장한 경륜·경정이 한 달도 채 운영하지 못하고 다시금 휴장에 들어가게 됐다. 단 부산스포돔과 창원경륜공단에서 개최하는 경륜 경주(서면·광복·김해지점 포함)는 정상적으로 진행된다. 충청권에 위치한 대전·천안지점도 입장 좌석의 20% 내에서 운영한다. 이번 임시 휴장은 방역당국의 발표대로 24일부터 12월 7일까지이며, 추후 코로나19 확산 여부에 따라 변동될 수 있다. 향후 재개장 일정은 확정되는 즉시 공지될 예정이다. 기타 자세한 사항은 경륜(www.kcycle.or.kr), 경정(www.kboat.or.kr) 홈페이지와 통합 콜센터(02-2067-5000)로 문의하면 된다.

경륜·경정 장비지점 비대면 문화교실 시범운영



국민체육진흥공단(이사장 조재기) 기금 조성 총괄본부는 경륜·경정 장비지점을 활용해 비대면(언택트) 문화교실을 시범 운영한다. 그동안

안 경륜·경정 장비지점 문화교실은 비경주일 경주 관람시설을 지역주민에게 개방했다. 다양한 건전문화 프로그램 활동을 전개해 공공기관으로서 사회적 가치 제고를 위해 운영해왔다. 하지만 코로나19가 확산된 2월 전 지점 문화교실이 전면 휴장에 따라 9개월 간 운영을 하지 못했다. 최근 각종 시설들이 제한적이지만 운영됨에 따라 문화교실을 다시 열어야 한다는 주민의 요청으로 경륜·경정 측은 개선방안을 고민한 끝에 비대면으로 문화교실을 시범 운영하기로 결정했다. zoom 앱을 활용해 강사와 수강생이 온라인 대면 형태로 운영되며 프로그램의 전달력을 높이기 위해 수강생은 최대 20명 이내로 제한할 예정이다. 온라인으로 수업이 가능한 스포츠댄스, 노래교실, 생활영어 강좌 등 기존 문화교실 회원 대상으로 장안·분당지점 등에서 프로그램이 시범 운영된다. 수강료는 전액 무료이다. 정용운 기자

긴 휴장기 겪은 경정 입상의 변수 '몸무게'

온라인 경주 많아 '모터 배정' 중요
모터 성능 끌어올리는데 체중 영향



체중 조절이 재개장 후 펼쳐진 경정 레이스에서 가장 중요한 입상 요인으로 꼽히고 있다. 미사리 경정장에서 스타트를 하고 있는 선수들. 사진제공 | 국민체육진흥공단

경정이 또다시 멈췄다. 오랜만에 경주를 재개한 미사 경정장이 수도권 사회적 거리두기 2단계 격상으로 24일부터 12월 7일까지 경주가 중단된다.

짧은 기간이었지만 재개장 이후 경주에서 선수들에게 가장 중요한 입상 요인으로 작용한 것은 몸 상태 관리, 즉 체중 조절이었다. 지난 4일 재개장 당시 8개 경주 모두 온라인 경주로 시행됐고, 지난 주부터 10개 경주로 늘어나며 플라잉 스타트 방식의 경주도 도입됐다. 하지만 3개 경주만 플라잉 스타트 방식이었고 대부분의 경주는 온라인 경주로 치달았다.

온라인 경주는 플라잉 스타트 방식의 경주에 비해 선수의 관여도가 다소 떨어지는 편이다. 좋은 성능의 모터를 배정받는 것은 순전히 운에 기댈 수밖에 없다. 이로 인해 선수들은 주로 모터의 성능을 최대한 끌어올리기 위해 정비와 체중 감량에 신경 쓸 수밖에 없다. 온라인 경주에서 몸무게가 차지하는 비중은 모터의 성능 못지않게 중요하다. 체중이 많이 나가면 피트 아웃을 할 때 순간가속이 가벼운 선수들에 비해 늦게 불기 때문에 스타트에서 좀처럼 우위를 잡을 수 없다. 상대적으로 남자 선수에 비해 가벼운 여자 선수

들이 대체로 온라인 경주에서는 강세를 보인다. 그렇기 때문에 한계 체중(여자는 51kg, 남자는 55kg) 근처까지는 몸무게를 맞춰 놓는 것이 유리하다. 하지만 장장 10개월이 넘는 공백 기간으로 인해 선수들이 제대로 체중 관리에 신경을 쓰지 못했을 가능성이 높고, 실제로 개장 이후 이러한 현상이 눈에 띄게 드러났다. 이는 12월 7일 이후 재개장됐을 때에도 마찬가지로 고려해야 할 요소다. 지난 재개장 첫 주였던 42회차에서 상당수의 선수들이 이전보다 몸무게가 늘어난 상태로 입소했다. 정민수(B2 1기 46세)는

