

# 대한민국 백년지대계 가덕신공항 조속 건설



## 가덕신공항 건설에 따른 경제적 파급효과

		
<b>생산유발효과</b> 88조 9,420억원	<b>부가가치유발효과</b> 37조 2,318억원	<b>취업유발효과</b> 536,453명

공항건설, 공항운영, 항공운송, 여객여행, 접근(연결) 교통망 구축, 배후도시개발 등



부산체육 2021 01+02 Vol. 29

2021. 01+02  
Vol. 29

**부산체육**  
Busan Sports Council Magazine



부산광역시체육회

 부산광역시체육회  
BUSAN SPORTS COUNCIL



발행일 2021년 2월 8일(격월간, 비매품, 통권 제29호)  
 발행인 부산광역시체육회 회장 장인화  
 편집인 김동준  
 편집·취재 성기환, 문찬식, 김성무, 하나근, 유동호  
 발행처 부산광역시체육회  
 부산광역시 동래구 사직로 77(T. 051-500-7900)  
 디자인기획 대훈기획(T. 051-898-0330)



## 스포츠, 삶을 말하다

### 신년사

- 04 부산광역시체육회 회장 장인화
- 07 부산광역시의회 의장 신상해
- 08 부산광역시교육청 교육감 김석준
- 09 대한체육회 회장 이기흥

### 아듀 2020! 헬로 2021!

- 10 회원단체 신년 인사

## 표지기사 COVER STORY



## JUMP AGAIN

다시 비상

부산체육계 역시 코로나19로  
 험겨운 시간을 보냈습니다.  
 2021년, 다시 도약해야 할 시간,  
 움츠렸던 몸과 마음의 기지개를 펴고  
 갈고닦은 기량을 재정비하고  
 부산체육의 한 단계 도약을 위한 준비,  
 시작되었나요?



## 스포츠, 깊이를 보다

### 스페셜 리포트

- 12 부산광역시체육회 비전과 목표 & 중점 추진사업 안내
- 18 부산체육 활성화를 위한 부산광역시체육회의 역할

### 구·군체육회를 가다

- 22 중구체육회

### 다시 보는 명장면

- 26 월드컵 사상 드디어 첫 승! 감격과 환희! 2002 한국-폴란드전

### 스포츠인 과학

- 30 선수의 정신과 행동을 이해하기 위한 스포츠심리학의 과학적 접근

### 이슈 & 포커스

- 34 국민체육진흥공단의 체육인 지원사업 안내

### 스포츠 전국 투어

- 38 원주에서 만난 동양 최대 인공빙벽장, 아이스클라이밍

### 스포츠 플러스

- 42 네 안의 질주 본능 깨워라! 스켈레톤

### 키워드가 있는 건강상식

- 46 빙판길 낙상사고

### 문화공감

- 50 트렌드 코리아 2021



## 스포츠, 행사를 담다

### 54 BSC 뉴스

### 56 구·군체육회 & 단체

### 센터 info

- 60 부산국민체육센터
- 61 북구국민체육센터
- 62 영도국민체육센터, 강서구국민체육센터





# 2021 부산체육이 다시 날기 위한 한 해로

부산광역시체육회 회장 장인화



반갑습니다.

자랑스러운 부산체육 가족 및 시민 여러분!

2021년 신축년(辛丑年) 새해가 밝았습니다.

새해에는 우리 부산체육인 여러분 모두가 가지고 있는 꿈과 소망을 잘 풀어낼 수 있는 한 해, 가정마다 건강과 행운이 가득한 한 해가 되길 기원합니다.

2020년 대한민국 체육계는 힘든 시기를 보냈습니다.

2020년 초 시작된 코로나19로 인해 국민들과 사회 각계는 물론 체육계 역시 어려움을 겪고 있습니다. 하루 빨리 코로나19가 종식되어 부산시민과 체육가족 여러분이 시름을 덜 수 있기를 간절히 희망합니다.

2021년 새해에는 더 나은 부산광역시체육회가 되기 위해 달려가겠습니다.

우선 체육생태계 보존과 시민체육 보급을 위해 체육경영을 도입하여 부산광역시체육회의 자생력 확보 및 위상을 정립하겠습니다. 이를 통해 생활체육-학교체육-전문체육의 선순환 구조를 정착시켜 스포츠를 즐기는 가운데서 우수한 체육선수가 발굴될 수 있도록 노력하겠습니다.

그리고 시민 맞춤형 스포츠 복지를 통해 시민 여러분들의 의견을 착실히 듣고 원활하게 소통하며 국제교류와 해양 스포츠 도시 구현이라는 목표를 향해 열심히 달려 당당히 시민 여러분과 체육가족 여러분께 다가갈 수 있도록 하겠습니다.

앞으로 팬데믹 상황이 호전될 것이라 믿고 현재 상황에 맞춰 나아갈 준비를 하는 유비무환(有備無患)의 자세로 자기관리를 하는 것이 중요합니다. 그렇게 잘 준비한다면 코로나19가 종식된 후에 여러분들은 누구보다 튼튼한 몸과 마음을 가질 수 있을 것입니다. 우리는 모두 극복할 수 있습니다.

우리는 어느 곳보다 뜨겁고 열정적인 도시, 부산광역시의 시민이고 체육인입니다. 지금은 이 살얼음판 같은 코로나 19로부터 적잖은 도전을 받고 있습니다. 그럴수록 모두가 갖고 있는 미래를 향한 열정으로 잘 극복해 나가야 합니다. 모두가 노력한다면 부산체육은 잠시 움크렸던 날개를 펴고 비상할 수 있습니다.

끝으로 2021년 깨끗하고 우직한 기운을 품은 신축년(辛丑年) 새해 복 많이 받으시고 시민 여러분 및 체육가족 모두의 꿈과 희망을 이루는 한 해가 되기를 기원합니다.

감사합니다.

辛丑年



# 2021 GREETINGS

## 새로운 도약, 새날을 향한 비상 부산광역시체육회

- 스포츠 정신이 살아 있는 부산광역시체육회
- 국제스포츠 도시 부산을 더 빛나게 하는 부산광역시체육회
- 아시아를 넘어 세계로 도약하는 부산광역시체육회
- 모두의 삶이 코로나19로부터 자유로워질 때까지
- 부산광역시체육회는 부산시민의 곁에서
- 새날을 향한 비상을 멈추지 않습니다.

## 2021 GREETINGS

### 부산체육, 힘찬 질주로 부산 도약의 원동력 대주길



부산광역시체육회 회장 신상해

체육인 여러분의 열정만 있다면  
부산체육의 힘찬 질주는 물론이고 우리 부산 또한  
새로운 도약의 전기를 마련할 수 있다고 믿습니다.

존경하는 부산 체육가족 여러분! 신축년(辛丑年)의 희망찬 새해가 밝았습니다. 여러분 한 분, 한 분의 삶이 희망으로 빛나고 가정에도 행복한 웃음이 넘치기를 기원합니다.

지난 한 해, 우리는 미증유(未曾有)의 코로나19 재난으로 일찍이 경험해보지 못한 위기의 시간을 견뎌내야 했습니다. 특히 부산의 체육가족 여러분들은 가장 최전선에서 코로나19 직격탄을 맞아야 했습니다. 갈고닦은 실력을 발휘할 각종 체육대회가 줄줄이 취소 또는 연기되면서 예정에 없는 동면의 시간을 보내야 했습니다.

그러나 지난 한 해, 여러분 체육인들이 보여주신 굳은 의지와 빛나는 성취는 많은 시민에게 새 희망을 갖게 하기에 충분했습니다. 일례로, 부산의 체육인들은 제101회 전국동계체육대회에서 종합 5위를 차지하며 14년 연속 종합 5위라는 대업을 달성했습니다. 눈이나 얼음이 거의 없는 부산에서 연습 공간조차 부족한 상황에서 오로지 선수와 지도자의 땀과 눈물로 이룬 성과였기 때문에 감동이 더욱 컸던 기억이 생생합니다.

특히 부산광역시체육회는 지난해 1월 민선시대를 개막하며 부산체육 발전의 담대한 변화를 향해 나아갈 꿈에 부풀

어 있었습니다. 전례 없는 코로나19로 기대만큼 목표를 향해 달려가지 못했지만 부산체육의 미래를 향해 튼튼한 기초를 다진 한 해였다고 격려하고 싶습니다.

존경하는 부산체육 가족 여러분! 새롭게 시작하는 2021년도의 전망도 그리 낙관적이지는 않습니다. 그러나 우리는 전대미문(前代未聞)의 위기 속에서 어렵사리 찾아낸 희망의 씨앗을 이제는 활짝 꽃피워야 합니다. 그래서 부산체육의 불을 다시 일으켜 자랑스러운 체육문화 선진도시 부산의 이름이 다시금, 높게 울려 퍼질 수 있도록 해야 합니다.

저는 확신합니다. 체육인 여러분의 열정만 있다면 부산체육의 힘찬 질주는 물론이고 우리 부산 또한 새로운 도약의 전기를 마련할 수 있다고 믿습니다. 저희 부산시의회도 부산체육인 여러분의 열정을 뒷받침할 수 있도록 더욱 노력하겠습니다.

존경하고 사랑하는 부산체육 가족 여러분, 올 한 해 하시는 일마다 큰 성취 이루시길 기원합니다. 새해 복 많이 받으시기 바랍니다. 감사합니다.



## 2021 GREETINGS

### 부산체육 재도약의 원년이 되길



부산광역시교육청 교육감 김석준

코로나19의 팬데믹에 따른 급격한 사회·경제적 변화에 발맞추어 부산체육도 포스트 코로나 시대, 4차 산업혁명 시대를 준비해야 합니다.

다사다난했던 경자년(庚子年)이 지나가고 희망 가득한 신축년(辛丑年) 새해가 밝았습니다. 부산 체육인과 시민 여러분께 새해를 맞이하여 발간되는 '부산체육' 소식지에 인사를 드리게 되어 큰 영광입니다. 아울러 부산체육 발전을 위해 애써오신 부산광역시체육회 장인화 회장님을 비롯한 임직원 여러분, 회원종목단체 및 구·군 체육회 회장님과 체육 지도자 여러분의 노고에 감사의 말씀을 드립니다.

2020년에는 코로나19로 각종 스포츠 대회가 취소되거나 연기되어 정상적인 스포츠 활동에 많은 제약이 있었습니다. 힘든 상황에서도 부산광역시체육회는 학교체육, 생활체육, 전문체육 발전을 위해 큰 노력을 기울여 왔습니다. 특히 스포츠의 일반화를 통해 생활체육의 저변을 확대했으며, 학교체육 및 생활체육 진흥을 위한 회원종목단체와 구·군 체육회의 다양한 활동들은 학생들과 부산시민들의 건강과 체력 향상을 이끌었습니다.

코로나19의 팬데믹에 따른 급격한 사회·경제적 변화에 발맞추어 부산체육도 포스트 코로나 시대, 4차 산업혁명

시대를 준비해야 합니다. 지난해 11월에 개최했던 '2020 부산체육 진흥 세미나'는 포스트 코로나 시대의 변화에 선제적으로 대응하고 부산체육의 방향과 비전을 논의한 점에서 의미가 있었습니다. 특히 부산체육의 신성장 동력이 될 해양 레포츠 활성화는 지역자원의 활용 측면에서 가치가 있으며 동북아 해양 중심 도시로서 부산의 위상을 높이는 계기가 될 것입니다.

우리 교육청은 학생 건강 체력을 증진하기 위해 건강 체력 교실과 선도학교를 지원하고, 지역자원을 활용하여 초등학교 생존수영 교육을 활성화하고 있습니다. 또한 학생 주도의 학교스포츠클럽 운영으로 건강하고 행복한 학교문화를 조성하고 종목별 맞춤형 전문스포츠클럽 운영으로 공부하는 학생선수 문화를 만드는 데에도 힘쓰고 있습니다. 희망의 신축년, 코로나19의 종식과 부산광역시체육회의 무궁한 발전을 기원하며 부산체육 재도약의 원년이 되길 기대합니다. 고맙습니다.

## 2021 GREETINGS

### 친애하는 부산체육 가족 및 부산시민 여러분, 새해 복 많이 받으십시오!



대한체육회 회장 이기흥

대한체육회는 스포츠인권 향상을 위한 체육인 인식 개선 및 교육에 온 힘을 쏟는 한 해를 만들겠습니다.

2021년 신축년(辛丑年) '흰 소'의 해가 밝았습니다. 올 한 해 부산체육 가족 여러분 모두 우직하게 전진하는 소의 기운을 받아 우보만리(牛步萬里)하여 힘든 시기를 이겨내고 다복한 해를 맞이하시길 바랍니다.

올해는 대한민국 체육의 새로운 백년대계가 첫발을 내딛는 해입니다.

먼저 대한체육회는 스포츠인권 향상을 위한 체육인 인식 개선 및 교육에 온 힘을 쏟는 한 해를 만들겠습니다. 스포츠 패러다임의 변화는 거스를 수 없는 시대적 요구이며, 스포츠는 성적지상주의에서 벗어나 국민 행복시대를 열어가고 있습니다. 선수들은 훈련과 경기를 즐기는 가운데 자신의 한계를 이겨내며 스포츠의 가치를 증명하고, 동호인들은 꾸준한 생활체육 실천으로 건강과 행복을 찾습니다. 스포츠를 즐기며 성취한 것만이 진정한 가치임을 알려 인권 친화적인 스포츠, 정의롭고 공정한 스포츠 시대로 나아가기 위하여 끊임없이 노력하겠습니다.

또한 아직까지 진행 중인 코로나19 시기를 슬기롭게 헤쳐 나갈 수 있도록 비대면 스포츠의 확장과 더불어 현장성을

찾기 위한 방법도 함께 고민하겠습니다. 코로나19의 장기화로 극심한 피해를 입은 체육인들을 구제하기 위한 방안도 적극적으로 모색하겠습니다. 아울러, 올 여름 개최되는 도쿄 하계올림픽대회 준비에 다시 매진하여 우리 선수들이 안전하게 대회에 참가하여 마음껏 기량을 펼칠 수 있도록 방역을 포함, 종목별 훈련 지원 및 관리에 철저히 임하겠습니다.

지난해, '지방체육회 법정법인화'라는 큰 성취를 이루며 부산체육 역시 더 큰 도약의 근거를 마련한 바 있습니다. 비록 스포츠가 어려운 시기지만 부산체육 가족 여러분이 힘을 모아주신다면 부산체육의 저력을 토대로 힘차게 나아갈 수 있을 것이라 믿습니다.

부산체육의 발전을 위해 늘 노고를 아끼지 않으시는 부산광역시체육회 장인화 회장님을 비롯한 임직원 및 체육 가족 여러분께 거듭 감사의 인사를 드리며, 신축년 새해 복 많이 받으시고 여러분의 가정과 직장에 늘 건강과 행복이 가득하기를 진심으로 기원합니다. 감사합니다.



2021 GREETINGS

**회원단체 신년인사**

2021년 변화와 혁신을 통해  
새롭게 탈바꿈 하는 부산체육을  
보여주기 위해 최선을 다하겠습니다.  
새해에는 모두 건강하시고  
행복한 한 해가 되기를 기원합니다.



