



World EXPO 2030
BUSAN, KOREA

모스크바, 로마, 오데사, 리야드 함 이기보까?



손흥민, BTS, 오징어게임에 이어 부산이 대한민국을 띄워보겠습니다
치열하게 유치경쟁 중인 세계 유력도시 모스크바, 로마, 오데사, 리야드를 이기고
지구촌 3대이벤트를 대한민국이 완성할 수 있도록- 부산이 대한민국의 가장 큰 자량이 될

**2030 부산세계박람회를 유치할 수 있도록-
온 국민이 “부산 유치해”를 외쳐주세요!**

유치 예상효과	개최기간 2030. 5월~10월	개최장소 부산북항일원	참가규모 약 200개국 5,050만명	경제적 파급 효과 61조원	일자리창출 50만명
---------	----------------------	----------------	-------------------------	-------------------	---------------



부산체육
2022. 08 Vol. 46

Vol. **46**
2022. 08

부산체육

부산광역시체육회 매거진
Busan Sports Council Magazine



부산체육인
부산광역시테니스협회
이중윤 회장

내일은 체육왕
동의과학대스포츠클럽

이슈 & 포커스
부산광역시의회 행정문화위원회

부산광역시체육회



부산광역시체육회
BUSAN SPORTS COUNCIL

CONTENTS



부산광역시체육회 매거진
Busan Sports Council Magazine

Vol. **46**
2022. 08

발행일 2022년 8월 16일(월간, 비매품, 통권 제46호)
발행인 부산광역시체육회 회장 장인화
편집인 김동준
편집·취재 성기환, 문찬식, 김성무, 하나근, 김도희, 김민기
발행처 부산광역시체육회
부산광역시 동래구 사직로 77(T. 051-500-7900)
기획·제작 효민디앤피



@Instagram
인스타그램에서도
부산광역시체육회 소식을 만날 수 있습니다.

건

건강한 육체

04

부산체육인
부산광역시테니스협회
이종윤 회장

08

영광의 주역
부산광역시배구협회 이사
송재영 원로

12

부산스포츠 히어로
부산광역시청 펜싱팀
송세라 선수

16

스포츠 in 과학
선수부상을 줄이기 위한 예방법



04

강

강인한 정신

20

부산체육 이야기
첫 번째, 2002 한일월드컵축구대회

24

구·군체육회를 가다
부산광역시 16개 구·군체육회

26

달려라 부산체육
'오 해피' 조정동호회

30

내일은 체육왕
동의과학대스포츠클럽



12

한

한마음 광장

34

이슈 & 포커스
부산광역시의회 행정문화위원회

36

부산스포츠 기자단 에세이
2022 클럽대항 청소년 농구대회 성료

38

스포츠 PLUS
파도와 하나 되는 스포츠, 서핑

42

오늘의 10분 운동
금강산도 스트레칭 후 구경

44

슬기로운 건강생활
편두통, 좋은 습관과 음식으로 극복하자

46

이달의 책
파친코



36

생

생생한 소식

48

BSC 뉴스

50

체육회 사업소개
2022 클럽대항 청소년 체육대회

52

구·군체육회 소식

55

센터 Info
- 부산국민체육센터
- 강서구국민체육센터
- 영도국민체육센터
- 부산실내빙상장

56

부산광역시장애인체육회 소식

57

종목단체 / 부산공공스포츠클럽 소식



49

남녀노소 모두 테니스를 즐길 그 날까지

부산광역시테니스협회 제20대 회장, 이종윤건축사무소 대표 **이종윤**

매년 부산에서 개최되는 '부산오픈 국제남자챌린저 테니스대회' 준비로 바쁜 나날을 보내고 있는 이종윤 부산광역시테니스협회 회장. 만인이 테니스를 즐기길 바라는 마음으로 부산장애인테니스 협회를 창설하여 또한 회장을 맡고 있다. 남다른 테니스 사랑을 이어가고 있는 이종윤 회장을 만나 이야기를 들어보았다.



BUSAN TENNIS ASSOCIATION

테니스는 곧 인생

최근 2030세대를 중심으로 실내 테니스 열풍이 불고 있다. 쉽게 접근할 수 있는 스포츠이면서 소수의 인원으로도 운동할 수 있다 보니 주목받고 있단다. 특히 특색있는 테니스복을 입고 운동하는 모습이 SNS에 퍼지면서 젊은 세대들이 테니스에 대해 더욱 관심을 가지게 되었다. 이종윤 회장은 이런 상황을 긍정적으로 바라본다.

“테니스가 많은 사람들에게 사랑받고 있어서 기쁩니다. 이런 관심이 있어야 테니스가 더욱 활성화되거든요. 테니스는 매력이 많은 스포츠라 생각해요. 남녀노소 누구나 할 수 있는 운동이고, 일대일 맞춤 레슨도 받을 수 있어 자신의 기량에 맞게 즐기다 보면 테니스의 매력에 흠뻑 빠질 겁니다.”

테니스는 기술을 습득하기까지 어려움이 따른다. 그러나 기술을 익혀 라켓에 공을 '탁!' 맞추면 그렇게 짜릿할 수 없다. 이종윤 회장 역시 마찬가지였다. 대학 시절 우연히 접하게 된 테니스에 빠져 30년 넘게 테니스 생활을 이어오고 있으니 말이다. 무엇보다 그가 꿈은 테니스의 매력은 '예절'이다.

“테니스는 매너 스포츠입니다. 상대를 존중하고 예의를 갖춰 경기에 임해야 하죠. 내가 상대를 치켜세우면, 상대도 나를 존중하며 플레이를 해줍니다.”

테니스공을 주고받는 것은 마치 우리의 인생과도 닮았다는 이종윤 회장. 항상 남을 먼저 생각하고 배려한다는 그의 인생철학은 테니스를 통해 배웠을지도.



어린 학생들이 테니스에 관심을 가질 수 있도록 '꿈나무 교실'을 열어 기량 발전과 선수 육성에도 힘쓸 것입니다.



*본 촬영은 방역수칙을 준수하여 진행하였음.



부산광역시테니스협회 이사회

테사모에서 부산오픈대회 개최까지

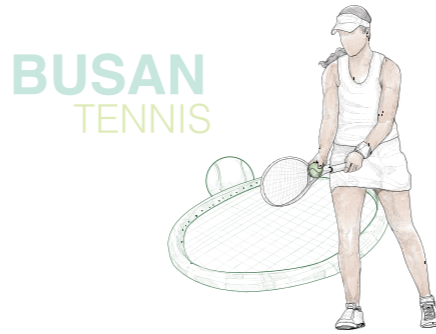
‘테니스’하면 부산을 빼놓을 수 없다. 국제 챌린저 대회인 ‘부산 오픈 국제남자챌린저 테니스대회(부산오픈대회)’가 매년 부산에서 개최되기 때문이다. 20년 역사를 자랑하는 부산오픈대회는 국내 테니스를 대표하는 이형택, 정현 선수가 참가해 우승하기도 했다. 이종윤 회장은 부산오픈대회와 인연이 깊다.

대학을 졸업한 후 다시 라켓을 잡은 지 얼마 되지 않을 무렵이다. 당시 테니스를 즐기던 14명의 동호인들이 모여 ‘테니스를 사랑하는 모임(테사모)’를 만들었는데, 이 회장은 테사모의 초창기 임원이었다.

“테사모는 단순한 동호회가 아니었어요. 한국 테니스 활성화로 도모하던 모임이었죠. 그러던 중 국내 테니스 선수들의 경기력 향상을 위한 후원금을 지급하자고 회원들이 뜻을 모아 회비를 거둬 대회를 개최했죠. 그렇게 1999년 제1회 부산오픈 남자 테니스대회가 국내 대회로 시작하게 되었습니다.”

테사모 회원들은 대회 개최를 위해 직접 후원자를 찾아다녔다. 대회 홍보와 프로그램 책자 제작은 물론 대회 중에는 사진 촬영까지 회원들이 직접 도맡았다. 심지어 본업을 제쳐두고 대회 준비에 매진하는 회원들도 있을 정도였다고. 부산오픈대회는 처음부터 끝까지 테사모의 손길로 탄생한 것이다.

“테니스를 향한 사랑의 힘이었죠. 덕분에 부산오픈대회는 2003년 제5회 대회부터 세계남자프로테니스협회의 승인을 받아 ‘부산오픈 국제남자챌린저 테니스대회’로 개최되었죠. 이



는 프로테니스협회(ATP)챌린저투어대회로 격상되었다는 뜻입니다.”

이뿐만 아니라 2005년에는 국제테니스연맹(ITF)으로부터 ‘올해의 챌린저 대회상’까지 수상하게 되면서 명망 높은 국제대회로 자리매김하게 되는 계기가 되었다. 특히 이 회장은 2017년 부산오픈대회 준비위원장을 역임한 경험을 바탕으로 이번 2022 부산오픈대회 준비에 박차를 가하고 있다. 이미 2022 지자체 국제경기대회 공모 사업에 선정되어 국비뿐 아니라 시비까지 확보한 상황이다. 코로나로 인해 2년 만에 개최되는 만큼 이번 대회를 통해 테니스와 부산광역시를 세계에 홍보하는 좋은 기회로 삼고자 이 회장을 필두로 부산광역시 테니스협회는 만전을 기하고 있다고.

“국내대회로 시작해 챌린저투어로 성장하여 지금까지 대회가 이어져 오는 걸 보니 뿌듯한 마음입니다. 부산 오픈대회가 국제테니스대회 최고 레벨인 ATP월드투어 대회로 격상될 때까지 아낌없이 지원할 것입니다.”

2022 부산오픈 국제남자챌린저 테니스대회는 오는 10월 16일(일)부터 23일(일)까지 8일간 스포원 체육공원에서 진행된다. 국내 랭킹 1위 권순우 선수도 참가할 수 있도록 준비 중이라며 이 회장은 대회에 많은 관심을 가져 달라고 당부를 전했다.

테니스 문화 활성화를 위하여

부산 테니스 역사와 함께해온 이 회장은 2021년 제20대 부산광역시테니스협회 회장으로 취임하게 되었다. 그제 부산 테니스 발전을 위해 작은 보탬을 했을 뿐인데, 협회 회원들의 성원으로 회장이 될 수 있었다며 이 회장은 겸손을 표했다.

“회장이 되었다고 해서 달라지는 건 없습니다. 항상 동고동락한 회원들과 함께 지금처럼 테니스를 사랑하고 발전시키기 위해 노력하면 되니까요.”

현재 부산광역시테니스협회에 등록된 동호인 수는 약 5,700명이며 미등록 인원까지 합치면 1만 여명에 달한다. 이처럼 많은 인원이 있음에도 결속할 수 있는 원동력은



제8회 대한체육회장기 생활체육 전국테니스대회

20년이라는 긴 시간 동안 테니스를 사랑하는 마음으로 단단해졌기 때문이라.

취임 이후 코로나19로 임기 1년을 그냥 보냈다고 아쉬워하는 이 회장. 지난 5월 2022 춘계협회장배 클럽 테니스 대회를 진행하는 등 본격적인 활동을 펼치고 있다. 특히 일본 테니스의 경우 생활체육의 활성화로 전문 체육의 입지가 좁아지고 있는 점을 선례 삼아 부산광역시테니스협회에서는 전문체육과 생활체육의 통합을 선포하기도 했다. 이 회장은 전문 테니스와 동호인 테니스를 조화롭게 운영하기 위한 방안을 모색하고 있다.

“현재 부재중인 테니스 실업팀을 조속히 창단하여 부산 테니스 활성화에 불을 지피고자 합니다. 더불어 어린 학생들이 테니스에 관심을 가질 수 있도록 ‘꿈나무 교실’을 열어 기량 발전과 선수 육성에도 힘쓸 것입니다.”

남녀노소 모두 테니스를 즐기게 하고픈 마음으로 지난 30년간 테니스에 열정을 쏟은 그가 앞으로 부산광역시 테니스협회와 함께 만들어갈 테니스 문화가 더욱 기대된다.



제17회 어르신체육대회 테니스 시상식



제32회 부산시민 체육대회 테니스 시상식

슬선수범이 최고의 지도

부산광역시배구협회 이사
송재영 원로



*본 촬영은 방역수칙을 준수하여 진행하였음.

2021년 여름, 우리는 이 스포츠 선수들의 단합된 모습에 가슴이 뜨거웠었다. 올림픽 4강 진출이라는 기록으로 한 편의 드라마를 완성한 스포츠, 바로 '배구'다. 그리고 일찍이 배구의 매력에 빠져 한평생 배구와 함께하고 있는 송재영 원로의 배구 이야기를 들어 보았다.

