

대한민국 백년지대계

가덕신공항 조속 건설

가덕신공항 건설에 따른 경제적 파급효과



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



부산체육 2021 JUNE VOL. 33 부산광역시체육회 매거진

VOL. 33
2021 JUNE

부산체육

부산광역시체육회 매거진
Busan Sports Council Magazine

영광의 주역

수영 이승철 원로 인터뷰

스포츠 플러스

테니스

스포츠 전국투어

남한강 물길 따라 레포츠와 휴양을 동시에!
충청북도 충주

부산광역시체육회



부산광역시체육회
BUSAN SPORTS COUNCIL



부산체육

부산광역시체육회 매거진
Busan Sports Council Magazine

발행일 2021년 6월 22일(월간, 비매품, 통권 제33호)
발행인 부산광역시체육회 회장 장인화
편집인 김동준
편집·취재 성기환, 문찬식, 김성무, 하나근, 유동호
발행처 부산광역시체육회
부산광역시 동래구 사직로 77(T. 051-500-7900)
기획·디자인 디자인대훈(T. 051-898-0330)



Instagram

인스타그램에서도
부산광역시체육회 소식을 만날 수 있습니다.

More Deeply

- 04 **영광의 주역**
부산광역시수영연맹 고문 이승철 원로
- 08 **노력의 땀방울**
연제구청 직장운동경기부 육상팀
- 12 **학교체육 탐구생활**
2019 부산광역시교육감배 스포츠클럽 피구대회 우승
오선초등학교 피구스포츠클럽
- 16 **함께하는 생활체육**
2017, 2018 부산광역시장배 슈퍼컵 탁구대회 우승
홍연호클럽



More Broadly

- 20 **스페셜 리포트**
체육인이 지켜야 할 스포츠 윤리
- 24 **스포츠 in 과학**
당신의 두 다리가 의사입니다
- 28 **구·군체육회를 가다**
부산진구체육회
- 32 **이슈 앤 포커스**
코로나19 속 도요올림픽경기대회의 운명은?

More Pleasantly

- 36 **스포츠 플러스**
예의와 배려의 스포츠, 테니스
- 40 **스포츠 전국투어**
남한강 물길 따라 레포츠와 휴양을 동시에!
충청북도 충주
- 44 **키워드가 있는 건강상식**
여름철 기생충을 알면, 식중독으로부터는 안전하게!
- 48 **문화공감**
공정하다는 착각

More Closely

- 50 **부산의 체육 관련학과·대학원 소식**
- 52 **BSC 뉴스**
- 53 **부산광역시장애인체육회**
- 54 **구·군체육회**
- 56 **부산공공스포츠클럽**
- 57 **센터 info**
- 부산국민체육센터
- 북구국민체육센터
- 영도국민체육센터
- 강서구국민체육센터
- 부산실내빙상장





한평생 수영과 함께한 부산수영계의 산증인!

부산광역시수영연맹 고문 이승철 원로



재미 삼아 헤엄치기를 즐겨하던 소년은 우연한 기회에 수영코치의 눈에 띄었고, 중고등학교 내내 수영선수로 활약하며 수영의 매력에 푹 빠져들었다. 1965년 부산광역시수영연맹의 사무국장으로서 첫발을 내딛은 이후 총무·전무이사과 상임 부회장, 감사를 거쳐 어느새 고문을 역임하고 있는 원로가 된 지금. 평생을 부산 수영과 함께한 이승철 원로가 걸어온 길은 곧 부산수영계의 역사가 됐다.



swimming

부산수영과의 소중한 인연, 첫발을 내딛다

“중학교에 들어가서 수영을 하다 코치님한테 스카우트 제의를 받았어요. 그때부터 부산수영과의 인연이 시작됐죠. 대신중학교와 경남상업고등학교에 다닐 당시 선수생활을 했지만 사실 크게 빛을 보지는 못했습니다. 그래도 덕분에 부산광역시수영연맹에서 일할 때 정말 많은 도움이 됐어요. 수영에 대한 애정도 더 커졌고요.”

선수로 활동했기에 행정업무도 선수의 입장에서 한 발 먼저 생각하며 아낌없는 헌신을 이어온 이승철 원로. 오랜 시간 동안 늘 부산수영을 위해 힘써왔음에도 겸양을 잃지 않는다. 워낙 오래전 수영을 했기 때문에 지금과는 환경이 많이 다르다며 그가 들려주는 이야기에는 부산수영의 오랜 역사가 고스란히 담겨있다.



“그때는 부산공설운동장(현재 구덕운동장)에 있는 야외수영장에서 수영을 했어요. 실내수영장이 없었거든요. 곰팡이도 많이 슬고 시설이 참 열악했습니다. 물에는 잠자리, 개구리도 있었고요. 서울에서는 동대문경기장에서 시합을 했는데 거기도 야외였지요. 그렇게 힘들게 경기를 치르고 완행열차를 타면 짐칸에서 쪽잠을 자며 부산으로 내려와야 했죠.”

지금 와서 생각해보면 참 힘들게 수영을 했구나, 싶으면서도 동시에 소중한 추억으로 기억된다고 한다. 1986년 열린 제67회 전국체육대회에서 수영부문 1위를 차지했을 때, 수영을 시작한 보람과 긍지를 느꼈다며 미소 짓는 이승철 원로의 모습에는 부산수영에 대한 애정이 가득하다.



**아쉬움 너머로
빛나는 내일을 바라보다**

56년간 부산광역시수영연맹에서 부산수영을 위해 일해온 이승철 원로는 수많은 행보 중에서도 일본 후쿠오카현수영연맹과의 친선 교류 경기를 손꼽는다. 그가 전무이사 당시 시작한 '부산-후쿠오카 친선교류 수영대회'는 1980년대 초부터 시작해 이후 30년 이상 이어져 왔지만 2017년 이후 현재는 중단된 상태이다.

“1년에 한 번은 우리가 후쿠오카에 가고, 다음해에는 후쿠오카에서 우리 쪽으로 오고 그랬지요. 후쿠오카현수영연맹과의 친선교류 경기를 시작하는 과정에서 힘들었던 것들은 지금 말로 다 못합니다. 계속해서 이런 교류를 이어나갔으면 부산수영이 더 발전했을 텐데 아쉬움이 커요.”

2002년 부산아시아경기대회 이후 지금까지 부산에서 개최된 전국규모의 대회가 없는 탓에 이승철 원로의 아쉬움은 더 커졌다고

한다. 2002년 부산아시아경기대회 당시 이승철 원로는 김민석 선수가 자유형 부문에서 금메달을 땀 때의 기쁨을 아직도 잊지 못한다. 무엇보다 이를 계기로 부산수영의 위상이 높아졌고 부산수영계가 한 단계 전진하는 데도 큰 힘이 됐기 때문이다. 부산에서 다시 대규모 대회가 개최되고 수영부문에서 메달을 획득하거나 한국 신기록 갱신을 보는 것이 이승철 원로의 바람이다.

“부산시민이 340만 명 정도인데, 50m 수영장은 시에서 운영하는 것과 부산체육고등학교에 있는 것 두 개밖에 없어요. 울산은 인구가 110만 명 정도인데 부산과 같은 수준이고, 경남은 우리의 몇 배나 됩니다. 그리고 전문 체육인들을 위한 수영장이 있으면 후진 양성에도 훨씬 더 도움이 되리라 생각해요. 지자체나 체육회의 지원이 절실한 상황입니다.”



*본 촬영은 방역수칙을 준수하여 진행하였음.

“
앞으로도
더 좋은 후배들이 많이 나올 수 있도록
부산광역시수영연맹을 넘어서서
부산광역시체육회와 여러 기관들이
함께 힘을 모아주셨으면 합니다.
”

**지금처럼 앞으로도
미래를 향해 나아가다**

부산광역시수영연맹의 사무국장부터 총무이사, 전무이사 와 상임부회장, 감사를 거쳐 상임위원이자 고문으로 활동하고 있는 지금까지, 어떤 직책을 맡든 부산수영의 화합을 위해 노력해온 이승철 원로. 일하는 내내 크게 힘든 점이 없었다는 말에서도 부산수영에 대한 마음이 느껴진다.

“지금도 그렇지만 예전부터 부산광역시수영연맹은 물론 부산수영계 전체가 정말 돈독하고 끈끈한 사이입니다. 그래서 ‘부산수영동우회’도 40년 이상의 역사를 자랑하고, 50세 이상이 활동하고 있는 ‘부산수영50수도’ 창설했어요. 운동선수이자 동호인으로서 다들 정이 넘치지요.”

특히 70~80명이 활동 중인 부산수영동우회는 후학들에게도 도움이 되고자 전국체육대회, 소년체육대회 격려장학금이 나 부산신기록장학금, 한국신기록장학금도 지급하고 있어 자부심과 긍지가 느껴진다고 한다.

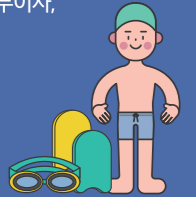
“부산광역시수영연맹과 부산수영계에 조금이나마 도움이 될까 싶어 이렇게 활동해온 게 벌써 56년이라는 세월이 흘렀네요. 앞으로도 더 뛰어난 후배들이 많이 나올 수 있도록 부산광역시수영연맹뿐만 아니라 부산광역시체육회와 여러 기관들이 함께 힘을 모아주셨으면 합니다. 우리 지도자들과 선수들을 위해서 저도 힘이 닿는 한 최대한으로 노력하겠습니다.”



PROFILE

주요 이력

- 부산광역시수영연맹 사무국장, 총무이사, 전무이사, 상임부회장, 감사 역임
- 현 부산광역시수영연맹 고문(상임위원)



수상 경력

- 1983년, 1986년, 1995년 부산광역시체육회 공로상 수상
- 1985년, 2009년 대한수영연맹 공로상 수상





연제구청 직장운동경기부 육상팀

*본 촬영은 방역수칙을 준수하여 진행하였음.

소통과 단합으로 끝까지 달린다!

연제구청 직장운동경기부 육상팀

연제구청 직장운동경기부 육상팀에는 선수 생활을 거쳐 지도자의 길을 걷고 있는 장유현 감독의 지도 아래 10종경기 국가대표 최동휘 선수, 장대높이뛰기 박태원 선수, 세단뛰기 김주은 선수가 활동하고 있다. 최동휘 선수는 한국 육상계의 유망주에서 국가대표가 되어 합숙 훈련 중이며, 박태원 선수와 김주은 선수는 더 나은 기록을 위해 훈련에 매진 중이다. 아쉽게도 최동휘 선수는 합숙 훈련으로 인터뷰에 함께하지 못했지만, 소통과 단합이 돋보였던 연제구청 직장운동경기부 육상팀의 이야기를 직접 들어보았다.

선택과 집중으로 만들어진 육상팀

장유현 감독은 부산에서 태어나 초등학교 때부터 육상을 했다. 그 후로도 계속 부산에서 전문 체육학교인 부산체육고등학교와 동아대학교를 졸업하고, 연제구청 직장운동경기부 육상팀에서 선수 생활을 마무리했다. 뒤돌아보면 아쉬움도 있지만 선수들을 지도하면서 의미 있는 하루하루를 보내고 있다.

연제구청 직장운동경기부 육상팀은 1999년도에 창단되어 올해로 23년 차가 되었다. 남자선수 2명과 여자선수 1명으로 인원은 적지만 필드(Field) 종목이 강세인 팀이다.

“타 시·도 육상팀이 보통 5명 이상인 것에 비해 인원수가 적은 편이에요. 그렇다 보니 1:1로 코칭을 한다거나, 선수들 개개인의 기량을 파악해 집중할 수 있다는 이점이 있죠.”

장유현 감독은 연제구청 직장운동경기부 육상팀이 좋은 성적을 내는 비결로 선택과 집중을 꼽았다. 육상의 다양한 종목 중에서도 선수들에게 맞는 종목을 선택하고, 훈련에 집중했기 때문에 기록에 보탬이 된 것이라고 했다.

2020년부터는 코로나19로 대회가 취소되거나 미뤄지기도 했다. 육상은 실외 종목이지만 근력 운동과 단점 보강 등을 위해 실내에서 하던 훈련에도 제약이 생겼다. 하지만 올해에는 제49회 KBS배 전국육상경기대회, 제50회 전국종별육상경기선수권대회, 제75회 전국육상경기선수권대회까지 3개의 대회가 예정되어 있고, 가을에는 제102회 전국체육대회가 있는 만큼 선수들 저마다 목표 달성을 위해 훈련을 이어나갈 계획이다.



더 나은 기록을 향한 힘찬 질주

초등학교 6학년 때부터 육상을 시작한 박태원 선수는 100m, 200m 종목에서 중학교 때 장대높이뛰기로 전향했다. 올해 3년 차로, 가장 기억에 남는 경기는 2019년 전국체육대회다.

“1년 차 때 전국체육대회에서 장대높이뛰기 3위로 입상을 했어요. 연세구청 직장운동경기부 육상팀에 온 지 얼마 안 되어서 입상은 생각도 못했는데 특히 감독님이 기뻐하셨던 기억이 나요.”

훈련을 하면서 힘들 때도 있지만 장유현 감독이 소통을 중요하게 생각하다보니 문제가 생기면 함께 해결할 때가 많다. 고등학교 시절 전 국가대표로 발탁된 적 있는 박태원 선수는 앞으로 기록을 올리기 위해 최선을 다하겠다고 했다.

김주는 선수는 초등학교 4학년 때 육상을 시작해 중학교 때부

터 세단뛰기를 했다. 올해 7년 차로 많은 대회에 출전했지만 가장 인상적인 대회로는 제47회 전국종별육상경기선수권대회를 빼놓을 수 없다고 했다.

“계속 2, 3위만 하다가 2018년에 전국종별육상경기선수권대회에서 세단뛰기 1위를 했어요. 처음으로 1위를 한 거라 정말 기뻐요.”

훈련에 집중하기 위해 김주는 선수는 최대한 단순하게 생각하고, 칭찬을 통해 힘을 얻는다고 했다. 그리고 국가대표가 되어 아시아경기대회에 출전하고 싶다는 포부도 전했다.

때로는 서로의 자극제가 되고, 때로는 서로에게 힘이 되며 훈련에 집중하는 두 선수의 모습에서 탄탄한 동료애가 느껴졌다.



육상을 통한 세계로의 도약

최동휘 선수는 초등학교 때 육상선수로 입문해서 중학교 때 창던지기과 허들선수로 활동했고, 중학교 시절 전국소년체육대회에서 허들로 금메달을 목에 걸었다. 2018년 제18회 자카르타-팔렘방 아시아경기대회를 통해서 22살이라는 젊은 나이로 10종경기 국가대표로 선발되기도 했다. 키 193cm, 몸무게 91kg로 아시아 선수로는 뛰어난 체격 조건이지만 육상에서도 많은 종목을 소화해야 하는 10종경기에서 두각을 나타내는 것이 쉽지 않았을 것이다.

“선수와 감독 모두 잘하고 싶은 마음으로 임하지만 부상을 당할 때도 있고, 결과가 기대에 미치지 못할 때도 있어요. 최동휘 선수는 초등학교 때 투척 종목을 했고, 중학교 때 단거리를 섭렵하면서 기술을 요하는 도약과 필드 종목에 강하다고 할 수 있죠.”

10종경기는 100m, 멀리뛰기, 포환던지기, 높이뛰기, 400m, 110m 허들, 원반던지기, 장대높이뛰기, 창던지기, 1,500m까지 총 10개의 종목을 겨룬 뒤 최종 합산해서 순위를 가리는 경기이다. 하루에 5개 종목씩 이틀에 걸쳐 진행하다 보니 오전 첫 경기로 들어가서 제일 늦게 끝난다. 흔히 육상의 꽃은 100m라고 하지만 육상에서 가장 힘든 종목을 말한다면 10종경기가 아닐 수 없다.

“2018년 선발전 당시 최고의 자리를 지켜온 국내 1인자 선수가 있어서 최동휘 선수가 1위로 선발될 줄은 몰랐어요. 놀라운 결과였죠. 그런데 그게 시작이라는 듯 첫 국제무대인 2018년 제18회 자카르타-팔렘방 아시아경기대회 결승에서 6위, 2020년에는 4개의 전국대회에서 연속 1위를 했어요.”

현재 최동휘 선수는 진천 선수촌에서 국가대표 합숙 훈련을 하고 있다. 비록 훈련에 함께하지는 못하지만 장유현 감독은 매일 비대면으로 훈련 과정과 내용, 몸 상태를 체크하고 있다. 2022 항저우 아시아경기대회 대표선수로도 출전한다고 하니 앞으로가 더 기대되는 선수가 아닐 수 없다.

연세구청 직장운동경기부 육상팀은 소통과 단합을 원동력 삼아 멈추지 않고 달릴 것이다. 육상이라는 종목으로 부상을 대표하고, 빛나는 내일을 만들어갈 이들의 도전에 박수를 보낸다.