2021 GREETINGS



**구군 체육회**

중 구 체 육 회	서 구 체 육 회	동 구 체 육 회	영도구체육회
부산진구체육회	동래구체육회	남 구 체 육 회	북 구 체 육 회
해운대구체육회	사하구체육회	금정구체육회	강서구체육회
연제구체육회	수영구체육회	사상구체육회	기장군체육회

**종목단체**

검 도 회	게이트볼협회	골 프 협 회	국학기공협회	궁 도 협 회
그라운드골프협회	근대5종연맹	낚 시 협 회	농 구 협 회	당 구 연 맹
댄스스포츠연맹	력 비 협 회	레슬링협회	롤러스포츠연맹	바 독 협 회
배 구 협 회	배드민턴협회	보디빌딩협회	복 싱 협 회	볼 링 협 회
빙상경기연맹	사 격 연 맹	산 약 연 맹	요 트 협 회	세팍타크로협회
수상스키웨이크스포츠협회	수 영 연 맹	수중·핀수영협회	스 퀴 시 연 맹	스 키 협 회
승 마 협 회	씨 림 협 회	아이스하키협회	야구소프트볼협회	에어로빅합합협회
양 궁 협 회	역 도 연 맹	우 슈 협 회	유 도 회	육 상 연 맹
자 전 거 연 맹	소프트테니스협회	조 정 협 회	족 구 협 회	줄 넘 기 협 회
철인3종협회	체 조 협 회	축 구 협 회	카 누 연 맹	컬 링 협 회
탁 구 협 회	태 권 도 협 회	택 견 회	테 니 스 협 회	파크골프협회
펜 싱 협 회	하 키 협 회	핸드볼협회	국 무 도 연 맹	바이애슬론연맹
요 가 회	카 바 디 협 회	킥복싱협회	패러글라이딩협회	합 기 도 협 회
서 핑 협 회	견 기 협 회	주짓수협회	치어리딩협회	피 구 협 회
플라잉디스크연맹	이 스포 츠 협 회	공 수 도 연 맹	에어로킥협회	





# 부산체육의 비상! 부산시민에게 희망!



## 부산광역시체육회 비전과 목표 & 중점 추진사업 안내

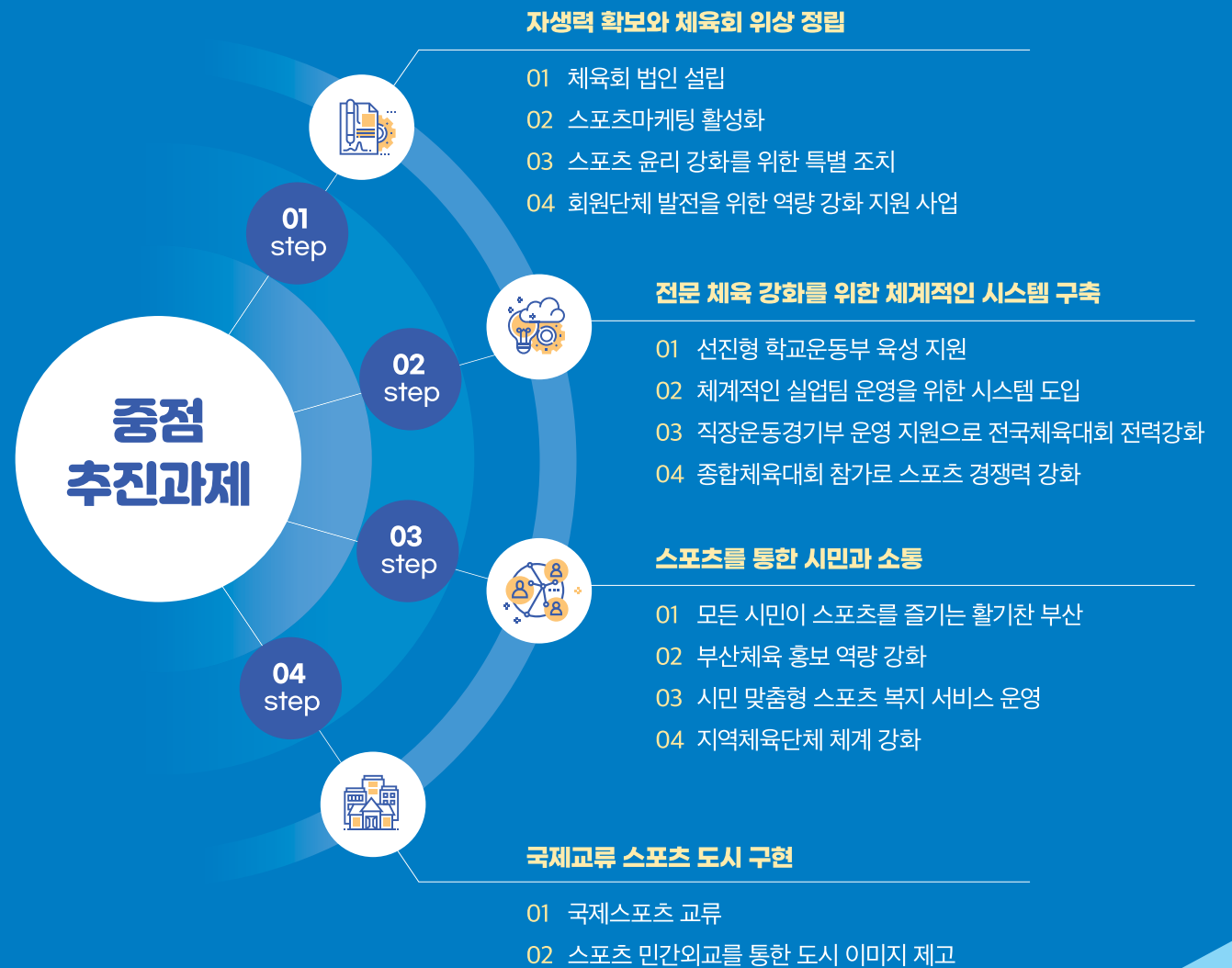
2020년은 코로나19로 인해 스포츠 행사들이 빛을 보지 못한 한 해였다. 금방 종식될 것 같았던 팬데믹 상황은 길게 이어졌다. 그로 인해 전국체육대회, 소년체육대회, 전국생활체육대축전 등이 개최되지 못해 체육인들이 흘린 무수한 땀과 노력은 결실을 볼 기회조차 갖지 못했다. 하지만 대한민국 체육이 새로운 100년을 맞이하는 만큼 다들 극복할 수 있다는 마음으로 새로운 2021년을 시작해야 한다. 2021년을 맞아 다시 힘차게 도약할 부산광역시체육회의 비전과 목표는 무엇인지 알아보자.

### 목표

체육생태계 보존과  
시민체육 보급을 위한  
체육경영 도입

### 추진전략

- 자생력 확보와 체육회 위상 정립
- 전문체육 강화를 위한 체계적인 시스템 구축
- 스포츠를 통한 시민과 소통
- 국제교류 스포츠 도시 구현





# FOCUS 01

## 자생력 확보와 체육회 위상 정립

2021  
Busan  
Sports  
Council



### 1 ——— 체육회 법인 설립

2020년 11월 19일, 국민체육진흥법 개정에 따라 부산광역시체육회의 법인 설립이 추진 중이다. 법인 설립을 통해 지방체육회의 독립성과 위상을 강화하고, 국가와 지방자치단체 보조금 지원의 법적 근거를 명확하게 하면서 예산을 안정적으로 확보할 것이다. 올해 6월 9일 법 시행일까지 법인을 설립해 업무에 차질이 없도록 할 예정이다.

### 2 ——— 스포츠마케팅 활성화

체육회 유·무형 자산 및 지적재산권을 활용한 마케팅 활동으로 기업을 연계한 각종 대회 개최와 유치를 통해 후원금을 확보하고 스폰서십 프로그램을 개발·운영해 각종 사업수행에 필요한 재원을 마련할 것이다. 또 오는 6월 부산광역시체육회 법인 설립을 통해 법적 권리 취득 이후 마케팅 활동을 활성화하며 마케팅 활동 영역 다각화를 추진해 나갈 계획이다.

### 3 ——— 스포츠 윤리 강화를 위한 특별조치

스포츠 현장에서 발생하는 각종 비위행위에 대해 처벌 규정을 엄격히 적용하고 비위행위 적발 시 강력한 징계 조치를 통해 체육계에서 발생하는 비위행위를 추방하고 스포츠 4대악(1. (성)폭력, 2. 승부조작, 3. 입시비리, 4. 조직사유화) 없는 청렴한 체육환경 조성을 위해 노력할 것이다. 반부패·청렴 문화 확산으로 투명한 스포츠 생태계 확립하기 위해 인권교육을 강화시키며 (성)폭력 가해자와 피해자에 대한 조치 및 우선징계 처리를 조속히 실행해 2차 피해에 대비하고 피해자와 가해자를 즉시 격리시키는 등의 노력을 할 것이다.

### 4 ——— 회원단체 발전 위한 역량 강화 지원 사업

구·군체육회와 회원종목단체 운영에 대한 청렴도 제고와 행정력 향상을 위해 총 82개 회원단체에 대해 보조금 예산집행실태 등 업무 전반에 대한 지도점검과 운영평가를 실시할 것이다. 회원단체 별 평가 기준표 등의 자료를 마련하고 취합해 사무국 직접 방문 점검 및 자료평가에 따른 대면 점검을 실시할 것이다. 그리고 회원단체 직무연수 또한 실시해 2021년 주요사업을 소개하고 연간사업 추진방향 설명으로 업무 이해도를 높이고자 한다.

# FOCUS 02

## 전문 체육 강화를 위한 체계적인 시스템 구축

### 1 ——— 선진형 학교운동부 육성 지원

고등부와 대학교의 체계적인 지원으로 학교운동부를 활성화하고 정책적인 지원이 필요한 학교를 선정해 지원할 것이다. 또 학교 체육의 기초기반 강화를 위해 우수선수에 대한 장학금을 지급하고 운동부에 훈련용품 지원 등 학교운동부 육성 여건 향상을 위해 지속적으로 노력할 것이다. 이외에도 학교운동부 지도자를 지원해 전국체육대회 참가학교(팀)에 해당 종목의 지도자를 사외 파견해 선진형 학교운동부 운영 지원 및 전국체육대회 성적 향상에 기여할 것이다.

### 2 ——— 체계적인 실업팀 운영을 위한 시스템 도입

올바른 스포츠 가치와 건강에 대한 인식 함양을 위해 상반기에 부산광역시체육회 실업팀 선수단 연수회를 개최하고 인권교육과 청탁금지법, 장애인 인식 개선, 개인 정보보호 등 교육을 실시할 것이다. 또 지도자와 선수별 평가 시스템 도입을 통해 매년 선수단 체질 개선과 경쟁력 강화를 위해 노력할 것이다. 실업팀 선수단 고충상담창구를 연중 운영해 선수들과의 소통을 위한 주기적인 상담을 실시, 수시 모니터링을 강화해 2차 피해 예방을 위해 최선을 다할 것이다.

### 3 ——— 직장운동경기부운영·지원으로 전국체육대회 전력 강화

부산 관내의 우수선수 연계육성을 통한 모범적인 실업팀을 육성, 운영하고 팀별 선수단 정예화 및 전문 트레이너와 연계한 훈련 지원으로 선수 관리와 경기력 향상을 위해 노력하고자 한다. 직장운동경기부 선수단 재능나눔 추진을 통해 선수단 이미지를 제고하며 장애인체육회와의 스포츠 교류를 추진해 나갈 것이다.

### 4 ——— 종합체육대회 참가 스포츠 경쟁력 강화

전국동계체육대회, 전국소년체육대회, 전국체육대회, 전국생활체육대축전 등의 전국종합체육대회 참가를 통해 부산체육의 저변을 확대하고 우수선수를 발굴하고 생활체육이 활성화 되도록 할 것이다.





FOCUS 03

스포츠를 통한  
시민과 소통

1 ——— 모든 시민이 스포츠를 즐기는 활기찬 부산

유아부터 어르신까지 생애주기별 맞춤형 스포츠 프로그램 지원을 통해 시민 누구나 자유롭게 즐겁게 운동할 수 있는 여건을 조성해 나갈 것이다. 생활체육 저변확대를 위해 탁구, 배드민턴 등 생활체육 교실을 운영하고 각종 대회 개최와 참가 지원을 통해 시민의 건강증진과 삶의 질 향상을 위해 최선을 다할 것이다.

2 ——— ‘부산체육’ 홍보 역량 강화

부산체육, 시사, 건강 상식 등 다양한 분야의 정보제공을 위한 ‘부산체육 정기간행물’과 트렌드에 맞춘 온라인 ‘부산체육 토크’를 확대 제작해 체육에 대한 이미지 제고와 홍보 역량 강화를 위해 노력해 나갈 것이다. SNS를 통한 부산광역시체육회의 멀티미디어적 홍보로 더 많은 시민들에게 더 가깝게 다가가고자 한다.

3 ——— 시민 맞춤형 스포츠 복지 서비스 운영

공공체육시설을 수탁·운영해 부산시민 누구나 참여 가능한 프로그램을 보급하고 1인 1스포츠 생활화의 정착 유도를 위해 지속적으로 수탁 운영을 추진해 나갈 것이다. 현재는 국민체육센터 4개소(부산, 북구, 영도구, 강서구), 부산종합실내테니스장, 부산실내빙상장 총 6개의 시설을 수탁·운영 중에 있다. 이외에도 부산체육진흥 세미나를 개최해 부산지역 스포츠 활성화를 위한 스포츠 정책 개선방안을 마련하고 부산체육 이슈 논의와 실효성 있는 대책방안을 모색하고자 한다.

4 ——— 지역체육단체 체계 강화

16개 구·군체육회 운영비 지원을 통해 안정적인 근무환경을 조성하고 구·군체육회에 대한 설문과 개별면담을 실시해 인권실태 조사와 지속적인 모니터링을 해나갈 것이다. 또 지역주민 생활체육활동 지도와 양질의 프로그램 보급을 위해 생활체육지도자를 배치하고 지도자 자질 향상을 위한 직무교육과 실기교육을 실시할 것이다.



FOCUS 04

국제교류 스포츠  
도시 구현

1 ——— 국제스포츠 교류

코로나19 상황이 진정되는 대로 말레이시아국립체육회와 스포츠 교류 방안을 협의하고 회원종목단체 국제친선 교류를 추진해 나갈 것이다. 말레이시아국립체육회를 교두보로 한 아시아 지역 국가와의 지속가능한 교류시스템을 마련하기 위해 노력하고자 한다.

2 ——— 스포츠 민간외교를 통한 도시 이미지 제고

부산-후쿠오카 청소년 스포츠 교류대회를 통해 자매도시인 후쿠오카시와 도시 간의 우호를 증진시키고 스포츠 발전 향상에 기여하기 위해 매년 교차적으로 개최해 왔다. 이 대회를 통해 글로벌 시대의 국제적인 감각을 익히고 민간스포츠 외교를 통해 문화와 양식을 습득할 수 있으며 앞으로 국제적인 스포츠 정보를 교환하고 협력관계를 증진시켜 앞으로 스포츠 국제화에 발맞춰 나아가고자 한다.



2021  
Busan  
Sports  
Council

부산광역시체육회는 체육생태계 보존과 시민 체육 보급을 위한 체육경영을 도입하여 체육회의 자생력 확보와 위상을 정립하고, 전문체육 강화를 위해 체계적인 시스템을 구축, 스포츠를 통해 시민과 소통하며 국제교류 스포츠 도시를 구현하기 위해 노력할 것이다. 2021년에도 부산시민들과 체육인들이 더 좋은 환경과 제도에서 스포츠를 즐기고 접할 수 있도록 부산광역시체육회가 시민들과 함께하고자 한다.



# 부산체육 활성화를 위한 부산광역시체육회의 역할

국민체육진흥공단 한국스포츠정책과학원 스포츠정책연구실  
선임연구위원 김대희



2021년 신축년(辛丑年)을 새롭게 맞이한 지도 벌써 한 달이 지나간다. 신축년은 흰 소의 해로 '상서로운 기운이 물씬 일어나는 해'라고 하며, 이는 '소는 동물이 가진 우직함과 성실함 그리고 인내 때문이라고 전해진다. 이러한 신축년의 의미처럼 체육계도 도쿄올림픽대회, 체육단체장 선거 등으로 인한 새로운 집행부의 출범, 지방체육회 법인화 등 다양한 환경 변화에 따른 '상서로운 기운이 물씬 일어나는 해'를 맞이하게 될 것으로 예상된다. 코로나19로 인해 체육계가 많이 침체되어 있지만, '소의 우직함과 성실함 그리고 인내를 본받아 우리 체육계도 "스포츠는 계속되어야 한다"는 명제처럼 위기를 극복할 수 있을 것이다. 다음에서는 이러한 체육계 환경 변화에 따른 부산체육 활성화를 위해 부산광역시체육회가 어떤 역할을 해야 하는지에 대해 논의해 본다.



## 대한민국 체육의 중추적 역할 지방체육회의 변모

과거 지방체육회는 전문체육 중심의 사업이 주요 업무로 생활체육 사업은 한정적으로 운영되었다. 또한 프로그램, 인력, 시설 등 인적자원과 예산의 부족과 운영 시스템의 미비로 체육계의 변방에 있었다고 할 수 있다. 그러나 이제 지방체육회는 전문체육 운영시스템 개선과 스포츠 복지를 통한 생활체육 참여확대를 통해 위상을 재정립해 대한민국 체육의 중추적 역할로 변모하고 있다. 첫째, 전문체육 운영시스템 개선으로 과거 엘리트 중심에서 벗어나 체육동호인과 스포츠클럽 사업추진을 통해 스포츠클럽 중심의 체육단체를 운영하고 있다. 둘째, 스포츠 복지를 실현하고자 하는 정책기조에 맞춰 어르신 스포츠와 소외계층 지원을 통한 건강한 노후, 함께하는 스포츠 사회를 위한 노력을 하고 있다. 셋째, 지역특성을 고려해 수요자 중심의 각종 스포츠 프로그램 제공 및 지도자 배치와 함께 유·청소년 등 미래세대의 체육활동에 필요한 각종 지원을 하고 있다.