우연히 만난 배구, 꿈이 되다

송재영 원로는 중학교에 입학하며 특별활동으로 배구를 시작했다. 운동을 따로 가르치는 곳도 없었고 특별한 놀이거리도 없던 시절, 일주일에 한두번이었던 특별활동 시간은 그에게 정말 소중한 시간이었다.

“공을 가지고 놀 기회가 별로 없었어요. 배구는 계속 공을 가지고 하는 거라 아주 재미있었죠. 일주일에 한두번 하는 거다 보니 더 그렇게 느꼈던 것 같기도 해요.”

배구 선생님도 조금 특별했는데, 해병대 군인들이 학교로 와 학생들을 지도했다고 한다. 그의 말처럼 당시에는 이런 활동이 흔한 일이 아니었다는 걸 이 부분에서 짐작할 수 있었다. 그때 당시 그가 배운 건 9인제 배구였는데, 운동부가 아니다 보니 정해진 포지션 없이 매번 다른 포지션에서 배구를 즐길 수 있었다. 이처럼 그에게 재미있는 놀이였던 배구는 자연스럽게 진로로 이어졌다. 먼저, 창원에서 부산 동성중학교로 전학을

왔다. 중학교에서 동성고등학교 배구부가 운동하는 모습을 매일 지켜보며 꿈을 키웠다. 그리고 동성고등학교 배구부로 진학하면서 배구 선수가 되었다. 스피드와 점프력이 좋았던 그는 당시 6인제 배구에서 라이트 윙 포지션을 맡았었다. 그렇게 배구부에 들어가긴 했지만, 주전 선수들의 실력이 워낙 출중해 1학년 때는 배구공 주우러 다니기 바빴다고. 그러다 2학년에 주전 선수가 되었고 대학생 때까지 선수로 활약하며 전국체육대회에서 준우승을 차지하기도 했다. 송재영 원로는 선수로 활동한 시절이 길지 않은 편인데, 그 이유는 그에게 이루고 싶은 다른 꿈이 있었기 때문이다.

30년 지도자 생활의 시작

1970년대에 배구는 꽤 인기있는 스포츠였다. 그만큼 많은 배구팀이 존재했으며 송재영 원로는 대학교 졸업 후 선수 입단이 아닌 '지도자'의 길을 택했다.



VOLLEYBALL

“사하초등학교에서 지도자 제의를 받았어요. 훌륭한 선수를 직접 발굴하고 싶다는 오랜 꿈이 있었기에 곧장 학교로 갔습니다. 저의 어떤 점을 좋게 봐주셨던 건지 모르겠지만 교장 선생님께서 전폭적으로 지원해주셨어요. 덕분에 훈련에 집중할 수 있었습니다.”

사하초등학교 지도자가 된 그의 나이는 스물다섯이었다. 젊은 혈기로 최선을 다해 학생들을 지도했다. 당시 사하초등학교에는 체육관이 없어 경남고등학교 체육관을 사용했다고 한다. 경남고등학교 학생들이 체육관을 사용하지 않을 때 훈련해야 했기 때문에 새벽 6시부터 아침 9시까지, 낮 12시부터 오후 3시까지가 훈련 시간이었다. 그와 선수들의 노력을 증명이라도 하듯 사하초등학교는 부산광역시 배구팀 주무 학교로 선정되어 전국소년체육대회에 출전했다. 이후 송재영 원로는 초등학교뿐만 아니라 중학교, 고등학교에서 꾸준히 좋은 성적을 내며 무려 30년 동안 지도자의 길을 걷게 되었다.

부지런함과 단합력을 가르치다

국가대표 배구 선수를 비롯해 프로 배구단 감독 등 현재 배구계 곳곳에서 송재영 원로의 제자들이 활발히 활동 중이다. 인재들을 키워낼 수 있었던 그의 지도법은 무엇이었을까.

“제가 항상 강조하는 게 부지런함입니다. 저는 훈련 시간에 자리를 절대 비우지 않아요. 선수들보다 먼저 나오고, 나중에 갑니다. 그러다 보니 선수들도 잘 따라왔고요.”

그의 숭선수범은 선수들에게 부지런함과 성실을 가르쳤다. 반면 배구에서 가장 중요한 ‘단합력’은 정말 혹독하게 가르쳤다. 훈련하는 시간에는 물을 한 잔 마시더라도 모두 함께해야 했고, 개별 활동은 절대 용납하지 않았다.

“배구는 코트 안에서 콤비 플레이가 이루어져야 하는 단체 운동입니다. 개인플레이를 할 수 없어요. 선수들 간 호흡이 맞아야 하고 서로에게 믿음이 있어야 하죠. 제가 엄격하게 통제할 만큼 선수들끼리 더욱 단합된 모습을

보였습니다.”

그러나 그의 엄격한 모습은 훈련 시간에 한해서다. 송재영 원로는 항상 선수들을 주의 깊게 보았으며, 혹여 평소와 다른 모습을 보이는 선수는 수시로 상담하면서 관심을 가졌다. 그러면 선수들도 자신이 어떤 어려움을 겪고 있는지 털어냈고, 송재영 원로는 그런 어려움을 해결해 주기 위해 망설이지 않고 나섰다. 선수들이 운동에만 집중할 수 있는 환경을 만들어주고자 노력했다. 그런 노력이 있어 그의 제자들도 자신의 꿈을 포기하지 않고 이룰 수 있었던 게 아닐까.

관심 속에서 성장하는 부산 체육

송재영 원로는 배구 인재 육성을 위해 조직된 부산광역시 배구협회 꿈나무 위원장을 맡고 있다. 그는 아이들에게 최대한 많은 시합 경험을 제공해야 한다는 생각에 일주일에 한 번씩 총 8주 동안 진행되는 대회를 열었다. 5개 초등학교가 리그전 형식으로 치르는 시합으로, 대회를 시작한 지 5년 만에 전국 대회에서 해마다 메달을 획득하는 성과를 올렸다.

“대회를 치르려면 예산이 많이 드는 게 사실입니다. 하지만 장기적인 안목을 가지고 꿈나무 선수들에게 투자를 했으면 좋겠습니다. 배구뿐만 아니라 모든 종목이 기초가 충실하면 성적은 당연히 올라옵니다.”



제7회 회장기전국남녀 9인제 배구대회 우승



시합을 하게 되면 선수들은 물론이고 학교와 학부모들도 좀 더 신경을 쓰게 되고, 배구가 성장할 수 있는 것이다. 송재영 원로는 2002 아시아경기대회에서 비치발리볼 담당관을 맡았었다. 그때 우리나라는 비치발리볼 불모지였음에도 불구하고 5위라는 성적을 거뒀다. 그러나 비치발리볼에 대한 사람들의 관심이 여전히 부족한 것 같아 마음이 좋지 않다고 한다.

“올림픽에 채택된 종목 중 전국체육대회에 들어가지 않은 종목은 비치발리볼 뿐입니다. 배구인들 뿐만 아니라 모두가 관심을 가져주셨으면 좋겠습니다.”

‘훌륭한 인재 발굴’이라는 그의 꿈은 꿈나무 육성을 통해 현재진행형이다. 거기에 비치발리볼의 성장이라는 목표가 더해졌다. 꿈과 목표를 향해 여전히 숭선수범 뛰고 있는 그의 모습에서 배구에 대한 진심이 느껴졌다.



1990년 춘계 전국 남녀 중고 배구연맹전 우승

PROFILE

주요 이력

- 전) 2002 아시아경기대회 비치발리볼 담당관
- 현) 한국비치발리볼연맹 기술 및 시설 이사
- 현) 부산광역시배구협회 심판 경기 이사
- 현) 부산광역시배구협회 꿈나무 위원장

수상내역(지도자)

- 전국소년체육대회 남자초등부 우승, 일반대회 우승(3회)
- 전국소년체육대회 남자중등부 우승, 일반대회 우승(5회)
- 전국체육대회 남자고등부 3위, 일반대회 우승(4회)
- 전국소년체육대회 여자일반부 3위
- 문화관광부장관 표창
- 부산광역시장 표창
- 대한배구협회장 표창
- 대한배구협회 심판상 수상
- 한국대학배구연맹 심판상 수상
- 한국중고배구연맹 심판상 수상
- ※ 1973년 전국체육대회 대학부 준우승(선수)

세계를 제패하고 돌아온 금동이 부산광역시청 펜싱팀 송세라 선수

2020 도쿄올림픽대회에서 은메달을 획득한 펜싱 에페 여자대표팀은 '금메달만 따자'라는 의미로 서로를 '금동이'로 부르는데, 최근 금동이 역할을 톡톡히 해낸 선수가 있다고. 펜싱 에페 국가대표이자 부산광역시청 팀 소속인 송세라 선수다. 카이로 펜싱 세계선수권대회에서 개인전과 단체전 모두 금메달을 차지하며 세계를 금빛으로 제패하고 돌아온 금동이 송세라 선수를 만나보자.



*본 촬영은 방역수칙을 준수하여 진행하였음



2020 도쿄올림픽대회 메달리스트 포상금 수여식 (부산광역시체육회, 2021년 8월)

한국 에페 선수 최초 세계펜싱선수권 2관왕

지난달 이집트에서 열린 2022 카이로 펜싱 세계선수권대회에서 낭보가 전해졌다. 송세라 선수가 개인전과 단체전에서 우승했다는 소식이다. 대한민국 여자 에페 대표팀 사상 첫 세계선수권 단체전 금메달이라는 기쁨과 함께 송 선수가 에페 개인전에서 20년 만에 금메달을 획득하는 값진 성과를 이루었다. 특히 대한민국 펜싱 여자 선수 사상 최초로 세계선수권대회 2관왕이라는 타이틀까지 거머쥐게 된 송세라 선수는 감회가 남달랐다.

“20년 만에 금메달을 땀다는 말을 들었을 때도 믿기지 않았는데, ‘최초’라는 타이틀이 주는 의미가 크게 와닿더라고요. 개인전에서 좋은 결과가 단체전까지 이어져 2관왕이라는 큰 선물을 받게 된 것 같아요. 감사하고 행복할 따름입니다.”

이번 세계선수권 단체전 결승에선 펜싱 강호인 이탈리아를 만났는데, 송 선수는 대표팀 마지막 선수로 출전하여 에이스 면모를 보여주었다. 특히 개인전 결승에서는 연장까지 가는 접전 끝에 우승하는 명장면을 연출하기도 했는데, 결승 상대 은돌로 선수의 움직임이 흔들리는 걸 놓치지 않았다고.

“은돌로 선수가 경기하기 까다로운 선수예요. 서로 왼손 펜싱선수이다 보니 상대하기 어려워 초반 분위기도 빼앗겼죠. 그래서 2세트, 3세트에서 움직임을 공격적으로 바꿔보았죠. 그때 상대 선수의 움직임이 흔들리는 걸 느끼면서 제가 생각한 대로 자신 있게 플레이했어요.” 개인 결승전을 짜릿하게 마무리한 후 손가락 하나를 들어 보이는 세레머니도 펼쳤는데 ‘1등’을 했다는 의미도 있지만, 한국 여자 에페 대표팀 선수들만의 시그니처 포즈란다. 송세라 선수는 이번 시즌을 준비하던 중 부상을 입기도 해 경기에 대한 부담감이 있었지만, 좋은 결과로 대회를 마치게 되었다며 기쁨을 표했다. 본 대회를 거치면서 송 선수는 세계 랭킹 2위에 올라서며 무서운 성장세를 이어가는 중이다.



열정과 열정의 만남 부산광역시청팀

송세라 선수는 다양한 대회에 참가한 만큼 기억에 남는 일도 많지만, 그중 2020 도쿄올림픽대회에 출전한 건 잊을 수 없다고.

“코로나19와 겹쳐 대회 준비부터 쉽지 않았고, 올림픽대회에 처음 출전하다 보니 걱정도 많이 됐죠. 하지만 컨디션이 좋았고 9년 만에 에페 단체전 결승에 진출하여 은메달을 획득하는 결과까지 얻어 기억에 남습니다.”

도쿄올림픽대회 이후 기량이 올라왔음은 선수 본인이 스스로 느낄 정도였다. 민첩하고 빠른 발과 유연한 공격이 가능한 강점을 지녔지만, 그럴수록 송세라 선수는 단점을 보완하고자 더욱 훈련에 매진했다.

“키가 작다 보니 신장이 큰 선수들과 상대하기 위해 노력하고 있어요. 자신 있는 기술을 구사하고자 하체 훈련에 중점을 뒀죠. 제가 훈련량에 민감한 편인데 시즌 때는 새벽, 오전, 오후 시간대에 7시간 이상 훈련하고 부족하다 싶으면 야간에 2시간 정도 개인적으로 훈련을 진행하죠.”