주요 수상 내역



- 2018년**
- 제30회 전국실업육상경기대회: 10종경기 1위, 멀리뛰기 2위, 세단뛰기 2위
 - 제47회 전국종별육상경기선수권대회: 10종경기 1위, 세단뛰기 1위
 - 제72회 전국육상경기선수권대회: 10종경기 1위
 - 제99회 전국체육대회: 10종경기 2위
 - 제18회 자카르타-팔렘방 아시아경기대회: 10종경기(결승) 6위

- 2019년**
- 제23회 전국실업육상경기선수권대회: 10종경기 1위, 장대높이뛰기 3위
 - 제48회 전국종별육상경기선수권대회: 장대높이뛰기 3위
 - 제47회 KBS배 전국육상경기대회: 장대높이뛰기 3위, 110mH(허들) 3위
 - 제100회 전국체육대회: 장대높이뛰기 3위

- 2020년**
- 제41회 전국시·도대학육상경기대회: 10종경기 1위, 장대높이뛰기 3위
 - 제74회 전국육상경기선수권대회: 10종경기 1위, 장대높이뛰기 2위
 - 제49회 전국종별육상경기선수권대회: 10종경기 1위, 장대높이뛰기 3위
 - 제48회 KBS배 전국육상경기대회: 10종경기 1위

- 2021년**
- 제25회 전국실업육상경기선수권대회: 110mH(허들) 2위, 장대높이뛰기 3위



오선초등학교
피구스포츠클럽

*본 촬영은 방역수칙을 준수하여 진행하였음.

피구는 우리 학교의 자랑!

2019 부산광역시교육감배
스포츠클럽 피구대회 우승

일정한 구역 안에서 한 개의 공으로 상대팀을 아웃시키는 종목인 피구는 상호 간의 협력이 중요하다. 상대팀의 특징을 분석하여 다양한 전략을 구사하고, 정교한 수비와 파워 있는 공격이 조화를 이루어야 좋은 경기를 할 수 있기 때문이다.

전국에서 피구를 가장 잘하는 학교, 결과보다는 아름다운 과정을 위해 꾸준히 연습하고 노력하는 오선초등학교 피구스포츠클럽을 찾았다.



피구에 대한 남다른 애정

경기가 시작되자 일사불란하게 움직이는 학생들의 모습이 예사롭지 않다. 패스를 하고, 공격을 위해 강한 슛을 날릴 때는 숨죽여 경기를 지켜보게 되었다.

“오선초등학교 피구스포츠클럽은 2016년 개교와 동시에 창단되었어요. 2016년 개교 때는 김성진 선생님이, 2017년부터 2020년까지는 정성률 선생님이 지도했죠. 저는 2019년에 정성률 선생님과 1년 간 함께하다가 2021년부터 맡고 있는데 피구에 대한 학생들의 꾸준한 관심과 열정이 대단해요.”

2020년부터는 코로나19로 대외적인 경기가 없지만 오선초등학교 피구 열기는 좀처럼 식을 줄 몰랐다. 개인별 방역 수칙을 철저히 지키면서 매일 아침 연습을 하고 있으며, 2021년부터 토요일에도 대한체육회의 신나는 주말체육학교 프로그램과 연계해 2시간씩 훈련하고 있다.

“5~6학년 위주로 팀을 꾸리다 보니 학생들이 5학년만 되면 선수로 활동할 수 있다는 기대감을 갖고 있어요. 그만큼 피구에 대한 애정이 남다르다고 할 수 있죠. 연습에 불참하거나 지각하면 클럽을 계속할 수 없는데 모두가 열심히 참여하고 있어요.”

피구에 대한 애정은 졸업한 후에도 이어지곤 한다. 중학교에 간 졸업생이 수상 소식을 들려주기도 하고, 특별한 경기가 있을 때면 응원을 위해 찾아오기도 한다. 피구에 대한 애정이 선·후배, 친구들과의 돈독한 우정으로까지 이어지는 것이다.



최고의 스포츠 정신으로, 최선의 경기를!

피구를 통해 뭉든 할 수 있다는 자신감을 얻고, 올바른 스포츠 정신을 배우고 있다.

남자팀 주장 김범수 학생



여자팀 주장 안규인 학생

박정원 교사는 2019년, 충청북도 제천에서 열렸던 전국학교스포츠클럽 피구대회가 가장 인상적이라고 했다. 학생들과 처음으로 만나는 자리이기도 했지만 전국대회인 만큼 실력이 쟁쟁한 각 사도의 대표팀들이 참여했다.

“1박 2일에 걸쳐 진행되는 대회였는데 참가하는 학생들은 물론이고 학부모, 교장 선생님까지 동행했던 기억이 나요. 모두가 한마음으로 경기를 지켜보는데 마지막까지 혈투를 벌이는 모습에 조마조마했죠. 전년도인 2018년도에는 제11회 전국학교스포츠클럽 피구대회 남·여 동반 준우승, 페어플레이상(교육부장관)을 수상했고, 2019년도에는 전초전 격인 대한체육회장배 전국피구대회에서 남초부 우승, 여초부 준우승을 차지하는 등 대회 때마다 성과가 높아 우승에 대한 기대감도 엄청 컸지요. 그런데 아쉽게도 2019년 대회부터는 우승팀을 가리지 않고 축제의 의미를 살려 조별 리그전만 진행을 해서 남·여 동반 우승을 노렸던 우리학교로선 많이 아쉬웠지만 2년 연속으로 페어플레이상(교육부장관)을 수상했어요.”

이 대회에서의 에피소드도 있다. 패스를 할 때 두 팔을 이용해 공을 끌어안는 것이 아니라 손으로 빠르게 잡는 모습에 혹시 손바닥에 송진을 바른 것 아니냐는 오해를 받은 것이다.

“워낙 패스하는 속도가 빠르고 정확하다 보니 그랬던 것 같아요. 심판이 학생들의 손바닥을 확인하기도 했죠. 그만큼 패스 연습을 많이 했고, 학생들 모두 피구를 좋아하다 보니 자연스럽게 할애하는 시간이 많았던 것 같아요.”

오선초등학교 피구 실력은 전국대회를 통해 충분히 증명이 되었다. 하지만 단 한 번도 결과나 우승을 위해 피구를 한 적은 없었다.

“무엇보다 기본기를 탄탄히 하려고 해요. 매일 아침 던지고 받으며 패스 연습을 하고, 주말에도 50여 명의 학생들이 참여해서 연습을 하죠. 꾸준한 연습이 장점이고, 차별점인 것 같아요.”

학생들은 피구를 통해 뭉든 할 수 있다는 자신감을 얻고, 올바른 스포츠 정신을 배우고 있다. 경기를 하면서 얼굴에 공을 맞는다거나 실수를 할 때면 ‘미안해’라고 말했고, ‘괜찮아’하고 대답하는 것도 잊지 않았다. 항상 남을 먼저 이해하고 배려하며 협동하는 정신이 가장 중요하다는 오선초등학교 신념과도 맞아떨어지는 부분이었다.



눈부신 실력으로 빛나는 학교

오선초등학교 피구스포츠클럽을 대표하는 선수로는 남자팀 주장 6학년 김범수 학생과 여자팀 주장 6학년 안규인 학생을 들 수 있다. 둘 다 외야수로 4학년 때부터 뛰어난 재능을 보였다. 김범수 학생은 남다른 신장과 파워로 공격력이 전국 최강의 실력을 가지고 있으며, 안규인 학생은 정확성과 안정성, 파워까지 겸비해 팀을 이끌고 있다.

김범수 학생은 하루빨리 대회에 나가고 싶다는 바람과 함께 어떤 경기든 지금처럼 최선을 다하겠다고 했다. 안규인 학생은 피구에 대한 깊은 애정을 드러내며, 훌륭한 선수들의 장점을 본받아 앞으로 더 좋은 선수가 되고 싶다고 했다.

박정원 교사는 코로나19 상황이 빨리 마무리되기를 바라며, 2학기 전면 등교가 가능해지면 좀 더 시스템 훈련에 집중하겠다고 했다.

“오선초등학교를 졸업한 선배들과 친선 경기라도 이뤄지면 좋을 것 같아요. 나아가 올해 대회가 열린다면 적극적으로 참여해서 우리 학생들이 실력을 뽐내고, 학교를 빛낼 수 있는 기회를 주고 싶어요.”

전국 최고의 피구스포츠클럽! 피구 하면 오선초등학교를 빼놓을 수 없다. 하지만 무엇보다 오선초등학교 피구스포츠클럽이 빛나는 것은 피구에 대한 하나된 열정, 변치 않는 노력이 있기 때문이다. 과정만큼 결과도 아름다울 오선초등학교 피구스포츠클럽의 앞날이 기대된다.

주요 수상내역

- 2017년
 - 부산광역시 교육청 우수스포츠클럽 선정
 - 부산광역시 북부교육지원청 교육장배 학교스포츠클럽대회 : 남초부, 여초부 동반 우승
 - 부산광역시 교육감배 학교스포츠클럽대회: 남초부, 여초부 동반 우승
- 2018년
 - 부산광역시 교육청 우수스포츠클럽 선정
 - 부산광역시 북부교육지원청 교육장배 학교스포츠클럽대회 : 남초부, 여초부 동반 우승
 - 부산광역시 교육감배 학교스포츠클럽대회: 남초부, 여초부 동반 우승
 - 제11회 전국학교스포츠클럽 피구대회 페어플레이상(교육부장관) 수상
- 2019년
 - 부산광역시 교육청 우수스포츠클럽 선정
 - 부산광역시 북부교육지원청 교육장배 학교스포츠클럽대회 : 남초부, 여초부 동반 우승
 - 부산광역시 교육감배 학교스포츠클럽대회: 남초부, 여초부 동반 우승
 - 제12회 전국학교스포츠클럽 피구대회 페어플레이상(교육부장관) 수상
 - 제1회 창원시 피구연맹회장배 피구대회: 남초부, 여초부 동반 우승
 - 제3회 대한체육회장배 전국피구대회: 남초부 우승, 여초부 준우승
- 2020년
 - 부산광역시 교육청 우수스포츠클럽 선정
 - 2020년 학교체육대상 수상



박길숙 교장 선생님 MINI INTERVIEW

박길숙 교장 선생님은 오선초등학교가 피구를 잘하는 학교로 전국적으로 유명하지만, 경기의 결과보다는 과정이 중요하다고 했다. “우리 학교는 피구를 비롯해 다양한 스포츠클럽을 운영하고 있어 2020년 학교체육대상을 수상하기도 했어요. 저는 학생들에게 늘 결과도 중요하지만 과정이 아름다워야 한다고 이야기합니다. 서로 배려하고, 실수를 하더라도 따뜻하게 감싸주는 거죠. 이런 노력으로 학생들의 올바른 인성 함양과 더불어 학교 폭력 없는 학교로 만들어가고 있습니다. 앞으로도 우리 학생들이 오선초등학교 피구스포츠클럽 부원으로서 자긍심을 가질 수 있도록 최선을 다할 것입니다. 제 소망이 있다면 스포츠클럽을 통해 정정당당하게 경기를 펼치고, 결과에 승복할 수 있는 멋진 페어플레이 정신을 배워 우리나라를 이끌어갈 주역이 되고 나아가 세계 속의 큰 일꾼으로 자리매김하는 거예요.”



*본 촬영은 방역수칙을 준수하여 진행하였음.

작지만 엄청난 공의 위력을 함께 느끼다

2017, 2018 부산광역시장배 슈퍼컵 탁구대회 우승
홍연호클럽



골프공 무게의 1/20 수준에 불과하고, 자칫 날아갈 정도로 가벼운 탁구공에 빠진 사람들이 있다. 주머니 받거나 핑퐁 소리를 내며, 나이와 장소에 불문하고 누구나 즐길 수 있는 만큼 부산의 생활체육 분야에서 탁구는 마니아층이 상당히 두텁다. 그중에서도 북구 화명동에서 활동하고, 홍연호 코치가 함께하는 홍연호클럽은 지도력과 회원들의 실력이 뛰어나기로 명성이 자자하다. 2008년도부터 시작되어 여느 탁구 동호회보다 다소 짧은 역사를 가졌지만, 마치 통통 튀는 탁구공처럼 어느새 수면 위로 솟아 오른 이곳 동호회를 찾아가 보았다.

작은 공이 쏘아 올린 지역 탁구계의 신호탄

인터뷰를 위해 찾았던 이날도 동호회원들은 탁구공 소리에 맞춰 날렵하게 몸을 움직이느라 분주했다. 그도 그럴 것이 코로나19로 오랜 시간 탁구클럽이 폐쇄되면서 활동력에 제한이 컸기 때문이다. 그래서인지 네트(Net)를 오가는 작은 공을 향한 회원들의 열기는 무척이나 강렬했다.

이곳을 이끌고 있는 홍연호 코치는 선수 출신이다. 1998년 은퇴 이후, 우연한 기회에 생활체육으로서의 탁구에 대해 고민하다 2008년 홍연호클럽의 문을 열었다. 수많은 탁구장과 쟁쟁한 동호회들이 포진해 있던 상황이었지만, 선수 시절의 열정을 바탕으로 다시금 정면승부에 나섰다. 그렇게 조금씩 자리를 잡아가던 동호회는 아마추어 선수로서의 실력과 열정을 갖춘 35명의 활동 회원(등록회원은 120명 내외)들을 두고 있다. 8세부터 73세까지 다양한 연령대와 직군의 회원들은 저녁마다 탁구에 대한 열정으로 뭉치게 했고, 매년 동호회 리그를 비롯해 시도 단위의 크고 작은 대회에 10회 이상 참가해 왔다.

부산 탁구동호회의 '낭증지추'를 꿈꾸다

홍연호클럽은 다소 짧은 동호회 역사 속에서도 많은 수상 실적을 새겨 지역 탁구계에서 더 큰 주목을 받고 있다. 이러한 배경에는 실전에서의 감각과 목표를 향한 도전이라는 끊임없는 자극이 뒷받침되었기 때문에 가능했다. 홍연호 코치는 이에 대해 단순히 우수한 성적만이 아닌 개인과 동호회의 기반을 단단하게 다지는 과정이었다고 말한다.

홍연호클럽은 '부산광역시장배 슈퍼컵 탁구대회 3년 연속 수상(2017년 초대 우승과 2018년 우승, 2019년 준우승)'을 거머쥐며 지역 탁구계를 놀라게 했다. 특히 2017년에는 초대 대회였던 만큼 치열한 각축전이 펼쳐졌고, 6개월에 걸친 장기간 경기를 향한 선수들의 열정이 최고 조였다. 그렇게 힘겨운 과정 끝에 거머쥔 '우승'이라는 기록은 회원들의 실력은 물론 말로 표현할 수 없는 성취감이 아직까지도 큰 에너지가 되고 있다.

'부산광역시장배 슈퍼컵 탁구대회 3년 연속 수상'에 대한 비결은, 시합을 준비할 때 회원들이 서로 각자의 파트너가 되어 이끌어주고 함께한 것이라고 입을 모은다. 이뿐만 아니라 여기

에는 회원들의 꾸준함도 한몫했다. 평상시에도 큰 시합을 보고 준비하는 것이 아니라 오전 10시부터 저녁까지 각자의 자리에서 헤쳐 모여 매일같이 실력을 쌓았던 것이다. 민첩성과 판단력, 유연성 등이 요구되는 탁구를 위한 이들의 열정은 일회성의 대회를 향한 유난스러움이 아닌 이곳 동호회의 일상으로 자리잡았다.

함께하는 생활체육, 오래오래 함께

탁구는 좁은 공간에 네트를 사이에 두고 진행되는 운동이기 때문에 파트너가 항상 필요하고, 또 서로에 대한 에티켓이 필요한 스포츠다. 그야말로 함께할 수밖에 없는 생활체육인 셈. 동호회에서도 실력이 뛰어난 고수라도 초보자들과 호흡을 맞추고, 서로가 서로에게 보조를 맞춰가야 한다. 이렇다 보니 어느덧 협동심과 배려는 따라오기 마련이고, 화합력은 높아질 수밖에 없다고 동호회원들은 말한다.

“탁구는 비가 오나 눈이 오나 날씨에 상관없이 할 수 있고, 좁은 공간에서도 가능하며, 칼로리 소모가 높은 전신운동이에요. 이러한 탁구의 매력에 더 많은 사람들이 동참했으면 합니다.”

홍연호 코치는 코로나19로 실내 스포츠가 위축된 경향이 있지만, 방역을 철저히 지키면서 건강도 다지기를 당부했다.

홍연호클럽의 향후 목표는 소박하면서도 간절하다. 역사와 전통이 있는 동호회를 만들기 위해 모두가 건강해야 한다는 것! 건강해야 오래오래 명맥을 이어갈 수 있기 때문이다. 짧지만 분명한 목표가 인상적이다.

“탁구는 비가 오나 눈이 오나 날씨에 상관없이 할 수 있고, 좁은 공간에서도 가능하며, 칼로리 소모가 높은 전신운동이에요.”