## 저출산·고령화에 따른 인구감소에 따른 노인스포츠 활성화

한국지방행정연구원(2017)은 '저출산·고령화에 의한 소멸지역 분석' 보고서에서 '부산광역시'가 향후 국내 인구 변화에 따른 인구감소 위험이 가장 큰 광역자치단체로 예측했다. 이에 부산광역시는 고령화에 따른 노인스포츠 활성화를 위한 노력을 기울여야 한다. 노인스포츠 활성화를 위해 첫째, 기존 단순한 스포츠 참여에서 벗어나 스포츠복지 차원의 노인스포츠 정책을 추진해야 한다. 고령화 등 노인환경 변화에 따른 수요 중심의 스포츠복지 사업 추진체계를 마련해 단순 참여가 아닌 신체활동을 통한 건강증진을 목표로 하며 1인 가구 노인, 치매, 의료비 증가 등이 사회문제로 대두되고 있는 다양한 고령화 문제를 신체활동을 통한 스포츠복지 차원에서 접근해야 한다. 둘째, 지역 중심의 노인스포츠 활성화를 위한 맞춤형 스포츠복지 서비스 제공이다. 지방자치단체-체육회-종목단체-지방체육회 등 체육단체의 협력을 통해 지역 중심의 노인 맞춤형 스포츠복지 서비스를 제공하는 것이다. 이는 단순 관리나 건강을 유지하기 위한 차원의 복지가 아니라 지역별 노인환경의 특성을 고려한 스포츠 활동을 통해 건강한 삶의 유지를 도모하고자 함이다. 셋째, 시설, 프로그램, 인력 등 노인스포츠 활성화를 위한 기반을 구축하는 것이다. 기존 노인스포츠에서 탈피하고 미래 고령화 시대를 대비한 새로운 시설, 프로그램 인력 등 기반 구축이 필요하다.







### 생활·학교·전문체육 연계를 통한 선수자원 확보 그림

한편, 부산의 체육정책은 아직까지 전문체육 중심으로 생활체육 및 학교체육과의 연계는 부족한 실정으로 생활·학교·전문체육 연계 현황을 살펴보면 부산의 전국체육대회 상위 종목은 근대 5종, 댄스스포츠, 사격, 세팍타크로, 요트, 펜싱, 골프, 레슬링, 수영, 육상이 있다. 부산에서 운영 중인 스포츠클럽은 총 26개 종목으로 이 중 펜싱, 댄스스포츠, 사격, 에어로빅 등 4개 종목만이 전문체전 상위 종목과 연계되었다. 초등·중·고등·대학교와 실업팀은 총 51개 종목 중 15종목(29.4%)이 연계돼 있으며, 전국체육대회 상위 종목과는 펜싱, 사격, 요트 등 단 3개 종목만이 연계돼 있는 실정이다.

따라서 선수자원 확보 및 종목의 저변확대를 위해 미래 세대의 관심을 증대시키기 위한 기반을 확보하고 융·복합 시대에 생활·학교·전문체육 연계방안 마련이 필요하다. 이를 위해 첫째, 체육동호인 및 스포츠클럽 맵(Map)으로 지역 내 체육동호인 및 스포츠클럽 현황자료 제공을 통해 종목별 스포츠클럽 참여 유도 및 연계의 기반을 마련해야 한다. 둘째, 정보제공 및 관리시스템 구축을 통해 체육동호인 및 스포츠클럽 회원(선수)의 등록을 유도해 체계적인 관리를 통한 동기 부여 및 선수육성을 위한 노력을 해야 한다. 셋째, 지역 중심으로 종목별 대회 개최 지원, 오픈대회 등을 통한 다양한 대회 개최, 스포츠클럽 디비전 제도 등을 도입·시행해야 한다.



### 지역 중심의 직장운동경기부·프로구단 운영

부산의 생활·학교·전문체육의 연계를 위한 정책 방향은 첫째, 효율적 운영을 위해 지역의 선수 육성과 연계한 지역 중심의 직장경기운동부 운영이다. 초등·중·고등·대학교와 연계해 지역 내에서 선수 육성이 가능한 종목의 운영을 유도해 지역에서 선수를 육성하고 운동선수를 직업으로 삼게 해 지역 일자리 창출로 개편하도록 한다. 즉 직장운동경기부 운영 방식을 지역에서 선수를 육성해 활용하는 문화로 개편, 유도하는 것이다. 또한 단순히 전국체육대회에 참가해 우수한 성적만을 위한 직장운동경기부가 아니라 지역주민과 함께하는 직장운동경기부 운영으로 지역에 필요한 종목 창단을 통해 지역주민과 함께하는 직장운동경기부 운영을 추진토록 한다. 둘째, 지방자치단체-지방체육회-종목단체가 연계해 지역 특화된 종목육성을 통해 지역 중심의 선수 육성 및 스포츠 관광을 통한 지역경제 활성화를 추진해야 한다. 인구구조 변화에 따른 선수자원 확대 유도 및 지역 중심의 선수 육성과 대회 개최를 통한 스포츠관광 사업으로 지역 경제 활성화를 도모한다. 또한 프로 종목도 프로구단의 연고지에 대한 투자와 체육회와 종목 단체와의 협업을 통해 지역에서 좋은 선수를 키워 활용하는 형태로 발전돼야 한다. 아울러, 프로배구단 창단을 통해 부산의 프로스포츠 활성화와 지역 내 우수선수의 활용방안을 모색해야 한다.



### 스포츠과학화 기반 강화

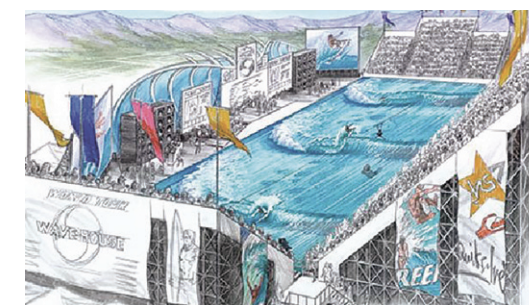
부산의 체육활성화와 경기력 향상을 위한 스포츠과학원 기반 강화가 필요하다. 우수한 선수 육성과 경기력 향상을 위해 최신 스포츠과학에 기반을 한 선진 훈련시스템 구축 및 시빅데이터, 증강현실 등 과학기술과 연계한 훈련 과학화가 필요하다. 현재 국민체육진흥공단 한국스포츠정책과학원에서 '지역스포츠과학센터'를 운영 중에 있다(현재 11개소 운영 중). 지역스포츠과학센터는 지역 내 우수선수 경기력 향상 지원과 스포츠클럽 선수 경기력 측정, 스포츠과학을 통한 밀착지원을 통해 체육영재 발굴·육성 등을 도모하고 있다. 현재 영남권에서는 대구에만 설치돼 있어 부산에 '지역스포츠과학센터' 유치가 필요하며, 부산광역시체육회와 지역 내 대학의 스포츠과학 전문인력 등을 활용해 우수선수 육성과 경기력 향상을 위한 스포츠과학화가 추진돼야 한다.



# must continue

### 해양스포츠 활성화

부산광역시의 2030 부산도시기본계획에 따른 '창조와 교류의 스마트 해양수도'에 걸맞게 해양스포츠 활성화를 통해 관광산업 등 지역경제 활성화를 도모해야 한다. 특히 올해 열릴 예정인 도쿄올림픽대회 및 2024 파리올림픽대회, 2028 LA올림픽대회에서 서핑 종목이 정식종목으로 채택되었다. 특히 해양스포츠가 해외여행 제약, 저밀집, 실외 활동으로 포스트 코로나 19 시대에 적합하고 서핑, 요트, 낚시 등 해양스포츠의 체험 인구가 급속하게 증가하는 상황에서 부산광역시체육회가 이러한 수요에 대해 선제적 대응이 필요한 시점이다. 특히 북항 개발과 연계해 부산시민을 위한 다양한 해양스포츠 콘텐츠를 제공하고 생활체육으로서 많은 시민들이 즐길 수 있도록 전략적 육성이 필요하다.



### 부산광역시체육회의 미래

부산광역시체육회는 부산시민 모두가 차별 없이 스포츠 권리를 누리고, 스포츠복지 체계 안에서 스포츠 활동을 통해 건강하고 행복한 삶을 영위할 수 있도록 고민과 노력을 해야 한다. 이를 위해 정부와 부산광역시의 지원, 구·군의 협조와 회원종목단체, 프로구단, 학교, 스포츠클럽, 스포츠사업자 등 협업을 통해 체계적으로 운영돼야 한다. 이를 통해 부산광역시가 당면하고 있는 사회문제(저출산·고령화, 인구감소) 등을 해소하고, 스포츠 활동을 통한 의료비 감소, 융·복합을 통한 일자리 창출 등 사회통합과 스포츠를 통해 행복한 스포츠도시 부산을 만드는 것이 부산광역시체육회의 미래이다.



# 구 군 체 육 회 를 가 다

## 첫 포문을 연 체육회, 탄탄한 내실로 빛나다!

### 중구체육회

1994년 문을 연 부산광역시 중구체육회는 16개 구·군체육회 중 제일 먼저 설립됐다. 지난 1월 30일(토) 첫 민선 부산 중구체육회장에 당선돼 취임식을 치른 김만택 신임회장을 주축으로 8명의 부회장과 50여 명의 이사 등이 중구체육회를 내실 있게 이끌어가는 중이다.

탄탄한 이사진이 돋보이는 중구체육회, 코로나19 시대 이전에는 어떤 활동을 펼쳤으며 현재는 어떤 활동을 이어오는 있는지 궁금했다.



“복합체육시설이 건립되면 관내 체육시설을 이용해 각 종목들의 다양한 프로그램 운영은 물론 동호인 친선경기 등을 개최해 생활체육을 더 활성화시킬 예정이다. 회원종목 단체를 더 활성화시키고 늘어나도록 운영하면서 구민들이 삶의 질을 향상시켜 건강하고 살기 좋은 중구로 손꼽히길 중구체육회 관계자들의 바람은 한결같다.

### 복합체육시설 건립은 중구체육회의 간절한 바람

중구체육회에 속한 단체는 12개 종목 49개 클럽, 회원 수는 대략 1,187명이다. 체육 인구가 많아 활기를 띠는데 다른 구에 비해 현저히 규모가 작은데다 인구수도 적다. 중구가 상업지구다 보니 주거환경이 열악하고 그만큼 체육인의 수도 적은 것이다. 게다가 중구 관내에 복합체육시설이 없다 보니 생활체육대회 및 행사를 개최할 때는 다른 곳으로 이동해야만 한다. 그런 까닭에 중구체육회의 오랜 숙원사업은 복합체육시설 건립이었다. 복합체육시설이 건립되면 관내 복합체육시설을 이용해 각 종목들의 다양한 프로그램 운영은 물론 동호인 친선경기 등을 개최해 생활체육을 더 활성화시킬 예정이다. 회원종목 단체를 더 활성화시키고 늘어나도록 운영하면서 구민들이 삶의 질을 향상시켜 건강하고 살기 좋은 중구로 손꼽히길 중구체육회 관계자들의 바람은 한결같다.

내부 구성원의 단합만큼은 탄탄하다고 말하는 중구체육회는 지난 1월, 코로나19라는 엄중한 시기에도 철저한 준비를 거쳐 신속하게 김만택 신임회장을 선출한다.







### 지도활동 외에 지역민의 체력 증진 위한 노력



“중구체육회에는 육상, 배구, 배드민턴, 축구 등 4명의 선수 출신 지도자와 1명의 체육전공 지도자가 근무 중이에요. 지도자의 주 업무가 수업지도인데 코로나19 상황 이전에는 관내 학교나 복지관, 주민센터, 경로당 등의 공공기관으로 1일 3개소 이상 지도활동을 나갔어요. 주로 수업 요청을 해오는 곳에 가는데 학교의 경우 방과 후 수업을 갔고요. 학교마다 모든 종목별 전문 지도자가 상주하는 게 아니라서 해당 종목의 지도자가 없는 경우 저희에게 요청하는 거죠.”

중구체육회에 오랜 시간 몸담은 임세은 지도자의 설명이 이어졌다.

“또 관내 주민을 지도할 때 연령층이 다양하기 때문에 그들의 눈높이에 맞춰 일반 지도자, 어르신 지도자로 구분해 뒀어요. 참여 대상자에 맞춰 각 지도자가 수업을 하는 거죠. 지도 활동뿐만 아니라 행정업무, 대회 개최 등 다양한 일을 합니다. 코로나19 이전에는 어르신체육대회, 중구체육회장배대회, 중구청장배대회, 영도다리 만남의 걷기대회 등 대회 개최와 운영뿐만 아니라 생활체육교실운영 등 구민들의 건강과 체력증진을 위해 1인 1종목 참여하게끔 독려하는 노력을 기울이고 있었어요.”

2020년 1년 내내 코로나19를 겪으면서 각 구·군체육회의 일상 역시 변화가 컸다. 상반기에는 거의 활동이 묶이다시피 했던 게 사실이다. 대한체육회의 지침으로 중구체육회는 2020년 5월부터 지도자와 함께하는 맨몸 근력운동 시리즈와 홈트레이닝 전신운동, 지도자와 함께하는 밸리댄스, 지도자와 함께하는 폼롤러(근육을 풀어주는 용도로 사용되는 고무 소재의 운동용품) 근막마사지, 지도자와 함께하는 라인댄스 등 다양한 영상을 제작해 부산중구체육회 스포츠특 유튜브 채널에 게시했다. 하반기에는 상반기보다는 현장을 나가긴 했지만 코로나19 상황 추이를 보가면서 멈춤과 개시를 반복되는 간헐적인 활동이 이어졌다. 아직 몇몇 체육회를 제외하고는 모든 구·군체육회에 공식 홈페이지가 있지 않은 상황, 중구체육회는 그간 각종 행사와 프로그램 홍보 등은 관내 신문과 현수막을 통해 홍보를 해왔다. 현재 생활체육 활성화를 위해 중구

체육회 홈페이지를 제작 중이다. 2021년에는 더 다양한 콘텐츠로 생활체육 동호인들에게 한발 다가가 다양한 운동을 소개하고 좋은 운동방법을 제공하겠다는 중구체육회 지도자들의 당찬 포부가 빛났다. 빨리 코로나19가 종식돼 이전처럼 체육활동에 활기가 가득하길 바라는 지도자들의 바람이 조만간 실현되길 고대해본다.



▶ 부산중구체육회 스포츠특 유튜브 채널  
([www.youtube.com/channel/UCT6NFP-T97yKWqSpFqAbsPIA/](http://www.youtube.com/channel/UCT6NFP-T97yKWqSpFqAbsPIA/))

### Mini interview 중구체육회

#### 한 사람의 열 걸음보다 열 사람의 한 걸음의 소중함을 알려준 중구체육회



신임회장 김만택

중구체육회의 통합 이전부터 지켜온 김만택 회장에게 중구체육회는 남다른 수밖에 없다.

“어찌 인연이 되려고 했는지 중구체육회에서 수장을 맡았네요. 힘들긴 했지만 중구체육회를 떠나지 않고 머물 수 있었던 건, 저를 도와 중구체육회 발전에 힘써준 임원진들 덕분입니다. 한 사람의 열 걸음보다 열 사람의 한 걸음의 소중함을 알려준 중구체육회 임원들에게 감사할 따름이에요.”

가장 안타까운 건 중구 관내 복합체육시설이 없다는 사실이다. 중구체육회에서 희망하는 복합체육시설의 건립이 현실화될 수 있도록 좀 더 힘을 쏟겠다고 약속했다. 중구에는 복합체육시설이 들어설 여유 부지가 없는 터라 필요성은 다들 인정하면서 현실적인 그림을 그려내지 못한 것도 사실이다. 김만택 회장 한 사람의 힘으로 이를 수 있는 사안이 아닌 터라 관계기관의 협조와 지원을 얻어 빠른 시일 내에 중구체육회의 오랜 바람을 이룰 수 있도록 2021년에는 좀 더 추진력을 발휘할 생각이다.

### Profile 중구체육회 수상 실적

- 제23회 대통령기 전국게이트볼대회 C그룹 우승
- 2018 부산시게이트볼협회장기대회 A파트 1위
- 제29회 부산시민체육대회 2위
- 부산광역시게이트볼협회친선대회 중구2조 우승
- 부산광역시장기 게이트볼대회 중구1조 5코트 A 우승





# 월드컵 사상 드디어 첫 승! 감격과 환희!

## 2002 한국-폴란드전

얼마나 기다렸던 첫 승인가. 지난 54년 스위스월드컵 때 처음 본선 무대를 밟은 지 48년 만에 이룬 첫 승이자 본선 진출 여섯 번째 만에 달성한 쾌거였다. 한국은 지난 2002년 6월 4일, 저녁 8시 30분 부산월드컵경기장에서 열린 D조 1차전 폴란드와의 경기에서 황선홍과 유상철의 골에 힘입어 2대0 쾌승을 거뒀다. 그날 대한민국은 승리의 기쁨과 환희로 들끓었다.



