

평준화된 선수 기량...모터·코스 확인 꼭!

최근 모터기력이 경주 주도 양상
중하위 선수 지정훈련 점점 중요
회전 이점 1코스, 1착 75회 최다

29회 차까지 불과 8경주(플라이 6경주 온라인 2경주) 밖에 열리지 못했던 경정이 온라인 배팅이 시작되며 8월 25일 30회차부터 12경주로 늘어났다. 선수들은 출전기회가 늘어나 전보다 많은 경주에 출전하다보니 서서히 예전의 기량을 되찾고 있다.

올 시즌 경주 양상은 예년과 사뭇 다르다. 기존 강자들이 안정적인 경주운동을 펼치는 가운데, 중하위권 선수들의 약진이 두드러진다. 중하위권 선수들이 지정훈련에서 보여준 좋은 모습을 그대로 실전경주까지 이어가 배당을 터트리는 경우가 자주 생기고 있다.

●달라진 선수 기량과 모터 기력의 상관관계

전에는 선수의 경기능력이 모터의 소 개항주기복보다 승패를 결정하는데 더 영향을 미쳤다. 선수의 경기능력은 스타트, 1턴 전개, 모터정비력 등을 종합한 역량이다. 모터는 소개항주(150m 백스트레치 직선구간 측정치) 기록을 말한다. 지금까지는 기존 강자들이 모터가 다소 열세여도 스타트 능력과 1턴에서의 노련함으로 경주를 풀어 좋은 결과를 얻었다.



경정 레이스에서 물보라를 일으키며 빠르게 턴을 하는 선수들. 온라인 발매 이후 경주 수가 늘면서 모터가 승부에 미치는 영향이 커지고 중하위권 선수들이 약진하는 등 예년과 다른 모습이 보이고 있다. 사진제공 | 국민체육진흥공단

그런데 요즘은 모터의 기력이 경주를 주도하는 모습이 자주 보인다. 30회차의 2일 5경주에 출전한 김성찬(14기 34세 B2), 정세혁(15기 29세 B1)은 출전선수 중 약체로 평가받았다. 1코스의 김중희(4기 50세 B1)가 랭킹 4위인 106번 모터와 함께 나서 기대를 모았다.

하지만 경주가 시작되자 4코스의 김성찬이 78번(착순점 6.58 랭킹 9위) 모터와 함께 0.17초라는 좋은 스타트감을 활용해 경기를 주도했다. 이어 정세혁이 랭킹 1위인 74번(착순점 8.24) 모터를 활용해 휘감아찌르기 전법으로 동반입상하며 상승식 48.2배를 기록했다.

●중요도 커진 지정훈련

현재 선수들은 화요일 지정훈련을 통해 모터기력과 스타트감, 1턴 전개 등을 점검하며 실전을 대비한다. 그동안 실력이 돋보이는 몇몇 선수들은 화요일훈련에서 스타트감과 모터기력만 점검하고, 1턴 전개는 생략하는 경우가 많았다. 경정전문가들은 통상적으로 선수들의 화요일 지정훈련을 점검하면서도 “연습은 연습일 뿐”이라며 큰 비중을 두지 않았다.

그보다는 출표표를 보면서 선수들의 기존 기량을 파악했다. 하지만 요즘은 중하위권선수 중에 지정훈련에서 보여준 스타트 집중력과 적극적인 1턴 전개를

실전에서 그대로 보여주고 있어 훈련상황을 파악하는 것이 중요해졌다.

●1~3위 입상코스과 전법의 공학

전반기를 분석한 결과 1착을 가장 많이 한 코스는 1코스로 전체 31.2%인 75회였다. 주력 전법은 인찌르기다. 이어 2코스가 42회(찌르기15회 휘감기 27회), 3코스가 41회(찌르기 7회, 휘감기 29회, 휘감아찌르기 5회) 순이었다.

2착은 2코스가 가장 많은 58회(24.1%)를 기록했다. 전법은 찌르기 37회, 휘감기 9회, 휘감아찌르기 2회, 붙어돌기 10회였다. 3착은 2코스, 5코스가 각각 42회(전체 17.5%)로 많았다. 2코스의 경우 주력 전법은 찌르기 31회, 휘감기 2회, 붙어돌기 9회였다. 5코스는 찌르기 11회, 휘감아찌르기 20회, 붙어돌기 11회를 기록했다. 회전반경이 짧은 1코스가 1착을 가장 많이 했고 2착은 코스 장점과 전개상 유리한 2코스이며 3착은 2코스, 5코스로 나타났다.