회원 MINI INTERVIEW

이승호 회원

대학 때 처음 가입했던 동아리가 탁구 동아리였어요. 그러다 군대에서 탁구를 자주 접하며 깊게 흥미를 느끼다 전역 후 명성을 듣고 이곳에 오게 되었죠. 초보로 시작했지만 2019년도에 개인전 우승도 하고, 고수들 사이에서 많이 배웠어요. 특히 2019년도에 있었던 부산광역시장배 슈퍼컵 탁구대회가 기억에 아주 진하게 남아 있습니다. 막판에 3:3인 상황에서 모두가 저를 주시하고 있을 때, 너무도 긴장을 했고 한 점 차이로 우승에서 밀려 무척 아쉬웠습니다. 그렇지만 그 과정에서 배운 것도 많았고, 회원님들이 환하게 격려하는 모습에 진한 동지애도 느끼며 몽클했던 기억이 있습니다.

임정미 경기이사

경기도 안양에서 살다가 몇 해 전 이사를 왔습니다. 저 같은 경우에는 이사를 온 이후, 초등학교 시절에 잠시 찢던 탁구의 꿈을 정식으로 펼쳐보고자 이곳 탁구클럽을 찾았어요. 2018년도에 출산 후 복귀한 상태에서 우승을 했는데 여러 경기 중에서 그때가 가장 기억에 남아요. 당시 주말마다 레슨을 했는데 육아를 병행하며 쉽지 않았음에도 목표를 향해 코치님 이하 회원들과 함께 으쌰으쌰 했던 것이 스스로도 대견스러울 정도랍니다. 올해에도 부산광역시장배 슈퍼컵 탁구대회 공지가 있었는데, 그때의 마음가짐을 되새기며 다시금 우승을 탈환해보고자 합니다.



홍연호 코치



이승호 회원



임정미 경기이사



수상 내역

- 2016년 • 부산광역시 탁구협회 우수동우회 선정
- 2017년 • 2017 부산광역시장배 슈퍼컵 탁구대회 우승
- 2018년 • 제5회 부산광역시금정구협회장배 단체 우승
• 제37회 부산광역시북구협회장배 단체 우승
• 2018 부산광역시장배 슈퍼컵 탁구대회 우승
- 2019년 • 2019 부산광역시장배 슈퍼컵 탁구대회 준우승
• 제3회 유남규배 생활체육탁구대회 단체 우승



체육인이 지켜야 할 스포츠 윤리



글_ 동국대학교 체육학과 교수 이동건

체육인은 3종류의 사람들이 있다. 먼저 스포츠를 아는 사람, 즉 지자(知者)가 있고 스포츠를 좋아하는 사람, 호자(好子)가 있으며 마지막으로 스포츠를 즐길 줄 아는 사람, 곧 낙자(樂者)가 있다. 스포츠를 알고, 좋아하며, 즐길 줄 아는 체육인이야말로 진정한 체육인으로서 맛과 멋과 흥을 아는 체육인이라 할 수 있다.

항간에 체육인으로서 참으로 개탄스러운 모습이 많이 있기에 우리 체육인이 지켜야 할 윤리에 대해서 살펴봄으로써 체육인으로서 삶의 태도를 점검해보고자 한다.

禮儀

체육인의 예의(Manners : 禮儀)

인간의 삶 가운데 만남이 있다. 우리는 어떻게 바로 만날 것인가? 인간의 만남에는 크게 3가지 만남이 있다. 첫 번째 만남은 하늘과의 만남이요, 두 번째는 사람과의 만남, 세 번째는 일과의 만남이 그것이다. 이 세 만남은 '예(禮)'가 중심이 된다. '예'라는 한자어를 살펴보면 신(示)에게 드리는 제물(豊)을 의미한다고 하고, 또 농부(示)가 밭(田)에 씨(豆)를 뿌리기 전에 밭에서 돌을 고르고 잡초를 뽑고 하여 씨를 뿌릴 수 있게 준비하는 마음이라고도 한다. 우리 한국은 동방예의지국으로 고래(古來)부터 널리 알려진 민족이고, 국보 제1호를 숭례문(崇禮門)이라 할 만큼 예를 강조한다. 우리의 '예' 사상은 한국 전통의 천(天)·지(地)·인(人) 삼재사상(三才思想)과 관련성을 가지고, 보다 체계화되어 있다. 먼저 하늘에 대한 공경의 예로서 손의 모양(S=태극), 즉 왼손이 오른손에 살포시 포개어 자신의 배꼽 밑 2~3cm 가량의 단전에 올려 예를 갖추는 것이다. 두 번째는 사람에 대한 사랑의 예로서 허리를 굽히는 모양으로 예를 갖추는 것이다. 이 예는 일상적으로 사람과의 인사에 주로 사용하는데 가슴속에서부터 스며 나오는 사랑의 마음가짐으로 허리를 45°로 굽혀 인사하는 예다.



MANNERS



마지막으로 땅에 대한 예는 이 땅을 딛고 사는 한, 세상 순리에 순응하며 최선을 다하며 살겠다는 결연한 의지를 표현하는 예로서 무릎을 땅에 합하는 예이다. 이 천·지·인의 예를 통합한 것이 두 손을 포개어 잡고, 허리를 굽혀 무릎을 땅에 대어 그 이마가 땅에 닿도록 하는 인사법으로 한국 전통의 예 중 최고의 예를 표하는 고두(高頭)법, 즉 큰절이다. 이렇듯 인간의 삶의 질을 높여주는 만남에 예가 중요시됨을 알 수 있다. 인간의 삶에 있어서 예를 잃어버리면 실례가 되고, 이 실례는 우리를 불쾌하게 만들고, 우리의 삶에 예가 결여되면 결례가 되어 우리를 섭섭하게 한다. 또한 삶 가운데 예가 없으면 무례를 범하게 되어 우리의 기분을 상하게 하는 것이다. 따라서 인간의 삶 가운데 이 예를 우리는 어떻게 바로 체득할 수 있을까? 하는 논의 중에 그 해답을 스포츠에서 찾을 수 있다.

스포츠는 예로 시작해서 예로 끝나는 예시예종(禮始禮終)의 정신을 가진다. 스포츠에서 예가 도외시될 때, 그것은 참다운 스포츠라고 할 수 없고 단지 현란한 몸놀림에 불과하다.

동서양을 막론하고 운동을 시작할 때는 반드시 먼저 상대방에게 예를 갖추어 인사를 한다. 그 의미는 전술한 바와 같이 너와 내가 만나 우리가 되어, 서로 사랑한다는 내면의 정신세계를 가진다. 따라서 삶을 영위하는 인간의 스포츠는 예로 시작하여 예로 끝나는 품격 높은 예시예종의 윤리가 있음을 명심하여, 스포츠지도자들은 운동을 지도할 때 반드시 먼저 한국 고유의 예를 체득시키도록 해야 할 것이다.

체육인의 공정(Fairness : 公正)

'공정'이란 공평하고 올바르다는 뜻이다. 이 '공정'은 스포츠 분야뿐 아니라 사회 각 분야에 큰 영향력을 행사한다. 특히, 스포츠 현장에서 선수의 페어플레이와 심판의 공정한 판정은 경기를 관람하는 관중에게 말할 수 없는 승부의 진면목을 보여준다. 그러나 선수의 고의적 반칙과 승부조작 그리고 심판의 편파 판정은 스포츠 현장에서 '공정'을 훼손시켜 더티플레이와 뇌물수수 그리고 혈연, 학연, 지연, 성별, 사제, 파벌, 인종 등을 이유로 편견을 가지거나 차별함으로써 이루어지는 것이다. 심지어는 선수 생명의 단축과 가슴에 한을 극단적 선택으로 푸는 역기능도 표출된다. 따라서 스포츠에서의 '공정'은 체육인이 체육인다움의 핵심 근간이 된다. 이 '공정'이 무너질 때 관중은 실망을 넘어 비윤리적인 선수나 심판에게 등을 돌리는 것이다.

公正

FAIRNESS

人權

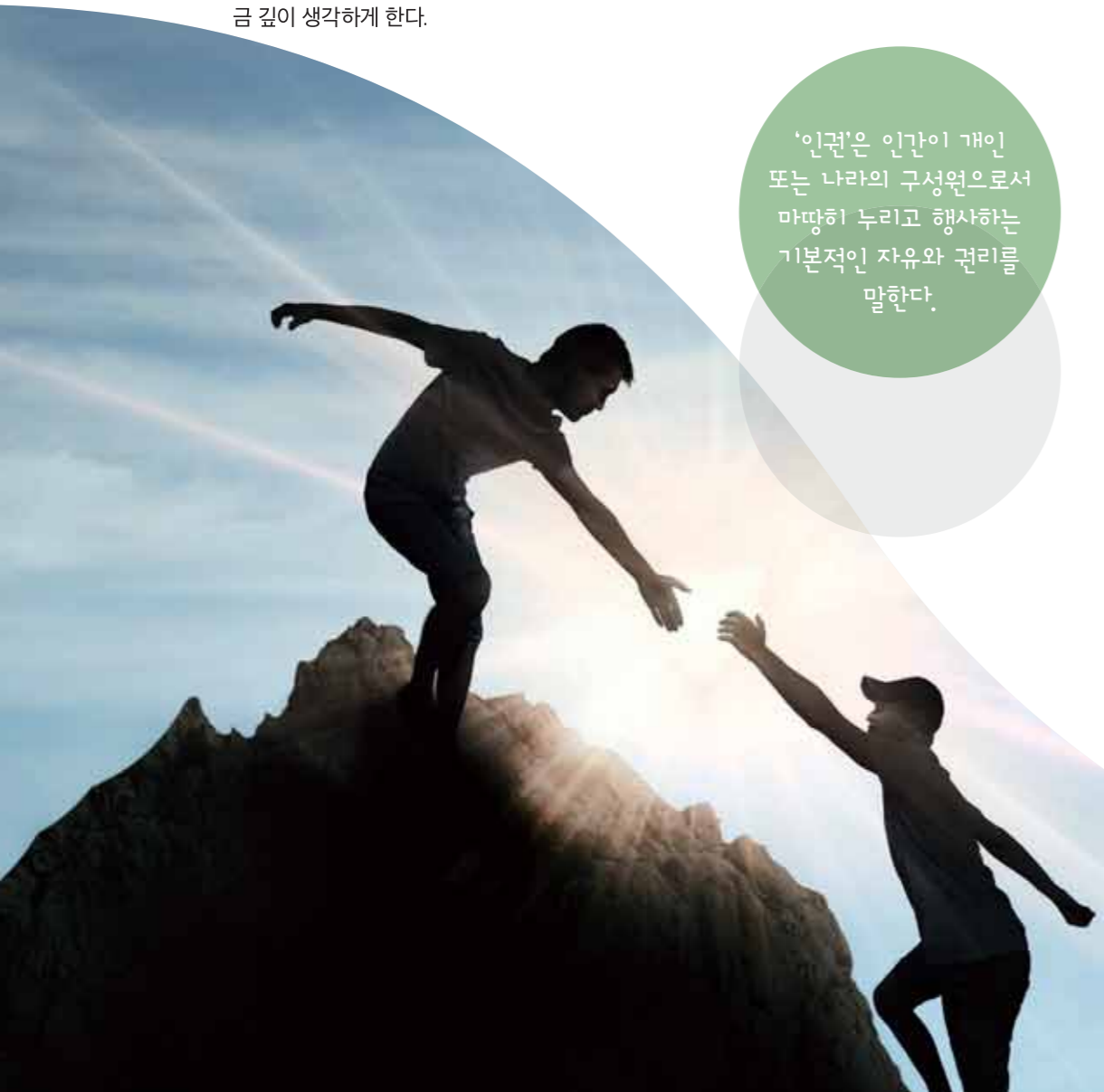
체육인의 인권(Human rights : 人權)

‘인권’은 인간이 개인 또는 나라의 구성원으로서 마땅히 누리고 행사하는 기본적인 자유와 권리를 말한다. 이 같은 ‘인권’은 우리 체육인이 자신이나 팀의 구성원으로서 마땅히 누리고 행사하는 기본적인 자유와 권리로 이제는 분명히 개선할 때가 되었다고 생각한다. 그동안 우리 스포츠 현장은 상명하복(上命下服)과 노예근성이 팽배하였다. 이는 군대식 상명하복과 식민지적 노예근성의 문화가 오래된 관행으로 수많은 선수와 지도자가 그 교육하에서 성장해왔다. 역사와 전통을 도외시하는 것이 아니라 선수와 지도자로서 당연히 요구되는 처우와 권리를 존중받아야 할 필요성을 실감하는 것이다. 언제까지 온전하지 못한 관행을 스포츠 현장에서 관행이라는 이름하에 묵인하고 방치할 것인가? 최근 우리에게 경종을 준 ‘최숙현 선수사건’은 선수의 인권에 대해서 우리로 하여금 깊이 생각하게 한다.

‘인권’은 인간이 개인 또는 나라의 구성원으로서 마땅히 누리고 행사하는 기본적인 자유와 권리를 말한다.



HUMAN RIGHTS



꽃다운 젊은 선수인 숙현이는 자신의 인권 훼손 개선을 위해 동분서주하면서 각 주무부서에 민원을 제출했건만 행정은 복지부동이요, 그에 대한 문제해결은 묵묵부답하여 숙현이는 자신의 운명으로 이 불편부당한 상황에 항거하며 그 꽃다운 목숨을 던져 선수의 인권을 항변하는 한 알의 밀알이 되었다.



체육인은 스포츠라는 양날의 칼을 가진 자이다. 이 칼은 의사와 셰프의 손에 들어가면 사람의 생명을 살리고 최상의 맛있는 요리가 나오지만, 강도나 조직의 손에 들어가면 사람을 사망에 이르게 하고 상해를 입게 한다. 그러므로 체육인이라고 다 체육인이 아니라 체육인다운 체육인이야말로 자신에게는 건강과 행복을, 나라와 민족에게는 국위선양과 영광 돌리는 삶을 살게 한다. 하지만 체육인답지 못한 체육인은 자신에게 불명예와 사회와 국가에 거약으로 자리매김하게 된다.

따라서 체육인이 지켜야 할 스포츠 윤리는 요약하면 먼저 스포츠와 함께 ‘예의’에 대해 알고, 가르치는 일이 무엇보다도 중요하고, 그다음은 ‘공정’이다. 반칙과 승부조작, 그리고 편파 판정은 스포츠계의 암적인 존재이다.

마지막으로 체육인이 지켜야 할 스포츠 윤리는 스포츠에서 선수와 지도자로서 당연히 누려야 할 ‘인권’으로 스포츠 강국인 한국에서 이제는 식민지적인 사고의 틀에서 벗어나 스포츠 현장에서도 보다 인간다운 행복을 누려야 한다.

당신의 두 다리가 의사입니다

우리나라는 2007년 제주올레길의 개장과 2008년 지리산둘레길의 큰 인기로 인해 '걷기' 열풍이 일어나기 시작했다. 과거 단순히 이동을 위한 수단이자 과정으로 알고 있던 걷기의 건강상 이점이 알려지자 많은 사람들이 걷기운동에 참여했지만 잘못된 걷기 운동법으로 오히려 건강을 해치는 경우도 생겨나기 시작했다.



글. 부산광역시걷기협회 회장 김원기



Walking Exercise

걷기에도 올바른 방법이 있다

인간에게 걷기는 어려서부터 특별한 지도 없이 배우게 되는 자연스러운 신체활동이다. 그러다 보니 사람들은 걷기가 얼마나 복잡한 운동인지 미처 인식하지 못하는 경우가 많다. 하지만 걷기는 우리 몸의 100여 개의 골격근이 조화를 이루며 작용하는 매우 복잡한 신체활동이다. 하루 30분 이상의 걷기 운동은 심혈관 및 대사질환의 예방과 개선, 스트레스 완화, 우울증 예방과 개선, 면역 증진, 근력 증대 등 신체에 여러 긍정적인 효과를 가져올 뿐만 아니라 치매 예방에도 도움이 된다는 과학적인 근거가 제시되기도 했다.

하지만 이렇게 장점이 많은 걷기도 어떻게 걷느냐에 따라 신체에 부담을 주기도 한다. 상체를 지나치게 앞으로 숙이거나 뒤로 기울이고 걸을 시 척추와 여러 관절에 충격과 무리를 주어 통증이 유발될 수도 있고, 체중을 지지하는 동작이 발뒤꿈치에서 시작하여 발바닥 바깥쪽을 거쳐서 엄지발가락으로 밀어내는 올바른 동작이 아니라 발뒤꿈치에서 바로 엄지발가락으로 중심이 이동하는 동작을 반복하게 되면 발바닥의 아치가 무너져 몸의 정렬에 안 좋은 영향을 미칠 수도 있다.

올바르게 걷는 방법은 시선은 전방 10~15m를 향하고 허리를 편 자세에서 팔은 앞뒤로 자연스럽게 흔들며, 속도가 빨라지면 팔꿈치를 L자 모양으로 자연스럽게 구부리고, 손은 달걀을 쥔 모양으로 주먹을 가볍게 쥐는 것이 좋다. 양발은 11자로 움직이며 팔자걸음이 되지 않게 하고 보폭은 본인 키(cm)-100 혹은 키(cm) × 0.45의 너비를 기준으로 일정하게 유지되 속도가 빨라지면 보폭도 함께 증가해야 한다. 발은 발뒤꿈치에서 발바닥 바깥쪽으로 중심이 이동해 다시 엄지발가락 손으로 자연스럽게 회전이 일어나는 3박자 보행이 이루어져야 한다.