2002 Korea vs Poland

### 온종일 축제 분위기로 가득했던 그날의 부산

2002 월드컵축구 한국 대 폴란드 경기가 열린 2002년 6월 4일, 전 세계의 시선은 부산으로 집중됐다. 부산행 철도와 고속버스는 한국-폴란드전 관람객 인파로 초만원을 이뤘고 서울-부산 간 임시 열차가 긴급 투입되기도 했다. 이날 오전 10시부터 한국-폴란드전 3천500여장의 입장권 현장 판매가 실시된다는 소식이 전해지자 부산사직야구장 현장판매소에서는 3일 밤 10시부터 축구팬 3천여 명이 몰려 밤새 줄서서 기다렸다. 4일 오전에는 입장권을 사려는 사람이 1만여 명으로 늘면서 행렬이 3km에 이르는 등 폴란드전에 대한 응원 열기를 실감케 했다.

전국 네트워크를 구축한 부산대 동아리 UCAA와 동의대 총학생회 등 부산지역 7개 대학 학생들은 각 학교 운동장과 야외음악당 등에 대형 스크린을 설치, 낮 시간부터 각종 '월드컵 한마당' 행사를 열어 주민들을 응원전에 초청하기도 했다. 부산지역 호텔을 비롯한 대학가의 주점과 음식점 등에서는 1골마다 술 1병 공짜, 한국팀 승리 시 발렌타인 위스키 한 잔씩 제공 등 갖가지 아이디어를 내걸고 손님 쟁탈전을 벌였다. 또 부산 연제구 온천천 시민공원에서는 8개 초등학교 어린이 1천여 명이 모인 가운데 월드컵 골 넣기, 그림그리기, 글짓기 등 '한국 대표팀 월드컵 16강 성공 다짐대회'가 열리는 등 부산은 온종일 하루 종일 축제 분위기로 술렁였다.



# 2002 World Cup

## 첫 골의 감격, 축구 해방구 장관 연출



한국이 수세(守勢)에서 서서히 벗어나 주도권을 잡아가던 전반 26분, 상대 진영 왼쪽에서 아웃 오브 플레이된 볼을 이을용이 바로 앞에 있던 설기현에게 가볍게 패스한 뒤 이를 바로 되돌려 받았다. 이을용은 별로 빠르지 않은 걸음으로 서서히 전진하면서 패스할 곳을 찾았다. 바로 앞에는 수비수가 2명이나 버티고 있고 결정적인 기회를 만들어낼 상황으로는 보기 어려웠다. 190cm대의 장신 선수들에 비하면 176cm밖에 안 되는 자그마한 체구의 이을용은 초라해 보였다. 이 때문인지 상대 수비수들은 적극적으로 볼을 뺏으려고 하기보다는 ‘할 테면 해보라’는 듯이 여유를 부렸다. 그러나 이들은 이을용의 ‘원발’을 간과하고 있었다. 몸을 코너 쪽으로 향한 체 게걸음으로 두세 발씩 전진하던 이을용은 상대 수비수들에게 견제할 틈도 주지 않고 원발 인사이드로 감아 올렸다. 공은 빠르지는 않았지만 낮고 정확하게 황선홍의 발 앞으로 향했고 황선홍은 원발 인사이드에서 그대로 논스톱 슈트를 날렸다. 폴란드의 예지 엔겔 감독이 ‘세계 최고 골키퍼’라고 극찬했던 예지 두데크가 다이빙을 했지만 볼은 손에 닿지도 않은 채 골네트 왼쪽 아랫부분을 세차게 흔들었다. 스탠드를 온통 붉은색으로 물들이던 관중들이 경기장이 떠나가라는 듯 함성을 지른 것은 거의 동시였다.



운명의 폴란드전에서 전반 26분에 황선홍 선수가 멋진 슈트를 성공시키자 전국은 일제히 함성 소리와 함께 흥분의 도가니로 변했다. 서울 시내 광화문, 대학로, 월드컵공원 등 전광판 중계장 주변에 몰린 수많은 인파는 첫 골을 넣은 순간 너나 할 것 없이 벌떡 일어나 환호성을 질렀고 옆 사람과 부둥켜안으며 감격의 눈물까지 흘리는 사람들도 많았다.

이날 대학로와 광화문 등에는 각각 10만여 명에 달하는 인파가 몰려 온통 붉은 색깔의 인산 인해(人山人海)를 이뤘다. 첫 골이 터지자 조선일보 앞 건물 임시무대에서 축포가 터지고 종이 꽃가루가 공중에서 휘날렸으며 붉은악마를 비롯한 응원단과 시민들은 환호성을 지르고 손을 흔들며 반복적으로 “대한민국!”을 끊임없이 연호했다. 그리고 서대문 흥국생명에서 광화문 사거리까지 운집해 있던 5만여 관중들은 첫 골에 감격하며 파도타기를 연출했다. 이어 관중들은 한국 축의 찬스가 계속될 때마다 “한 골 더!”를 외쳤다.

앞서 광화문 사거리에서는 시민들이 기하급수적으로 늘어나면서 경기 시작 5분여 만에 경찰은 흥국생명에서 광화문 사거리에 이르는 왕복 16차선과 광화문 사거리~종각 방면의 차량 통행을 완전 금지시켰다. 이어 응원단이 양옆 인도는 물론 차도까지 뺨뺨이 들어서는 ‘축구 해방구’의 장관을 연출했다.

이 여세를 몰아 한국은 후반에도 맹공을 퍼붓다가 8분에 유상철이 중앙에서 폴란드 수비수를 제치고 골문 왼쪽 구석으로 강슛을 해 또 한 번 폴란드의 네트를 갈랐다. 두 번째 골의 주인공은 유상철, 그는 폴란드전 최우수선수로 뽑혔고 대회 공식파트너인 버드와이저가 선정하는 ‘경기 최우수선수’로 선정됐다.

## 높은 체력과 전술 이해도, 승리의 원동력

90분간의 혈전이 끝난 후 폴란드 선수들은 고개를 숙였다. 표정은 침울했고 축 처진 어깨 위로 흐르는 뜨거운 눈물이 흘러내렸다. 본부석에서 김대중 대통령과 함께 경기를 관전하던 폴란드 대통령은 머릿속에 술한 상념이 스쳐 지나가는 듯 잠시 허공을 응시했다. 한국과 마찬가지로 폴란드 역시 이날 경기는 절대로 놓칠 수 없는 승부처였다. 한국이 월드컵 사상 첫 승에 목말라 했다면 폴란드는 한국이 월드컵 5회 연속 본선 진출의 물꼬를 텃던 1986년 멕시코대회 이후 16년 만에 다시 본선 무대를 밟았고 옛 영광을 재현해야 한다는 국민의 한결같은 염원을 안고 이날 경기에 참가했다.

하지만 폴란드는 한국의 첫 승 제물을 면치 못했다. 16강 진출을 위해 대통령이 나서 귀화시킨 올리사데베의 발은 전방 위에서 가해지는 한국의 강한 압박에 빛을 잃었고 후반 해결사로 투입된 크리샤워비치는 한국의 높은 벽에 브레이크가 걸렸다. 유럽 빅리그에서 활약하고 있는 철의 수비벽도 한국의 좌우 측면 돌파를 막아내기엔 발이 무뎠고 유럽 최고의 골키퍼 중 하나로 평가받았던 예지 두데크도 2골을 헌납하며 땅을 쳐야 했다.

높아진 체력과 전술 이해도가 이뤄낸 예고된 승리였다. 한국과 폴란드전을 지켜본 축구 전문가들은 체력의 우위를 앞세운 압박능력과 상대의 허점을 파고드는 전술에서의 발전이 한국의 월드컵 첫 승을 견인했다고 입을 모았다. 또 초반 몇 차례 위기에도 불구하고 선수들이 침착하게 경기 운영을 하는 등 본선 첫 경기의 부담을 완벽하게 극복했다는 점도 승리의 원동력이 됐다고 밝혔다.



체력의 우위를 앞세운 압박능력과 상대의 허점을 파고드는 전술에서의 발전이 한국의 월드컵 첫 승을 견인했다고 입을 모았다.



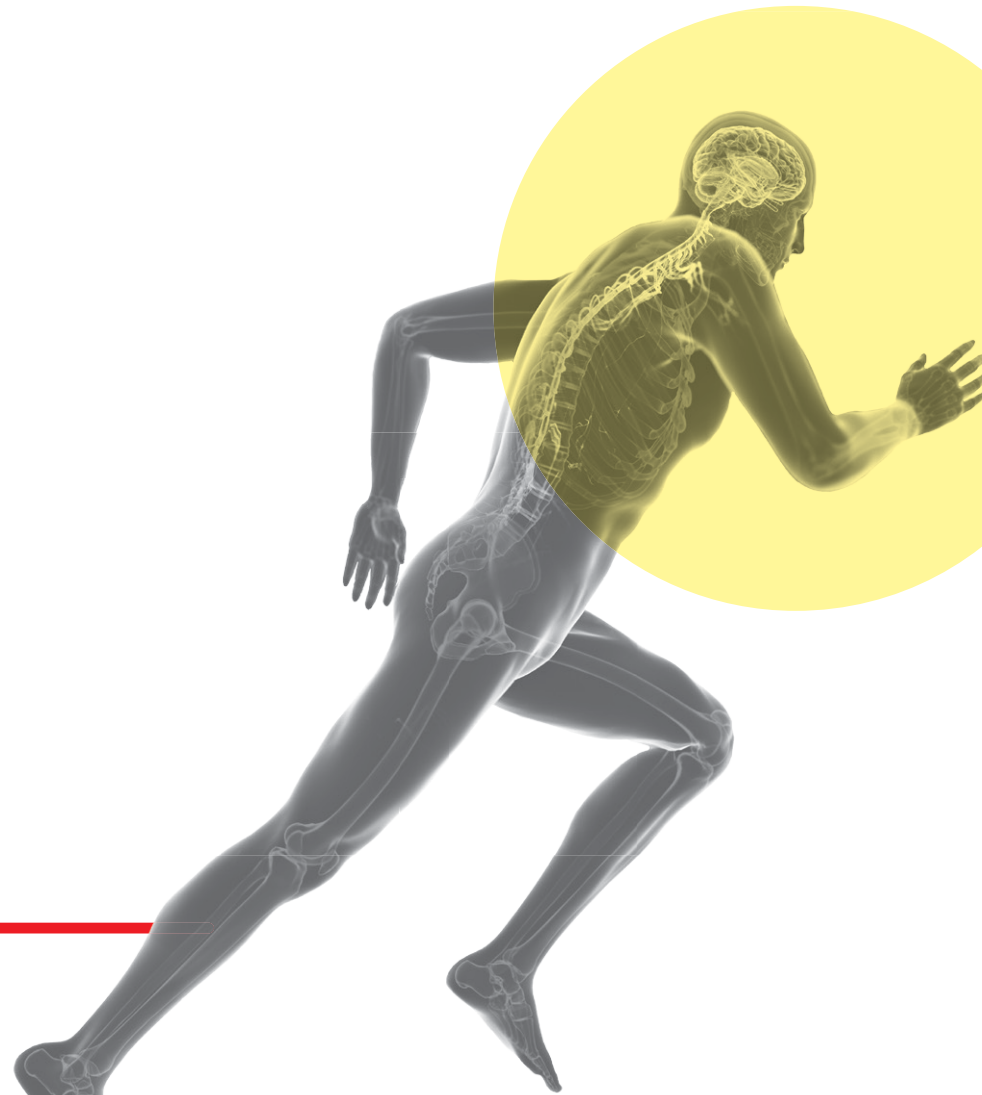


# 선수의 정신과 행동을 이해하기 위한 스포츠심리학의 과학적 접근

부경대학교 해양스포츠학과 교수 송용관



우리의 생각(Mind/Thinking)은 놀라운 힘을 가지고 있다. 우리가 마음먹기에 따라 목표를 설정하고 끊임없이 도전하면서 놀라운 성과를 달성할 수 있기 때문이다. 반대로 우리의 생각이 나태해지면 쉬운 목표도 쉽게 포기하고 도전도 사라지게 된다. 스포츠 상황에서 선수의 생각과 감정은 행동에 영향을 미친다. 선수가 어떤 생각을 하고 정서 상태가 어떠한에 따라 행동이 달라진다. 생각(정신)이 행동을 제어하는 것이다.



## 인간의 행동을 제어하는 뇌

경기에서 자신감이 높은 선수는 최적의 수행력을 발휘해 좋은 성과를 거둘 확률이 높다. 그렇지만 불안감이 높은 선수는 자신이 가진 능력을 다 발휘하지 못하고 저조한 성적을 거둘 확률이 높다. 결국 우리의 생각이 행동을 결정한다. 긍정적인 생각과 감정은 좋은 행동을 강화하고 부정적인 생각과 감정은 좋지 못한 행동을 유발한다. 어떤 상황에서도 선수의 생각과 행동을 자신의 의지에 따라 제어할 수 있다면 좋은 결과를 기대할 수 있다. 자신의 생각과 행동을 제어할 수 있는 역량을 키우기 위해서는 뇌를 이해하는 것이 필요하다. 뇌를 이해하는 시작은 인간의 정신과 행동을 연구하는 스포츠심리학의 핵심이다.

우리의 생각과 행동은 어떻게 연결되어 있을까? 뇌의 기전을 간략히 설명하면, 인간의 움직임은 전기 자극을 통해 일어난다. 움직임에 명령을 내리는 것은 신경이 보내는 전기신호이고, 전기신호를 통해 근육의 움직임이 발생한다. 신경계(Nervous system)를 이루는 중추신경계(Central nervous system, CNS)와 말초신경계(Peripheral nervous system, PNS)의 전기 신호와 자극을 통해 운동 반응이 발생하게 된다. 우리의 생각과 감정이 신경계와 말초신경계의 전기신호와 자극의 정도(수준)를 결정하기 때문에 최종적인 운동 반응도 생각과 행동에 따라 달라질 수 있다. 이는 선수들에게도 마찬가지이다.

## 우리의 생각을 과학적으로 측정하는 방법

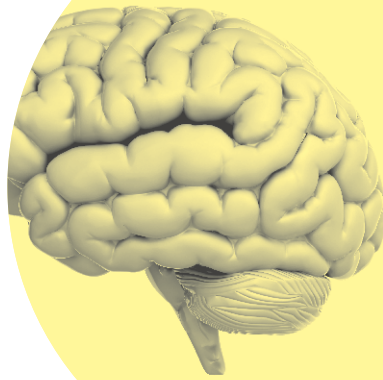
우리의 행동을 제어하는 것은 결국 뇌이다. 경기를 앞둔 어떤 선수가 초조해하고 불안해하는 것을 어떻게 알 수 있을까? 긍정적인 기분을 느끼고 자신감을 지닌 선수는 어떻게 알 수 있을까? 가장 쉬운 방법은 불안해하는지 아닌지를 선수에게 직접 묻는 것이다. 또한, 경기를 앞둔 선수가 심박수가 증가하거나, 손이나 몸에서 식은땀이 나거나, 화장실을 자주 가거나, 속이 안 좋거나, 심지어 작은 근육 경련이 일어나는 생리적 현상을 통해서도 유추할 수 있다. 정량화된 검사지를 통해 선수가 인식하고 있는 불안 수준이나 자신감 수준을 측정할 수도 있다. 이 방식을 통해 선수의 감정과 생각을 이해하는 것이 나쁘지 않지만, 보다 객관적으로 선수의 심리 상태(뇌)를 이해하는 것은 선수 자신의 생각과 행동을 제어할 수 있는 출발점이 될 수 있다. 스포츠 현장에서 선수의 생각과 행동을 이해하기 위해 사용되는 과학적인 측정 방법과 활용 내용을 몇 가지 소개하고자 한다.







### 뇌에서 발생하는 전기 신호



우리의 뇌에서 발생하는 전기 신호를 통해 뇌의 활동을 이해할 수 있다. 뇌에서 발생하는 대표적인 전기 신호는 뇌전도(Electroencephalography, EEG)이다. 흔히 뇌파(Brain wave)라고도 알려져 있으며, 주로 델타파( $\delta$ ), 세타파( $\theta$ ), 알파파( $\alpha$ ), 베타파( $\beta$ )로 구분 된다.