좋은 결과를 내기 위한 원동력은 훈련에 매진하는 것뿐. 최근 바르셀로나 에페 월드컵에서 생애 첫 국제대회 개인전 우승을 하는 등 각종 대회에서 송세라 선수가 존재감을 과시하는 건 어찌면 당연한지도. 그녀는 자신이 성장하는 데 개인적인 노력도 물론 있었지만, 부산광역시청팀의 도움이 컸다며 공을 돌리기도 했다.

송세라 선수는 입단 전부터 부산광역시청팀에 들어오고 싶었다. 당시 부산광역시청팀 소속이었던 박세라 선수는 그녀의 롤모델이기도 했다. 이름도 같지만, 왼손 펜서이면서 신체 조건도 비슷해 박 선수의 영상을 찾아보며 펜싱 선수로서 꿈을 키웠다고.

“존경하는 선수들과 함께 훈련하면 좋겠다는 마음을 먹던 차에 현 부산광역시청팀의 김선근 감독님으로부터 입단제의를 왔어요. 너무 기뻐요. 부산광역시청팀은 가족 같아서 편안한 분위기에서 훈련할 수 있어요. 우리 김선근 감독님은 정말 열정적이세요. 시합이 있든지 없든지 상관없이 꾸준하고 한결같이 저희와 훈련하시죠.”

그렇게 2016년 송세라 선수와 부산광역시청팀의 인연이 시작되었다. 김선근 감독은 그동안 곁에서 지켜봐 온 송 선수에 대해 칭찬을 아끼지 않았다. 집중력과 근성이 높으며 몸으로 부딪쳐 답을 찾으려는 열정 넘치는 선수라고 말이다. 송세라 선수가 좋은 성과를 낼 수 있었던 것도 선수와 감독의 열정이 한마음으로 모여 좋은 시너지로 발휘되었기 때문이라.

완벽한 펜싱 플레이를 위하여

“펜싱은 몸으로 하는 체스예요. 수 싸움이 중요한 스포츠이기도 한데요. 짧은 시간 내에 미끼를 던져서 상대를 끌어들이 제가 원하는 포인트에 점수를 내면 그 희열감이 엄청나죠.”

초등학교 때 선생님의 권유로 호기심에 시작했지만, 펜싱의

여러분의 응원 덕분에 이번 대회에서도 2관왕이라는 좋은 성과를 낼 수 있었습니다. 많은 관심과 사랑 보내주시는 만큼 앞으로도 좋은 모습 보여드리도록 하겠습니다!

매력에 빠지면서 지금까지 검을 놓지 못한다는 그녀. 올해 초부터 분주하게 대회를 치르는 가운데 짧은 휴식 기간 동안은 온전히 집에서 시간을 보냈다.

“요즘 경기 전에 아침으로 강된장을 먹어요. 해외 경기를 나가면 그만큼 부식을 많이 챙기는데요. 쉬는 동안 집밥을 먹으며 체력 충전하는 시간을 가졌죠. 카페나 여행을 자주 가는 편이기도 하지만, 집순이다 보니 집만큼 편안한 곳이 없더라고요.”

짧은 휴식을 마치고 팀으로 복귀한 송세라 선수는 앞으로의 대회를 두고 훈련에 매진 중이다. 단기적으로는 오는 10월 열리는 제 103회 전국체육대회에서 좋은 성과를 거두는 것을 목표로 하고 있으며, 장기적으로는 내년에 열릴 2022 항저우아시아경기대회와 2024 파리올림픽대회를 준비 중이다.

“지금 기량이 올라온 만큼 페이스를 유지하고자 노력하고 있습니다. 단점을 보완해 완벽한 펜싱 플레이를 하는 것이 목표입니다. 여러분의 응원 덕분에 이번 대회에서도 2관왕이라는 좋은 성과를 낼 수 있었습니다. 많은 관심과 사랑 보내주시는 만큼 앞으로도 좋은 모습 보여드리도록 하겠습니다!”

송세라 선수 주요 수상내역

대한민국 펜싱 에페 국가대표

2020 도쿄올림픽대회 에페 단체전 은메달

2022 바르셀로나 에페 월드컵 개인전 금메달

2022 서울 아시아선수권대회 에페 단체전 금메달

2022 카이로 국제그랑프리대회 에페 개인전 동메달

2022 카이로 펜싱 세계선수권대회 에페 개인전, 단체전 금메달



선수부상을 줄이기 위한 예방법

Professional Experience



글 _ 김은희

동아대학교 태권도학과 교수

- 동아대학교 이학박사
- 동아대학교 태권도학과 교수(2011~현재)
- <운동재활관리> 공저
- 현. 대한운동학회 부회장
- 현. 한국사회체육학회 이사

운동선수에게 부상은 신체적·심리적·환경적 등 여러 요소의 영향으로 인해 발생하게 되며, 과도한 반복과 피로 누적이 근육과 근막의 경직 또는 손상의 원인으로 작용한다. 부상이 발생하는 이유는 반복적인 동작으로 뼈, 근육, 힘줄 등의 조직에 지속적인 과부하가 미세한 손상을 유발하고, 조직의 회복 시간을 제공하지 않기 때문이며, 만성통증 또는 신체적 기능 저하로 연결된다.

부상 발생 원인으로는 과훈련, 준비운동 부족, 유연성 부족, 기술 미숙련 상태 등이며, 부상이 발생하는 주요 신체 부위는 머리·얼굴, 목, 어깨, 팔·팔꿈치, 손·손목, 몸통·척추, 둔부·서혜부, 대퇴, 무릎, 하퇴, 발목, 발 등으로 나타난다. 부상의 형태로는 염좌, 건염, 인대 파열, 골절, 타박상, 탈구, 기타 등의 경험이 있는 것으로 나타났다. 따라서, 선수들의 건강과 안전을 위해 부상 예방 및 건강관리에 능동적인 대처가 필요한 실정이다.

선수 부상 예방법의 필요성

스포츠 상황에서 다수의 운동선수가 경험하고 있는 부상은 상해 경험을 통하여 부정적인 정서를 야기시켜 스트레스를 유발할 수 있는 대표적인 요인 중 하나이다. 미국 스포츠 의학회(American College of Sports Medicine, ACSM)에 따르면 부상이 발생하였을 때 선수들은 슬픔, 고립, 동기부여의 저하, 분노, 당황, 식욕부진, 수면 부족 등의 감정 반응을 보이며, 선수들은 개인의 성격특성에 따라 각기 다른 유형의 반응을 나타내고 그에 따라 재활 과정 및 복귀 양상이 상이하다. 운동 상황에서 발생할 수 있는 부상은 선수들이 달성해야 하는 과제인 운동 수행의 수준을 한순간에 끌어내릴 수 있는 상황적 스트레스 요인이 된다. 선수의 부상은 대부분 잘못된 기술, 균형이 안 맞는 노력, 급격한 강도 변화, 부자연스러운 움직임 등으로 인해 발생한다. 이에 본 글에서는 선수들의 부상문제 해결을 위한 예방의 관점에서 살펴보고자 한다.

부상은 크게 급성상해와 만성상해로 분류될 수 있다. 급성상해는 외부로부터 충격에 의해 발생하는 상해를 말한다. 스포츠현장에서 불가피하게 발생하는 사고 현상으로 뼈 골절, 관절탈구와 관절아탈구, 인대염좌와 인대파열, 근육 좌상, 건파열 등이 여기에 속한다. 반면, 만성상해(Chronic injury)는 무리한 연습을 장기간 반복함으로써 피로골절 및 반복적인 급성손상으로 인해 만성적인 상해로 이어진



국제대회의 성공적 개최와 국제 스포츠도시로의 도약

첫 번째, 2002 한일월드컵축구대회

2002년 부산은 국제적인 종합 스포츠대회를 앞두고 도시 전체가 기대와 희망으로 가득 차 있었다.

2002 한일월드컵축구대회와 2002 부산아시아경기대회 등 국제적인 종합 스포츠대회를 통해 부산은 국제 스포츠도시를 향한 기지개를 서서히 켜기 시작했다.



사진출처 _ 부산광역시

국제도시 부산과 2002 한일월드컵축구대회

FIFA월드컵축구대회는 1930년 처음으로 개최된 이후 70여 년 동안 유럽과 미주를 왕복하며 개최됐다. 2002 한일월드컵축구대회는 역대 월드컵대회 포함 주요 국제 스포츠 대회 중 역사상 최초로 공동 개최한 대회이자, 아시아 지역에서 처음 치르게 된 월드컵이기도 하다. 2002 한일월드컵축구대회의 공식 일정은 2001년 12월 1일 본선 조 추첨식 행사로부터 시작되었고, 양국의 20개 개최도시 가운데 부산은 이날 최초로 스타팅라인에 섰다. 월드컵축구대회 출전 사상 최초의 16강 진출을 노리는 우리나라의 첫 경기가 부산아시아드주경기장에서 열리게 된 것도 부산으로서는 큰 행운이었다. 올림픽 대회에 버금가는 전 지구촌 최고의 스포츠 축제이자 범국가적 과제로 떠오른 2002 한일월드컵축구대회의 성공적 개최를 위해 부산광역시청, 부산광역시체육회, 부산 시민까지 일제히 팔을 걷어붙이고 나섰다.

이처럼 다양한 구성원들의 노력 덕분에 부산의 월드컵축구대회 열기는 한층 더 고조됐으며, 대회 개막을 맞아 21세기 최초의 월드컵 공동 개최국인 대한민국과 일본, 그리고 부산을 비롯한 20개 개최도시에 전 세계 축구팬들의 이목이 집중되기 시작했다.



2002 FIFA WORLD CUP KOREA/JAPAN

부산, 월드컵축구대회 첫 승의 감격을 끌어안다

우리나라의 첫 경기인 폴란드전(2002년 6월 4일)은 한국대표팀이 16강 고지를 밟기 위해 반드시 돌파해야 할 조별 리그 최대의 승부처였다. 전반 26분, 노장 황선홍 선수의 발에서 애타게 기다리던 한국의 선제골이 터져 나왔다. 스트라이커 황 선수의 그림 같은 발리슛이 폴란드의 골문을 가르자 부산아시아드주경기장 관중석을 가득 메운 5만여 관중들의 함성이 부산의 밤하늘을 넘어 전국 곳곳에서 터져 나왔다. 선제골로 기세를 제압한 한국은 더욱 기세를 몰아 폴란드 진영을 압박한 끝에 후반 8분 유상철 선수의 추가 골을 더하며 2 대 0 완승을 거뒀다.





경기 내내 화면에 비치는 선수들의 움직임에 함께 호흡하며 승리의 기쁨을 만끽했다. 이를 후인 6월 6일 A조에 속한 프랑스와 우루과이의 경기로 부산은 계획된 모든 월드컵대회의 경기 일정을 끝마쳤지만, 우리나라 축구팬들이 탄생시킨 독특하고 열광적인 길거리 응원은 대회 기간 내내 지속되면서 전 세계를 매료시켰다.

아울러 승리의 환희와 기쁨을 마음껏 분출하며 세계 최고의 열정이 넘치는 도시로 단번에 부상한 부산의 모습은 마스크로 타전돼 전 세계 축구팬들의 가슴속에 깊이 각인됐다.

세계 4강을 넘어선 부산의 승리

월드컵 본선 무대 첫 승의 봉인을 품 한국 국가대표축구는 폴란드전 승리 이후에도 승승장구를 거듭했다. 이로써 한국대표팀은 2002년 한일월드컵축구대회에서 4승 1무 2패로 기적 같은 4강 신화를 이루어냈다. 2002 한일월드컵축구대회의 성공적 개최를 통해 한국 경제가 거양한 가장 큰 성과는 국가 브랜드의 제고였다. 또한 IMF 외환위기 이후로 상실돼 있던 경제적 자신감을 회복한 것도 2002 한일월드컵축구대회를 통해 거둔 수확이었다. 사회적인 측면에서는 '길거리 응원'을 통해 한국 사회의 통합과 성숙한 시민의식을 꿈꿀 수 있었다.

세계적인 스포츠 이벤트인 월드컵축구대회의 성공적 개최와 대회 기간 내내 부산이 보여준 높은 잠재력과 에너지는 3개월여 앞으로 다가온 '2002 부산아시아경기대회'의 대성공을 예견한 것과 다름없었다.