노화의 기준이 되는 보행속도는 초당 1.0m다. 보행속도가 이보다 늦어지게 되거나 최근 들어 급격하게 감소하는 경우, 치매에 걸릴 확률도 증가하는 것으로 보고된다. 빠르게 걷기는 노화를 지연시킬 수 있는 방법 중 하나다. 빠르게 걷기라 함은 걷는 동안 대화는 가능하지만 4마디 이상 노래를 부를 수 없을 정도로 걷는 것을 의미하고 이는 중강도의 운동에 해당한다. 세계보건기구(WHO)에서도 걷기는 각종 성인병에서 벗어날 수 있는 필수운동으로 하루 30분 이상 주 5회 이상 걷기운동을 권장하고 있으며, 다른 운동과 마찬가지로 부상예방을 위해 준비운동을 실시하는 것이 중요하다.



발등과 정강이 라인의 각도는 90도 정도로 유지하고 발뒤꿈치부터 착지한다.



발바닥 바깥 부분에서 발끝으로 조금씩 체중을 옮긴다.



발바닥과 엄지 발가락이 이어지는 부분으로 땅을 친다.

나에게 맞는 맞춤형 걷기가 필요하다

걷기운동도 다른 운동과 같이 개인의 체력수준, 건강상태, 연령 등을 고려하여 걷기 속도와 방법이 달라져야 한다.

치매를 예방하기 위해서는 걷기 속도를 빠르게 하여 달리기 효과를 내는 '파워워킹'이 적합하다. 파워워킹은 시속 6~8km의 속도로 팔을 앞뒤로 힘차게 저으며 보폭을 평소보다 증가시켜 걷는 방식이다. 치매환자에서는 대뇌피질이나 해마에서의 두뇌활동과 혈류저하가 종종 발견된다. 두뇌활동에 필수적인 것이 뇌혈류와 신경전달물질인 아세틸콜린인데, 파워워킹은 아세틸콜린을 활성화시켜 주고 대뇌피질과 해마의 혈류를 증가시켜주는 효과가 있다. 또한 시속 7km 이상의 파워워킹은 같은 속도의 달리기보다 더 오래 지속할 수 있어 보다 많은 양의 칼로리를 소모시켜 비만의 예방과 개선에도 효과적이다.

무릎에 퇴행성 관절염이 있는 환자의 경우 내리막이나 평지 걷기보다는 오르막 천천히 걷기를 추천한다. 오르막 천천히 걷기는 다리 관절에 주는 부담이 적고 무릎 주위의 근육을 강화시켜 관절염 환자에게 적합한 걷기 방법 중 하나다.

마지막으로 허리강화를 위해서는 런지걷기가 좋다. 보폭을 넓혀 걷는 런지걷기는 장요근을 발달시켜 허리를 강화시킬 뿐 아니라 둔근을 발달시켜 체중부하에 따른 충격을 흡수하여 허리를 보호하는 효과가 있다.

걸을 시 통증이 느껴지면 계속 걸어야 하나?

아무리 좋은 운동도 통증이 느껴지면 쉬어야 한다. 특히, 걷기 운동 시 흔히 발생하는 질병에는 족저근막염이 있다. 족저근막염은 발바닥에 전해지는 충격을 흡수하는 족저근막에 염증이 생긴 것으로, 과도한 운동과 퇴행성이 주된 원인이다. 걷기 열풍으로 인해 장거리 걷기 인구가 증가하면서 족저근막염의 발병률도 함께 증가했다. 족저근막염을 오래 방치하면 만성적 발뒤꿈치 통증과 잘못된 걷기 습관으로 무릎, 엉덩이, 허리에 통증이 발생한다. 족저근막염은 적절한 휴식과 3박자 보행으로 예방이 가능하다.

상기 내용처럼 자신에게 맞는 올바른 걷기의 의학적 효과는 이미 수많은 논문을 통해 알려졌다. 이제는 올바른 걷기를 실천하려면 어떻게 해야 하는지에 관한 교육의 중요성이 강조돼야 할 시점이라고 생각한다. 운동은 반드시 바른 자세가 중요하다. 제대로 배워 올바르게 걷는다면 당신의 두 다리는 자신의 건강관리를 위한 최고의 명이가 될 것이다. 필자는 '당신의 두 다리가 의사입니다'라는 슬로건 하에 걷기에 열정을 쏟으며 매일 누구나 쉽게 접근할 수 있는 걷기가 건강하고 행복한 삶의 초석이 되기를 꿈꾸고 있다. 지금 당장 올바른 걷기 운동을 실천하여 건강을 증진하시길 바란다.

“당신의 두 다리가 의사입니다라는 슬로건 하에 걷기에 열정을 쏟으며 매일 누구나 쉽게 접근할 수 있는 걷기가 건강하고 행복한 삶의 초석이 되기를 꿈꾸고 있다.”



도심 속, 오아시스 같은 체육의 힘을 전하다

부산진구체육회

부산의 중심이자, 하루 내 가장 많은 유동인구가 오가는 부산진구를 들여다보면 간혹 냇을 잃곤 한다. 분주한 도심의 일상에서 잠시 고개만 돌리면 산과 수원지가 있고, 길이 맞닿은 곳에 광장과 공원이 펼쳐진다. 도심 속 오아시스처럼 곳곳에 힐링 명소가 숨어있는 부산진구! 마치 편백나무 숲에 잠시 머무르기만 해도 한 뼘은 더 건강해진 느낌이 드는 것처럼 부산진구에서의 생활체육은 바쁜 현대인들의 일상에 자연스럽게 녹아든다.



“가족이 폭넓게 할 수 있는 운동 그리고 고령화시대에 맞춘 이색 프로그램 등을 개발해 이미 오래전부터 갖가지 사업을 실행해오고 있다.”



생활체육, 도심으로, 주거지로 파고들다

2016년도 통합 이후 부산진구체육회는 현재 31개의 회원종목 단체와 310개의 클럽 그리고 약 1만여 명에 가까운 동호회원들이 활동하고 있다. 이 중심에는 지난해 민선 7기로 당선된 김호상 회장을 주축으로 35명의 임원과 8명으로 구성된 지도자들의 다양한 노력이 있었기 때문이다.

부산진구의 경우, 다른 체육회와는 달리 실내 체육관이 주거지 밀집 지역에 위치해 실질적인 주민들의 접근도가 높은 편이다. 그만큼 또 많은 이들의 참여도를 이끌어내야 하는 특수성도 있다. 종목단체 동호회 회원뿐만이 아니라 주민들의 참여도를 높이기 위해 부산진구청에서 초연근린공원체육관을 위탁받아 다양한 대회와 행사를 개최하는 한편, 배드민턴과 탁구, 줌바댄스, 필라테스, 요가, 벨리댄스 등 주민들이 부담 없이 즐길 수 있는 프로그램을 개설해 큰 호응을 얻고 있다.

천혜의 자연환경을 활용한 체육 인구 저변 확대

구·군체육회마다 대표적인 종목이 있다면, 부산진구의 경우는 게이트볼과 파크골프를 들 수 있다. 부산진구게이트볼협회와 부산진구파크골프협회를 주축으로, 각종 대회에서 우승을 거머쥐며 부산진구체육회를 빛내고 있다. 일반적으로 게이트볼과 파크골프를 즐기는 주 연령층은 어르신들이 대부분이라고 많이들 알고 있지만, 성별과 연령별 제한 없이 남녀노소 모두가 즐길 수 있는 종목이기도 하다.

부산진구체육회는 이처럼 가족이 폭넓게 할 수 있는 운동 그리고 고령화시대에 맞춘 이색 프로그램 등을 개발해 이미 오래전부터 갖가지 사업을 실행해오고 있다. 그중, 매년 1,500여 명이 참가하는 ‘백양산 숲길 걷기대회’와 어르신 500여 명이 참가하는 ‘골드올동경연대회’를 개최하는 등 지역민의 화합과 단결을 이끌어내기도 했다. 이뿐만 아니라 부산진구체육회는 어린이대공원, 키드키드파크, 학생교육문화회관, 성지곡수원지, 부산시민공원, 송상현광장, 백양산, 황령산, 화지공원 등 천혜의 자연환경을 활용해 가족 모두의 건강을 증진시킬 수 있는 다채로운 프로그램을 이어오고 있다.

● **멈췄던 일상의 재개 그리고 다음을 위한 준비**

어디나 그러하듯 코로나19는 많은 것을 바꿔놓았다. 생활체육 또한 ‘비대면’이 중요한 키워드가 되면서 부산진구체육회는 어르신 체조와 홈트레이닝, 유아 율동, 배드민턴, 스태프박스 등 다양한 콘텐츠를 매달 3건씩 제작해 업로드하는 등 온라인 강의 영상을 틈틈이 제작하고 있다.

또한 거리두기와 마스크 착용 등 방역수칙을 철저히 준수하면서도 건강을 유지해갈 수 있도록 상당수 프로그램을 공원이나 광장, 숲속 등 야외 수업으로의 전향을 계획하고 있기도 하다. 이를 위해 체육시설 및 기구의 안전성을 확보하고, 자격을 갖춘 지도자를 배치하는 등 기반 작업도 진행 중이다.

연간 24,880명의 누적 수혜자를 통해 생활체육 저변 확대를 이어 온 부산진구체육회는 많은 제약 속에서도 신나는 주말체육학교(30개교 13종목) 운영과 학교 밖 민간체육시설(4개소 3종목), 지역스포츠클럽(1개소 3종목) 운영 등 다음 세대와 건강한 세상을 위해 또 다른 시도에 나서고 있다. 무엇보다 생활체육이 활성화될 수 있도록 종목의 다변화와 체육동호회의 활성화, 생활체육 프로그램의 확대 등을 펼칠 계획이다.



지도자 MINI INTERVIEW

이승엽 (태권도)

저는 태권도를 지도하다가 배드민턴으로 전향하여 지도하고 있습니다. 여러 대회를 참가 또는 개최했는데 그 과정에서 생활체육이 많이 발전했고 동호인들의 인식도 많이 바뀐 것을 느꼈습니다. 생활체육 종목 및 동호인 수도 꾸준히 증가하고 있으며 향후 부산진구만의 강세 종목을 위해 더 많이 공부하는 지도자가 되고자 합니다.

최란 (육상)

대학 시절, 체육회 지도자로 진출하는 선배들을 보고 발 빠르게 진로를 결정한 케이스입니다. 현재 보디빌딩 자격증을 보유, 일반인들을 대상으로 체계적인 근력 운동 프로그램을 구성하여 수업하고 있습니다. 근무하면서 가장 기억에 남는 일은 입사 이듬해 펼쳐진 씨름대회로 제가 출전해 2등을 했던 적이 있습니다. 새로운 종목의 시도라 재밌고, 보람찼는데 이러한 면을 지도할 때 적용하여 즐겁고 유익한 수업으로 찾아낼 수 있도록 노력하겠습니다.

이영미 (사격)

부산체육고등학교에서 사격 선수로 졸업하고 대학교에서는 사회체육을 전공하면서 일반인들에게 생활체육을 지도하고 싶다는 꿈을 키웠습니다. 현재는 어르신전담지도자로서 경로당 및 복지관을 방문하여 어르신들께 체육수업을 지도하고 있습니다. 즐거운 생활체육 시간을 항상 기다려주시고, 활기차고 열심히 함께 해주시는 어르신들을 볼 때면 체력 증진과 삶의 질을 높여드릴 수 있다는 것에 큰 보람과 자부심을 느끼고 있습니다.



**김호상 회장
MINI INTERVIEW**

민선 1기 회장으로서 저는 우리 주민들이 체육을 통해서 몸과 마음이 건강해지고 활기찬 경제 활동을 할 수 있도록 체육 환경을 조성하는 데 최선을 다하겠다는 각오를 가지고 있습니다. 하지만 회장 취임 이후 코로나19 사태가 장기화되고 있고, 특히 생활체육이 활성화되기 위해서는 주거지 가까이에 체육시설이 많아야 합니다만, 부산진구는 부산의 최고 도심지라는 지리적 여건상 새로운 체육 시설을 조성하기가 매우 어려운 현실에 부딪혀 있습니다.

그래서 저는 혹시라도 체육시설로 활용할 수 있는 부지가 나타나는지 눈을 부릅뜨고 살필 것이고 특히 범천동, 개금동, 가야동, 당감동의 도심 한복판에 산재해 있는 철도시설 부지가 이전될 시 일정 부분을 주민을 위한 체육 시설에 제공될 수 있도록 지역사회와 함께 노력하겠습니다.

개인적으로 저는 40년 째 부산진구에 거주하고 있고, 2013년부터 부산 32호 ‘아너소사이어티’ 회원으로도 활동하고 있는 만큼 지역을 향한 무한한 애정과 봉사 정신을 바탕으로 지역 주민들의 체육을 통한 복지 증진에 온 힘을 보태겠습니다.



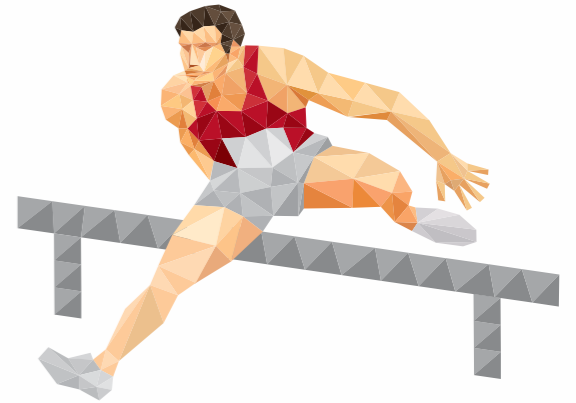
*본 촬영은 방역수칙을 준수하여 진행하였음.

코로나19 속 도쿄올림픽경기대회의 운명은?

코로나19의 유행으로 인해 체육계도 큰 어려움을 겪고 있다. 각종 경기와 대회는 줄줄이 취소됐고, 겨우 치러진 경기들마저도 무관중으로 차분하게 진행됐다. 2020년 개최되었어야 할 하계 올림픽경기대회 역시 코로나19로 1년 연기되었으며 지난 3월에서야 성화 봉송을 시작했다. 하지만 여전히 개최 찬반과 안전성 여부뿐만 아니라 우리나라에서는 도쿄올림픽경기대회 홈페이지의 독도 표기 문제까지 화두에 오르며 연일 논란이 계속되고 있다.



Tokyo Olympics



개최 결정부터 성화 봉송까지

일본 정부는 예정대로 도쿄올림픽경기대회를 개최하기로 결정을 내렸다. 지난 3월 25일 오전 9시 40분부터 성화 봉송을 시작했으며 첫 주자로는 2011년 여자 월드컵축구대회에서 우승한 일본 '나데시코 재팬'의 당시 선수 16명이 나섰다. 성화 봉송 주자로 1만여 명이 참여하며, 성화는 개회식이 열리는 7월 23일까지 121일간 후쿠시마현을 시작으로 도쿄까지 일본 전역을 돌게 된다. 일본 공영방송 NHK는 성화 봉송 기간 동안 매일 PC와 모바일로 해당 장면을 생중계할 예정이며 도쿄올림픽경기대회조직위원회는 코로나19 예방을 위해 현장 참여가 아닌 온라인 중계 시청을 당부했다. 이와 함께 일본 정부는 성화 봉송을 위해 수도권에 발령했던 코로나19 긴급사태를 두 달 만에 전격 해제하는 등 올림픽경기대회 추진에 박차를 가하고 있다.

또한 일본 정부와 도쿄올림픽경기대회조직위원회는 해외 관중을 수용하지 않고, 해외에 거주하는 도쿄 올림픽·패럴림픽경기대회 자원봉사자도 원칙적으로 수용하지 않기로 결정했다. 당초 일본 정부는 일반 해외 관중을 국내에 유입해 경제회복의 발판으로 삼으려는 계획을 가지고 있었으나 지난해 말 일본 내 코로나19 감염확산이 절정으로 치솟고 변이 바이러스까지 확인되었기 때문이다. 해외 관중의 유입 없이 도쿄올림픽경기대회를 치를 경우 약 2조 원의 수익 손실이 발생하지만 TV 중계권과 스폰서십 수입 등을 통해 일본 정부는 한화 약 5조 8,000억 원~6조 8,000억 원 안팎의 수익을 올릴 것으로 보인다.

지난 6월 6일 NHK 보도에 따르면 일본 내에서도 도쿄올림픽경기대회 교통·관광안내 자원봉사자 3,500명이 사퇴하는 등 자국의 각 분야 자원봉사자들의 사퇴가 이어지고 있다. 올림픽 경기장과 선수촌 등에서 활동하는 자원봉사자 8만 명 가운데 이미 1만 명이 사퇴했다. 사퇴 이유로는 해외 입국 관중이 없어 자원봉사 참가가 의의가 흐려졌다는 점과 개최 찬반 논란이 끊겼다. 이에 NHK는 "자원봉사자 사퇴에 따른 운영 차질은 없다"며 "코로나19 예방 대책을 설명하는 등 봉사자들의 불안 해소에 주력하고 있다"고 밝혔다.