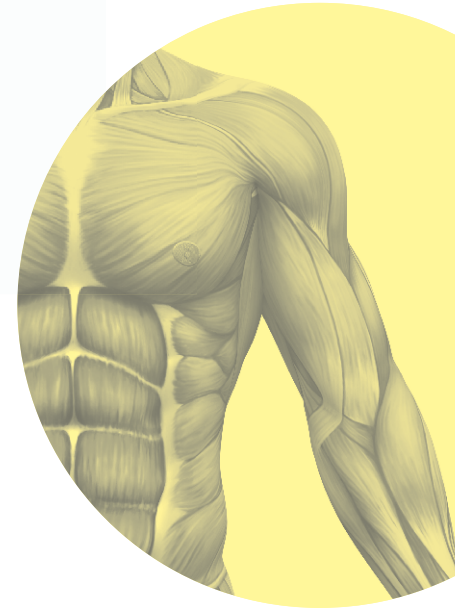
뇌파는 임상 진단을 위해 의학 분야에서 주로 사용되어왔으나 신경과학, 인지과학, 심리학과 생리학 등 다양한 분야에서 활용되고 있다. 특히 스포츠 분야에서도 선수의 불안과 측정하고 심리기술 역량을 키우기 위해 활발하게 활용되고 있다. 불안은 선수들의 각성과 스트레스 등 다양한 요소들에 의해 영향을 받기 때문에 뇌파 측정을 통해 선수의 불안 수준을 측정 및 평가할 수 있다. 뇌파를 통해 불안 수준이 높은 선수는 호흡법, 심신 이완 기법과 인지 중재 전략 등과 같은 심리 기술 훈련을 통해 자신의 불안을 제어할 수 있는 역량을 키울 수 있게 된다.

이 외에도 뇌의 활동은 기능적 자기공명영상(Functional magnetic resonance imaging, fMRI) 장비를 통해 뇌 혈류와 관련된 변화를 감지해 뇌 활동을 측정할 수 있다. 반대로 뇌의 특정 영역에 비침습적 자극 방법 중 하나인 경두개자극법(Transcranial magnetic stimulation, TMS)과 반복적 경두개자극법(Treatment Repetitive high frequency, rTMS)을 이용해 전기 자극을 외부에서 가함으로써 뇌의 신경세포를 활성화시키거나 비활성시켜 인간의 움직임의 기전을 이해할 수도 있다.

#### 뇌파 유형과 특징

뇌파 유형	주파수	특징	임상적 평가
델타파( $\delta$ )	0.5~3Hz	깊은 수면	뇌 이상 상태
세타파( $\theta$ )	4~7Hz	수면	졸음 및 수면 상태
알파파( $\alpha$ )	8~13Hz	이완 및 휴식	휴식 상태
베타파( $\beta$ )	14Hz 이상	집중	활동 상태

### 근육에서 발생하는 전기 신호



근육에서 발생하는 전기 신호는 근전도(Electromyography, EMG)이다. 근전도는 근육이 수축할 때 근육과 신경계에서 발생하는 활동 전위를 측정하는 방법이다. 근육과 관련된 질환을 평가하는데 유용한 지표이지만, 스포츠 종목에 특화된 근력을 측정하는데 폭넓게 활용되고 있다. 사격과 양궁과 같은 스포츠는 특정 손가락의 움직임과 근력이 경기력에 중요하게 작용한다. 근전도는 사격과 양궁 선수들의 경기력 향상에 중요하게 활용되는 과학적 장비이다. 사격 선수가 중요한 순간에 갑자기 불안을 크게 느끼게 되면, 손가락 진전(Tremor)이 발생해 수행력 저하로 이어질 수 있다.

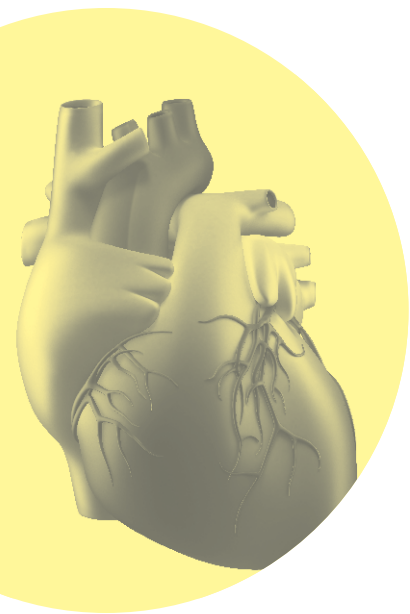
### 안구 움직임

안구(Eye)에서 발생하는 전기 신호를 측정하는 장비가 있지 않지만, 스포츠 분야에서는 선수의 안구 움직임을 통해 생각과 행동을 과학적으로 접근하고 있다. 경기 상황에서 효율적인 기술과 전술을 발휘하기 위해서는 시선 처리(안구 움직임)가 중요한 역할을 한다. 선수의 시선 처리를 과학적으로 측정하기 위해 시선 추적(Eye-tracking) 장비를 사용하고 있다. 페널티 킥을 막는 골키퍼의 안구 움직임, 탁구와 배드민턴 종목에서의 리턴 기술, 배구 경기에서의 리시버의 시선 처리는 경기력과 밀접하게 관련되어 있기 때문에 시선 처리 장비를 통해 선수들의 능력을 파악할 수 있다. 불안과 각성 수준 상태가 시선 추적과 시선 처리에 크게 작용한다는 점에서 선수의 기술 수준뿐만 아니라 정서 상태를 판단하는데 유용한 지표가 된다.



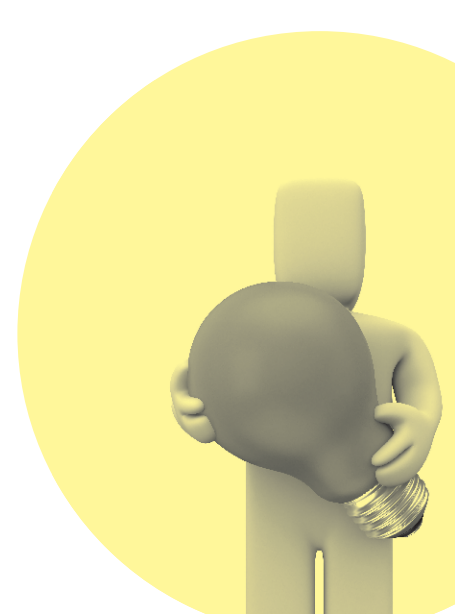
### 심장에서 발생하는 전기 신호

뇌와 마찬가지로 심장에서도 전기 신호가 발생한다. 심장에서 발생하는 전기 신호는 심박변이도(Heart Rate Variability, HRV)이다. 자율신경계의 변화에 따라 심장 박동의 주기 변화를 평가할 수 있는 심박변이도는 경기 상황에서 실시간으로 변화하는 선수의 불안과 스트레스 수준을 평가하기 위해서 스포츠 분야에서 활용되고 있다. 즉, 심장 박동의 변화를 통해 불안과 심신에 누적되는 과도한 스트레스의 영향을 파악할 수 있기 때문에 선수의 불안과 스트레스를 파악하고 관리하는데 중요한 정보를 제공해 준다. 뇌파 정보와 함께 심박변이도 정보는 선수의 불안, 스트레스와 같은 정서를 평가하고 심신의 안정을 도모하기 위한 심리기술 훈련 기법을 수립하는데 중요한 기초 정보가 되고 있다.



### 생각의 힘이 행동을 결정한다

선수의 생각과 감정을 이해하는 것은 뇌의 이해로부터 시작된다. 그리고 뇌를 이해하기 위해서는 스포츠심리학의 역할이 중요하다. 이 정보와 지식을 통해 선수의 생각과 행동을 이해하게 되고, 자신의 생각과 행동을 제어할 수 있는 능력을 과학적 접근과 심리기술 훈련을 통해 키우게 될 때, 선수들은 최적의 수행력을 발휘하게 될 것이다. 반복적인 연습 없이 성장하지 못하는 것처럼 자신의 생각과 행동을 이해하려는 노력 없이 좋은 수행력을 기대하기 어렵다. 행동을 제어할 수 있는 능력을 키우기 위해서는 자신의 생각을 이해하는 것이 선행돼야 한다. 스포츠심리학과 스포츠과학의 힘을 현명하게 활용해야 한다. 그것이 선수와 지도자에게 놀라운 힘을 갖게 하는 하나의 길이 될 것이다.





# 국민체육진흥공단의 체육인 지원사업 안내

체육인의 복지향상을 위한 든든한 지원사업은 사업 운영규정에 따라 국가대표 선수, 은퇴선수, 지도자, 체육장학생 등을 지원하는 사업이다. 사업기간은 비장애인 '75년~계속, 장애인 '06~계속 진행하고 있으며, 수혜자는 전·현직 국가대표 선수 및 지도자, 학생선수 등이다. 그중에서도 '대한민국체육유공자 보상'과 '체육장학금', '선수지도자 보호지원금'을 소개해본다.



## 대한민국 체육유공자 보상



국가대표로 활동하다 불의의 사고를 당한 선수와 지도자를 체육유공자로 예우하고 안정적인 생활을 할 수 있도록 2014년 1월 개정된 국민체육진흥법에 근거해 마련되었다.

**지정대상** 국가대표선수나 국가대표선수 지도자 중에서 국제경기대회의 경기, 훈련 또는 이를 위한 지도 중에 사망하거나 '장애인복지법'의 '장애의 정도가 심한' 장애를 가진 자

### 지정 및 보상절차



**지원지시** 연중 지급





## 체육 장학금



국민체육진흥공단의 체육인 복지사업은 국민체육진흥법 제14조(선수 등의 보호·육성)와 제22조(기금의 사용)에 따라 각종 국제경기대회에서 우리의 자긍심을 한껏 높여준 체육인들과 국가대표선수들의 복지증진을 위해 시행 중인 사업이다.

### 지원대상

#### 일반장학금

대한체육회, 대한장애인체육회, 경기단체 주최 전국 규모 대회에서 상위 입상 실적이 있는 학생 선수



#### 특별장학금

대한체육회, 대한장애인체육회 주최 전국체육대회에서 우수선수로 선정된 학생과 학생으로서 대한체육회가 실시하는 선수 강화 훈련에 참가한 선수

### 지급기준

재학 중인 교육기관별 장학금 차등

- 비장애 : 초등 30만원, 중등 50만원, 고등 100만원
- 장애 : 고등 100만원, 대학 150만원, 대학교 200만원

### 신청 및 지급절차



대상자 추천 요령

국민체육진흥공단 → 대한체육회, 대한장애인체육회



대한체육회장, 대한장애인체육회장 추천

대한체육회, 대한장애인체육회 → 국민체육진흥공단



추천내역 검토 및 대상자 선정

국민체육진흥공단



장학금 지급

국민체육진흥공단 → 대상자

## 선수·지도자 보호지원금



상해보험지원비의 경우 대한체육회, 대한장애인체육회 또는 경기단체에서 실시하는 강화 훈련 및 경기에 참가하는 국가대표선수 및 지도자를 대상으로 지급한다.

### 지급대상 및 방식

구분	지급대상	지급방식
상해보험지원비	대한체육회, 대한장애인체육회 및 가맹경기 단체에서 실시하는 강화 훈련 및 경기에 참가하는 국가대표 선수 및 지도자	연 1회 또는 연 2회 대한체육회, 대한장애인체육회로 교부
장기입원 진료보조비	상해보험지원비 대상자	대상자에게 직접 보조

\* 상해보험 가입 및 사업 추진은 대한체육회, 대한장애인체육회에서 수행

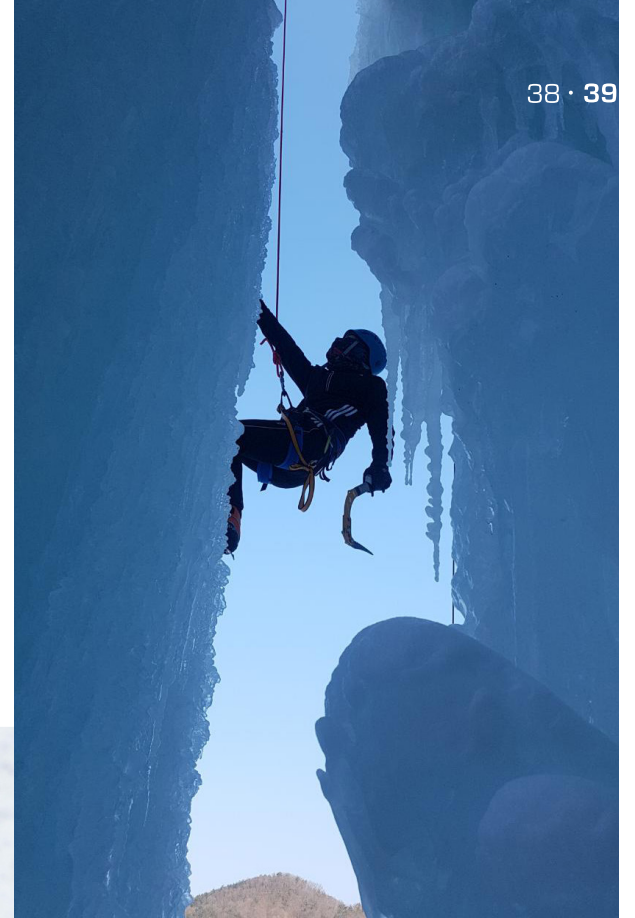
### 지급기준

구분	지급기준
상해보험지원비	상해보험 가입에 따른 보험료(1년 단위 가입)
장기입원 진료보조비	스포츠상해보험, 의료보험 등 각종 보험에서 보담하는 입원진료 보조비로 우선 부담하고 부족 시 입실료, 수술비, 치료비, 마취료, 의료기자재 사용료, 환자 본인 식대 등 지원(최초 입원일로부터 6개월 이내)





사진출처: 판대아이스파크 서강호 운영위원장



## 한겨울 빙벽에 핀 꽃 정복하라!

원주에서 만난  
동양 최대 인공빙벽장,  
아이스클라이밍

강원도 원주시 지정면에 위치한 인공빙벽장은 동양 최대의 빙벽이자 국내에서 아이스클라이밍을 즐길 수 있는 대표적인 명소다. 2009년 12월 25일, 문을 연 인공빙벽장은 삼산천 강 건너편 높이 100m, 폭 200m에 이르는 직벽에 물을 뿌려 만들었는데 커다란 얼음산이 장관(壯觀)을 이룬다. 이곳이야말로 클라이머들의 심장을 뜨겁게 만드는 겨울 스포츠의 산실이다.

# Ice climbing

### 암벽등반과 원리 비슷하지만 더 많은 주의와 기술 요구

원주 소재 인공빙벽장은 물을 조절해서 얼음 크기와 난이도, 빙벽질의 조절이 가능하다. 해마다 그 모양이 달라지는 원주 소재 인공빙벽장은 말 그대로 인공이지만 자연 빙벽에 버금간다. 접근성이 좋고 등반의 편이성까지 갖춘 원주 소재 인공빙벽장은 국내 제일의 인공 빙벽 중 하나다. 원주의 인공빙벽장은 늘어나는 빙벽등반 인구를 수용하고 고난이도 등반이 가능한 빙폭을 제공해 국내 빙벽등반의 기술 수준을 한 단계 끌어올리는 데 일조했다는 평가를 받았다. 원주 인공빙벽장은 코로나19가 발생하기 전, 주말이면 4~500명이 이곳을 찾아 아이스클라이밍을 즐겼다.

빙벽등반은 10여 년 전만 해도 국내에서는 크게 주목을 받지 못한 스포츠였지만 최근 마니아들을 중심으로 인기 있는 겨울 스포츠로 자리 잡았다. 아이스클라이밍은 암벽등반과 원리가 비슷하지만 바위와 얼음이라는 차이 때문에 더 많은 주의와 기술이 요구되는 스포츠다. 매력 만점의 겨울 스포츠이긴 하지만 체력과 기술력, 정신력, 검증된 빙벽등반 장비 등 철저히 준비를 잘 해야 사고를 막을 수 있다. 절대 무리하게 등반에 욕심을 내서는 안 된다. 빙벽 등반을 위해서는 기본적으로 아이스 바일(Ice bel), 아이젠(Eisen), 아이스 스크류(Ice screw), 로프(Rope), 헬멧, 카라비너(Karabiner), 안전띠 등의 장비가 필요하다.





## 공포감을 이기고 정상에 오른 자만이 느끼는 감격

원주 인공빙벽장은 멀리서 바라보면 산 하나에 대형 고드름이 주렁주렁 매달린 형세다. 가까이 다가갈수록 그 웅장함에 놀라고 위태로움 속에 스릴을 만끽하는 클라이머들의 용기에 또 한 번 놀란다. 매 겨울마다 원주 인공빙벽장은 아이스 바일(Ice beil)과 아이젠(Eisen)으로 얼음을 찍으며 빙벽을 오르는 클라이머들의 함성 소리로 가득했다. 선등(先登) 클라이머의 발 아래, 꽁꽁 언 얼음판에서 로프(Rope)를 잡고 있던 파트너가 큰 소리로 '낙빙'을 외치자 동시에 수십 명의 다른 파트너들도 일제히 '낙빙'을 외친다. 빙벽타기에서 가장 조심해야 할 부분은 위에서 떨어지는 크고 작은 얼음덩어리이다. 긴장의 순간도 잠시 빙벽의 스파이더맨들은 다시 얼음을 찍고 힘차게 얼음 직벽을 오른다. 가파른 빙벽과 낙빙의 공포감을 이기고 마침내 정상에 공략, 발밑으로 내려다보이는 빙벽 아래 풍경과 한줄기 시원한 바람, 그 성취감은 원주 인공빙벽장 정상에 올라본 사람만이 느낄 수 있는 감격이다.