4kg이 늘어 61kg의 몸무게로 입소해 지난 주까지 온라인 경주에서 전혀 힘을 발휘하지 못했다. 한중석(+3kg), 최진혁(+5kg), 임광호(+3kg), 김현덕(+3kg) 등 많은 선수들의 체중이 증가했다. 43회차에서 14기 문성현(B2 14기 30세)은 무려 7kg이 늘어 74kg의 몸무게로 입소했다.

온라인 경주에서는 60kg만 넘어도 매우 불리하다. 선수들도 당분간 신형 모터보트에 적응하는 문제나 경기감각 회복 같은 중요한 부분도 있었지만, 무엇보다 최적의 몸 상태로 만드는 것이 선결 과제다. '경정 원저'의 황영인 예상 전문가는 "경정운영본부에서는 경주 중간마다 해당 경주 출전 선수들의 입소 후 몸무게와 경기 시작 2시간 전의 몸무게를 비교해 화면에 송출하고 있다"며, "간혹 눈에 띄게 몸무게 변화가 일어난 선수들이 있으므로, 온라인 경주에서 반드시 세심하게 체크해야 한다"고 충고했다. 정용운 기자

'자본공유앱' 발명특허 등록 제10-2143479호

소득주도성장, 혁신성장, 공정경제
흔들림없이 추진합니다

소득주도성장, 혁신성장, 공정경제
흔들림없이 추진합니다

YouTube '성경 경제부학' (1~10부) 시청 후 문의바람

후손과 1030세대를 위한 인류의 유일한 단일회사 - 스마트플랫폼 하이우분투(주)

기본소득 300만원 평생지급

반려동물 (개, 고양이) 까지 기본소득 150만원 지급 (선착순/가구당 1마리씩)

일자리도 없는데 대학가기 위해 **수능은 왜 보나?**
무식한 교육부야! / 등신 학부모야! / 철밥통 관료들야!
씩을 때로 씹어 줌비와 다름없는 정치인들야

이생망, 맹조선, 흠수저, 자살송을 퍼트리며 자살하는
- 1030세대 (39세까지) 알

문의처
세계교회 대학신 "종교개혁 500주년 기념" 등극!!!
● 총재 황관복 목사 010-6249-5892 ● 비서실장 임승호 목사 010-5329-9097 ● 사무총장 윤병모 목사 010-5063-8831 ● 사무국장 김성만 목사 010-4277-0691 ● 본부교회 김기성 목사 010-4688-3491

● 서울 백인초 010-6462-6712 / 역삼 황비 010-5647-5428 / 김석우 철국장 010-7653-5373 / 이주자 010-9339-8649 / 신비전 010-9220-4334 / 김명배 010-8290-8801 / 강명석 010-3274-5289
● 부산 김최주 010-9852-6452 / 백삼석 010-7309-1000 / 민영수 010-5118-5263 / 김현성 010-3315-1517 / 심정희 010-5644-2788 / 윤영기 010-4424-7161 / 우영남 010-4741-7008
● 창원 010-7374-4111 / 서재은 010-8770-2935 ● 대전 김진구 010-8029-0059 / 김용환 010-3742-5998 / 전달민 010-2391-8259 ● 대구 전영희 010-4846-4950
● 울산 시영원 010-8003-5323 / 최혁수 010-4830-1810 ● 창원 이철배 010-3572-4616 / 이승현 010-5769-0532 ● 천안 김태덕 010-6258-3510 / 문영수 010-8904-3424
● 인천 박윤표 010-3227-0993 / 주만 홍원표 010-6717-1779 / 서도원 010-3489-4190 / 김호중 010-8488-2999 ● 김포 정재호 010-6416-1888 ● 이천 박찬석 010-4707-2659
● 원주 010-5177-9479 ● 여주 삼근영 010-8513-3833 ● 용인 김기영 010-6285-7653 ● 수원 원만드리아 010-3435-0158 / 박우영 010-5221-8119 / 김명태 010-8005-3616
● 경기 남부 황태도 010-6806-1931 / 노수림 010-5153-5983 ● 평강 강명철 010-5463-6952 ● 중국 충동우 010-4280-4616 / 남미옥 010-6852-8897 ● 하와이 윤이나 010-8763-8742

하이우분투(주)
1644-6733