안전한 도쿄올림픽경기대회를 사명으로

토마스 바흐 국제올림픽위원회(IOC) 위원장은 지난 5월 19일 열린 IOC와 도쿄올림픽경기대회조직위원회 간 온라인 조정위원회에서 “올림픽 선수촌과 경기장에 코로나19에 대응할 의료진을 파견하겠다는 뜻을 도쿄올림픽경기대회조직위원회에 전달했다”고 밝혔다. 바흐 위원장은 이날 연설을 통해 “선수촌에 머무는 전체 인원의 80% 이상이 백신 접종을 마친 사람들로 구성될 것”이라며 “올림픽 선수촌은 안전한 장소가 될 것이고, 도쿄올림픽·패럴림픽경기대회가 매우 안전하게 치러질 것이라는 점은 명확하다”고 강조했다. 또한 수많은 스포츠 행사들이 코로나19의 세계적인 유행에도 안전하게 열리고 있고, 도쿄올림픽 경기대회 테스트 이벤트에서도 큰 문제가 없었다며 도쿄올림픽경기대회의 정상개최를 내다봤다.

아울러 도쿄올림픽·패럴림픽경기대회 참가 해외 선수들은 지속적으로 코로나19 검사를 받게 될 예정이다. 일본 정부, 도쿄도, 도쿄올림픽경기대회조직위원회 등 2020 도쿄올림픽·패럴림픽경기대회 개최 관련 3자가 마련한 선수 검사 계획(안)에 따르면, 외국에서 들어오는 선수들은 1차로 자국 출국 전 72시간(3일) 이내의 검사를 통해 음성임을 증명해야 한다. 이어 일본에 입국하면서 검사를 받고 입국 검사에서 음성이 나오더라도 96시간(4일)~120시간(5일) 후에 재검사에 응해야 한다고 밝혔다. 일본 현지 적응을 위해 사전 캠프에 참가하는 선수들 역시 캠프가 설치된 곳에서 별도의 검사를 거쳐야 한다.

선수촌 입촌 때는 물론 시합에 나가기 전에도 코로나19 검사는 계속될 예정이다. 특히 선수촌에서 생활하는 선수들은 체류기간 내내 건강상태 모니터링과 정기검사의 대상이 된다. 만에 하나 검사에서 무증상 양성으로 나올 경우에는 곧바로 오진 가능성 여부 등을 확인하기 위해 재검사를 실시한다. 일본 정부 및 도쿄올림픽경기대회 개최 3자는 선수들을 상대로 한 검체 채취 방법과 검사 빈도 등을 국제올림픽경기대회위원회 및 각 종목단체 등과 협의해 결정할 방침이다.



여전한 논란 속의 도쿄올림픽경기대회

이러한 발표들이 이어짐에도 도쿄올림픽경기대회에 대한 논란은 쉽게 잦아들지 않고 있다. 일본은 지난 5월 말, 기준 하루 신규 확진자 수가 4,000명대까지 늘어났으며 감염 확산을 막기 위해 3번째 긴급사태를 발효했다. 이에 미국 국무부는 지난 5월 24일(현지시간) 일본에 대해 기존 여행경보 3단계인 ‘여행재고’에서 4단계인 ‘여행금지’ 권고를 발령했다고 홈페이지에 공지했다. 미국민에 대한 미국무부의 여행경보는 총 4단계로 나뉘는데, 1단계 일반적 사전주의, 2단계 강화된 주의, 3단계 여행재고, 4단계 여행금지 순이다. 미국 정부가 올림픽경기대회 개최를 앞두고 일본에 대한 여행금지를 권고한 것은 일본의 코로나19 대유행 상황이 개선되고 있지 않다는 판단에 따른 것으로 보인다.

일본의 교도통신은 미국 질병통제예방센터(CDC)가 “백신 접종을 완료한 여행자라도 변이 바이러스에 감염되고 확산할 위험이 있을지도 모른다. 일본으로의 모든 여행을 피해야 한다”고 경고한 데 주목했다. 또한 NHK는 미국의 블룸버그통신이 “올림픽경기대회 개최를 위해 일본 국민이나 국제사회를 납득시키려고 애를 쓰고 있는 나라에 새로운 타격”이라고 보도했다고 소개하는 등 미국 정부의 이번 결정이 미칠 영향을 주시하는 분위기다. 도쿄스포츠 역시 미국의 일본 여행 금지 권고에 대해 “미국 선수단의 도쿄올림픽경기대회 불참으로 이어질 가능성이 있다”며 “스포츠 대국인 미국 선수단이 도쿄올림픽경기대회에 참가할 수 없게 되며 동조하는 타국 선수단이 이를 따르는 사례도 예상된다”고 보도했다.

하시모토 세이코 도쿄올림픽경기대회조직위원장은 “안전에 최우선 순위를 둘 것”이라는 약속을 하고 있지만 긴급사태 해제 이후 코로나19가 다시 급증할 조짐을 보이고 있어 많은 이들이 불안함을 감추지 못하는 중이다. 일본에서도 도쿄올림픽경기대회를 연기 또는 취소해야 한다는 논의가 지속적으로 나타나고 있는 가운데 도쿄올림픽경기대회에 대한 전 세계인의 이목이 집중되고 있다.

출처: • 대한체육회 스포츠원 2020년 12월호 Sports Hot Issue
• 대한체육회 스포츠원 2021년 3월호 생생 스포츠 이슈체크
• 부산일보 장혜진 부산닷컴 기자, 2021.05.19. 기사 <IOC “도쿄올림픽에 의료진 파견... 안전한 올림픽 될 것”>
• 서울신문 신진호 기자, 2021.05.25. 기사 <“미국, 도쿄올림픽경기대회 불참?”... ‘여행금지’ 권고에 걱정커지는 일본>

예의와 배려의 스포츠, 테니스

테니스는 네트(Net)를 사이에 두고 라켓(Racket)으로 공을 주고받는 스포츠로, 축구나 농구 등과 달리 단 두 사람만 있어도 즐길 수 있다. 공 하나에 집중해 다양한 동작으로 플레이를 하기 때문에 전신운동이 되며, 잡념을 없애주는 데에도 도움이 된다. 테니스의 매력 속으로 들어가 보자.

Tennis



마주보고, 주고받는 스포츠

서로 마주보고 경기를 하는 테니스는 상대방에 대한 배려와 예의를 중요시한다. 레크리에이션 테니스(동호인 테니스)에서는 경기 시작 전 공을 칠 때도 가벼운 목례를 하는 것이 예의이며, 경기 시작 전-후로는 네트 앞에서 인사를 한다. 경기 중에 공을 건넬 때도 상대방이 원바운드(One bound)로 잡을 수 있도록 주는 것이 좋다.

경기를 관람하는 관중들이 지켜야 할 매너도 있다. 경기 중에는 작은 소리에도 선수들의 신경이 날카로워질 수 있으므로 정숙을 유지하고, 휴대폰은 잠시 꺼 두거나 진동으로 한다.

테니스 경기 방식



테니스 경기는 '점수(Point)→게임(Game)→세트(Set)'로 구성된다. 한 경기는 보통 3세트(3전 2선승제)이지만 4대 그랜드슬램(Grand Slam) 남자 경기는 5세트(5전 3선승제)이다.

한 게임은 4점을 먼저 얻으면 승리하고, 한 세트는 6게임을 먼저 이겨야 승리한다. 하지만 3대 3일 경우(40-40) 듀스(Deuce)가 되어 연속해서 2점을 먼저 얻어야 그 게임에 승리하고, 게임이 5대 5이면 게임 듀스가 되어 7대 5로 이겨야 세트의 승자가 된다. 만약 게임이 6대 6이 되면 타이브레이크(Tie break)에 따라 승자를 결정한다.

4대 그랜드슬램에서 마지막 세트에 타이브레이크를 도입한 것은 호주오픈(Australian Open), US오픈(US Open Championships), 윌블던(The Championships, Wimbledon)이다. US오픈은 지난 1970년에 그랜드슬램 최초로 마지막 세트에 타이브레이크를 적용했다. 특이한 점은 US오픈과 호주오픈의 경우 마지막 세트 게임 스코어(Score)가 6대 6이 되어 승부를 내지 못할 경우 타이브레이크가 적용되지만 윌블던은 게임 스코어 12대 12에서 타이브레이크가 시작된다. 4대 그랜드슬램 가운데 마지막 5세트(여자의 경우 3세트) 타이브레이크를 적용하지 않는 것은 프랑스오픈(France Open)뿐이다.



게임
Game

0점을 러브(Love, 0), 1점을 피프틴(Fifteen, 15), 2점을 써티(Thirty, 30), 3점을 포티(Forty, 40)라고 하며 4점을 먼저 얻는 쪽이 이긴다. 3 대 3은 포티 올 또는 듀스가 되며, 듀스 다음에 1점을 득점하면 어드밴티지(Advantage)라 부른다. 어드밴티지에서 다시 같은 선수가 연속으로 1점을 더 얻으면 그 게임의 승자가 되고, 반대의 경우 다시 듀스가 된다. 만약 3 대 3으로 듀스가 되었을 때 상대방보다 먼저 2점을 얻으면 게임이라고 부른다.



세트
Set

6게임을 이기는 쪽이 승리한다. 게임이 5 대 5가 되면 먼저 7게임을 이기는 쪽이 세트의 승자가 되며, 다시 6 대 6이 되면 타이브레이크로 세트의 승자를 가린다. 그랜드슬램에서 프랑스 오픈만 마지막 세트에서 듀스 규칙을 적용해 한 선수가 2게임을 연속으로 먼저 이길 때까지 경기를 계속 진행한다. Wimbledon의 경우는 5세트 게임 스코어 12 대 12에서 타이브레이크를 적용해 경기 승자를 결정한다.



타이브레이크 게임
Tie break

타이브레이크 게임에서는 '0', '1', '2', '3'과 같이 스코어를 센다. 상대에 두 점 이상 차이로 먼저 일곱 점을 내서 이기는 선수 혹은 팀이 그 게임과 세트를 이기게 된다. 필요하다면 타이브레이크 게임은 두 점 차이가 날 때까지 듀스를 계속한다.

타이브레이크 게임 첫 점의 서브는 게임스코어 6 대 6 이후 서브 차례의 선수가 넣는다. 그 다음 두 번의 서브는 상대 선수가 넣는다(복식에서는 다음 서브를 넣는 선수). 이후에는 각 선수와 팀이 타이브레이크 게임이 끝날 때까지 두 점씩 번갈아 가면서 순서대로 서브를 넣어야 한다. 타이브레이크 게임에서 첫 번째 서브를 한 선수와 팀이 그 다음 세트의 첫 번째 게임에서는 리시버(Receiver)가 된다.

복장

볼과 코트의 종류



테니스복은 다른 종목에 비해 디자인이 다양하지만 엄격한 복장 규정이 있다. 남자는 가능하면 깃이 달린 셔츠에 짧은 하의, 여자는 원피스 또는 셔츠에 짧은 하의를 입는다. 색깔에는 별다른 규정이 없지만 전통적으로 Wimbledon에서는 흰색의 상·하의를 입는다. 또한 테니스장에서는 코트(Court) 바닥에 손상을 줄 수 있기 때문에 반드시 테니스화를 신어야 한다. 테니스화는 코트 종류(하드, 클레이, 잔디)마다 마찰 계수를 비롯한 여건이 조금씩 다르기 때문에 코트에 따라 착용하는 것이 좋다.

테니스볼

Tennis Ball

대한테니스협회 승인 경기에서 사용하는 볼은 규격에 맞는 것이어야 한다. 국내 주요 대회는 모든 국제 단위의 표준을 적용하여 측정된 볼이 사용되며, 볼 타입 1(고속), 볼 타입 2(중속), 볼 타입 3(저속) 등이 표면에 맞게 사용된다. 볼의 무게는 56.0~59.4g, 크기는 6.54~6.86cm이며 볼 색깔은 노란색이다.

코트

Court

국제 대회에서 사용되는 코트의 종류는 크게 세 가지이다. 호주오픈과 US오픈이 하드 코트(Hard court, 아크릴이나 아스팔트와 같이 견고한 재질로 된 테니스장), 프랑스오픈이 클레이 코트(Clay court, 흙으로 된 테니스장), Wimbledon이 잔디 코트(Grass court)에서 열린다. 투어의 연간 스케줄표에 표기되어 있는 H는 하드 코트, CL은 클레이 코트, G는 잔디 코트의 약어이다. 또한 큰 국제대회에서는 사용되지 않지만 옴니 코트(Omni Court, 인조 잔디 테니스장)가 있다.

코트 금기 사항

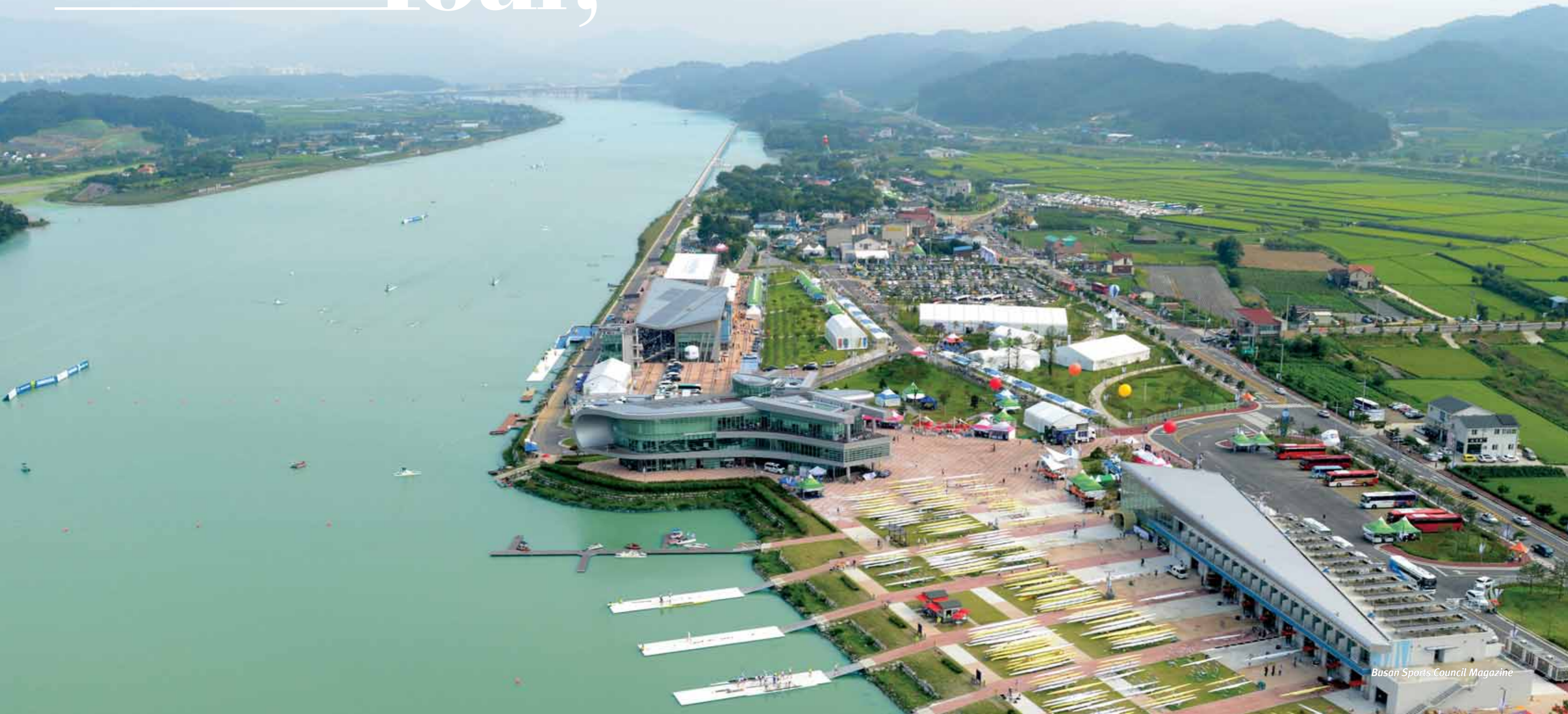
- 1 엔드 체인지(End change, 코트를 서로 바꾸는 것. 체인지 엔드와 동일)를 할 때는 네트를 넘어 가지 않는다.
- 2 다른 선수가 플레이를 하고 있을 때는 엔드 체인지가 끝날 때까지 경기장 옆이나 뒤를 지나가지 않는다.
- 3 코트에 라켓을 던지는 행동은 절대 하지 않는다.
- 4 심판을 정하고 경기를 할 경우 심판의 판정을 믿고 따라야 한다.
- 5 클레이 코트의 경우 볼 마크(Ball mark, 볼에 의해 파인 흔적)를 정확하게 지적하면서 판정에 이의를 제기할 수 있지만, 이의를 제기한 후 심판의 판정은 절대적으로 받아들여야 한다.
- 6 하드 코트에서는 심판에게 확인을 요청할 수 없다.

출처: 대한테니스협회, 테니스 전문신문 테니스피플

남한강 물길 따라
레포츠와 휴양을 동시에!