“빙벽과 낙빙의 공포감을 이기고 마침내 정상에 공략해 발밑으로 내려다보이는 빙벽 아래 풍경과 한줄기 시원한 바람, 그 성취감은 원주 인공빙벽장 정상에 올라본 사람만이 느낄 수 있는 감격이다.”

## 힘든 과정만큼 정상에 올랐을 때 맛보는 성취감

아이스클라이밍의 특징은 무엇일까. 몇 가지 도구만으로 운동을 할 수 있지만 고난도의 기술이 필요하고 위험 또한 감수해야 한다는 점이다. 그럼에도 불구하고 아이스클라이밍의 인기가 높아지는 이유는 그 과정은 힘들지만 정상에 올라섰을 때의 성취감이 엄청나기 때문이다. 빙벽 타기는 혼자 시작하기 보다는 경험이 많은 등반가 2~3명 팀을 이루는 것이 안전하다. 암벽 타기는 잡고 올라가는 손잡이 역할을 하는 홀드가 어느 정도 한정돼 있지만 빙벽 타기는 홀드가 정해져 있지 않아 손에 쥐고 있는 손도끼가 홀드 역할을 하고 신발에 착용하는 아이젠(Eisen)으로 몸무게를 지탱하며 등반하는 운동이라는 차이가 있다. 우리나라 기준으로 가장 추운 1~2월, 원주 인공빙벽장 외에도 구곡폭포, 용대리 매바위 빙벽, 오장폭포, 청송 얼음골 등지에 아이스클라이밍을 즐기려는 이들이 몰려든다. 힘든 구간에서는 얼음을 찍는 도구인 아이스 바일(Ice beil)을 입에 물기도 하고, 몸을 날리듯 얼음 덩어리를 찍어 이동하며 보는 이로 하여금 짜릿함을 선사하는 클라이머들, 안전을 책임질 중요 장비를 제대로 착용하고 매사 주의를 기울여 침착하고 신중하게 등반한다면 오래도록 즐길 수 있는 스틸 만점의 스포츠이다.

\* 사진출처 : 판대아이스파크 서강호 운영위원장

### tip 아이스클라이밍 하기 전에 알아두기

#### ☑ 아이스클라이밍 핵심 용어

- ☞ **아이스 바일(Ice beil)** : 빙벽등반 시 사용되는 손도끼
- ☞ **아이스 액스(Ice axe)** : 피켈, 워킹과 설벽 등반 시 사용하는 손도끼
- ☞ **아이스 해머(Ice hammer)** : 빙벽등반 시 사용하는 망치
- ☞ **아이젠(Eisen)** : 빙벽등반 시 발에 착용하는 장비로 발바닥에 포인트가 전체적으로 돼 있다.
- ☞ **아이스 피톤(Ice piton)** : 빙벽에 설치하는 확보물, 스나그, 스크류 등
- ☞ **아이스 스크류(Ice screw)** : 빙벽에 설치하는 나사형 아이스 피톤, 빙벽용 아이스 확보물
- ☞ **아이스 하켄(Ice haken)** : 빙벽에 설치하는 하켄, 설벽용, 빙벽용 등 여러 가지가 있다.
- ☞ **알파인 클라이밍(Alpine climbing)** : 바위와 눈, 얼음 등 혼합등반으로 오르는 행위

#### ☑ 원주 인공빙벽장 등반하는 방법

1. 현장에서 서약서 작성하기
  2. 30m 초보자 코스는 선등 튜링등반 가능
  3. 100m 이상은 사전 예약지만 가능
  4. 등반시간은 오전 8시부터 오후 5시까지
- ※ 인공빙벽장 : 강원도 원주시 지정면 지정로 1073





몸의 중심을 이용한 짜릿한 경주  
찰나의 미학이 담겨 있는 스포츠  
스켈레톤



*Skeleton*

## 초반 스타트가 생명! 네 안의 질주 본능 깨워라! 스켈레톤

머리를 정면으로 향한 채 트랙을 활강한다는 점에서 썰매 3개 종목인 봅슬레이·루자스켈레톤 중 가장 스릴을 만끽할 수 있으면서도 위험한 종목으로 손꼽히는 스킨슬레톤(Skeleton). 직선 코스로 30m 가량을 달려 가속한 뒤 썰매 위에 엎드린 채 트랙을 활주해 내려가고, 커브를 돌 때는 가속으로 인해 중력의 4배에 가까운 압력을 받기 때문에 머리를 들기 어렵다. 등을 대고 누워서 타는 루지나 차체에 타는 봅슬레이와 달리 특별한 조종 장치도 없이 선수들은 어깨와 머리, 다리를 이용해 몸의 중심을 이동시키면서 짜릿한 경주를 펼친다.



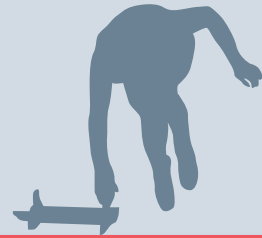
겨울 짐 운반,  
썰매 이용한 것에서 유래

스켈레톤 슬레딩(Skeleton Sledding)이라고도 한다. 주행 모습이 마치 뼈대(Skeleton)와 같다고 해서 붙여진 명칭이다. 북아메리카 인디언들이 겨울에 짐을 운반하기 위해 썰매를 이용하던 것에서 유래된 토포건(Toboggan)이 그 시초다. 스포츠 경기로 발전한 곳은 스위스인데 1882년 다보스(Davos)와 클로스터스(Klosters) 사이에 썰매 코스가 설치되었고, 1884년 스위스 생모리츠(St.Moritz)에서 처음으로 경기가 열린 뒤 본격적인 스포츠 종목으로 자리를 잡게 되었다. 1906년 오스트리아에서는 첫 세계 선수권대회가 개최됐으며 1923년 국제봅슬레이스켈레톤연맹(IBSF, International Bobsleigh & Skeleton Federation)이 창설되며 봅슬레이와 함께 본격적으로 국제무대에서 자리 잡게 됐다.

1928년 스위스 생모리츠에서 열린 제2회 동계올림픽대회 정식종목으로 채택되었으나, 다음 대회부터 중단되었다가 1948년 생모리츠에서 두 번째로 열린 제5회 동계올림픽대회에서 다시 정식종목으로 경기가 열렸다. 하지만 안전성 문제로 인해 중단되었다가 2002년 미국 솔트레이크시티에서 열린 제19회 동계올림픽대회부터 다시 정식종목으로 채택됐다. 종전 남자 개인전 부문만 인정되다가 2002년부터 여자 부문이 동계올림픽대회 정식종목으로 채택됐다.



## 초스피드 겨울스포츠, 스켈레톤 안전 정보



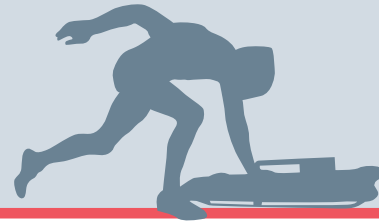
스켈레톤에서 좋은 기록을 내기 위한 가장 중요한 요소는 바로 스타트 기록과 드라이빙 기술이다. 특히 스타트 기록은 경기 결과를 좌우할 만큼 큰 영향을 미친다. 스타트 구간에서 폭발적인 힘으로 가속도를 붙여야 이후 코스를 빠르게 통과해 좋은 기록을 낼 수 있다. 스타트에서 만약 0.1초가 빨랐다면 피니시 기록은 0.3초가 빨라진다고 한다. 불과 0.01초 차이로 승패가 갈리는 찰나의 미학이 담겨 있는 스포츠인 만큼, 이 0.01초를 위해 선수들은 땀과 눈물을 쏟는다.

드라이빙 기술도 뛰어난 기록을 위해 꼭 필요하다. 코스에 따라 어깨와 무릎에 힘을 적절하게 가해야 바깥쪽으로 밀리지 않고 코스를 안정적으로 통과할 수 있다. 이에 선수들은 트랙을 따라 걷는 '트랙 워킹(Track walking)'을 반복하면서 경기장 구조와 커브 위치를 익힌다.

스켈레톤은 봅슬레이·루지와 같은 트랙에서 경기가 개최되지만 가장 큰 차이점은 썰매에 엎드려 머리부터 내려온다는 점이다. 때문에 썰매 3종목 가운데 가장 짜릿함을 맛볼 수 있는 경기로 꼽히지만 그만큼 위험해서 턱 보호대가 부착된 헬멧을 반드시 착용해야 한다. 규정상 공기학적 장치가 부착된 헬멧이나 경기 복장은 금지된다.

스켈레톤 썰매는 강철 프레임과 유리섬유로 된 커버로 이루어져 있다. 봅슬레이와 마찬가지로 썰매 날(Runner)을 바닥면에 고정시켜 주행하는데 썰매 날 끝에는 조종과 제동을 위한 홈이 있다. 별도 조종 장치가 없어서 선수가 어깨, 무릎 등 몸 전체로 썰매에 압력을 주면서 조종한다. 장비를 포함한 썰매의 무게와 선수의 체중을 합한 최대 중량은 남자 115kg, 여자 92kg을 넘을 수 없도록 규정하지만 이를 초과할 경우에는 썰매의 무게를 남자 33kg, 여자 29kg 이내로 조정하면 된다. 최대 중량이 남자 115kg, 여자 92kg 미만인 경우에도 썰매의 무게는 남자 43kg, 여자 35kg을 초과할 수 없으며 추가 무게를 썰매 내부에 부착할 수 있다.

봅슬레이와 마찬가지로 2~4차 시기 합산 기록을 바탕으로 순위를 정한다. 월드컵 등 국제봅슬레이스켈레톤연맹(IBSF)이 주관하는 국제대회는 총 2회 주행을 통해 순위를 결정하며 세계선수권대회와 올림픽대회의 경우 총 4회 주행을 통해 메달 색을 결정한다. 주행이 반복될수록 트랙 빙질의 상태가 악화되는 종목의 특성상 본 종목의 출발 순서가 중요한 역할을 한다. 초기에는 세계랭킹 순으로 순서를 결정했는데 형평성을 위해 추첨 방식을 도입했다. 1차(국제대회) 및 3차(세계선수권대회, 올림픽대회) 결과에 따라 최종 상위 20개 팀만 최종 시기에 참가할 수 있다.



“ 스킨레톤에서 가장 중요한 요소는 바로 스타트 기록과 드라이빙 기술이다. 스타트 구간에서 폭발적인 힘으로 가속도를 붙여야 이후 코스를 빠르게 통과해 좋은 기록을 낼 수 있다. ”

### tip Zoom in, 스킨레톤

#### 스켈레톤 썰매

- 길이 80~120cm, 높이 8~20cm, 무게 남자 43kg, 여자 35kg 이하
- 양쪽 러너(날)의 중앙점 사이의 거리 34~38cm 유리섬유 또는 강철 재질이다
- 앞뒤 범퍼 : 트랙 벽에 접촉 시 충격을 줄여준다.
- 앞 범퍼 지름 12cm 이상, 외부 노출 7cm 이상
- 뒤 범퍼 지름 8cm 이상, 외부 노출 3.5cm 이상
- 러너(Runner) : 썰매 바닥에 부착된 강철 날로 지름 1.65cm 이하, 길이 1.2m 이하

#### 스켈레톤 복장

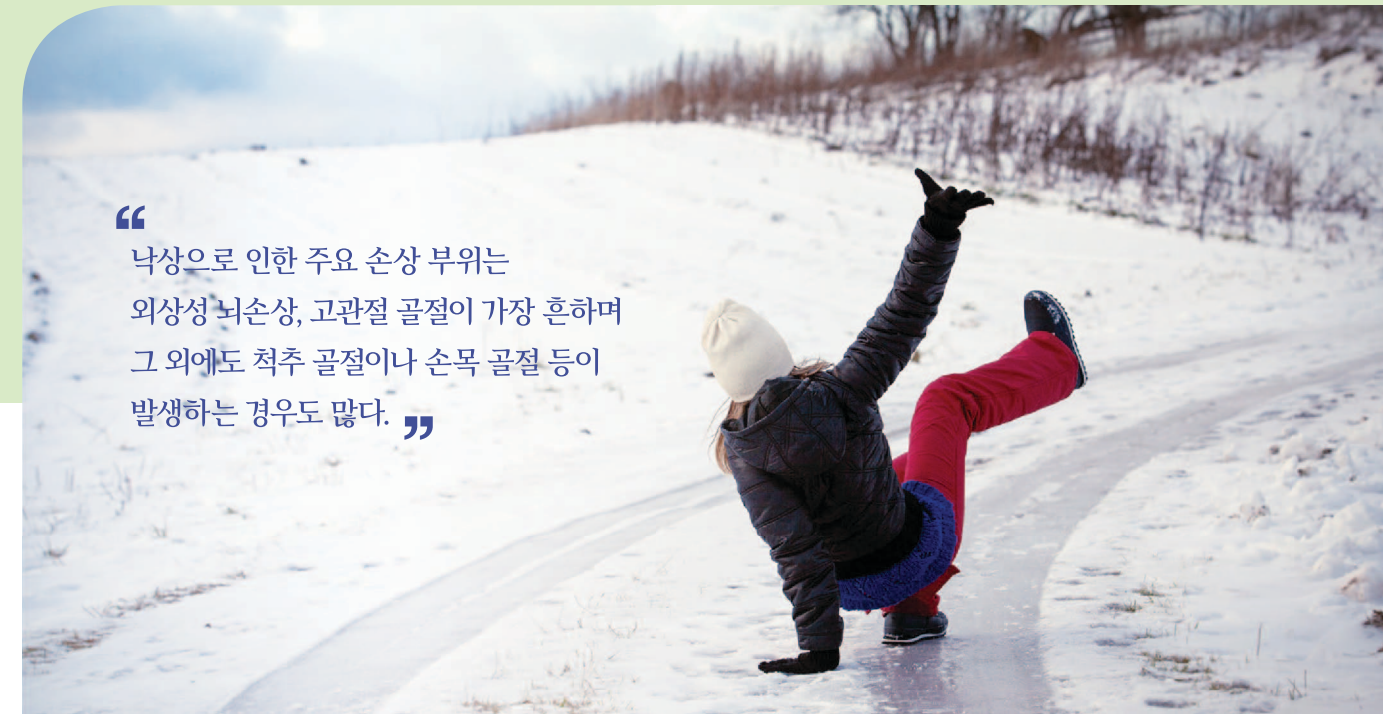
- 경기복 : 몸에 착 달라붙는 것을 입는다.
- 헬멧 : 턱 보호대와 차양개가 부착된다. 유선형으로 되어 있다.
- 신발 : 7mm 정도의 스파이크가 부착되어 있다.



# 방심하는 사이 콧등! 쿵! 빙판길 낙상사고



영하의 날씨가 연일 이어지면서 빙판길이 되면서 낙상사고가 빈번히 발생하는 계절을 맞았다. 특히 운동신경이 둔하고 뼈와 근육이 약한 노년층의 경우 겨울철 낙상에 더욱 주의가 필요하다. 자칫하면 큰 사고로 이어질 수 있는 겨울철 빙판길 낙상사고! 흔하게 발생하는 빙판길 낙상사고의 종류와 치료 그리고 예방법과 튼튼한 관절 건강을 돕는 운동법은 무엇인지를 알아본다.



“ 낙상으로 인한 주요 손상 부위는 외상성 뇌손상, 고관절 골절이 가장 흔하며 그 외에도 척추 골절이나 손목 골절 등이 발생하는 경우도 많다. ”

## 낙상 환자 반 이상이 겨울철 발생

낙상의 정의는 '본인의 의지와 상관없이 넘어지거나 떨어지고 부딪혀서 다치거나 상처가 생기는 것'을 말한다. 특히나 날씨가 추운 겨울철에 그 빈도가 높게 나타나며 고령층에서 더 위험하다. 2019년에 발표된 질병관리본부의 통계에 따르면 겨울철에 발생한 국내 낙상 입원 환자가 전체 낙상 입원 환자의 51.7%로 다른 모든 계절에 낙상 사고로 입원한 환자 숫자보다 많았으며 65세 이상 환자가 65세 미만 환자의 약 6배로 높게 나타났다. 세계적인 통계로도 65세 이상의 연령에서 약 30%, 80세 이상에서는 약 40%의 인구에서 매년 낙상을 경험하는 것으로 돼 있다. 낙상으로 인한 주요 손상 부위는 남자의 경우 외상성 뇌손상, 여자의 경우 고관절 골절이 가장 흔하며 그 외에도 척추 골절이나 손목 골절 등이 발생하는 경우도 많다. 뼈가 약한 노인이나 여자의 경우 경미한 사고가 큰 부상으로 이어지는 경우가 있으니 각별히 조심해야 한다.