이서범 경정코스 경기분석 위원은 “예년과 다르게 신인으로 평가받는 15, 16기들도 좋은 모터를 배정받으면 얻은 경주를 주도해 나갈 수 있는 기량향상을 보여 무작정 기존 강자들을 맹신하면 안된다”며 “출전 선수들의 훈련내용과 모터기력을 종합적으로 분석하는 것이 좋다”고 조언했다.

김재범 기자 oldfield@donga.com

온라인발매 개시로 경주 확대 경정 선수들 수입도 회복되나

공단, 경주 수 하루 15경주 내외로 확대 계획

국민체육진흥공단(이사장 조현재) 경주사업총괄본부는 8월초부터 시작된 경륜·경정 온라인 발매가 정상적으로 운영됨에 따라 경정선수들의 수입이 코로나19 이전으로 회복 가능하다는 전망을 내놓았다.

25일(30회차)부터 1일 8경주에서 12경주(플라이스타 10경주, 온라인스타트 2경주)로 늘어났고 입소 선수도 1일 36명 이내에서 54명 이내다. 여기에 공단은 경주 운영 상황 등을 고려해 조만간 경정 경주 수를 1일 15경주 내외로 확대하겠다고 밝혔다. 정상적 경주 운영을 위해 회차별 입소 선수도 단계적으로 70여명 수준까지 확대해야 한다.

경정선수는 입소해 경주에 출전하면 순위별 성적상급과는 별도로 출주상급, 출전준비금, 안전상급 등을 통해 일정금액을 받는다. 연간 정상적인 경주를 진행한 2019년을 기준으로 경정선수 상급왕은 연간 1억7000만 원을 받아들였으며 2위부터 10위까지는 평균 1억5000만 원이었다. 평균연봉은 5700만 원 수준이다.

온라인을 통해 경륜·경정 경주권을 구매할 수 있는 방법은 모바일 앱(스피드온) 또는 온라인 포털 회원가입을 통해 누구나 가능하다.

이수진 기자

공단, 제27기 경륜선수 후보생 모집

국민체육진흥공단(이사장 조현재) 경주사업총괄본부는 제27기 경륜선수 후보생을 모집한다. 지원 자격은 대한민국 남자로서 병역의무를 마쳤거나 면제된 자라면 누구나 지원이 가능하다. 다만 시력과 청력, 혈압이 정상이어야 한다. 경륜선수 후보생 모집에 지원한다면 서류전형을 거쳐 1차 시험(필기, 실기, 도핑검사, 인성검사, 체력측정), 2차 시험(면접)을 거쳐게 된다. 최종 합격한 후보생은 2022년 2월부터 12월까지 영주 경륜훈련원에서 교육과 훈련을 받게 된다.

공단은 경륜선수들의 은퇴 후 삶을 위해 개인별 연금보험, 개인 훈련이나 경륜 경주 중 사고에 대비한 단체상해보험에 가입해 선수들이 경기력 향상에 전념할 수 있도록 지원하고 있다. 27기 경륜선수 후보생 모집기간은 9월 27일부터 10월 1일까지다. 응시원서는 경륜 홈페이지에서 내려받을 수 있으며, 원서접수는 방문 또는 등기우편으로 제출할 수 있다. 최종 합격자는 12월 2일 경륜 홈페이지를 통해 발표하며 자세한 내용은 경륜훈련원으로 문의하면 된다.

편집 | 김대건 기자 bong82@donga.com

금·토요일은 점수, 일요일은 연대를 주목하라

8월 경륜경주 분석해보니

일요경주 적극 팀플레이 흥미진진
29일엔 세종·수성팀 ‘고배당’ 이번

8월 한 달간 경륜경주를 분석한 결과 금·토 경주에서는 같은 팀 선수들끼리 만나면 종합득점이 높은 강자들 중심으로 경주가 이루어졌으며, 일요 경주에서는 적극적인 팀플레이를 통해 같은 팀원의 우승에 공을 세우는 경우가 나타나고 있다.