충청북도 충주 Tour,

대한민국 국토의 중심에 위치한 도시로 남한강 물길 따라 수많은 이야기를 품은 충주!
역사와 문화가 살아 숨 쉬는 도시답게 수려한 풍경과 이야기를 품은 곳이 많아 올 여름, 충주를 추천하는 이유는 차고 넘친다.
특히나 충주는 국제조정경기장이 있는 도시만큼 일반인을 위한 조정 체험과 각종 수상 레포츠 체험도 가능해
레포츠와 휴양을 동시에 즐길 수 있다.





POINT

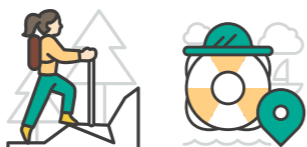
● **충주의 대표적인 조정 체험장** ●

충주 체험관광센터, 충주조정체험아카데미
 : 충청북도 충주시 중앙탑면 중앙탑길 150 마리나센터 1층
 탄금호 국제조정경기장
 : 충청북도 충주시 중앙탑면 중앙탑길 150

산길 따라 역사 따라, 이야기를 품은 곳

충주는 육로와 수로의 요충지에 위치한 까닭에 산과 호수의 도시로 유명하다. 특히 제천, 단양, 문경을 포함한 4개의 시·군과 걸쳐져 있는 월악산은 150여 개의 기암 단애가 비경을 이루고 있는 곳으로 준험한 산세가 특징이다. 이곳에는 문헌이 기록한 최초의 고갯길인 하늘재가 있는데 <삼국유사>에 따르면, 신라 8대 아달라왕(이사금) 3년인 156년에 개설했다고 기록되어 있다. 2008년 12월 26일 명승 49호로 지정(문화재청)된 이 길은 충청북도와 경상북도의 경계를 이루는 곳이기도 하다. 1,800여 년 전부터 이어진 고갯길을 걷다보면 마치 시간을 거슬러 오르는 듯한 오묘함도 느낄 수 있을 것이다.

또한 충주에는 휴양림도 다양해 산속에서 머무르기에 그만이다. 1997년 개장한 계명산자연휴양림(1997년)과 봉황자연휴양림(1996년), 문성자연휴양림(2008년) 등 3곳의 자연휴양림이 바로 그곳이다. 이 중에서도 시내와 가까워 접근성이 높은 계명산자연휴양림은 산림치유 프로그램을 운영해 힐링 명소로 손꼽히는가 하면, 오토캠핑이 가능한 문성자연휴양림은 모노레일과 목공 체험을 특화한 행복숲체험 등이 운영돼 보다 다채롭게 즐길 수 있는 것이 특징이다.



굽이굽이 절경을 담은 '물의 도시'

내륙의 바다로 불리는 충주호와 곳곳의 온천은 물의 도시 충주를 대표하는 수상 관광자원이다. 충주의 풍경을 바꾼 거대한 인공 호수, 충주호! 이곳을 즐기는 대표적인 방법은 3가지다. 충주댐 물문화관과 전망대, 댐 정상길 등 돌아보기, 충주호 호반길과 충주호 옆산길을 천천히 드라이브하기, 유람선을 타고 물과 가장 가까운 곳에서 경치 즐기기다. 그중에서도 물문화관은 물길을 막고 물을 다스리는 치수(治水)의 역사를 다루고 있으므로, 한 번쯤 둘러볼 적이다.

그런가 하면, 충주에는 우리나라 최초의 자연 용출 온천수를 자랑하는 수안보온천을 비롯해 국내 유일의 대단위 탄산수온천타운인 양성탄산온천, 유황 성분이 함유된 문강유황온천 등 각각의 효능을 갖춘 삼색온천도 위치하고 있다. 특히 3만 년 전부터 솟아오른 수안보는 태초 이성계가 피부병을 치료하려고 찾았다는 내용이 있는 <조선왕조실록>이나, 숙종이 휴양과 요양을 위해 찾았다는 <청풍향교지>의 기록 등에서도 그 명성을 확인할 수 있다.

충주에서 '한 배를 탄 운명'이 되어보다

충주는 조정의 메카로도 잘 알려져 있다. 그 기반이 되고 있는 충주호와 탄금호 호반에는 일반인을 위한 조정 체험장과 수상 레포츠 체험장이 함께 자리하고 있으며, 안전교육과 전반적인 이론 교육 후 카약과 동동바이크, 드래곤보트, 딩기요트 등의 수상 레저 체험*을 즐길 수 있다.

(*코로나19 상황에 따라 운영이 유동적일 수 있으므로 사전 확인 필요)

탄금호 국제조정경기장은 충주댐과 조정지댐에 의해 형성된 호수인 탄금호에 위치해 유속이 없고 바람이 적어 조정경기에 최적격지로 유명하다. 2013년 세계조정선수권대회 경기장으로도 사용된 탄금호 국제조정경기장은 보트하우스와 선수관리동, 경기기록동, 관람석(1,100석), 중계도로 등 최고의 시설 인프라를 갖추고 있다.

이곳은 생활체육대회에 출전하는 조정동호인들뿐만 아니라 일반 체험과 기업연수 등 다양한 프로그램을 운영하고 있다. 모든 체험은 실내→수상→주변 정리 순으로 이뤄지며, 가장 먼저 조정체험 전 안전교육과 수상 체험 시 필요한 기본 동작을 배운다. 이후 조정에 대한 기본적인 감각을 유지할 수 있는 로잉머신으로 준비 운동을 마치면, 4명이 한 조가 되어 본격적인 조정 수상 체험에 나설 수 있다.

그간 일반인들에게 있어 조정은 다소 낯선 종목 중 하나였으나, 2011년 MBC 무한도전에서 특집으로 다루면서 대중적인 인지도가 높아졌다. 언뜻 보기에는 물 위에서 유유히 나아가는 것처럼 보이지만, 목표를 향한 치열한 노 젓기와 지구력은 가히 '물위의 마라톤'으로 불릴 만하다. 실제로 정식 코스인 2km를 전력으로 노를 저어가는 선수는 한번 레이스로 1.5kg 정도의 체중이 줄어들 정도라고 한다. 선체 위에 오른 모두가 한마음 한뜻을 펼쳐야 하는 조정! 올 여름, 이곳 충주에서 조정 체험으로 체력도 다지고, 함께한 이들과의 결속력을 다져보는 건 어떨까.

자료, 사진 출처 : 충주시청 관광과, 충주조정체험아카데미



여름철 기생충을 알면, 식중독으로부터는 안전하게!

무더운 여름이 되면 평균 기온이 올라가면서 모기를 비롯한 기생충이 기승을 부리고, 식중독 비상이 걸린다. 여름철 건강 관리를 위해 빼놓을 수 없는 기생충과 식중독에 대해 알아보고, 현명하게 대처해보자.

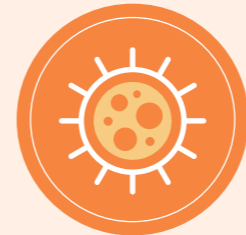


Food Poisoning

Pollution

자연과

기생충의 관계



기생충의 대명사 회충

자연 그대로를 잘 보존하는 아프리카, 아시아, 남미 등지에서는 온갖 열대병들이 기승을 부리지만 공해가 심한 곳일수록 기생충은 큰 문제가 되지 않는다. 문명이 발달하면서 공해 물질이 주변을 오염시켜 오염도에 따라 큰 타격을 받는 기생충에 영향을 주기 때문이다. 하지만 각종 중금속에 의한 중독증, 알레르기 질환, 암 등이 발생할 수 있으며 기생충보다 심각한 장애가 유발될 수 있다.

물론 선진국에서도 특정 기생충병이 유행하고 있지만 잘 알려져 있지는 않다. 한 가지 예로 장내 선충류인 선모충으로 인한 감염증은 전 세계에 널리 퍼져 있고, 북극지방에서까지 발병 사례가 나타나고 있다. 감염되면 처음에는 구토, 복통, 설사 등 식중독과 같은 증상이 나타나다가, 이후에는 무증상으로 충체(성충)가 장 점막에 머리를 묻고 살면서 문제를 일으킨다. 유충들이 장벽을 뚫고 근육으로 침범하여 근육세포 내에 주머니를 만들며, 주머니 속에 들어가 근육염과 통증, 운동장애, 호흡장애(횡경막 침범) 등을 일으킨다.

약 20년 동안(1950년대 초부터 1960년대 말) 학자들이 조사하여 보고한 남한의 기생충, 특히 장내 연충류 감염률은 90~100% 정도였다. 주요 기생충은 회충, 편충, 구충, 동양모양선충 등이었는데 인구 100명 중 90명 이상이 한 가지 이상의 기생충에 감염된 것이다. 그중에서도 가장 높은 감염률을 나타낸 것은 회충(60~70%)으로 소화불량, 영양실조, 발육부전, 외과적 문제(수술이 필요한 상황) 등의 원인이 된다. 하지만 2012년 남한 국민의 회충 감염률은 국민 보건 상 거의 문제가 없는 0.03%까지 수치가 떨어졌다. 기생충의 왕국이라는 오명에서 벗어난 극히 낮은 수치라고 할 수 있다.



여름밤의 불청객,

모기



여름철만 되면 잠을 설치게 하는 모기는 사람의 피를 빠는 습성도 있지만, 인체에 중요한 몇 가지 기생충(말라리아, 사상충)이나 바이러스(뇌염, 황열, 뎅기열)를 전파하는 매개체이기도 하다.

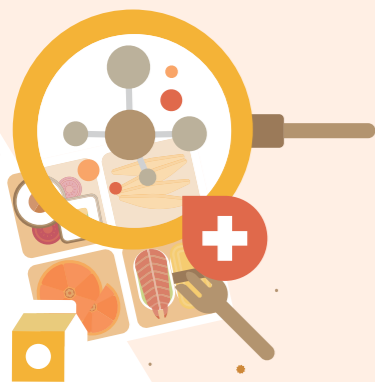
모기는 알→유충→번데기→성충의 과정을 거쳐 완전체가 되는데, 장구벌레라고 불리는 번데기 시기까지는 물속에 있다가 성충이 되면 공기 중에서 생활한다. 일반적으로는 사람의 피보다 돼지나 소 등 동물의 피를 좋아하는 '동물혈 기호성'을 보이지만, 드물게 사람의 피를 선호하는 '인혈 기호성'인 경우도 있다. 하지만 상황에 따라 사람이 근처에 있으면 사람의 피를, 동물이 가까이 있으면 동물의 피를 빨며 적응을 잘하는 개체들이 있어 구분이 명확하지 않다.

모기는 대부분 저녁 무렵부터 사람이나 동물을 물기 시작해 한밤중에 가장 요란하게 활동하며, 새벽녘까지 활동을 멈추지 않는다. 지구상의 모기는 약 2,500종, 국내에는 약 52종류가 분포하는 것으로 알려져 있다.

식중독이란?

세계보건기구의 정의에 의하면 식중독은 식품 또는 물의 섭취로 발생하는 감염성 또는 독소형 질환이다. 식품의 섭취와 관련해 인체에 유해한 미생물 또는 미생물이 만들어내는 독소로 나타나며, 의학적으로는 위장염이나 장염을 포함한 개념이다.

장염과 위장염은 세균, 바이러스, 기생충과 같은 다양한 병원체(病原體, 병의 원인이 되는 것)에 의해 발생하며 위나 소장, 대장 등과 같은 소화 기관에 염증을 일으킨다. 증상으로는 복통, 설사, 구토, 발열 등이 있으며 개인 간의 면역력, 영양 상태, 노출된 균의 양에 따라 다르게 나타난다.



“
무엇보다
식중독을 예방하기 위해서는
손 씻기, 물과 음식을
제대로 끓여먹는 것이 중요하다.
”



식중독의 종류

식중독은 병원체의 독성, 흡수된 병원체의 양, 병원체가 분비한 독소, 인체의 면역 정도에 따라 다양한 증상으로 나타난다. 2018년 질병관리본부의 통계를 살펴보면 식중독의 원인으로 국내에서는 캄필로박터균, 클로스트리듐 퍼프린젠스, 살모넬라균이 가장 흔하며 이외에 대장균, 황색포도알균, 장염비브리오균, 에르시니아 엔테로콜리티카, 바실루스 세레우스균, 리스테리아 모노사이토제네스 등의 순으로 나타나고 있다.

이 세균은 대부분 음식물, 특히 돼지고기나 닭고기, 소고기 등과 같은 가금류나 해산물의 불안정한 조리과 보관, 오염된 물에 의해 발생하기 때문에 날씨가 더워지면 증가하게 된다. 캄필로박터균은 국내에서도 가장 흔한 세균성 장염의 원인균으로 1~7일의 잠복기를 가지는데, 음식물 섭취 후 평균 3일 후에 증상이 나타난다. 황색포도알균은 음식물 섭취 후 1~6시간 후에 나타나며, 대장균은 3~7일의 잠복기를 가진다.

식중독의

치료와 예방

식중독을 치료하기 위해서는 탈수와 전해질의 소실을 바로잡아야 한다. 단순히 설탕이 포함된 음료수와 주스는 설사를 악화시키고, 가스로 복통을 악화시키므로 피하는 것이 좋다. 소화, 흡수를 방해하는 지방이 많이 포함된 음식도 마찬가지로 피한다. 대신 물 1L에 설탕 6티스푼, 소금 1/2티스푼을 넣어 탈수용 음료를 만들어 마시는 것을 추천한다. 소아의 경우에는 체내 수분 함유량이 상대적으로 많으므로 탈수가 심할 경우 병원을 찾아야 한다.

하지만 무엇보다 식중독을 예방하기 위해서는 손 씻기, 물과 음식을 제대로 끓여먹는 것이 중요하다. 음식을 먹거나 조리하기 전 흐르는 물에 비누로 30초 이상 손 씻기를 생활화하고, 음식을 조리할 때는 중심부까지 완전히 익혀 먹어야 한다. 장시간 실온이나 자동차에 보관한 음식은 피하고, 따뜻한 음식과 차가운 식품은 따로 담는다. 조리 도구를 구분해 사용하는 것도 좋은 방법이다.

출처 : 한국건강관리협회 <건강소식> 2016년 5월호 서울대학교의대 기생충학교실 채종일 교수
한국건강관리협회 <건강소식> 2016년 6월호 서울대학교의대 기생충학교실 채종일 교수
한국건강관리협회 <건강소식> 2019년 6월호 가천대학교길병원 소아청소년과 류일 교수



능력주의는 모두에게 같은 기회를 제공하는가?

「공정하다는 착각」



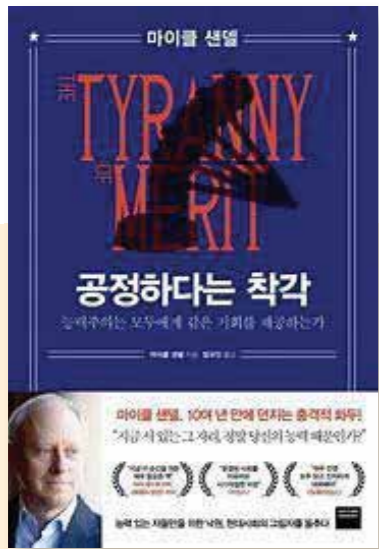
‘공정’이 화두다. 언론 미디어를 통해 부유층과 빈곤층, 청년과 장년, 정치인의 입을 통해 끊임없이 쏟아져 나온다. 기업은 정규직·비정규직 논란에서 비롯된 ‘공정 채용’ 문제로 혼란에 빠져 있고 정치권에선 ‘공정 경제3법’과 ‘재난지원금’ 등에 대한 각기 다른 해석으로 떠들썩하다. 이렇듯 ‘공정’이라는 하나의 화두를 두고 각계각층이 충돌하는 상황에서 하버드대학교 마이클 샌델 교수는 <돈으로 살 수 없는 것들> 이후 8년 만에 쓴 신간 <공정하다는 착각>을 출간했다. 샌델은 이 책을 통해 너무나도 당연히 생각해온 “개인의 능력을 우선시하고 보상해주는 능력주의 이상이 근본적으로 크게 잘못돼 있다”고 주장한다. 이런 능력주의가 제대로 공정하게 작동하고 있는지 ‘공정함=정의’란 공식은 정말 맞는 것인지 진지하게 되짚어본다.

성공과 실패를 대하는 태도, 현대사회에서 부작용 가져와

시간이 갈수록 계층이동은 어려워지고 불평등은 더욱 확고해지고 있다. 개 개인의 능력을 불가침 가치로 둔 채 공정을 추구하지만, 상황이 더욱 악화하는 이유는 무엇인가? 샌델은 능력주의하에서 굳어진 ‘성공과 실패에 대한 태도’가 현대사회에 커다란 부작용을 낳고 있다고 말한다. 그는 승자들 사이에서 능력주의가 만들어내는 오만과, 뒤처진 사람들에게 부과되는 가혹한 잣대를 적나라하게 보여주고 있다. 다음은 샌델이 책에서 제시한 ‘귀족주의 사회’와 ‘능력주의 사회’의 예시를 간략히 정리한 것으로 문제의 본질이 압축돼 있다.

두 나라가 있다고 해보자. 둘 다 재산과 소득에서 ‘매우’ 불평등하다(불평등의 정도는 두 나라가 같다). 한 사회는 귀족정이며 소득과 재산은 어떤 집에서 태어나느냐에 달려 있고 고스란히 대물림된다. 다른 한 사회는 능력주의 사회다. 재산과 소득의 불평등은 세습 특권에 따른 것이 아니고, 각자가 노력과 재능에 따라 얻은 결과물이다. 당연히 후자가 더 정의롭게 보인다.