## 흔한 낙상사고의 종류와 치료

낙상사고로 인한 손상은 3가지로 구분할 수 있다. 첫째는 외상성 뇌손상으로 교통사고, 추락, 낙상 등의 충격으로 두개골이 골절되거나 두개골 내부의 손상을 입은 상태이다. 둘째는 척추 손상으로 외부의 물리적 충격에 의해 척추 뼈가 납작하게 찌그러지거나 허리를 삐끗해서 요통이 발생하는 상태이다. 셋째는 고관절 주위 골절로 골반과 다리가 만나는 지점의 고관절 주위가 외부의 물리적 충격으로 부러진 상태를 일컫는다.

경미한 낙상의 경우 단기간의 휴식과 스트레칭 등으로 회복되는 경우가 있지만, 평소 뼈가 약하거나 운동량이 많지 않았던 사람의 경우 골절 등의 큰 부상으로 이어지는 경우가 있다. 외상성 뇌손상의 경우, 출혈의 위치에 따라 일부 환자에 대해서는 집중 관찰이 필요한 경우도 있으며 척추 손상의 경우 그 정도가 심하지 않으면 보조기 등을 착용해 비수술적으로 치료할 수 있으나 변형이 심한 경우에는 통증 조절을 목적으로 척추성형술 등의 시술이 필요할 수 있다. 노년층의 고관절 주위 골절은 1년 내에 사망 확률이 17%에 달할 정도로 치명적인데, 따라서 적절한 치료가 반드시 필요하며 최근에는 수술 기술의 발전으로 고관절 골절은 연령에 관계없이 반드시 수술을 시행하는 질환으로 보고 있다. 적절한 수술을 시행하고 환자가 가능한 한 빨리 침상으로부터 벗어나게 해야 욕창, 폐렴과 기타 합병증을 예방하고 사망률을 감소시킬 수 있다.





**치료보다 중요한 건 예방**



낙상사고 이후 치료보다 훨씬 더 중요한 것이 낙상사고가 일어나지 않게 예방하는 것이다. 조금만 주의를 기울이면 어렵지 않게 실천할 수 있는 빙판길 낙상사고의 예방법을 소개한다.

**옷차림을 안전하게, 그늘진 곳 피하기**

주머니에 손을 넣고 걷다가 낙상을 하는 경우 순간적인 대처가 어려워 큰 부상을 입을 수 있다. 주머니에 손을 넣는 것 보다는 장갑을 착용하는 것이 좋으며 무겁고 두꺼운 외투를 입는 것 보다는 얇은 옷을 여러 장 겹쳐 입어 몸이 둔해지지 않도록 하는 것이 빙판길 낙상을 예방할 수 있는 방법이다. 또한 그늘진 곳은 해가 들지 않아 빙판이 생기는 경우가 많고 보이지 않는 장애물이 있을 수 있으니 항상 밝은 곳으로 다니는 것이 좋다.

**평소 복용하는 약 체크하기**

평소에 꾸준히 먹는 약이 있다면 졸음이나 어지러움을 유발하는 약이 있는지 확인해 보는 것이 좋다. 담당 의사와 상의해 꼭 필요한 약만 복용할 수 있도록 하는 것도 좋은 방법이다.

**스트레칭과 꾸준한 운동**

낙상으로 인한 골절을 예방하기 위해서는 집 밖을 나서기 전에 근육의 유연성을 강화하는 준비운동을 습관화하는 것이 좋으며 평소에도 꾸준히 가벼운 근력운동과 스트레칭을 통해 근육과 인대를 이완시켜 주면 낙상사고가 큰 부상으로 이어지는 것을 막을 수 있다.

\* 출처 : 한국건강관리협회 건강소식 12호 가천대길병원 정형외과 김철호 교수



**tip 탄탄 관절 만드는 운동법 Four**

01

**아쿠아로빅**

수영을 하기에는 호흡이 힘든 어르신들이나 어깨관절이 안 좋으신 분들의 관절 건강을 돕는 운동법이다.



02

**수영**

물이 체중을 받쳐주기 때문에 무릎과 척추 관절에 직접적으로 부담을 주지 않는다. 수영의 경우 수평운동으로 물 위에서 척추가 펴진 상태에서 운동하기 때문에 관절이 눌리는 것을 예방하면서 운동을 할 수 있다.



03

**자전거 타기**

자전거를 탈 때 다리를 반복적으로 움직이기 때문에 무릎 주변 인대 강화에 도움이 되고 자전거 단계를 올려서 타게 되면 하체 근력을 키우는 데에 좋다. 하체 근력을 키우게 되면 관절을 보호해주는 역할이 커지기 때문에 관절이 받는 부담을 줄일 수 있다. 또 자전거는 일차적으로 상체 무게를 안장(의자)이 받쳐 주기 때문에 무게 분산의 효과를 가져와 무릎에 무리가 덜 가면서 체중감소 효과를 가져올 수 있다.



04

**스트레칭과 필라테스**

스트레칭은 굳어 있는 근육의 가동성을 확보해 관절의 안정성을 높인다. 스트레칭 시 무리한 동작을 하는 것보다 기본적인 큰 근육 위주로 이완시키는 자세부터 시작해야 한다. 또 우리 몸의 중심 부분인 코어 근육을 강화해주는 필라테스도 관절에 좋은 운동법이다. 필라테스는 속 근육을 많이 써서 운동하기 때문에 관절 가까이 있는 근육들을 활성화시키고 코어 근육을 활성화시키기 때문에 우리 몸의 척추 관절을 지키는데 도움이 된다.





팬데믹 위기에 대응하는 전략은?  
서울대 소비트렌드 분석센터의  
2021 전망

## 트렌드 코리아 2021



저 자 김난도 외 8인  
출판사 미래의창

‘집콕’이 일상어로 자리 잡고 비대면은 이제 누구에게나 익숙하며 마스크를 쓰지 않는 것이 더 어색한 세상이 되었다. 코로나19가 일상이 되면서 사람들은 서서히 21세기 팬데믹에 적응해가는 중이다. 무슨 일이 벌어져도 삶은 계속되고 소비는 이루어진다. 코로나19가 순식간에 큰 변화를 몰고 온 것 같아도 지금의 변화는 이전부터 서서히 진행되어왔던 것이다. 언택트, 집 중심의 라이프 스타일, 온라인 쇼핑의 증가는 이미 저변이 확대되고 있었으나 이번 사태로 그 확산 속도가 더욱 빨라졌을 뿐이다.



- 날뛰는 야생의 소를 능숙하게 길들이는 카우보이처럼
- 코로나19를 잡아내면 좋겠다는 소망을 담은 2021 신조어

### 장기화 될 코로나19 시대 극복하는 전략

「트렌드 코리아 2021」은 팬데믹 속에서도 평정심을 유지하자는 뜻, 백신의 기원이 된 소의 해, 현실을 직시하되 희망을 잃지 말자는 의미에서 COWBOY HERO를 2021의 10대 트렌드 키워드로 선정했다. 날뛰는 소를 마침내 길들이는 멋진 카우보이처럼, 시의적절한 전략으로 팬데믹의 위기를 헤쳐 나가기 를 기원하는 뜻을 담았다. 이번 10가지 트렌드의 전반적인 흐름을 설명할 때 가장 먼저 눈에 띄는 부분은 모든 트렌드가 코로나19 사태의 영향에서 자유롭지 못하다는 점이다. 트렌드는 사회의 반영이기에 매우 당연한 일이다. 본서의 첫 키워드인 브이노믹스(V-nomics)는 바이러스(Virus)의 V에서 출발한 단어로 “바이러스가 바뀌놓은, 그리고 바꾸게 될 경제”라는 의미다. 과연 V자 회복은 가능할까? 기존의 가치(Value)는 어떻게 변할까? 언택트 트렌드의 진화는 어디까지인가? 새로운 브이노믹스 패러다임에 얼마나 잘 적응하느냐가 장기화될 코로나19 시대를 이겨내는 전략을 제공할 것이다.

PIVOTING

기존의 비전은 유지하면서 전략만을 수정하여 사업 방향을 전환하는 것

TREND KOREA 2021

### 현실을 직시하되 민음을 잃지 말라

유대인 포로수용소에서 살아남은 사람들의 특징으로는 희망만 바라본 게 아니라 비관적인 현실은 있는 그대로 냉정하게 받아들이는 동시에 강한 생존 의지를 보였던 합리적인 낙관주의자들이었다. 미국의 컨설턴트 짐 콜린스(JIM Collins)는 세계적으로 성공한 기업들은 미래에 대해 단지 낙관적인 희망만을 갖는 게 아니라 현실을 자각하고 최적의 대처를 하기 위해 노력했다는 점을 지적했다. 변화하는 트렌드에 신속하게 대응해야 한다는 것이 이번 코로나19 사태의 가장 큰 교훈이다. 그동안 꾸준히 준비해왔거나 트렌드 변화에 대비해왔다면 2021년은 기회의 시기가 될 것이다. 경제와 경영 그리고 사회적으로 “이 사태가 언제 끝날 것인가?”라는 질문은 예전 비즈니스 모델과 사고방식을 품은 채 코로나19가 종식되면 그 이전으로 돌아가겠다는 전제를 깔고 이야기하는 것이다. 하지만 한번 변화된 것은 과거로 회귀하기 어렵다. 2021년 생존에 강조한 중요한 키워드는 바로 세 가지 이것이라고 말한다.

첫째, 고객 경험(Customer Experience)이 중요하다. 빅데이터의 시대, 알고리즘과 인공지능이 빠르게 발달하고 있지만 궁극적으로 추구해야 하는 지향점은 결국 고객의 경험이다. 둘째, 인간적인 ‘휴먼터치’의 강화이다. 휴먼터치는 어떻게 하면 조직 관리와 경영에서 최대한 사람의 숨결과 감성을 불러낼 수 있을가를 고민하는 트렌드이다. 셋째, 가장 중요한 전략은 사업의 방향 전환, 즉 ‘피보팅’이다. 원래 피보팅은 축을 옮긴다는 스포츠 용어이지만 코로나19 이후 사업 전환을 일컫는 중요한 경제용어가 되었다. 끊임없이 변화하는 시장에 상대하기 위해 거침없이 피보팅할 용기가 필요함을 저자는 강조한다.

#### Keyword

#### 2021년 소비 트렌드 전망

- 🔥 **브이노믹스** : 바이러스가 바뀌놓은 그리고 바꾸게 될 경제를 의미
- 🔥 **레이어드홈** : 집의 기본 기능 위에 다른 기능이 더해지는 다층적 공간으로의 변신
- 🔥 **자본주의 키즈** : 돈과 소비에 편견 없는 새로운 소비자
- 🔥 **피보팅** : 코로나19 이후 사업 전환을 일컫는 중요한 경제 용어
- 🔥 **롤코라이프** : 아찔한 속도감, 짜릿한 재미가 특징인 롤러코스터 라이프를 이르는 말
- 🔥 **#오하운(오늘하루운동)** : 운동이 일상이고, 일상이 곧 운동인 ‘생활밀착형 운동 시대’를 뜻하는 #오하운, 이를 주도하는 이들은 자본주의 키즈로 불리는 MZ 세대
- 🔥 **N차 신상** : 여러 차례 거래되더라도 신상품과 다름없이 받아들여지는 것
- 🔥 **CX 유니버스** : 고객 경험을 (Customer eXperience)라고 하는데 마블 유니버스처럼 특정 브랜드의 세계관을 함께 공유할 때를 말함
- 🔥 **레이블링 게임** : 자기정체성을 찾기 위한 방법, 소비자가 브랜드와 자신을 동일시하는 것
- 🔥 **휴먼터치** : 변화의 삼각 파도에 살아남기 위해 가장 중요한 건 진심이 담긴 인간의 손길



# S

## Turning point



# R

# T

### 그대 2021! 설렘과 희열, 환희로 벅차오르길

누구에게나 터닝 포인트가 될 신축년(辛丑年) 새해를 맞았다.

많은 사람과의 만남과 헤어짐 그리고 나 자신과의 치열한 시간들...

내 삶의 존재를 무엇에 둘 것인지 고민하는 새해를 맞길,

좀 더 세심하고 너그러운 포용의 마음을 갖고 건강을 챙기는 한 해가 되길.

마음의 평안과 내적인 풍성함으로 가득한 2021년을 만끽하길.

# S



# BSC 뉴스

# SPORTS NEWS

## NEWS. 01

### 2020 부산체육 유공자 포상

- 부산체육 발전을 위해 기여한 공로자 및 우수 단체, 유관기관을 선정해 포상

부산광역시체육회는 2020년 12월 28일(월) 2020년 한 해 동안 부산체육 발전을 위해 헌신하고 기여한 공로자 및 우수 단체, 유관기관을 선정해 포상했다. 2020 부산체육 유공자 시상식은 유공자를 비롯한 회원단체, 동호인 등 부산체육인들을 함께 초청해 격려하고 한 해의 활동상에 대한 검토와 분석을 통해 향후 개선방안을 마련하는 등 체육 분야 발전을 위한 공감대를 형성하기 위해 진행될 예정이었다. 하지만 2020년에는 코로나19 관련 각종 방역지침과 정부의 연말·연시 특별방역 대책 등 감염예방을 위한 노력에 적극 동참하기 위해 수상자 포상은 비대면 전달로 진행했다.

2020년에는 부산광역시체육회 박가서 상임부회장 등 88명 및 6개 단체는 부산광역시장상 표창(개인 47명, 단체 3개) 및 부산광역시체육회장상 표창(개인 41명, 단체 3개)을 수상하였으며 부산광역시의회 행정문화위원회 제대육 의원 등 2명은 부산광역시체육회장 감사패 수상의 영예를 안았다. 부산광역시체육회 장인화 회장은 “부산체육 진흥 및 활성화를 위해 노력하고 헌신한 공로자들에게 축하와 격려를 전하고 올 한 해 함께 애써주신 모든 분들께 감사드립니다”라고 전했다.



▶ (상단 좌측부터 우측 순으로) 박가서 부회장, 최금식 부회장, 최삼섭 부회장, 제대육 의원, 정한식 이사장

## NEWS. 02

### 부산광역시체육회·부산광역시장애인체육회 스포츠 교류 업무협약 체결

- 코로나19 극복을 위한 스포츠계의 희망적인 메시지를 전달하는 자리

부산광역시체육회와 부산광역시장애인체육회는 2020년 12월 21일(월) 부산광역시청 국제회의실에서 부산광역시체육회 장인화 회장, 부산광역시장애인체육회 변성완 권한대행 및 양 단체 임원 관계자들이 참석한 가운데 ‘부산광역시체육회·부산광역시장애인체육회 스포츠 교류를 위한 업무 협약’을 체결했다.

이번 업무협약은 상호 보유 역량과 자원을 적극 활용·협력함으로써 체육단체 간 교류를 통해 부산체육 발전과 선수 기량 향상을 도모하기 위해 마련됐다. 주요 협약 내용은 탁구, 사격종목 등 선수단 훈련지도와 합동 훈련, 전문 훈련장비 기증, 훈련장 사용 및 정보 교류 등이다.

부산광역시체육회 장인화 회장은 “이번 업무협약을 계기로 두 단체의 지속적인 상호교류와 협력체계를 강화하는 동시에 장애인 선수단의 사회적 참여 증대 및 경기력 향상을 위해 지원을 아끼지 않겠으며 나아가 전문체육뿐만이 아닌 장애인체육도 동시에 발전시킬 수 있는 여건을 마련 할 것”이라고 전했다.

또한 부산광역시장애인체육회 관계자는 “이번 협약식은 선진 체육 문화와 과학화, 맞춤형 체육 인프라 확충에 앞장서는 부산광역시체육회와 상생 관계를 맺는 첫걸음이며 부산체육이 한 단계 도약하는 계기가 될 것이다”라고 전했다. 부산광역시시는 “이번 스포츠 교류 업무 협약식은 코로나19 극복을 위한 스포츠계의 희망적인 메시지를 전달하는 자리였다”면서, “부산광역시 두 체육회 간 스포츠 교류가 원활하게 진행될 수 있도록 행정적인 지원을 아끼지 않을 방침”이라고 밝혔다.





## 구·군체육회

### 영도구체육회 2021년 영도구체육회 법인설립 준비위원회 회의



영도구체육회는 지난 1월 7일(목) 영도구청 2층 소회의실에서 영도구체육회 법인설립에 관한 사무를 처리하기 위한 준비위원회를 설치하고 '2021년 1차 영도구체육회 법인설립 준비위원회 회의'를 개최했다. 이날 법인설립 준비위원회 회의에서는 영도구체육회 법인설립 준비위원회 소개, 설치·운영규정, 법인설립 진행 절차 등을 보고했다. 회의는 코로나19 방역수칙에 따라 발열체크와 손 소독, 출입명부를 작성했고 위원들의 좌석 간 거리도 띄어서 안전하게 회의를 마무리했다.