8월 22일 일요 경주에서 창원 선발급 결승 우승자인 김민욱(11기, 수성)은 출전선

수 7명 중 인기순위 6위를 기록할 만큼 큰 주목을 받지 못했다. 그러나 김민욱에게는 수성 팀에서 한술밥을 먹고 있는 후배 정지민(26기)이 있었다. 정지민은 26기 동기생들인 김주석, 김다빈, 김범중을 외면하고 망설임 없이 4번을 배정받은 김민욱을 대신해 초주선행을 자청했고 선두유도원이 퇴피하자마자 지속을 바짝 올리면서 강하게 치고 나갔다.

시종일관 정지민을 차분히 추주했던 김민욱은 직선주로에서 손쉽게 추입승을 챙기면서 합동주와 박식기를 각각 2, 3착으로 밀어내고 쌍승 78.2배, 삼박승 58.3배 이번 우승의 주인공이 될 수 있었다.

같은 날 광명 우승급 결승에서도 비슷한

상황이 연출됐다. 동서울팀인 우성식, 이용희, 정상민이 앞선을 점령하고 있었으나 선두유도원 퇴피와 동시에 뒤쪽에 있던 한탁희(25기, 김포)가 같은 팀 김민호(25기)를 후위에 붙이고 기습적으로 치고 나갔고, 김민호는 그 탄력 그대로 3코너 쫓히기로 쌍승 36.0배, 삼박승 51.6배를 선사하며 우승에 성공했다.

8월 1일 일요 경주 부산 선발급 결승에 동반 출전했던 북광주팀 전경호(26기)의 선행과 윤진규(25기)의 김영수(26기, 세종) 견제 성공이 어우러지면서 쌍승 70.2배를 합작했고, 8월 8일 일요 경주 창원 선발급 결승에서도 26기 동기생들인 강동규(26기)와 배수철(26기)이 기존 강자들인 이진원, 합동주를 무력화시키며 쌍승 23.5배를 선사했다.

29일 일요 경주에서는 세종팀과 수성팀

이 연속 고배당을 합작했다. 광명 1경주의 세종팀이 정신적 지주 박종현(6기)의 쫓히기와 허동혁(11기)의 마크가 어우러지면서 청평팀을 무너뜨리고 쌍승 102.8배의 이변을 연출하더니 곧바로 이어진 2경주에서는 수성팀의 정동호(20기)와 김우영(25기) 역시 청평팀을 상대로 쌍승 128.8배를 선사했다.

예상치 ‘경륜박사’ 박진수 팀장은 “금·토 경주는 강자들끼리 타협하면서 다소 싱겁게 끝나는 경우가 많지만 일요일이 되면 연대 선수들끼리 서로 팀을 이뤄 흥미진진하게 치고받는 난타전을 펼칠 때가 많다”며 “특히 동일 훈련지 선수들끼리 출전하면 선행쫓히기행이 끌어주고 마크추입행이 뒤를 받치면서 상부상조하는 경우가 잦아지고 있다”고 설명했다.

이수진 기자 sujini22@donga.com

소리를 크게 증폭하여 들려드립니다

최첨단 음성증폭기 오늘 大할인 행사

“저잡음 회로 설계로 잡음이 적으며 안전하고 간편합니다”

전문기업에서 생산한 음성증폭기 大할인 행사

오늘 50대한정 할인판매!

필요하신 모든 분들이 행복한 선물!!

무선형으로 뛰어난 착용감, 초소, 초경량 음성증폭기
건전지가 필요없는 충전식(고속충전, 장기간 사용)
간편한 작동, 급속 충전방식으로 손쉽게사용
청력에 맞추어 10단계 음향조절기능
이어폰 연결하면 양쪽 귀로 사용 가능(기본제공)

이럴 때 사용하세요

- ▶ 가족, 친구와의 대화시 큰소리가 필요할 때
- ▶ TV시청시, 방송음을 좀더 크게 듣고 싶다.
- ▶ 직장에서 상사의 부름을 크게 듣고 싶다.
- ▶ 상담시 상대방의 소리를 크게 듣고 싶다.
- ▶ 강사가 멀리 있어도 강의를 크게 듣고 싶다.
- ▶ 두손으로 작업하면서 좀더 크게 듣고 싶다.
- ▶ 종교행사시 좀더 크게 듣고 싶다.