반 백년을 넘어 영원해온 한국 축구의 숙원이 이뤄지는 역사적 순간, 부산아시아드주경기장은 일순 거대한 환희의 물결로 뒤덮였다. 관중석에서는 한국대표팀의 공식 응원단 붉은악마의 대형 태극기가 펼쳐지는 장관이 연출되기도 했다. 월드컵축구대회 본선 첫 승의 꿈이 이뤄지고, 16강 진출의 꿈이 가시화되자 한반도 전역은 온통 환희와 열광으로 들끓었다. 역사적인 월드컵 첫 승이 이뤄진 도시, 부산 또한 예외가 아니었다. 부산역 앞 광장, 해운대해수욕장, 부산대학교 등 부산 지역 곳곳에 설치된 대형 스크린 앞에는 수만 명의 사람들이 붉은 티셔츠를 입고 응원단과 어울렸다.





100세 시대를 위한 활력 충전소

부산광역시 16개 구·군체육회

생활체육은 건강한 100세 시대를 살아가는 데 꼭 필요한 요소입니다. 부산시민이라면 누구나 부산광역시체육회를 중심으로 한 16개 구·군체육회를 통해 양질의 생활체육 프로그램을 쉽게, 마음껏 즐길 수 있다고 합니다. 내 주변에 가장 가까운 구·군체육회가 어디에 있는지 관심을 가지고 알아보는 것은 어떨까요? 다음 호부터는 각 구·군체육회의 특색 사업들을 소개할 예정이니 많은 기대 바랍니다.

1 강서구체육회

- 김재업 회장
- www.gs7330.com
- 051-972-7003
- 부산광역시 강서구 낙동북로 477, 강서구청 별관 211호

2 북구체육회

- 박경빈 회장 직무대행
- cafe.daum.net/nacosabukgu
- 051-334-7330
- 부산광역시 낙동대로 1570번길 33

3 사상구체육회

- 강진태 회장
- www.sasangsports.com
- 051-314-7330
- 부산광역시 사상구 학감대로 238-14, 사상구청 별관 2층

4 사하구체육회

- 노정석 회장
- www.sahasports.or.kr
- 051-205-2007
- 부산광역시 사하구 하신변영로 119, 신평레포츠공원내 2층

5 서구체육회

- 김용구 회장
- band.us/band/80093635
- 051-248-7330
- 부산광역시 서구 망양로 57, 구덕운동장내 23호

6 중구체육회

- 최영규 회장 직무대행
- www.bsjsjc7330.co.kr
- 051-463-7330
- 부산광역시 중구 광복로 55번길 10, 광복동주민센터 3층

7 동래구체육회

- 유명진 회장 직무대행
- www.dongnaesports.co.kr
- 051-553-7330
- 부산광역시 동래구 명륜로 75번길 8, 한주빌딩 3층

8 금정구체육회

- 장성수 회장
- www.gscsports.or.kr
- 051-519-4973
- 부산광역시 금정구 중앙대로 1793번길 37, 2층



9 기장군체육회

- 김동철 회장
- www.gjjangspo.or.kr
- 051-728-6062
- 부산광역시 기장군 일광읍 체육공원1로 71-15

10 연제구체육회

- 김진근 회장
- www.yeonjesports.co.kr
- 051-868-7330
- 부산광역시 연제구 연제로 2, 연제구청 지하 1층

11 부산진구체육회

- 김호상 회장
- 051-804-9898
- 부산광역시 부산진구 성지로 143번길 27 초연근린공원체육관 사무실

12 해운대구체육회

- 김상철 회장
- www.hud7330.com
- 051-704-5010
- 부산광역시 해운대구 센텀중앙로 170, 해운대구 문화복합센터

13 남구체육회

- 정춘식 회장
- www.bngsports.or.kr
- 051-612-7330
- 부산광역시 백운포로 43, 옹호뉴타운 4층

14 수영구체육회

- 황대성 회장
- www.sportssy.or.kr
- 051-610-4790
- 부산광역시 수영구 남천동로 100, 수영구청 지하 1층

15 영도구체육회

- 이강 회장
- cafe.naver.com/yeongdogusports
- 051-419-4851
- 부산광역시 영도구 해양로 307, 마린구장내

16 동구체육회

- 황현선 회장
- cafe.daum.net/donggu7330
- 051-903-7330
- 부산광역시 동구 수정공원로 63-1, 수정산가족체육공원 관리동



조정, 어렵지 않아요!

‘오 해피’ 조정동호회



*본 촬영은 방역수칙을 준수하여 진행하였음.

부산광역시 서낙동강에 조정경기장이 있다는 사실을 알고 있는가.

조정은 접하기 힘든 운동이 아니라 일반인도 쉽게 즐길 수 있는 스포츠다.

‘오 해피’ 조정동호회를 통해 이제껏 몰랐던 조정의 매력에 흠뻑 젖어보자.

서낙동강 푸른 물결을 즐기며

늦은 장맛비가 막바지 기승을 부리던 날. 곳은 날씨에도 서낙동강의 푸른 물살을 가르며 힘찬 레이스를 펼치는 ‘오 해피’ 조정동호회가 보인다. 오 해피의 오(oar)는 우리말로 ‘노(櫓)’를 뜻하며 동시에 감정 감탄사인 오(oh)를 의미한다. 노를 힘차게 저어 나감으로써 행복을 느낀다는 동호회 이름처럼 회원들의 얼굴엔 미소가 떠나질 않는다.

오 해피의 시작은 2014년으로 거슬러 간다. 대중이 조정을 친숙하게 느낄 수 있도록 부산광역시조정협회에서는 4~5월에 조정 아카데미를 주최한다. 당시 조정종목을 체험하며 흥미를 느낀 사람들이 조정을 계속하기 위해 ‘오 해피’ 조정동호회를 창립하였다. 오 해피는 현재 50대 남성 10여 명이 소속되어 있으며, 매주 일요일 오전 서낙동강조정경기장에서 모이고 있다.

전문 체육으로서의 조정은 힘들다고 알려져 있다. 정식 레이스를 타고나면 기본 2~3kg은 빠질 정도로 고강도의 체력을 요한다. 하지만 오 해피 조정동호회에서는 그저 조정을 즐기면 된다고 김병근 회장은 말한다.

“우리 동호회는 주로 포어(4인승)를 타는데요. 개인의 역량보다 팀워크를 맞춰 호흡하는 것이 우선입니다. 잘하면 잘하는 대로, 못하면 못하는 대로 조정을 즐기면 됩니다. 체력 소모가 크지만, 그만큼 몸무게는 줄어주고 근육량은 늘어나죠!”

충분한 스트레칭과 로잉머신을 통해 기초 훈련을 1시간 정도 하여 부상을 방지한다. 조정은 양팔, 다리, 허리 등 전신 근육을 사용하기 때문에 심폐지구력과 근력 향상에도 도움이 된다. 특히 몸의 균형을 잡으며 노를 젓기에 자연스럽게 신체 밸런스도 잡아준다.

“조정은 자세가 중요한 데, 부산광역시조정협회와 부산항만공사의 지원 덕분에 국가대표 출신 코치 선생님이 직접 지도해줍니다. 강 위에서 배를 탈 때는 코치 선생님이 콧수레*에 앉으셔서 회원들을 봐주시기에 자세도 바로 고칠 수 있죠.”

조정대회에서 전문선수들의 정식 레이스는 2,000m이지만, 생활체육대회는 500m이기 때문에 무리하지 않고 조정을 즐길 수 있다. 여름과 겨울에는 4km, 날이 좋은 봄과 가을에는 8km의 해상 훈련을 진행하며, 점심시간에는 서로 자세가 어땠는지 리뷰하는 것으로 모임을 마무리한다.

콧수레 배가 올바른 방향으로 가는지 살피며 선수들을 이끄는 역할



조정은
누구나 즐길 수 있는
스포츠입니다.



Mini Interview

김병근 회장

세상 하나뿐인 '오 해피 보트'

오 해피의 자랑거리 중 하나는 출석률이 높다는 것. 덕분에 동호회 활성화가 잘 이루어지는 편인데 여기에는 오 해피만의 숨은 비법이 있다. 바로 SNS 점호다.

“심상근 회원이 점호 반장을 맡아 매일 아침 회원들에게 힘찬 기운을 불어넣고 있어요. 점호라고는 하지만, 이모티콘 하나만 보내면 돼요. ‘오늘 파이팅!’과 같은 이모티콘을 보내면 회원들이 각자 자신의 상태를 알리죠. 아직 잠이 덜 깬 이모티콘을 보내기도 하고요. 우리 동호회만의 귀여운 소통 방식입니다.”

짧지만 매일매일 서로의 안부를 확인하다가 일요일에 만나면 그렇게 반가울 수가 없다. 이러니 오 해피 회원들의 정이 쌓일 수밖에 없는 건 당연지사.

특히 오 해피 회원들이 동호회에 얼마나 진심인지 알 수 있는 것이 바로 ‘배’이다. 대부분 조정동호회는 부산광역시조정협회와 부산항만공사에서 제공하는 배를 탄다. 오 해피 역시 그러했다. 그러던 중 2018년 동호회 자체적으로 배를 사자는 논의가 오갔다.

“배가 고가이긴 하지만, 회원들이 십시일반 돈을 모아서 배를 구매했죠. ‘오 해피’ 로고가 박힌 배와 노를 본 순간 벅찬 감동은 잊을 수 없어요. 회원들도 클럽에 대한 소속감과 애정, 자부심이 더 늘었죠. 덕분에 훈련 참석률도 좋아졌습니다.”

전국체육대회 메달을 꿈꾸며

현재 조정을 잘하고 있는지 확인하는 방법은 대회 출전이다. 생활체육동호인 대회가 1년에 3~4개 정도 되는데, 국내 조정대회 중 가장 큰 규모인 ‘장보고기전국조정대회’에 참가했던 일을 잊지 못한다고.

“협회사 다른 동호회에서 저희를 보고 단합력은 좋은데 경기력이 아쉽다는 말을 하곤 했죠. 그러던 중 2021년 코로나 시국에 장보고기전국조정대회가 수영장에서 열렸어요. 오 해피가 주축이 된 부산연합팀이 결성되었죠. 경기 결과 에이트(8인승) 종목에서 당당히 부산연합팀이 전국 1등을 차지했습니다! 덕분에 오 해피의 경기력에 대한 기존의 우려도 불식시킬 수 있었죠.”

이뿐만 아니라 일본 후쿠오카와의 정기 교류전도 기억에 남는다. 부산과 후쿠오카의 위치가 가깝다 보니 2010년부터 부산광역시조정협회와 후쿠오카조정협회에서 서로 교류할 수 있는 장을 마련한 것. 2019년 정기 교류전 당시 일본 선수들이 부산에 와 함께 식사도 하고 대회를 진행했다. 현재는 코로나19로 인해 교류가 중단된 상태이지만, 훗날 다양한 만남도 기대하고 있다. 앞으로는 조정 선진국인 영국과 오스트리아에 가서 교류도 하며, 템스강이나 알프스 할슈타트 호수에서 배를 타보는 것이 오 해피의 꿈이기도 하다.

“무엇보다 ‘오 해피’는 지금처럼 즐겁게 조정을 하며 회원들과 건강하고 오래도록 함께하는 것이 우선입니다. 나아가서 전국체육대회 조정대회 일반부 출전도 목표로 삼고 있어요. 물론 예선 통과까지 쉽지 않겠지만, 본선에 진출해 전국체육대회에서 메달을 따고 싶습니다!”

연혁 및 주요 수상내역

- 2014년 03월 오 해피 창립(5명)
- 2018년 06월 부산-후쿠오카 조정친선교류전 Coxed Four 준우승
- 2019년 08월 한일교류전 및 부산조정협회장배 전국비치조정대회 Coxed Four 1위
- 2021년 10월 제5회 부산조정협회장배 전국비치조정대회 Coxed Four 1위(2연패)
- 2021년 11월 제47회 장보고기전국조정대회 Coxed Four 2위, Eight 1위
- 2022년 06월 제48회 장보고기전국조정대회 Coxed Four 2위



세 살 스포츠 여든까지

동의과학대스포츠클럽

건물을 가득 안고 있는 햇살 때문인지, 아이들부터 어르신들까지 한데 어우러져 저마다 스포츠에 대한 열정적인 에너지를 뽐내고 있기 때문인지, 동의과학대스포츠클럽에 들어서면 명절 같은 따뜻한 느낌이 가득하다. 가족 중심의 건강 활동을 만들기 위해 노력 중인 동의과학대스포츠클럽을 함께 만나보자.