그렇다면 자신이 ‘부잣집에서 태어날지 가난한 집에서 태어날지 모르는 상태’에서 당신은 둘 중 어떤 사회에 태어나고 싶은가? 내가 부자일 경우 자손에게 물려줄 수 있는 귀족제 사회가 정답일 것이다. 내가 가난하다면 노력으



저자 마이클 샌델
출판사 와이즈베리

Composition of Books

서론	대학입시와 능력주의
Chapter 1.	승자와 패자
Chapter 2.	‘선량하니까 위대하다’ 능력주의 도덕의 짧은 역사
Chapter 3.	사회적 상승을 어떻게 말로 포장하는가
Chapter 4.	최후의 면책적 편견, 학력주의
Chapter 5.	성공의 윤리
Chapter 6.	‘인재 선별기’로서의 대학
Chapter 7.	일의 존엄성
결론	능력, 그리고 공동선



로 사회적 상승의 기회를 얻는 사회를 선호할 것이다. 그런데 두 경우 모두 정반대로 생각할 점이 있다. 귀족제 사회의 부자는 자신의 특권이 ‘성취가 아닌 행운’임을 인식할 것이며 빈자는 자신의 불행이 ‘내 탓이 아닌 불운’이라 생각할 것이다. 삶이 고달프긴 해도 ‘이렇게 태어난 운’이 문제인 거지, 스스로를 탓하며 자괴감에 빠질 필요는 없다. 반대로 능력주의 사회에서 부자는 자신의 성공이 ‘행운이 아닌 성취’임을 인식해 당연히 자랑스러워할 것이며, 빈자는 부족한 자신의 능력과 노력을 저주하면서 깊은 좌절에 빠질 것이다. 자, 이런 상황에서 어느 사회를 택할 것인가? 당신은 어느 사회가 ‘더 낫다(또는 정의롭다)’고 확신할 수 있는가?

승자에게 오만을 패자에게 굴욕을 주는 능력주의의 민낯

샌델은 해결책도 모색한다. ‘하면 된다’는 공통의 신념이 무자비하게 흔들리는 지금의 상황을 근본적으로 타개할 방법이 무엇인지 고민한다. 기본적으로는 ‘운’이 주는 능력 이상의 과실을 인정하고 겸손한 마음으로 연대하며 일 자체의 존엄성을 더 가치 있게 바라보아야 한다고 주장한다. 이러한 주장과 함께 샌델은 몇 가지 대안을 내놓는데, 특히 교육 영역에서 다음과 같은 구체적인 제안은 충격적이면서도 그 발상이 매우 기발하다.

“4만 명의 지원자들 가운데 하버드대학교나 스탠퍼드대학교에 다니기 힘들어 보이는 일부, 동료 학생들과 잘 해나갈 수 없을 것 같은 일부만 속아낸다. 그러면 아마 3만 명 또는 2만 5,000명이나 2만 명의 지원자가 남으며 이들은 누가 합격하더라도 충분히 잘해나갈 수 있을 것이다. 그러면 그들을 두고 극도로 어렵고 불확실한 선별 작업을 다시 할 것이 아니라 예비 뽑기로 최종 합격자를 정한다. 달리 말해 그들의 지원 서류를 집어던지고 아무나 2,000명을 골라잡는 것이다.

이 대안은 능력주의를 완전히 부정하지 않는다. 능력을 극대화해야 할 이상으로 보지 않고 일정 관문을 넘을 수 있는 조건으로 본다. 이 대안이 의미 있는 이유는 무엇보다도 현실적 타당성이 있어서다. 가장 현명한 입학사정관이나 아무리 심혈을 기울여 따져본다고 해도 18세 청소년 가운데 어느 쪽이 더 훌륭한 경력을 쌓았는지 판별하기 어렵다. 우리가 재능을 높이 평가한다고 해도 대학입시의 맥락에서 재능이란 모호하고 둔한 개념이 된다. 아마 수학 신동을 가려내기란 쉬울 것이다. 그러나 재능의 일반적 평가는 더 복잡하고 예측하기 어려운 과제다.”

운수(運數)로 결정되는 삶의 어떤 영역을 인정할 것

마이클 샌델은 이렇게 파격적인 제안을 하면서 한 발 더 나아간다. 이에 대한 반론(학업능력 저하, 다양성 확보, 동문 우대 및 기부금 입학, 대학 명예 실추 등)을 예상하고 나름의 대답까지 준비했다. 독자들은 너무나도 당연히 생각했던 사안들이 예상치 못한 방향으로 훌훌 털어져 나가는 민지 못할 논리적 경험을 하게 된다.

교육뿐만이 아니다. 샌델은 직업과 현실적 삶에 대한 대안도 제시한다. 그는 사회적 기여 측면에서 비교조차 할 수 없는 카지노 왕과 고등학교 교사 사이의 소득(보상) 격차 등을 예로 들며 “일의 존엄에 대해 다시 생각하고 논쟁하자”라고 주장한다. 또한 삶의 어떤 영역은 운수(運數)가 좌우할 수 있다”는 걸 인정하면서 능력의 오만을 혼내주자고 제안한다. 장점으로 가득해 보였던 능력주의의 오류를 짚어내면서 독자들은 어떻게 생각하고 해결할지 묻는 <공정하다는 착각>, 여러분에게 일독을 권한다.

*본 페이지는 부산의 체육 관련학과·대학원의 교육을 시민 및 체육인들에게 안내하기 위한 목적으로 제작되었음.

한국해양스포츠 미래를 선도하다

한국해양대학교 해양과학기술융합대학 해양스포츠과학과

한국해양대학교 해양스포츠과학과는 발전 단계에 있는 국내 해양레저스포츠산업의 지속적인 성장과 확대를 선도할 수 있는 다재다능한 해양레저스포츠 전문가 양성을 목표로, 다양한 교육 및 연구 프로젝트를 수행하고 있다.



국내 해양레저스포츠 활성화와 국가 발전에 이바지

한국해양대학교 해양스포츠과학과는 유능한 해양레저스포츠 교육 전문가 양성을 위해 해양레저스포츠에 대한 이론과 실기 교육을 병행하고 있다. 먼저 해양레저스포츠에 대한 생리학, 영양학, 심리학 그리고 사회학적 이론 교육을 실시하고 있으며 요트, 윈드서핑, 조정, 카누, 수영, 스쿠버 다이빙, 수상스키 등 다양한 해양레저스포츠 실기 종목을 해양 실습장에서 전공 교수들이 직접 교육하고 있다. 이렇게 다양한 해양레저스포츠에 대한 이론 및 실습 교육은 전공 학생들에게 스킨스쿠버 강사, 수상안전지도 강사, 각종 생활체육지도자 및 경기지도자 자격을 습득할 수 있는 기회를 효과적으로 제공하기 위함이다. 또한 해양스포츠과학과는 전공 학생들에게 국내외 해양레저스포츠 산업체와 연계하여 인턴십, 현장 체험, 산업체 겸임교원제 등 현장 중심적 교육 프로그램도 운영하고 있다.

그러나 하면 해양레저스포츠를 통해 대학, 지자체 그리고 국가의 발전에 기여할 수 있는 인재를 육성하고 있다. 특히 요트, 카누, 조정 등의 전문 해양스포츠 종목의 육성을 통해 대학의 해양 이미지를 제고하고 있으며, 올림픽경기대회와 아시아경기대회 출전과 성과를 통해 대학 홍보에 긍정적 효과를 창출하고 있다. 또한 요트연구회, 윈드서핑연구회, 스킨스쿠버연구회 등 학과 내 해양레저스포츠 종목별 심층연구회를 조직하여 전공 학생들의 실기 능력 심화와 현장 적용 능력을 효과적으로 향상시키고 있다.

차별화된 교육 프로그램 제공으로 해양레저스포츠산업 선도

해양스포츠과학과는 중앙정부와 지방자치단체가 관심을 갖고 추진하고 있는 해양레저스포츠 관광산업의 개발, 운영 그리고 마케팅 능력을 갖춘 인재 양성을 위해 교육과정을 관련 분야로 특화시키고 있다. 이를 위해 교수들의 연구 및 개발 프로젝트 결과를 교수학습과정에 적용하여 해양레저스포츠산업 교육의 수월성을 제고하고 있다.

그리고 현재 해양레저스포츠산업 개발에 막대한 관심과 투자를 기울이고 있는 부산광역시, 경상남도, 경기도 등 각급 지방자치단체의 해양레저스포츠산업 개발에 대한 연구 프로젝트 추진을 통해 전공 학생들에게 해양레저스포츠산업 개발에 대한 전략적 마인드를 고취시키고 있다.

글로벌 해양레저스포츠 전문가 양성을 위해 다양한 학술 교류와 세계적 네트워크 형성에도 힘쓰고 있다. 글로벌 마인드를 갖춘 해양레저스포츠 전문가 양성을 위해 해양레저스포츠 선진국인 일본, 미국, 뉴질랜드 등 선진국의 대학과 학문적·인적 교류를 지속적으로 확대하는 것이다. 그중, 일본의 가노야 국립체육대학과는 해양스포츠 학술교류를 통해 해양레저스포츠의 과학적 접근 능력을 향상시키고 있다. 또 미국의 샌디에고 주립대학교의 해양스포츠센터와의 교육프로그램 교류, 미국 플로리다주의 베리대학교 스쿠버산업 경영 프로그램과 학술 교류 등을 통해 해양레저스포츠 전문가 양성의 선진국 모델을 한국해양대학교 해양스포츠과학과 교육 프로그램에 적용하고 있다.

2022학년도 한국해양대학교 해양스포츠과학과

신입생 모집 안내

한국해양대학교는 2022학년도 해양스포츠과학과 신입생을 모집한다. 해양스포츠과학과는 전국의 200여 개 체육관련 학과와 차별화를 위해 체계적인 해양레저스포츠 이론교육, 현장 실습교육 그리고 국내·외 해양레저스포츠 산업체와의 산학 연계 교육 등 다양한 교육과정 및 프로그램 제공을 통해 다가올 해양레저 시대의 전문가를 양성할 것이다.

1. 모집단위 및 모집인원

대학	계열	모집단위	입학정원	정원내 모집인원	수시모집											정시모집		
					정원내								정원외 (특별전형)			정원내 (일반전형)		
					일반전형	교과성적 우수자		아치해양 인재 I (일본)	아치해양 인재 II (사배자)	지역인재	체육특기자	소개	특수교육대상자	농·어촌 학생	특성화 고교 졸업자	기회균형선발	가군	다군
						남	여											
해양과학기술융합대학	예체능계	해양스포츠과학과	23	23	-	15	-	-	-	-	3	18	-	1	1	1	5	-

2. 학생부교과(교과성적우수자전형)

1) 전형요소별 반영비율 및 배점

전형단계	구분	예체능계		
		학생부	실기고사	합계
일괄합산	반영비율 (반영점수)	60% (600점)	40% (400점)	100% (1,000점)
	기본반영비율 (기본점수)	48% (480점)	26.4% (264점)	74.4% (744점)
	실질반영비율 (실질반영점수)	12% (120점)	13.6% (136점)	25.6% (256점)

※ 예체능계 지원자의 학생부 점수는 자연계, 인문·사회계 지원자와 동일하게 1,000점 만점으로 산출한 후 600점 만점으로 환산

3) 예체능계 실기고사 반영비율 및 배점

구분	실기고사 종목		합계
	60M 달리기	제자리멀리뛰기	
예체능계	50%(200점)	50%(200점)	100% (400점)

※ 1종목이라도 결시하면 불합격 처리 ※ 수능최저학력기준 미적용

2) 학생부 반영방법

가) 학생부 반영비율 및 배점

구분	학생부 교과성적		합계
	1학년	2~3학년	
반영비율 (반영점수)	30% (300점)	70% (700점)	100% (1,000점)
기본반영비율 (기본점수)	24% (240점)	56% (560점)	80% (800점)
실질반영비율 (실질반영점수)	6% (60점)	14% (140점)	20% (200점)

나) 학생부 교과성적 반영방법

계열	1학년	2~3학년
예체능계	국어, 영어, 수학 교과 중 8과목의 석차등급 평균 및 사회, 과학 교과 중 2과목의 석차등급을 평균하여 점수화	

※ 단, 학생부 성적을 산출할 수 없는 자는 우리 대학교 자체 기준에 따라 학생부 성적을 처리함

자세한 내용은 한국해양대학교 해양스포츠과학과 홈페이지 및 학과 문의를 통해 확인하실 수 있습니다.

한국해양대학교 해양스포츠과학과 TEL. 051-410-4790 홈페이지 <https://www.kmou.ac.kr/ocean-ope/main.do>

부산광역시체육회-화신사이버대학교 관·학협력 업무 협약식 개최



SPORTS
NEWS



부산광역시체육회는 화신사이버대학교와 지난 6월 7일(월) 부산광역시체육회관 중회의실에서 관·학협력 업무 협약식을 가졌다. 이를 통해 부산광역시체육회는 화신사이버대학교와 상호 협력 체계를 구축하여 교육·학술 분야 프로그램 공동연구 개발, 실무 교육 특강 지원, 시설 및 기자재의 공동 활용, 취업 및 창업에 따른 상호 협조 및 지원 등 포괄적 MOU를 통해 상호 간의 연계 및 협력이 필요한 상황에 적극 협조하는 내용으로 상호 발전을 약속했다.

이번 업무 협약으로 부산광역시체육회 소속 지도자 및 선수는 화신사이버대학교에 입학 시 입학금 면제와 수업료의 50% 장학금 혜택이 주어져 수업료 부담을 줄일 수 있다. 또한 모든 수업이 온라인으로 진행되어 훈련 시간에 지장을 받지 않으면서도 다양한 자격증을 취득할 수 있는 기회를 제공 받을 수 있게 되었다. 체육 관련 학과로는 융합형 스포츠 미래 지도자 양성을 위한 융합스포츠지도학과가 있으며 생활스포츠지도사, 전문스포츠지도사, 건강운동관리사 등 자격증 취득도 가능해 학위 취득, 대학원 진학 등 모든 면에서 일반 4년제 대학교와 동일하게 인정된다.

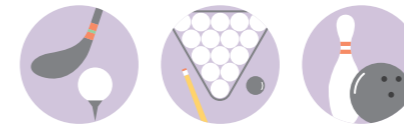
부산광역시체육회 장인화 회장은 “우리 체육회가 보유하고 있는 부산체육에 대한 정보와 화신사이버대학에 잘 갖춰진 지원 시스템이 선수들에게 은퇴 후 더 나은 환경의 일자리를 찾고, 유능한 인재로 성장하는 데 큰 도움이 되리라 생각한다”라고 전했다.



부산광역시장애인체육회

2021 전국장애인체육대회 종목별 선발전 개최

오는 10월 20일 경상북도 구미시 일원에서 개최되는 제41회 전국장애인체육대회 참가를 위한 골프, 당구, 론볼, 볼링 등 부산광역시 대표선수 선발전이 개최되었다. 총 3회에 걸쳐 부산대표 선수 선발전을 가진 론볼의 경우 1차전이 열린 4월 4일(일) 전날부터 오전까지 내린 비로 기온이 떨어지고 경기장 상태가 좋지 않았고, 2차 선발전이 열린 4월 9일(금)에는 한낮 기온이 20도 이상 오르는 때 아닌 더위에 선수부, 동호인부에 참가한 선수뿐만 아니라 기록·진행 요원들도 어려움을 겪었지만 3차 선발전까지 한 명의 불참자 없이 공정한 선발전을 치렀다. 부산대표 장애인선수들은 제41회 전국장애인체육대회에서 최선의 노력으로, 최대의 성적을 거두고자 한다고 전했다.



2021년 부산 파라 카누교실 운영

부산광역시장애인체육회는 수상스포츠의 저변 확대와 장애인카누 종목 활성화 및 전국장애인체육대회 카누선수 육성을 위한 2021년 부산 파라 카누교실을 개최한다. 문화체육관광부, 국민체육진흥공단, 대한장애인체육회 후원으로 작년에 이어 2회째로 오는 7월 2일부터 8월 11일까지 매주 수·금요일 10:00 ~13:00 서낙동강카누경기장에서 운영된다. 참가 대상은 지체(소아마비, 절단, 척수) 장애인으로 복지카드를 소지한 부산광역시 거주자 10명, 소수로 운영되며 부산광역시장애인체육회 전문체육부 과장 박종철(☎702-9726)로 문의하면 자세히 안내받을 수 있다.



구·군체육회

중구체육회



중구체육회 법인 설립 창립(발기인) 총회 개최

중구체육회는 지난 5월 12일(수) 광복동 주민센터 회의실에서 법인 설립 창립총회를 개최했다. 법인 설립 위원장, 위원, 간사, 지도자, 담당 공무원까지 총 11명이 참석해 진행하였으며, 중구체육회의 정관 제정(안), 임원 선임(안), 출연 재산 채택(안), 주 사무소 설치(안) 등 4건의 심의 안건을 의결했다.