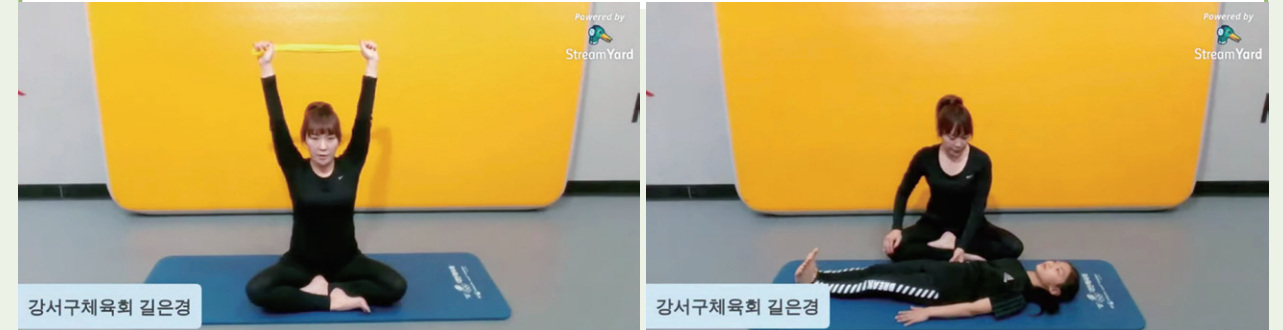
### 동래구체육회 클라이밍-볼더링 영상 제작 홍보 및 회원 배포



지난 2020년 12월 10일(수) 동래구체육회에서 사단법인동래구체육회 유튜브 채널에 '동래구체육회 남나라, 황애자 지도자와 함께하는 클라이밍-볼더링'을 제작해 업로드했다. 볼더링은 스포츠 클라이밍의 한 종목으로 낮은 벽에서 4개에서 최대 12개의 지점홀드를 이용해 문제해결을 하며 여러 가지 동작과 기술을 익힐 수 있는 트레이닝 방법 중 하나이다. 출연자는 동래구체육회 남나라, 황애자 지도자이다.

\* 동래구체육회 유튜브 채널([https://www.youtube.com/watch?v=TiJ\\_trh-bxI](https://www.youtube.com/watch?v=TiJ_trh-bxI))

### 강서구체육회 온라인 콘텐츠 활용한 홈트레이닝(성장체조) 비대면 강의



강서구체육회는 지난 2020년 11월, 부산광역시 북부교육지원청에서 초등·중학생 대상으로 진행한 '홈트레이닝 블렌디드 러닝 실기 연수' 온라인 강의를 시작으로 강서구 내 초등학교에서 겨울방학을 맞이한 운동프로그램 전문강사 협조 요청에 따라 강서구체육회 길은경 생활체육 지도자의 '키가 쑥쑥! 우리의 건강을 위한 성장체조'를 주제로 온라인 강의를 진행했다. 줌(Zoom)을 활용해 두 시간가량 진행된 온라인 수업에 많은 어린이들의 적극적인 참여로 성장기 어린이들의 성장 촉진과 기초체력을 향상시킬 수 있는 동기부여가 되었기를 바라며 강서구체육회는 명지초등학교를 시작으로 체육 관련 프로그램의 전문 지도자 지원 요청에 적극 참여할 예정이다.

### 사하구체육회 2021년 시무식



지난 1월 4일(월) 오전 9시 30분, 2021년 새해를 맞이해 사하구체육회는 노정석 회장과 황종만 사무국장, 6명의 지도자들과 함께 본 회 사무실에서 시무식을 진행했다. 코로나19의 재확산으로 마스크를 착용하고 진행된 시무식에서 노정석 회장은 "소통하고 밝은 사하구체육회를 위해 노력할 것이며 더 좋은 올해가 되기 위해 힘쓰겠다"며 신년사를 간략히 말했다.

### 연제구체육회 2021년 법인설립 준비위원 위촉장 수여 및 제1차 준비위원회 회의



연제구체육회는 2021년 1월 6일(수) 오후 2시 연제구체육회 사무실에서 연제구 법인설립 준비위원회 위원 5명에 대해 위촉장 수여와 제1차 준비위원회 회의를 개최했다.

### 사상구체육회 '사상구 좋은 길 걷기' 챌린지



사상구체육회는 지난 2020년 10월 12(월)일부터 12월 14(월)일 2개월간 사상구민의 건강증진을 위한 비대면 캠페인 '사상구 좋은 길 걷기' 챌린지를 진행했다. 코로나19 개인 방역수칙을 준수해 개인 또는 가족 단위의 참가자 선착순 100명을 신청 받아 사상구 관내 좋은 길 5구간을 걷고 인증 사진을 찍은 후 체육회에 방문한 참가자들에게 집에서 운동할 수 있도록 홈트레이닝 용품을 지급했다.



# 부산공공스포츠클럽

## 월계수스포츠클럽 부산체육 중·고등학교 업무협약식

월계수스포츠클럽은 지난 2021년 1월 15일(금) 오전 11시 부산체육고등학교에서 부산체육 중·고등학교와 업무협약(MOU)을 체결했다. 2020년부터 스포츠클럽 육성사업을 시작해 성공적인 사업수행을 위해 협력해왔다. 월계수스포츠클럽이 보다 안정적으로 유·청소년의 건강증진과 꿈나무선수를 발굴·육성하는 역할을 수행하고 학교는 부산체육중학교 진학 자원을 확보하며 학교와 스포츠클럽이 함께 성장할 수 있는 계기를 마련하는 업무협약식을 진행했다.



## 부산광역시거점스포츠클럽 연체체력인증센터 온라인 체력증진교실 운영



거점스포츠클럽에서 운영 중인 연체체력인증센터는 지난 1월 20일(수)부터 2월 17일(수)까지 매주 월, 수, 금 오후 2시에 온라인 체력증진교실을 운영한다. 코로나19로 대면수업이 이루어질 수 없는 상황에서 온라인을 통해 집에서 체력증진을 기대한다. 접수는 국민체력100 사이트에서 하면 된다.

## 부산광역시거점스포츠클럽 해운대스포츠클럽 축구 전문선수반 체력 측정



지난 2020년 12월 해운대스포츠클럽 축구 전문선수반이 거점스포츠클럽이 운영 중인 연체체력인증센터에서 체력100 측정을 했다. 과학적인 측정과 처방을 통해 선수 개개인의 문제점과 해결책을 파악할 수 있어 추후 선수들의 역량 강화에 도움이 될 것으로 기대된다.

# 부산광역시장애인체육회

## 2020년 부산 장애인체육발전 유공자 시상식

2020년 12월 22일(화) 동의대학교 지역콜라보센터 윤현서 소장, 부산장애인론발명 김동길 회장 등 부산 장애인체육발전 유공자로 선정된 10명에게 '부산광역시 표창장'을 수여했다. 당초 축하 시상식을 준비했으나 코로나19 상황을 감안해 수상자만 참석하게 되어 아쉬움이 많지만 부산 장애인체육 진흥과 활성화를 위해 노력하고 헌신한 유공자들에게 축하와 감사의 인사를 전했다.



## 생활체육 우수운영사례 장려상 수상

대한장애인체육회에서 실시한 '2020년 장애인생활체육지원 우수운영사례' 공모에 부산체육회 김도희 지도자가 장려상을 수상했다. 코로나19로 인한 비대면 수업 영상제작, 지도를 통해 많은 장애인들에게 가정에서도 스스로 체육활동을 참여할 수 있는 콘텐츠를 제공했다. 자세한 내용과 다양한 운동방법은 홈페이지(www.busad.or.kr/정보센터-자료실-영상자료)에서 제공 중이다.



## 2021 장애인스포츠강좌이용권 사업 시행

'장애인스포츠강좌이용권 사업'은 만 16세~64세의 취약계층 장애인이 장애인스포츠강좌이용권 가맹체육시설을 이용할 경우 월 최대 8만 원의 수강료를 지원함으로써, 장애인의 체력 향상·삶의 질 향상·사회적 관계 강화 등에 기여하기 위한 복지사업이다. 많은 시설의 참여 및 장애인의 이용을 바란다.





## 부산국민체육센터

### 01 꿈나무체능단 소식

부산국민체육센터 꿈나무체능단은 지난 2020년 12월 21일(월)부터 2주간 겨울방학을 진행했다. 해마다 겨울방학 전에는 1년 중 단원들이 제일 손꼽아 기다리는 겨울캠프가 기다리고 있다. 1박 2일 눈썰매장으로 겨울캠프를 떠나 야간에는 산타 행사를 진행하고 아이들에게 선물을 전달하는 행사가 있지만 아쉽게도 올해는 코로나19 여파로 진행하지 못했다. 아쉬운 마음을 조금이나마 선물에 담아 2020년 마지막 수업 시간에 아이들에게 전달했고 건강한 모습으로 다시 보길 바라며 방학을 시작했다.



### 02 운영 임시 중단

부산시 사회적 거리두기 2.5단계 상향 조정에 따른 실내체육시설 집합금지로 지난 2020년 12월 15일(화)부터 부산국민체육센터 운영이 중단되었다. 임시휴관 기간 동안 재정비를 해서 정상 운영을 하는 날 회원들에게 보다 안전하고 쾌적한 환경에서 운동할 수 있도록 준비 중이다.



## 북구국민체육센터

### 01 수능 수험생 30% 특별 할인 이벤트 실시

북구국민체육센터는 2021년 대학 수능능력시험을 치른 수험생들을 대상으로 특별 할인 이벤트를 전개하고 있다. 북구국민체육센터는 고생한 수험생들이 그동안 쌓인 심신의 피로와 스트레스를 해소하고 건강을 챙길 수 있도록 이번 이벤트를 마련했다. 수능생들은 수험표를 제시하면 센터 수영장, 헬스장 등의 이용료를 30% 할인 받는다. 이번 이벤트는 2021년 2월 28일(일)까지 한시적으로 실시된다. 북구국민체육센터는 사회에 첫발을 내딛는 고3 학생들이 이런 기회를 통해 청소년들의 생활체육 참여 저변확대를 위해 노력할 예정이다. 할인 이벤트에 관한 자세한 문의는 북구국민체육센터(☎ 051-365-7070)로 하면 된다.

2021학년도 북구국민체육센터  
대입수험생 30% 할인  
Events

- 이벤트 기간 : 2020. 12. 3.(목)부터 ~ 2021. 2. 28.(일)까지
- 대 상 : 2021학년도 대입수험생
- 프로그램 : 북구국민체육센터 모든 프로그램 이용가능
- 할 인 율 : 30%할인(중복할인 불가)

수험생 할인!!  
수험표 제출 시 할인이 적용됩니다.

부산광역시체육회  
북구국민체육센터

### 02 코로나19 확산 방지를 위한 방역실시



코로나19 확산으로 부산시 사회적 거리두기 2.5단계 + 방역강화에 따른 방역조치 강화에 따라 감염예방 차원에서 북구국민체육센터는 지난 2020년 12월 15일(화)부터 임시 휴관을 시행했다. 지역민들의 건강과 안전을 위해 수영장 수조의 물때 제거와 탈의실, 샤워실, 헬스장, 관망대, 스튜디오 A·B, 복도 등 센터 모든 시설물 방역강화를 실시했다. 북구국민체육센터의 모든 임직원은 하루 빨리 운영을 재개할 날을 기다리며 지역민들이 안전, 쾌적하게 시설물을 이용할 수 있도록 최선을 다해 준비 중이다.



## 영도국민체육센터

### 01 생명을 구하는 심폐소생술 교육 실시

영도국민체육센터는 지난 2020년 12월 10일(목) 전 직원을 대상으로 응급처치 교육을 실시했다. 이번 교육은 심폐소생술 시행의 중요성을 전하고 심폐소생술과 응급처치, 자동심장충격기 사용법 등 실습 위주의 교육으로 진행되었다. 영도국민체육센터장은 “이번 교육을 통해 빠른 판단과 대처로 사고를 미연에 방지할 수 있는 계기가 되길 바란다”고 전했다.



## 강서구국민체육센터

### 01 센터 시설의 관리와 운영 프로그램 재정비

강서구국민체육센터는 코로나19로 인해 운영에 많은 어려움을 겪었으나 앞으로 지역민들이 안전하고 쾌적한 환경에서 프로그램을 이용할 수 있도록 방역 수칙을 철저히 지키고 앞으로 재개관을 기다리며 시설의 관리와 운영할 프로그램을 재정비하고 있다. 강서구국민체육센터의 임직원들은 하루 빨리 코로나19가 종식돼 지역민들이 안전하고 즐거운 생활체육을 즐길 수 있는 날을 기다리며 센터의 운영을 준비하고 있다.



## “최강 마스크 히어로, 출동!”

부산의 미래를 만들어갈 작은 영웅, 마스크로 진정한 영웅이 되다!  
마스크를 쓰고 코로나-19를 이겨내는 시민 여러분이 부산의 영웅입니다.

고마워요!  
우리의 마스크 영웅



부산시민공원

### 마스크 착용 의무화 시행!

- 11월 13일부터 위반시 개인 10만원, 관리운영자 300만원 이하 과태료 부과
- 과태료 부과 장소
  - ✓ 중점관리/일반관리시설
  - ✓ 대중교통
  - ✓ 의료기관/약국
  - ✓ 요양시설/주·야간보호시설
  - ✓ 집회/시위장
  - ✓ 지자체에 신고·협의를 500인 이상 모임/행사
  - ✓ 실내 스포츠 경기장
  - ✓ 고위험 사업장(콜센터, 유통물류센터)

### 올바른 마스크 사용법



\* 자세한 사항은 부산시 홈페이지(busan.go.kr)에서 확인하세요.



시공능력평가부·울·경 1위 건설기업

주거문화 및 레저산업을 선도하고 교육보국을 실천하는 신용의 기업

# 동원 100년을 새롭게 만들어 갑니다!

재건축, 재개발, 도시재생 사업에도 적극 참여합니다.  
동원이 「DREAM WORK」 브랜드로 공유오피스 사업을 함께합니다.



**주동원개발**  
www.dongwonapt.co.kr

부산 북항 D2 블록 *the Gate Dongwon*

기업신용평가 AAA등급  
코스닥 상장 우량기업

국내 최초 주택산업분야  
금탑산업훈장 수훈

포브스 선정  
아시아 200대 유망기업

주택건설 44년  
7만여세대 공급

### 동원개발그룹



대표이사 / 회장 **장복만**

## 성실과 정직으로 신뢰를 만들어가는 기업

고객을 위하여... 고객중심으로... 고객의 만족과 기쁨을 위하여

### 환경과 미래를 생각하는 기업 주식회사 덕재건설

철근, 콘크리트 공사업 | 부산 제 99-10-15호 |  
비계구조물 해체공사업 | 부산 제 99-07-11호 |  
토공사업 | 부산 제 08-02-02호 |

부산시 해운대구 마린시티 3로 1, 718호 (우동, 선프라자)

Tel. 051-557-6999 Fax. 051-557-6098



포스코 엔지니어링 신축공사



해운대 백병원 신축공사



GS건설 대연 자이아파트 신축공사



울산 언양 양우내안애 신축공사



동래 래미안 IPARK 신축공사



에어부산 신사옥 신축공사

### 축적된 경험과 기술력

### 환경 친화적인 시공 기술 노하우!

“성실시공, 책임시공”을 약속하는  
전문 건설회사가 되도록 노력하겠습니다.



# 대한민국 건설의 중심

바로 그곳에 (주)일동이 있습니다!

더 나은 내일을 위해  
변치 않는 가치와 자부심으로  
지역과 함께하는 대한민국의  
건설리더가 되겠습니다

주식회사 일동

일동토건(주)

미라주건설(주)

태하건설(주)



시민공원 일동미라주 시티



부산항 일동미라주 더오션



대구 테크노폴리스 일동미라주



신정유 일동미라주



부산 연산동 일동미라주



진주 강남동 일동미라주



김해 관동동 일동미라주 더스타



부산 영도 일동미라주



울산온양 일동미라주



울산 메리중앙신구 나-스타이 일동미라주 더스타

2007년  
대통령 표창 수상

2010년  
국무총리 표창 수상

2020년  
부산문화대상  
경영부문 수상

# 양방향 척추내시경!



## 당신의 척추·관절 질병과 싸워줄 박원욱병원!

척추 · 관절 · 뇌질환 · 스포츠의학 · 통증치료



개인별 스포츠의학 재활치료 시스템

박원욱병원

진료 시간 월요일: 09:00 ~ 18:00 화요일: 09:00 ~ 17:00  
토요일: 09:00 ~ 13:00 점심시간: 12:30 ~ 13:30

진료 내용 척추·관절(정형외과, 신경외과)/신경과  
마취통증의학과/영상의학과

병원 위치 지하철 2호선 광안역 5번 출구  
(부산광역시 수영구 광안로 4)

문의 1544-7582  
www.parkspine.co.kr www.scoliosis.co.kr