본 제품은 의료기기가 아닙니다

★ 이번 분은 환불되지 않습니다
체험 후 구입하신 분/ 보호용 필름을 제거하신 분

길이: 5cm 무게: 7g

1회 충전시 24시간 연속사용!
배터리 잔량 확인기능 내장
하울링 방지기능 내장

최신제품

Super A3000

무료상담전화 : 1661-9878 입금계좌: 농협 351-1015-0904-23 씬모아
서울사랑지사: 02-6085-4414 오시는 길: 사당역 11번 출구 근방

살을 빼는 것보다 찌는 것이 더 어려운 분이 있습니다

살 안찌 걱정되는 분~

나이가 들면서 살이 조금 찌고 배도 약간 나오는 것이 웬지 안절감이고 췌유되어 보인다. 그러나 나이가 들어 아무리 먹어도 살이 찌지 않거나 마르는 사람도 있다.

다른 아이들에 비해 체력이 떨어지고 주위가 산만하여 성적이 처지고 특히 편식으로 인한 영양이 고르지 못하거나 성장이 빈약하다고 호소하는 부모님은 아이에게 고른 영양섭취와 함께 ‘살찌오’를 먹이는 것도 좋은 방법중의 하나라고 할 수 있다.

‘살찌오’는 일반적으로 섭취하는 음식에서 얻을 수 없는 성분과 꼭 필요한 성분으로 흡수가 잘 되어 빠르게 작용한다. 아무리 먹고 또 먹어도 살이 찌지 않거나 하얗고 매사 쉽게 지치는 등 기초체력이 없는 사람들과 이유없이 마르는 사람들은 ‘살찌오’를 꼭 한번 드실 것을 권한다.

▶ 잘못된 식습관이 마르게 한다

나는 많이 먹는데도 살이 안찐다라고 하는 사람들을 살펴보면 대개 식습관이 올바르지 않다는 사실을 발견할 수 있다. 즉 자신도 모르는 사이에 어떤 영양소만 과도하게 먹거나 부족하게 먹게되어 적절한 체중증가가 이루어지지 않는 것이다. 예를 들어 자신이 채식 위주의 저칼로리 식사만 하는 경우라면 체중 증가는 당연히 어렵다. 우리나라의 경우는 아직도 육류 단백질 섭취가 부족한 사람들이 있다. 이럴 때 마다 편식하지 말라. 인스턴트 식품을 많이 먹지 말라는 얘기를 들었을 것이다. 모든 영양이 포함된 균형 잡힌 식사와 적절한 운동이 건강한 체중 유지의 지름길이다.

▶ 유전적 특이성이 전체를 좌우하지는 못한다

잘 먹어도 체중 증가가 이루어지지 않는 사람의 경우는 유전적인 요인의 작용을 고려해 볼 수 있는데 부모, 조부모, 형제, 자매 등의 가계를 살펴 보면 사람들이 일반적으로 말하는 보통 체중에 속하는지 마른 체형에 속하는지 알 수 있다. 부모가 많이 먹어도 살이 안찌는 체형이라면 자녀에 속하는 사람 또한 유전적인 특이성에 의해 마른 체형일 수 있으나 유전적인 특이성은 후천적인 식습관 및 생활 습관에 의해 변하기 때문에 낙심할 필요는 없다.

▶ 정서적으로 불안한 상태는 가장 큰 내부요인

신경이 예민해서 살이 안찐다는 얘기를 들어 본 적이 있을텐데 정서적으로 불안한 상태가 아니기 때문에 영양분의 공급도 원활하지 않고 공극이 된다고 하여도 충분히 섭취되지 않기 때문에 체중이 증가되지 않는다는 것으로 해석할 수 있다. 살이 찌기 위해서는 편안하고 안정적인 마음 상태를 유지하는 것이 중요하다.

허약하거나 체력이 빈약하면 밖에서 자신이 없는 법! 당당한 체력이 부러우십니까? 흡수가 빠른 체중증가에 ‘살찌오’ 체중늘고 힘도 솟아!

salzzio
특허 제10-1314762호

무료상담전화: 1661-1224
입금계좌: 농협 351-1015-0904-23 씬모아
서울사랑지사: 02-6085-4414