부산 최초의 대학 연계 스포츠클럽

2020년 6월에 법인 인가를 받으며 부산광역시 최초의 대학 연계로 시작된 동의과학대스포츠클럽. 공공 체육에 기여하기 위해 힘찬 발걸음을 내디뎠지만, 전 세계를 강타한 코로나19로 인해 한발 물러서야만 했다. 하지만 클럽을 운영함에 있어 “NO”라는 대답이 없던 동의과학대스포츠클럽은 다양한 지원사업들을 찾아보며 힘든 시기를 이겨내기 위해 노력하였다. 특히 비대면 시대에 발맞춘 ‘언택트 수영대회’는 부산시민들뿐 아니라 대한체육회 지원사업에 발탁되며 큰 호응을 얻어냈다. 원래 수영대회는 선수들이 다함께 경기를 펼치지만 언택트 수영대회는 선수 한 명 한 명의 레이스가 따로 진행되었다. 대회에 참석하지 못한 사람들은 유튜브 생방송을 통해 함께 응원하기도 했다. 처음에 20~30명과 함께 했던 생방송은, 나중에 100명의 시청자가 모여 참가자들의 성장을 함께 지켜보았다. 동의과학대스포츠클럽은 이 수영대회를 발판으로 2022년 가족들이 함께 즐길 수 있는 ‘스вим 투게더’ 대회를 개최하여 언택트 수영대회의 감동을 다시 가져올 예정이다.

하계스포츠 성지에서 동계스포츠를 볼 피우다

동의과학대스포츠클럽은 생활체육뿐 아니라 지역주민들을 위한 다양한 프로그램을 만날 수 있다. 그중 가장 눈에 들어오는 종목은 아이스하키다. 동계스포츠 불모지인 부산에서 아이스하키라니, 모두 물음표를 던졌지만, 그것이 이들만의 전략이었다. 빙상장에서만



*본 촬영은 방역수칙을 준수하여 진행하였음.



가능할 것 같은 훈련은 인라인스케이트를 통해서 하거나 얼음하고 똑같은 효과를 내는 제품을 사용하여 빙상 기술을 터득하도록 하고 있다. 못할 것이라는 생각을 전환시켜 오히려 부산시민들이 취미로 동계스포츠를 즐길 수 있도록 노력 중이라고 한다.

또한 바다의 도시 부산답게 수영 전문선수 육성반이 운영되고 있다. 현재 10명의 전문선수들이 있으며 상반기와 하반기 때마다 레벨 테스트를 진행하는 등 철저하게 운영하고 있다. 선수들에 대한 지원은 아끼지 않고 있으나, 환경적인 이유로 운동을 그만두는 선수들이 더러 있었다고 한다. 이에 동의대학교스포츠클럽에서는 동의대학교와 연계할 수 있는 장점을 활용하여 전문선수들이 지속해서 운동할 수 있는 방안을 마련하고자 모색 중이다. 더불어 다양한 개인종목 위주의 전문선수 육성반도 키워나갈 계획이라 한다.

소통을 통한 100% 만족 달성을 위하여

동의과학대스포츠클럽은 스포츠뿐 아니라 다양한 활동을 진행하고 있다. 지난 2월, '로드 봉사단'을 창단하여 자체적으로 활동하고 있으며 현재는 등산을 통해 쓰레기를 줍는 등 환경정화 활동을 펼치고 있다. 사실 이 봉사단은 회원들끼리 교류하며 운동에 적응할 수 있는 계기를 만들고자 시작되었다. 이러한 취지와 함께 봉사단은 계속 늘어날 것이며, 더 나아가 행사 진행요원부터 건강에 관련된 봉사활동과 친환경 ESG 스포츠 캠페인까지 다양한 활동을 이어나갈 예정이다. 이렇듯 회원들을 생각하며 프로그램을 기획하는 열정적인 클럽 직원들 덕분에 많은 회원들이 동의과학대스포츠클럽



을 이용하고 있다. 더불어 자체적인 CS교육을 기본으로 진행하고 있으며, 회원들이 스포츠 활동에만 그치지 않고 다양한 커뮤니티 활동을 할 수 있도록 소통 게이트를 열어 운영하고 있다. 현재도 정기적인 설문조사를 통해 회원들이 높은 만족을 하고 있지만, 회원들의 만족도가 100% 될 때까지 노력할 것이라고 한다.

부산의 중심 동의에서 스포츠가 비상하도록

스포츠뿐 아니라 다각적인 방면에서 노력 중인 동의과학대스포츠클럽. 이들은 대회나 행사를 열기까지 힘듦의 연속이라 한다. 하지만 참가선수들이 열심히 대회를 위해 준비하고 출발선에 서기까지의 과정들을 함께하여 멋지게 경기를 마치는 선수들을 보면 힘들었던 기억은 사라지고, 보람되고 뿌듯한 기억만 남는다고 한다. 가치 실현의 목적을 담아 스포츠 사회적 기업 육성의 모델이 되고자 하는 동의과학대스포츠클럽. 부산의 중심에서 스포츠가 비상할 수 있는 그 날까지, 그리고 가족이 즐길 수 있는 스포츠클럽이 되는 그날이 오길 응원한다.

김영도 동의과학대스포츠클럽 회장

동의과학대스포츠클럽 체육관 건물 리모델링의 설계부터 함께했던 김영도 회장은 스포츠에 대한 남다른 애정을 내비쳤다.

“이제는 스포츠 여가 활동이 중요해지고 있다고 생각합니다. 원래 운동장에 불과했던 이곳을 설계부터 함께 참여하여 2011년에 개관하였습니다. 한 건물 안에 다양한 시설물과 프로그램을 채우기 위해 끊임없이 노력하였으며, 건물에 문제가 생긴다면 즉시 보수하여 이용하시는 분들이 불편하지 않도록 하고 있습니다. 2020년 공공체육에 기여하기 위하여 스포츠클럽사업에 지원하여 첫걸음을 뚝딱했지만, 코로나19로 쉽지 않은 않았습니다. 하지만 회원들이 만족할 수 있도록 열심히 달려온 우리 직원들 덕분에 극복할 수 있었습니다. 그리고 항상 열심히 해주는 우리 전문선수들에게 자랑스럽다는 이야기를 해주고 싶습니다. 동의과학대스포츠클럽도 선수들이 탄탄대로만 걸을 수 있도록 많은 기회와 지원을 제공할 수 있도록 노력하겠습니다. 3살 어린아이들이 태권도복을 입고 체육관을 뛰어다니는 모습을 보면 항상 뿌듯합니다. 우리의 미래이자 희망인 어린아이들이 동의과학대스포츠클럽과 함께 성장하여 어른이 되었을 때도 스포츠를 놓치지 않도록 만들겠습니다. 그리고 스포츠클럽 이용자들이 만족할 수 있도록 최선을 다할 것이니, 회원 여러분께서는 체육관을 자신의 것처럼 아끼고 사랑해주세요. 감사합니다.”

MINI INTERVIEW



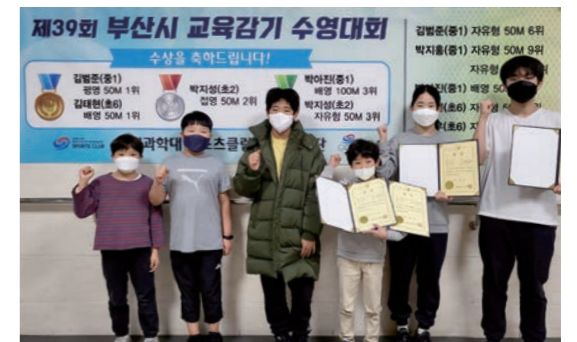
우리의 미래이자 희망인 어린아이들이 동의과학대스포츠클럽과 함께 성장하여 어른이 되었을 때도 스포츠를 놓치지 않도록 만들겠습니다.

동의과학대스포츠클럽 연혁

- 2020.06. 법인 인가
- 2020.07. 사업개시
- 2021.03. 대의원 선출 및 총회
- 2021.06. 2021 생활체육활성화 공모사업 비대면 사업선정 '엔택트 수영대회'
- 2021.09. 공공스포츠클럽 홍보 아이디어 공모전 은상 수상

동의과학대스포츠클럽 소속 선수 주요 수상

- 2021 제39회 교육감기 초중학교 수영대회 중등부(평영) 1위, 초등부(접영) 1위
- 2022 제45회 부산광역시수영연맹회장배 수영대회 초등부(평영) 1위
- 2022 제103회 전국소년체육대회 수영종목 은 5개, 동 3개





제9대 행정문화위원회 위원들 / 사진출처 : 부산광역시의회

부산 체육의 든든한 울타리

부산광역시의회 행정문화위원회

제9대 부산광역시의회가 개원했다. 지난 7월 5일, 제306회 임시회에서 부산광역시의회를 이끌어갈 의장을 비롯해 각 상임위원회 위원장 선출 및 소속 상임위원 선임이 이루어지면서 최영진 위원장을 필두로 한 행정문화위원회가 구성되었다. 부산 체육을 이끌어 갈 행정문화위원회의 현안과 나아갈 방향이 궁금하다.

‘문화’, ‘체육’ 행정의 중심

행정문화위원회는 ‘행정’, ‘문화 예술’, ‘관광’ 그리고 ‘체육’ 분야에 관한 의정 활동을 수행하는 상임위원회다. 시의회 상임위원회 중 가장 많은 부서, 기관, 시설을 담당하고 있으며, 문화체육국, 행정자치국, 부울경 특별지방자치단체 합동추진단, 관광마이스산업국, 감사위원회 등이 행정문화위원회 소관이다. 최영진 위원장은 행정문화위원회의 활동 범위를 ‘행정 더하기 문화 그리고 체육’이라고 정의했다.

현재 행정문화위원회가 가장 주목하고 있는 현안은 ‘2030 부산월드엑스포 유치’와 ‘부울경 메가시티’ 구축이 실질적인 결과로 이어지도록 지원하고 감시하는 것이다. 특히 국가사업으로 채택되어 추진 중인 부산월드엑스포 유치는 경제나 문화뿐만 아니라 모든 부분에서 부산을 한 차원 더 높은 수준으로 도약시킬 수 있는 계기가 될 것이기에 행정문화위원회도 유치를 위한 홍보 활동과 의정 활동에 역량을 집중할 계획이다.

부산광역시체육회와의 협력

부산광역시체육회 역시 행정문화위원회 소관 기관이다. 이에 행정문화위원회는 부산광역시체육회가 구상 중인 사업에도 관심을 갖고 협력할 예정이라고 한다. 먼저,

8월 해운대해수욕장을 중심으로 열릴 ‘플로깅 페스티벌’을 통해 부산월드엑스포 홍보와 연계한 진행 방안을 모색 중이다. 그리고 부산광역시체육회가 올 11월 개최 구상 중인 ‘부울경 메가스�포츠 한마당’은 ‘부울경 특별연합’ 추진에 좋은 분위기를 조성할 수 있는 훌륭한 아이디어라고 생각한다면서, 이에 감사 인사를 전하며 적극 협력하겠다는 의지를 밝혔다.

행정문화위원회는 사업 하나하나를 꼼꼼히 들여다보는 것도 중요하지만, 궁극적으로는 부산의 문화를 점점 더 높은 수준으로 끌어올리기 위해 나아가겠다고 한다. 뿐만 아니라 시 행정이 시민들의 피부에 닿을 수 있도록 노력하겠다고 하며, 체육계와 더불어 행정문화위원회의 활동에 시민들의 많은 관심과 지지를 당부하였다.

Mini Interview

안녕하십니까.
제9대 부산광역시의회 행정문화위원회
위원장 최영진입니다.

부산광역시체육회 소식지를 통하여 여러분께 이렇게 인사드리게 되어 정말 반갑습니다. 저도 2012년부터 2016년까지 5년간 사하구에서 배드민턴연합회 회장으로 지냈기에 지역 주민들이 체육 활동을 통해 함께 어울리고 체력을 증진할 수 있는 사업에 특히 관심이 많습니다. 그리고 제7대 시의회에서 시의원으로서 활동한 이후 오랜만에 시의회로 돌아와 감회가 새롭고, 잘해야 한다는 비장한 마음도 듭니다. 아시다시피 부산광역시체육회는 행정문화위원회 소관 기관입니다. 제가 행정문화위원회 위원장으로서 가진 바람 중 하나는 전문 체육인 육성과 시민 체육 활성화 분야 등에서 부산광역시체육회와 협력하여 좋은 성과를 냈다는 평가를 받는 것입니다. 시민의 목소리에 예민하게 반응하는 정치 활동을 펼치겠으며, 낮은 목소리에 더욱 귀 기울이겠습니다. 다시 부산을 위해 일할 기회를 주신 시민 여러분께 감사드립니다. 보내주신 응원에 반드시 보답하겠습니다.

전문 체육인 육성과
시민 체육 활성화 분야 등에서
부산광역시체육회와 협력하여
좋은 성과를 냈다는 평가를
받는 것이 바람입니다.

최영진
위원장



*본 촬영은 방역수칙을 준수하여 진행하였음.