영도구체육회



제15회 영도구 불링협회장배대회 개최

영도구체육회는 지난 5월 2일(일) 송도대림볼링센터에서 센터 내 소독·방역 수칙을 준수하여 제15회 영도구 불링협회장배대회를 개최했다. 이날 대회에는 영도구 불링협회 임원 및 동호인 60여 명이 참가했으며 내빈으로는 이강 영도구체육회장, 김철훈 영도구청장, 부산광역시불링협회장, 영도구체육회 이사 등이 참석하여 격려금을 지급했다. 코로나19로 마스크를 착용하고 불링을 즐겨야 했지만 다 같이 모여 불링을 할 수 있다는 사실만으로도 큰 의미가 되었다.

부산진구체육회



홈(Home)에서 만나는 부산진구체육회

부산진구체육회는 지도자들과 함께 남녀노소 누구나 참여할 수 있는 운동 프로그램을 제작하여 지난 5월 10일(월) 오후 3시부터 유튜브 채널을 통해 실시간 비대면 수업을 시작했다. 수업은 매월 두 번째 및 네 번째 월요일 오후 3시에 진행할 예정이며, 부산진구체육회 검색을 통해 2020년부터 업로드한 운동 콘텐츠들을 볼 수 있다.

동래구체육회



2021년 (사)동래구체육회 임시 대의원 총회 개최

동래구체육회는 지난 5월 4일(화) 부산광역시체육회관 2층 대회의실에서 (사)동래구체육회장, 대의원 등 20여 명이 참여한 가운데 2021년 (사)동래구체육회 임시 대의원 총회를 개최했다. 이날 열린 총회에서는 특수법인 동래구체육회 설립 추진현황 보고, 동래구체육회 정관 제정(안)을 심의했으며, 동래구 체육 발전과 동래구민의 건강 증진을 위해 더욱 노력할 것을 다짐했다.

남구체육회



사단법인 부산광역시남구체육회 창립총회

남구체육회는 지난 5월 6일(목) 남구체육회 회의실에서 설립 준비 위원회 위원들이 참석한 가운데 사단법인 부산광역시남구체육회 창립총회를 개최했다. 보고 사항으로는 부산광역시남구체육회 법인 설립 추진경과가 있었고, 안건으로는 부산광역시남구체육회 정관 제정(안), 임원 선임(안), 출연재산 채택(안), 주 사무소 설치(안) 총 4개를 심의 의결했다.

북구체육회



2021 부산북구체육회 법인설립 창립총회

북구체육회는 지난 5월 17일(월) 오후 2시, 북구청 대회의실에서 위원장을 비롯한 위원 등 5명이 참석한 가운데 국민체육진흥법 일부개정법률에 따른 북구체육회 법인설립 창립총회를 개최했다. 이번 창립총회는 코로나19 예방을 위해 마스크 착용 및 손 소독 등 방역지침에 준수하여 진행했다.

사하구체육회



사하구체육회 법인 설립 창립총회 개최

사하구체육회는 코로나19 방역 지침을 준수하여 지난 5월 12일(수) 오후 2시에 분회 1층 회의실에서 법인 설립 창립총회를 개최했다. 창립총회에는 노정석 회장과 법인 설립 준비위원회 김승용 위원장, 위원 2명(안병원, 최정민), 간사(사무국장 황종만) 1명이 참석한 가운데 체육회 법인 설립 추진 경과보고 및 심의사항 4안을 모두 심의 의결했다.

금정구체육회



제34주년 금정구 축구협회 창립기념 및 지온병원배 축구대회

금정구 축구협회는 지난 5월 23일(일) 오륜동인조잔디구장, 부산외국어대학교구장 등 2개소에서 제34주년 금정구 축구협회 창립기념 및 지온병원배 축구대회를 개최했다. 코로나19로 개회식을 하지 못했지만 방역 수칙을 철저히 준수하여 진행하였으며, 많은 동호인들이 참가한 가운데 열띤 승부를 겨루었다. 대회 결과 우승은 잔메 축구회, 준우승은 구서 축구회가 차지했고, 개인상은 최우수선수상 잔메 축구회 김용현 선수, 우수선수상 구서축구회 권기모 선수가 차지했다.

강서구체육회



부산광역시강서구체육회 법인 설립 창립총회

강서구체육회는 지난 5월 14일(금) 강서문화원 3층 세미나실에서 강서구체육회 법인 설립 창립총회 위원장, 위원 4명, 사무국장이 참석한 가운데 부산광역시 강서구체육회 법인 설립 창립총회를 개최했다. 이날 법인 설립 창립총회에서는 강서구체육회 법인 설립 추진경과보고, 강서구체육회 정관 제정(안), 기타 토의 순으로 진행되었다.

연제구체육회



2021년 연제구체육회 신나는 주말체육학교 운영

연제구체육회는 지난 5월 15일(토) 신나는 주말체육학교를 운영 중인 연제초등학교, 토현초등학교 2개소를 점검하여 체온 측정, 손 소독제 사용, 현장 소독 등 방역 수칙을 철저히 준수하여 운영할 것을 지도했다.

사상구체육회



사상구체육회 법인 설립 창립총회 개최

사상구체육회는 지난 5월 20일(목) 법정 법인으로 정식 출범되었다. 2021년 6월 9일(수)까지 임의단체인 지방체육회를 법정 법인으로 전환하도록 국민체육진흥법이 개정됨에 따라 지난 4월 29일(목) 법인 설립 준비위원회(위원장 유재우)를 구성, 새로운 정관을 만들어 창립총회를 개최하고 법인 설립에 필요한 절차를 이행했다. 사상구체육회는 법정 법인화가 완료되어 앞으로 법적 권리와 의무를 보장받게 되며, 지방자치단체와 원활한 합의를 가능해져 운영비 지원 사항을 조리로 정할 수 있게 된다.

부산공공스포츠클럽

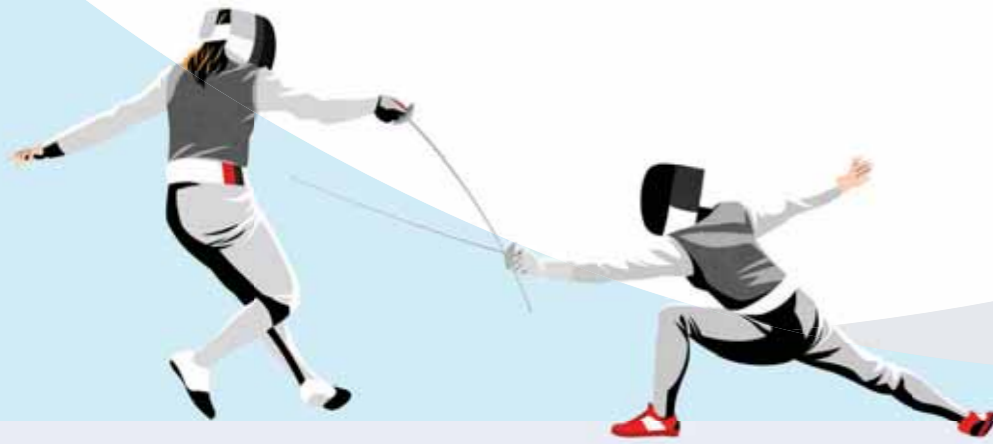
제15차 거점스포츠클럽 이사회 개최

부산광역시거점스포츠클럽은 지난 5월 21일(금) 오후 3시 부산체육회관 2층 대회의실에서 제15차 거점스포츠클럽 이사회를 개최했다. 2021년 운영실적보고와 거점국민체육센터 운영 계획의 내용으로 진행하였고, 방역 수칙을 준수해 회의를 개최했다.



2021 부산광역시 펜싱협회장배 펜싱선수권대회 입상

지난 5월 22일(토) 부산아시아드주경기장 내 펜싱훈련장에서 2021 부산광역시펜싱협회장배 펜싱선수권대회가 개최되었다. 거점스포츠클럽에서 남중부 5명이 출전하여 남중부 플뢰레 개인 1위(최예승), 2위(남예강), 3위(성정민) 3명이 입상했다.



국민체육센터

부산국민체육센터

01. 김방현 신임 센터장 부임

부산국민체육센터에는 지난 5월 17일(월) 김방현 신임 센터장이 부임했다. 김방현 센터장은 오랜 기간 체육교사로 재직, 대한근대5종연맹 국가대표 선수 생활과 태릉선수촌 국가대표 코치, 제14회 부산아시아경기대회조직위원회 상황실장, 제23회 평창동계올림픽경기대회 심판 활동 등 체육 분야의 경험이 풍부하다.

김 센터장은 직원과의 첫 대면에서 현재 코로나19로 모든 분야, 특히 체육센터가 많은 어려움을 겪고 있는 실정이지만 이럴 때일수록 직원들이 단합하고 방역을 철저히 하여 회원들이 건강하고 안전하게 운동할 수 있는 터전을 만들어야 한다고 강조했다.



02. 꿈나무체능단 119 이동안전 체험학습



부산국민체육센터 꿈나무체능단은 지난 5월 13일(목) 부산국민체육센터 주차장에서 단원 51명을 대상으로 '119 이동안전 체험학습'을 실시했다. 부산광역시 사하소방서의 '찾아오는 119 안전체험 차량'으로 실시한 이번 이동안전 체험학습은 코로나19 방역수칙을 준수한 가운데, 지진체험, 화재대피, 엘리베이터 안전, 비상탈출 체험 프로그램을 진행했다.

119 소방대원의 지도하에 단원들은 그동안 경험해보지 못한 체험 위주의 안전교육으로 안전 감수성을 한층 성장시키는 기회를 가졌다. 꿈나무체능단은 단원들의 위기관리능력을 배양시키고 안전의식이 정착될 수 있도록 다양한 안전체험 활동을 운영할 계획이다.

북구국민체육센터

01. 안전한 운동 생활을 위한 강력 방역 실시

북구국민체육센터는 지역민들의 성원에 따라 지난 4월 3일(토)부터 주말운영을 재개했다. 주말 비회원 자유수영 이용에 따라 주민들의 불안감을 해소하기 위해 북구국민체육센터 전 임직원은 전 층별로 2시간 마다 각종 시설 소독과 방역을 강화하고 탈의실 및 샤워실 방역을 실시하고 있다. 또한 회원·비회원 마스크 착용 및 발열 체크, 손소독, QR체크 의무에 철저한 관리감독에 최선을 다하는 중이다.



02. 수영 꿈나무 선수반 운영

북구국민체육센터에서 운영하는 부산북구스포츠클럽이 수영선수의 꿈을 가진 많은 어린이와 학부모들의 관심 속에 '수영 꿈나무 선수반'을 운영한다. 초등부 학생으로 이루어진 '꿈나무 선수반'은 우수한 지도자의 지도 아래 꾸준한 영법교정과 스피드 강화, 실전대비 훈련 등 체계적인 교육을 통해 다양한 대회 참여와 메달 획득을 목표로 훈련하고 있다. 부산북구스포츠클럽은 앞으로도 학생들에게 다양한 기회를 제공하는 한편 즐겁게 운동하며 신체와 정신을 건강하게 만들 수 있는 교육 지도에 힘쓰겠다고 밝혔다.



국민체육센터

영도국민체육센터



01. 영도국민체육센터 체능실 확장공사

영도국민체육센터는 지난 5월 1일(토)부터 2일(일)까지 양일간 체능실 확장공사를 진행했다. 기존 두 개의 교육시설로 나뉘져 있던 공간을 하나로 통합해 보다 넓은 시설에서 쾌적한 운동생활이 가능하도록 공간을 조성했다. 영도국민체육센터는 코로나19 상황 속에서 철저한 방역을 실천해 이용객들이 보다 안전한 운동생활을 할 수 있도록 최선을 다하겠다고 밝혔다.

02. 신설 프로그램 소그룹 필라테스 무료 특강

영도국민체육센터는 지난 5월 26일(수) 6월 신설예정인 소그룹 필라테스 프로그램 무료 특강을 실시했다. 이번 특강은 오전 10시, 오후 8시 2회에 걸쳐 20여 명의 회원이 참가해 성황리에 진행됐다. 필라테스는 근육강화·코어강화·근력·자세교정에 탁월한 효과가 있으며, 매트와 소도구(짐볼·밴드·링·보수볼 등)를 이용해 몸 전체의 유연성과 균형, 심폐 기능에 도움을 준다.



강서구국민체육센터

01. 헬스 회원 대상 바디쉐이핑 무료 강습

강서구국민체육센터는 지난 5월 17일(월)부터 한시적으로 헬스 회원을 대상으로 바디쉐이핑 무료 강습을 실시한다. 바디쉐이핑은 맨몸 혹은 소도구를 이용하는 근력 증가 위주 운동으로, 헬스 프로그램을 등록했지만 운동법을 모르거나 혼자 운동하기 힘든 회원들을 위해 소그룹으로 운영된다. 현재는 방역 차원에서 인원이 제한되며, 사회적 거리두기 수칙을 준수해 시행하고 있다.



부산실내빙상장

01. 북부 단계별 행복스포츠 체험교실 실시

부산실내빙상장은 사상, 북구지역 학생들의 건전한 여가문화 조성 및 체력향상을 위해 부산북부교육지원청과 함께 '북부 단계별 행복스포츠 체험교실'을 실시한다. 인근 유치원과 초등학교의 단체예약을 받고 있으며 지역에 관계없이 단체체험 예약도 가능하다.



02. 부산실내빙상장 방역물품 교체

부산실내빙상장은 이용객의 안전과 건강을 위해 국민체육진흥공단 지원의 받아 방문객 온도측정계, 소독약 등 방역물품을 교체했다. 또한 안전하고 쾌적한 이용을 위해 매일 3회 이상 시설물에 소독제 도포 및 환기를 실시하고 있다.



The Best Steel For The Better Company

세계적 수준의 기술력과 고객을 위한 서비스 정신으로
세계 최고의 글로벌 기업으로 발돋움 하겠습니다.



5부 양면 시스템
3rd 빌딩 3층 421-25-1
Tel: 051-259-3000 Fax: 051-259-3000
<http://www.5nbesteel.com>

5부 양면 연타내세보
부산시 사상구 영정로 10 제2연일 15층
Tel: 051-796-7000 Fax: 051-796-7009
<http://www.fcorea.com>

동일강 5부
부산시 사상구 복원동 718-1
Tel: 051-322-1177 Fax: 051-326-5055
<http://www.donghatael.com>



모든 프리미엄 피자

방문 포장 시

40% 할인

얼티밋

넘쳐 흐르는 치즈를
포켓에 콕콕 담았다!

치즈포켓



진영푸드주식회사

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 연양 양우내안에 신축공사



동래 래미안 IPARK 신축공사



에어부산 신사옥 신축공사

축적된 경험과 기술력
환경 친화적인 시공 기술 노하우!

"성실시공, 책임시공" 을 약속하는
전문 건설회사가 되도록 노력하겠습니다.

신용대출
ONE하는대로



부산은행
ONE신용대출

고객이 고민하던 시대는 지났다
미로처럼 복잡한 대출을 한 번에
직장인도, 공무원도, 전문직도, 자영업자도
하나의 상품에서 답을 찾다

ONE신용대출



개인 한도조회
바로그기



사업자 한도조회
바로그기

복잡한 대출신청을 심플하게
회원가입 없이 간단한 입력만으로
대출 결과 바로 확인

빅데이터가 추천하는 BEST&MUST
머신러닝 기법이 나의 성향을 분석하여
최적의 한도와 금리 추천

옴니채널 프로세스
영업점이든 모바일이든 채널이 바뀌어도
끊김 없이 이어가는 신청 절차

- ONE신용대출은 개별 대출상품이 아닌 상품 조건 제공을 위해 구성된 상품 집합체를 의미하며 개별 상품에 관한 자세한 사항은 부산은행 홈페이지(www.busanbank.co.kr)를 참조하시거나, 부산은행 고객센터(1544-6200/1588-6200) 또는 영업점에 문의하시기 바랍니다.
- 기타 알아두실 사항
 - 대출이자 또는 원금을 약정한 날에 납입(상환)하지 않을 경우 연체자를 부당하여야 하며, 금융거래 제약 등 불이익을 받으실 수 있습니다.
 - 연체율: 대출금리에 3.0%를 가산(최고 15.0%) 대출금리가 최고 연체율을 이월할 경우 대출금리+2.0%
 - 납부예정 원리금이 연체될 경우 계약만료 기한이 도래하기 전 모든 원리금을 반채해야 할 의무가 발생할 수 있습니다.
 - 상환능력에 비해 대출금이 과도할 경우 신용평점이 하락할 수 있으며, 신용평점 하락에 따라 금융거래 제약 등 불이익을 받으실 수 있습니다.
 - 고객님의 신용 상태 및 저희 은행의 심사기준에 따라서 대출한도의 대출금리가 차등 적용되며 대출 취급이 불가능할 수 있습니다.
 - 금융소비자는 상품에 대한 충분한 설명을 받을 권리가 있으며, 그 설명을 이해한 후 거래하시기 바랍니다.
 - 금융상품 계약 체결 전 상품설명서 및 약관을 읽어보시기 바랍니다.

지역경제에 힘이 되는 은행 **BNK 부산은행**