2022 클럽대항 청소년 농구대회 성료

글 _ 제1기 부산스포츠 기자단 김소연



2022 클럽대항 청소년 농구대회 개최

부산광역시체육회가 주최하고 부산광역시농구협회가 주관하는 '2022 클럽대항 청소년 농구대회'가 지난 7월 25일(월)부터 26일(화)까지 이틀에 걸쳐 사직실내체육관 주경기장에서 진행하며 성황리에 마쳤다. 클럽대항 청소년 농구대회는 활기차고 명랑한 학교문화를 조성하여 학생들에게 체육활동을 통한 건전한 여가 활동 기회를 제공하기 위해 개최되었다. 이번 대회는 남자 중등부

18팀, 고등부 18팀 총 36팀(432명)이 참가했다. 중등부에서는 여명중학교 1위, 분포중학교 2위, 대신중학교와 사직중학교가 3위를 차지하였으며, 고등부에서는 대진전자통신고등학교 1위, 양정고등학교 2위, 이사벨고등학교와 기장고등학교가 3위를 차지하였다. 우승팀에게는 부산광역시체육회장 상배와 부산광역시교육감 상장이, 우승팀의 최우수선수와 준우승팀의 우수선수에게는 부산광역시체육회장상이 각각 수여되었다.

청소년 체육인들에게 소중한 경험 선사

이번 대회에 출전한 선수들은 전문선수가 아닌 학교 동아리 소속이다. 따라서 평소 큰 경기장에서 뛰어볼 경험이 없기 때문에 사직실내체육관 주경기장에서 진행된 클럽대항 청소년 농구대회는 참가자들에게 더욱 특별한 경험으로 남았다. 참가선수들은 신나는 마음으로 넓은 농구 코트를 마음껏 누볐다.

농구는 항상 자신을 불타오르게 한다는 중등부 최우수 선수 여명중학교 3학년 김시무 학생 역시 경기 소감을 통해 클럽대항 청소년 농구대회를 향한 특별한 마음을 표현했다. 김시무 학생은 어린 시절부터 농구를 좋아하였으며 중학교에 입학하고 선배의 권유로 농구부 생활을 시작하게 되었다고 한다. 여명중학교가 우승할 수 있었던 비결은 무엇인지 묻자 "감독님의 우수한 지도력 덕분이고, 자신이 최우수 선수로 뽑힐 수 있었던 것은 같은 팀 선수를 믿고 자신 있게 플레이했기 때문"이라는 겸손한 대답을 내놓았다. 더불어 "우리 팀의 실력을 알릴 수 있어 기쁘고 잊지 못할 경험이 될 것 같다"라며 클럽대항 청소년 농구대회에 대한 소감을 밝혔다. 끝으로 스포츠를 사랑하는 청소년으로서 주어진 일에 최선을 다하는 스포츠인이 되겠다는 각오를 남기기도 했다.

이처럼 클럽대항 청소년 농구대회는 청소년 체육인들에게 쉽게 할 수 없는 경험을 선사함으로써 청소년 체육 활성화에 이바지하고 있다.



안전이 제일, 코로나19 예방을 위한 철저한 방역

코로나19 확산을 방지하기 위해 대회 주최인 부산광역시체육회는 각별히 방역에 신경 썼다. 개·폐회식을 생략하고 선수, 관계자 및 관람객 등 이용 주체별로 동선을 구분했으며, 선수단마다 퇴장 시간을 분리하여 경기 종료 후 선수들이 한꺼번에 대회장 을 나가지 않도록 거리두기를 유지했다. 또한 지속적으로 대회 참가자들에게 마스크를 착용할 것을 당부하며 코로나19 예방을 위해 힘썼다. 이처럼 주최 측 및 참가자들이 철저하게 방역 정책을 준수한 덕분에 안전하게 대회를 마무리할 수 있었다. 부산광역시체육회에서는 현재 클럽대항 청소년 대회에서 농구, 축구, 볼링 등 3개 종목을 진행하지만, 추후 다른 종목까지 확대할 예정이며 학생들이 적극적으로 참여하여 뛰고 싶은 대회로써 자리매김하면 좋겠다고 밝혔다.



제1기 부산스포츠 기자단
김소연, 김수현, 송민수, 양건국 (가나다 순)



파도와 하나 되는 스포츠 서핑

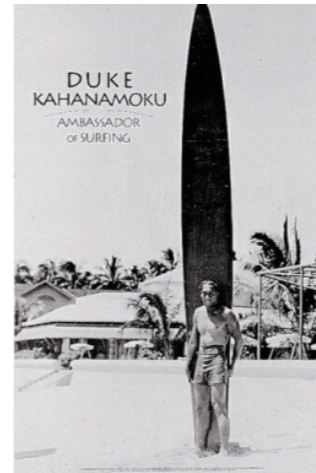
해안으로 밀려드는 파도를 타며,
다양한 묘기를 펼치는 스포츠 서핑.
역동적이고 짜릿함을 즐길 수 있는
여름 대표 수상 종목 서핑에 대해
알아보자.



서핑의 역사

서핑의 기원은 명확하지 않으나 하와이나 타히티에 살던 고대 폴리네시아 사람들에 의해 시작된 것으로 추정된다. 1767년 유럽 선원들이 타히티 연안에서 길고 무거운 보드를 이용해 물 위를 이동하는 폴리네시아인을 본 뒤 서핑이 서양에 알려지게 되었다고 한다. 당시 폴리네시아인들은 서핑 실력이 뛰어나면 권력을 얻을 수 있었다. 지배층은 가장 훌륭한 보드와 해변을 소유하기도 했으며, 지위가 낮은 사람도 서핑으로 신분 상승이 가능했다. 이후 1800년대 유럽 선교사들에 의해 원주민 문화가 금지되면서 서핑도 쇠락하게 된다.

하와이인들에 의해 근근이 이어져 오던 서핑은 20세기 초 다시 활성화되기 시작했다. 서핑이 부흥하는 데 큰 역할을 한 '파오아 듀크 카하나모쿠(Paao Duke Kahanamoku)' 덕분이다. 듀크는 하와이 출신으로 올림픽대회 수영 금메달리스트이기도 하다. 그는 와이키키 해변에 최초의 서핑클럽을 열었고, 전 세계에 서핑을 알리는 데 노력했다. 이 때문에 듀크를 근대 서핑의 창시자로 보기도 한다. 서핑은 미국 캘리포니아, 호주 등을 중심으로 빠른 속도로 퍼지기 시작했다. 1956년에는 호주 도케이 해안에서 제1회 국제서핑카니발이 열려 영국을 비롯한 다양한 국가에서 참가해 성황을 이루었다. 1960년대 초부터 서핑 세계선수권대회가 열리고 있으며, 1974년 국제서핑협회가 창설되었다. 우리나라는 2009년 53번째 가맹국으로 국제서핑협회의 정식 회원이 되었다.



대한서핑협회 자료에 따르면 국내 서핑 인구는 2017년 기준 20만 명이며, 현재는 약 100만 명이 서핑을 즐기는 것으로 추산하고 있다. 국내에 서핑이 보급된 시초는 1990년대 초 재일교포 이창남씨가 제주 지역민들에게 서핑을 알려면서부터다. 1990년대 중반 이후 제주와 부산 송정 등지에 서핑클럽이 생겨나기 시작했고, 2010년경 외국에서 서핑을 접한 사람들이 국내 각지에서 서핑하게 되면서 오늘날에 이르렀다. 국내에서 서핑을 즐기기에 좋은 스포츠로 제주, 양양 등이 있으며, 부산의 송정해수욕장은 남서풍과 북동풍이 불어 대표적인 서핑 포인트로 꼽히기도 한다.





서핑 종목

서핑이 주는 에너지를 올림픽대회에 붙여넣고자 도쿄올림픽 조직위원회가 종목 신설을 제안하여, 2020 도쿄올림픽대회에서 서핑은 정식 종목이 되었다. 2024 파리올림픽대회에서도 서핑을 볼 수 있는데, 국제올림픽위원회(IOC) 집행위원회는 서핑 종목을 타히티에서 개최하는 방안을 승인했다. 타히티는 파리와 1만 5,000km 떨어진 곳이지만, 프랑스령이기도 하면서 서핑의 발원지로 꼽히는 곳이기에 더욱 관심이 주목되고 있다.

2020 도쿄올림픽대회에서 서핑 종목은 쇼트보드 부문 남녀 각각 1개의 금메달이 걸려있었으며, 예선-본선라운드를 거쳐 메달 결정전으로 경기가 펼쳐졌다. 각 선수는 한 라운드에서 최대 25번의 파도를 탈 수 있으며, 이 중 가장 높은 점수를 받은 2번의 합계를 통해 라운드 결과가 결정된다. 그러나 선수들이 타는 파도는 매번 다르기에 채점 기준은 상대 평가로 이루어진다. 예를 들어 한 라운드의 첫 번째 선수의 퍼포먼스를 기준으로 삼아 이후 선수들의 점수가 매겨진다. 채점 기준은 파도 자체의 난이도, 퍼포먼스의 질, 스피드, 파워, 연기 흐름 등을 종합한다.

서퍼의 동반자, 수트와 보드

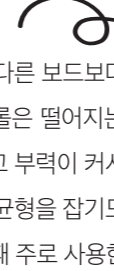
수트는 서핑의 필수품이다. 우리나라에서 서핑을 한다면 7~8월을 제외하고 수트를 꼭 입어야 하는데, 바다는 육지보다 늦게 데워지고 늦게 식기에 수온이 한 계절씩 늦게 변하기 때문이다. 수트 종류로는 수트 내부에 물이 들어와 체온으로 물이 따뜻하게 데워지도록 설계된 '웨트수트'와 물의 유입이 거의 없어 몸이 젖지 않는 '드라이수트'가 있다.

더불어 서핑에 빠뜨릴 수 없는 것이 보드다. 종류도 다양하며 저마다 특색도 다르다. 보드에 따라 종목으로 구분하기도 하는데, 대표적으로 알려진 쇼트보드, 롱보드 등에 대해 알아보자.



쇼트보드 Short Board
7피트 이하 사이즈로 가장 대중적인 보드다. 길이가 짧아 컨트롤이 어려운 대신 역동적인 회전 기술을 선보일 수 있어 퍼포먼스에 적합하다. 세계에서 가장 큰 서핑대회인 WSL 챔피언십 메인 종목이기도 하다.

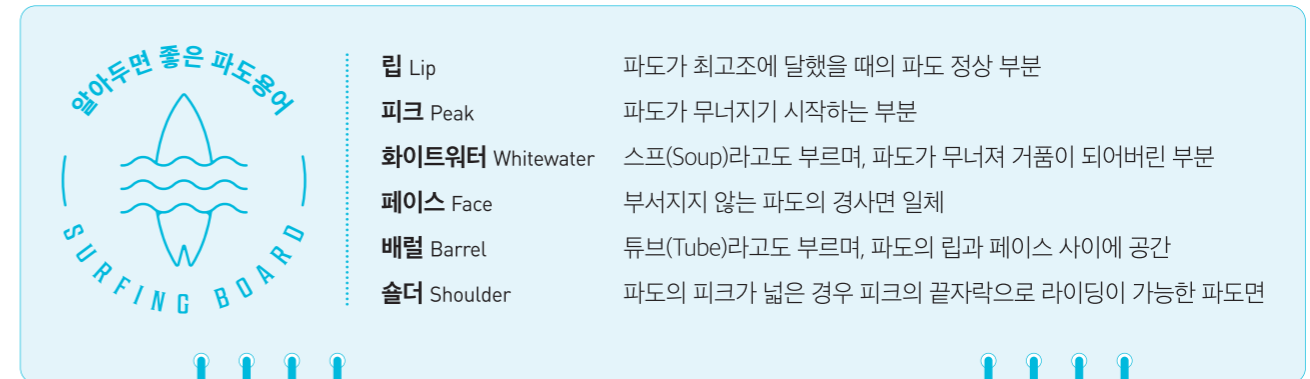
펀보드 Fun Board
쇼트보드와 롱보드의 중간 길이로 안정감과 회전감을 느낄 수 있다.



롱보드 Long Board
9~12피트의 보드를 칭한다. 다른 보드보다 직진성과 속도도 좋지만, 컨트롤은 떨어지는 편이다. 상대적으로 면적이 넓고 부력이 커서 파들에 유리하고, 보드 위에서 균형을 잡기도 쉬워 초심자가 서핑을 시작할 때 주로 사용한다.
* 롱보드는 초보용, 쇼트보드는 선수용으로 이해하면 곤란하다. 보드마다 구사할 수 있는 기술이 다르며, 탈 수 있는 파도도 차이가 있기 때문이다.

서핑 경기장, 파도

서핑이 매력적인 이유로는 '파도'를 꼽을 수 있다. 파도가 없다면 서핑을 할 수 없을뿐더러, 매번 똑같은 바람과 파도가 존재하지 않기 때문이다. 이 때문에 파도를 읽어내는 능력은 서퍼에게 중요한 덕목이기도 하다.



자료출처 대한서핑연맹
네이버 블로그 위원석의 삼위일체 '서핑 이것이 궁금하다 상·하편'
사진출처 셔터스톡, 대한서핑연맹

오늘의 10분 운동

금강산도 스트레칭 후 구경

무더워지는 날씨를 피해 떠나는 신나는 여름휴가! 차에서 흘러나오는 노래를 흥얼거리며 설레는 마음 가득 안고 출발해 본다. 하지만 설렘도 잠시, 장시간·장거리 운전으로 지쳐버린 몸이 야속하기만 하다. 오늘만큼은 '금강산도 스트레칭 후 구경'으로 안전하고 건강한 휴가를 즐겨보자.

휴가의 마지막 퍼즐 조각은 안전운전

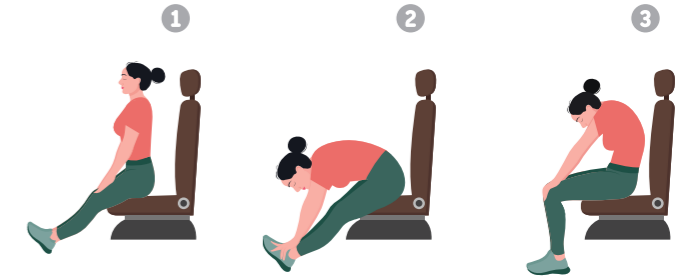
여름 휴가철에는 하루 중 기온이 가장 높은 오후 2시~6시에 교통사고가 많이 발생한다. 맛있는 점심식사 후 나른해진 몸과 더위로 인한 주의력 저하, 그리고 한 자세로 오래 운전하여 생긴 통증 등 여러 가지 이유가 있다. 그래서 우리는 안전하게 휴가지에 도착할 수 있도록 틈틈이 휴식을 취하며 운전해야 한다.

안전운전을 위해 자동차 시터 또는 휴게소에 차를 세워놓고 다음 동작을 따라하며 즐거운 휴가를 위한 퍼즐을 완성시켜보자.



긴장된 몸 완화시키기

- 01 정자세를 유지하고 갈비뼈 사이를 늘린다고 생각하며 숨을 깊게 마셔준다. 내실 때는 늘어난 갈비를 닫아내며 숨을 끝까지 뱉어준다.
- 02 손으로 발목을 잡고, 머리, 등, 허리 순서로 숙이며 척추를 스트레칭해준다. 10초간 유지해준다.
- 03 발목에서 손을 떼고, 2번 동작의 반대로 허리, 등, 머리 순서로 천천히 올라와 준다.



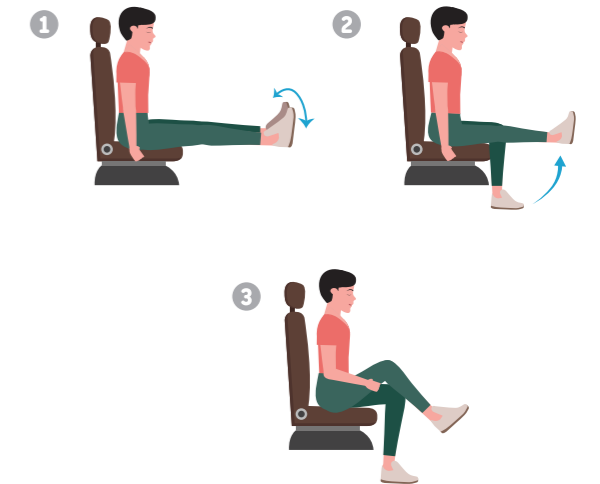
토닥토닥 허리 운동



- 01 다리를 꼬고, 양 팔을 곧 다음, 천천히 숨을 내쉬며 팔을 하늘로 올려준다. 팔을 올리고 내리기를 10회 반복해주며 날개뼈를 스트레칭해준다. 반대쪽 다리와 팔을 다시 꼬아서 동작을 반복해준다.
- 02 양손을 뒤로 보내 깍지를 끼워준다. 그리고 가슴을 앞으로 내밀며 허리를 스트레칭해준다. 시선은 앞 천장을 바라보며 10초 유지해준다.
- 03 제자리로 돌아와 한 손은 의자 등받이를, 다른 한 손은 무릎을 잡고 의자 등받이 쪽에 짚은 손 쪽으로 허리와 등을 돌려 약 10초간 유지해준다. 시선은 같이 따라가며, 반대쪽도 반복해준다.

브레이크를 책임지는 내 다리

- 01 허리를 곧게 편 상태에서 양다리를 뻗어, 발목을 10회 동글게 돌려준다.
- 02 양다리를 가볍게 내리고, 오른쪽 다리를 뻗어 발가락이 하늘을 향하게 한다. 종아리를 늘린다는 느낌을 주며 10초간 유지해준다. 왼쪽도 동일하게 해준다.
- 03 다시 다리를 내리고, 한쪽 허벅지를 양 팔로 감싸고 몸쪽으로 당겨준다. 허벅지 뒤쪽 근육이 늘어나는 느낌이 들면 10초간 유지해준다. 반대쪽도 반복해준다.



편두통, 좋은 습관과 음식으로 극복하자

— 시도 때도 없이 머리가 지끈지끈하는 편두통. 편두통의 원인은 스트레스나 호르몬, 가족력 등 그 원인이 다양하다. 현대인의 80%가 겪는 편두통을 잘 알아보고 건강한 일상을 만들어보자.



편두통의 정확한 증상은 무엇일까?

대부분의 사람들이 흔히 겪는 편두통. 두통과 무엇이 다를까. 편두통이란 뇌와 머리, 뇌신경 및 뇌혈관 기능 이상, 가족력 등의 원인으로 발생하는 두통의 일종이다. 한쪽 머리만 아프거나 머리 전체에 통증이 발생할 수 있기에 정확한

진단과 치료를 위해서 두통의 형태와 지속기, 증상에 대해 설명하는 것이 좋다. 편두통의 증상은 4단계로 설명할 수 있지만 모든 편두통을 환자가 다 겪는 것은 아니며, 동일한 사람이라도 증상의 구성이 달라질 수 있다.



1단계 전구기

가벼운 예민함, 우울, 짜증, 식욕부진.



2단계 조짐기

시야가 어두워지거나 반짝하고 빛이 보이기도 함.



3단계 두통기

빛과 소음을 참지 못하며, 속이 메스껍고 구토 증상이 나타남.



4단계 회복기

화를 잘 내고 피곤함을 느끼며 집중력이 떨어짐.

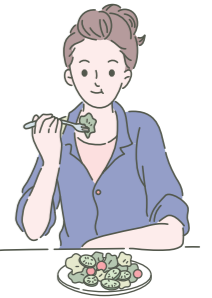
여성호르몬과 편두통의 연관성 높아

국민건강보험의 자료에 따르면 편두통은 여성호르몬인 에스트로겐 및 프로게스테론과 연관이 있어, 가임기 여성에게 유병률이 더욱 높다고 알려져 있다. 실제 일부 여성은 월경 때 편두통이 발생하기도 한다. 미국 신경학저널 자료에서도 남성의 경우 편두통이 있는 사람과 없는 사람을 비교했을 때, 에스트로겐의 일종인 에스트라디올 농도가 높았다. 게다가 그들에게는 남성호르몬 결핍 증상도 더 빈번하게 나타났다.

편두통에 나쁜 음식 vs 좋은 음식

편두통을 치료하기 위해서 약물치료나 신경차단술, 주사제의 방법도 있지만 좋은 습관과 적절한 음식 섭취가 중요하다. 기본적으로 규칙적인 수면시간과 식사시간을 지키고 과도한 카페인 섭취는 자제해야 한다. 편두통에 나쁜 음식과 좋은 음식을 알아보고, 평소 편두통을 일으키는 식습관이라면 건강한 식단으로 바꿔보자. 충분한 휴식이나 간단한 식이요법 등으로 호전되지 않는다면 지체 말고 전문의와 상의해 보는 것이 좋다.

편두통을 치료하기 위해서 약물치료나 신경차단술, 주사제의 방법도 있지만 좋은 습관과 적절한 음식 섭취가 중요하다.



편두통에 나쁜 음식

- x레드와인** 짙은 맛을 내는 타닌은 세로토닌 수치를 높여 두통을 유발할 수 있으며, 아황산염 알레르기가 있는 사람은 두통이 생길 수 있다.
- x치즈** 뇌혈관을 수축시키는 티라민 성분이 함유되어 있으며, 치즈가 숙성될수록 티라민 성분이 많아져 1년 이상 숙성하는 체다치즈, 고다치즈는 피하는 것이 좋다.
- x초콜릿** 뇌혈관을 수축시키는 티라민 성분이 함유되어 평소 뇌혈관 통증에 민감한 사람들이 쉽게 두통을 느낀다.

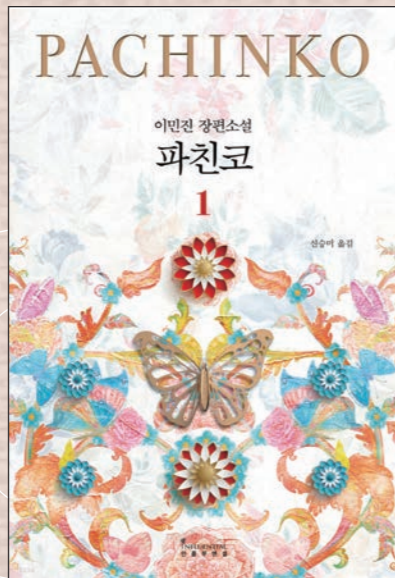
편두통에 효과적인 음식

- o머위** 강력한 혈관 확장 물질인 페타신과 이소페타신이 많아 염증물질인 류코트리엔 합성을 낮춰 편두통 통증을 줄여준다.
- o영지버섯** 리보플라빈이라는 비타민 B2가 풍부하게 들어 있어 두통을 예방하거나 완화하는데 도움이 된다.
- o아몬드** 트립토판, 마그네슘, 살리신 등이 풍부하게 포함되어 있어 두통 완화 및 혈관과 근육을 이완시키는 효과가 있다.
- o생강** 혈액순환을 촉진하여 두통과 함께 속이 울렁거리는 증상을 가라앉힌다.



전 세계인의 마음을 뒤흔든 우리의 이야기 문화와 세대를 가로지르는 새로운 고전

전 세계 33개국 번역 출간, 뉴욕타임스 베스트셀러
전미도서상 최종후보작, 애플TV 드라마 ‘파친코’ 원작소설



「파친코1」
저자 이민진 / 출판사 인플루엔셜

「파친코」는 재미교포 1.5세인 이민진 작가가 30년에 달하는 긴 세월을 걸쳐 집필한 대하소설로 2017년 출간 직후 뉴욕타임스 베스트셀러에 올랐다. 이후 33개국에 번역 수출되었으며, 75개 이상의 주요 매체의 ‘올해의 책’, 전미도서상 최종 후보에 선정되며 평단과 대중 모두를 사로잡았다. 2022년에는 애플TV 동명의 드라마로 제작, 전 세계 동시 공개되며 다시 한번 화제의 중심에 섰다.



즐거리



오사카에는 열일곱의
선자가 상상한 것과는
전혀 다른 삶이
기다리고 있었다.

일제강점기 조선, 부산 끄트머리에 자리한 작고 아름다운 섬 영도. 빼앗긴 나라에서 근근이 살아가는 고된 삶이지만 양진과 훈이는 하숙집을 운영하며 하나뿐인 딸 선자를 애지중지 기른다. 훈이가 결핵으로 일찍 세상을 떠나자 양진과 선자는 식모 아이들과 함께 하숙집을 곳곳이 꾸러나간다. 열여섯이 된 선자는 제주 출신의 조선인으로 일본에서 일하는 생선 중개상 고향수를 만나 사랑에 빠진다. 그가 오사카에 아내와 딸들을 둔 유부남임을 알았을 때는 이미 그의 아이를 가진 후였다.

오사카로 가는 여행 도중 선자네 하숙집에 머물던 개신교 목사 백이삭은 선자를 자신의 운명이라고 여겨 칭찬하고, 선자는 이삭을 따라 오사카로 향한다. 그러나 그곳에는 열일곱의 선자가 상상한 것과는 전혀 다른 삶이 기다리고 있었다.

PACHINKO



1부 ‘고향’, 2부 ‘모국’, 3부 ‘파친코’의 총 세 파트로 구성된 소설은 일제강점기의 부산 영도에서 시작해 버블경제 시기의 절정인 1989년의 일본을 배경으로 펼쳐진다. 주인공 선자를 둘러싼 파란만장한 가족사를 따라가다 보면 자연스럽게 해방, 한국전쟁, 분단 등 한국 근현대사가 떠오르게 된다. 이민진 작가는 “책의 제목인 ‘파친코’가 도박처럼 결과를 예측할 수 없는 인생의 불확실성을 뜻함과 동시에, 차별과 멸시로 가득한 타향에서 생존을 위한 유일한 수단으로서 파친코 사업을 선택해야 했던 재일조선인들의 비극적 삶을 상징한다.”라고 밝힌 바 있다.

이 소설은 고향을 떠나 타국에 뿌리내리고 편견과 차별 속에서 영원한 이방인으로 살아가던 이민자들이 어떻게 역사의 비극을 겪고 견뎌내는지를 보여준다. 나아가 가족, 사랑, 상실, 돈과 같은 인생의 문제를 다루면서 동시대를 살아가는 독자들에게 시의적절한 질문을 던지는 작품이기도 하다.

SPORTS NEWS



부산광역시체육회 2022 체육꿈나무우수선수 장학금 전달식 개최

27개 종목 150명 선수에게 총 1억 5천만 원의 장학금 지급

부산광역시체육회는 미래의 체육 인재 육성과 꿈나무선수들의 성장을 도모하기 위해 지난 7월 19일(화) 부산광역시 체육회관에서 2022 부산체육꿈나무우수선수 장학금 전달식을 개최하였다. 이번 장학금은 제51회 전국소년체육대회 및 제103회 전국동계체육대회 입상 선수 등 미래가 촉망되는 성적 우수선수로 선정하였으며, 27개 종목 150명 (초등 69명, 중등 7명)에게 100만 원씩 총 1억 5천만 원의 장학금을 지급하였다. 전달식에는 장학생과 학부모, 교육청 관계자등 200여 명이 참석해 장학증서 수여와 함께 미래 체육인의 꿈을 응원하는 뜻깊은 시간을 가졌다.

부산광역시체육회 장인화 회장은 “이번 장학금 지원을 통해 선수들의 열정과 노력에 보탬이 되길 바라며, 부산광역시체육회에서도 꿈나무선수 육성과 저변 확대를 위해 최선을 다할 것”이라고 전했다.

부산광역시체육회에서는 꿈나무육성지원사업을 통한 우수선수 발굴 및 생활체육과 전문체육의 연계육성을 위한 스포츠클럽 지원 등 부산체육 발전을 위해 지속적으로 지원할 계획이다.

SPORTS NEWS



2022 생활체육지도자 교육

부산광역시 16개 구·군체육회 생활체육지도자 119명 참석해 교육 실시

부산광역시체육회는 지난 7월 19일(화) 부산아시아드시티에서 2022 생활체육지도자 교육을 실시했다. 부산광역시 16개 구·군 체육회 생활체육지도자들의 역량 향상을 위해 진행된 이번 교육에는 119명의 생활체육지도자가 참석했다. 이번 생활체육지도자 교육에서는 생활체육지도자의 전문성과 실무능력 배양을 위해 스포츠 안전 관리교육, (성)폭력 예방교육 등을 실시했으며, 직장생활에서 일어날 수 있는 각종 폭력 행위 근절을 위한 인식 개선 및 부산 시민들이 안전하고 건전한 여가문화를 즐길 수 있는 방향에 중점을 두며 교육이 마무리되었다.

부산광역시체육회 장인화 회장은 “이번 생활체육지도자 교육을 통해 현장에서 일어날 수 있는 각종 상황에 맞는 대처 방법을 익혀 현장 지도 활동에 많은 도움이 되길 바란다.”라고 말했다.



2022 클럽대항 청소년 체육대회

부산의 미래인 부산광역시 청소년 학생들의 활기차고 명량한 학교문화 조성과 체육활동을 통한 건전한 여가 활동을 제공하고자 2022 클럽대항 청소년 체육대회가 개최되었다.

부산광역시체육회가 주최하고, 부산광역시볼링협회와 부산광역시농구협회가 주관한

이번 체육대회는 볼링과 농구 등 2개 종목으로 진행되었다.

(*축구 종목은 혹서기 야외활동 제한 권고로 오는 11월 열릴 예정이다.)



부산광역시체육회에서는 이번 대회를 통해 학생들의 자율적인 체육활동 참여 분위기가 조성되어 교내 스포츠클럽 육성 도모를 기대하였으며, 교내 스포츠클럽 활성화로 체육활동 참여 인구 증가와 부산체육 저변확대의 계기를 마련한 시간으로 삼았다. 더불어 주관단체의 전문성을 바탕으로 대회 운영이 원활하게 이뤄지면서 성공적으로 마무리할 수 있었다. 클럽 간 학생들의 만남을 통한 소통과 화합의 장을 마련하면서 스포츠 가치를 배울 수 있었던 2022 클럽대항 청소년 체육대회에 대해 살펴보자.

볼링



지난 7월 21일(목) 2022 클럽대항 청소년 볼링 체육대회가 서면볼링장에서 진행되었다. 일정은 오전 11시부터 13시 30분까지 중등부 경기가, 13시 30분부터 15시까지는 고등부 경기가 각각 진행되었다. 대회 결과 중등부에는 모동중학교 예청희 학생이, 고등부에는 부산기계공업고등학교 장윤배 학생이 각각 우승의 영예를 안았다.

일시	2022. 7. 21(목)		
장소	서면볼링장		
참가대상	60명(중·고등부 각 30명, 개인전)		
경기결과			

구분	1위	2위	3위
중등부	예청희 (모동중)	이수인 (주례중)	이승민 (모동중)
고등부	장윤배 (부산기계공업고)	김보민 (백양고)	김경호 (경일고)



농구



지난 7월 25일(월)과 26일(화) 이틀간에 걸쳐 2022 클럽대항 청소년 농구 체육대회가 진행되었다. 대회 1일 차에는 예선 및 16강 경기가, 2일 차에는 8강부터 결승까지 펼쳐졌다. 클럽 선수들 간의 치열한 경기가 벌어졌으며, 중등부에서는 여명중학교가, 고등부에서는 대진전자통신고등학교가 각각 우승을 차지하였다.

일시	2022. 7. 25(월)~26(화)		
장소	사직실내체육관 주경기장, 보조A 경기장		
참가대상	36개 팀(중·고등부 각 18개 팀, 총 432명(팀별 12명))		
경기결과			

구분	1위	2위	공동 3위
중등부	여명중	분포중	대신중, 사직중
고등부	대진전자 통신고	양정고	기장고, 이사벨고

※ 3·4위전은 치르지 않고 공동 3위로 시상



NEWS

구·군체육회 소식

중구체육회

제19회 중구체육회장배 체육대회

중구체육회는 지난 7월 3일(일) 제19회 중구체육회장배 체육대회를 개최했다. 이번 대회는 부산디지털고등학교 외 2개소에서 배드민턴, 축구, 테니스 등 총 3개 종목이 진행되었으며, 총 270명(배드민턴 70명, 축구 150명, 테니스 50명)이 참가해 축제의 한마당을 즐기며 성황리에 마쳤다.



서구체육회

2022 어린이 체능교실

서구체육회는 지난 7월 16일(토) 서구 관내 28명의 학생을 대상으로 체능교실을 운영했다. 해운대씨라이프 아쿠아리움 관람, 광안리 해양레포츠를 체험하는 등 체능교실을 통해 학생들에게 공통체험활동과 다양한 생활체육 해양스포츠를 경험하게 함으로써 모험 개척, 심성 계발, 신체 단련을 도모하는 계기가 되었다.



동구체육회

2022 청소년체련교실 및 주5일제 실천광장 캠프

동구체육회는 지난 7월 30일(토) 다대포 해양레포츠센터에서 2022 청소년체련교실 및 주5일제 실천광장 캠프를 실시했다. 동구 구민과 관내 직장인 및 중·고등학생 등 총 90명이 참여한 이번 행사에는 서핑, 패들보트 등 해양레포츠를 체험했으며, 썰물시간에는 가족 단위로 갯벌 체험을 하는 시간을 가졌다. '행복한 체육 구민과 함께!'라는 동구체육회의 슬로건에 맞게 가족과 행복한 추억을 담은 행사로 마무리되었다.



영도구체육회

2022 제2차 부산광역시영도구체육회 이사회

지난 7월 15일(금) 영도구청 대회의실에서 영도구체육회장, 영도구청장 등 임원들이 참석한 가운데 2022 제2차 부산광역시영도구체육회 이사회가 개최되었다. 이날 이사회에서는 위촉장 수여, 2022년도 이사회비 집행 내역 등의 안건을 심의 및 의결하였으며, 기타 토의로 2022년 하반기 주요 행사를 논의하는 자리를 가졌다.



부산진구체육회

2022 주5일제 생활체육실천광장 부산진구 가족캠프

부산진구체육회는 지난 7월 17일(일) 2022 주5일제 생활체육실천광장 부산진구 가족캠프를 진행했다. 생활체육을 통한 체력증진과 명량한 사회 만들기에 앞장서고자 진행된 이번 캠프는 부산진구에 거주하는 11가족 총 40명이 참여했으며, 경남 김해 롯데위더파크에 방문해 온 가족이 물놀이를 즐기며 화목한 시간을 보냈다.



남구체육회

부산광역시남구체육회 청소년체련교실

남구체육회는 지난 7월 17일(일) 남구 관내 청소년 약 30명을 대상으로 부산광역시남구체육회 청소년체련교실을 실시하였다. 경남 김해 롯데위더파크를 방문해 부상 없이 즐겁게 마무리하였다.



해운대구체육회

제7회 해운대구청장기 검도대회

지난 7월 9일(토) 제7회 해운대구청장기 검도대회가 기장실내체육관 보조구장에서 개최되었다. 신임 김성수 해운대구청장을 비롯한 여러 내빈이 참석했으며, 검도인 200명이 대회를 통해 서로 교류하며 친목을 다지는 뜻깊은 시간이 되었다.



사하구체육회

일반지도자 채용 면접

사하구체육회는 일반지도자 결원으로 신규 일반지도자 채용 면접을 진행하였다. 서류 전형 합격자에 한해 2~3차 면접 전형으로 실시되었다. 최종 선발된 일반지도자는 8월 1일(월)부터 사하구체육회에서 근무할 예정이다.



금정구체육회

제10차 부산광역시금정구체육회 이사회

금정구체육회는 지난 7월 20일(수) 금정구청에서 제10차 이사회를 개최했다. 상반기 주요실적 경과보고, 제2대 체육회장 선거개요와 절차 일정 등을 안내하였으며, 총 6개 안건을 의결하였다. 이후 체육회 발전과 생활체육 저변확대를 위한 만찬 간담회를 가지며 이사회를 마무리했다.



NEWS

구·군체육회 소식

강서구체육회

2022 제4차 부산광역시강서구체육회 스포츠공정위원회

강서구체육회는 지난 7월 8일(금) 강서문화원 4층 대강당에서 스포츠공정위원 11명이 참석한 가운데 제4차 부산광역시강서구체육회 스포츠공정위원회를 개최하였다. 이날 스포츠공정위원회 규정개정 건 등을 보고 및 의결했으며, 기타 안건으로 2023년 정기대의원총회 일시 확정 건의 순으로 회의를 진행하였다.



수영구체육회

2022 부산광역시수영구 배드민턴, 탁구대회 개최

부산광역시수영구배드민턴협회는 7월 3일(일) 수영구스포츠클럽(민락동)에서 「박원욱병원장배 겸 제19회 수영구배드민턴협회장기대회」를 개최하였다. 이 대회는 총 8개 클럽 300여명이 참가하였으며 남자복식 여자복식으로 나누어 리그형식으로 대회를 진행하였다. 그리고 부산광역시수영구탁구협회는 7월 10일(일) 기장체육관 주경기장에서 「2022년도 수영구 국회의원배 탁구한마당」을 개최하였다. 이 대회는 수영구 탁구협회 임원 및 선수 약 300여명이 참가하였다. 두 대회 모두 각 수영구종목협회 대의원, 고문 등 임원 및 수영구체육회장, 수영구청장, 국회의원, 수영구 구의회 의장 등 많은 분들이 내빈으로 참석하여 자리를 빛내주었다. 코로나19의 장기화로 오랜만에 진행된 대회는 부산광역시수영구 배드민턴, 탁구협회의 발전과 동호인들이 생활체육을 즐기는 화합의 자리가 되었다.



사상구체육회

제18회 사상구청장기 배구대회

지난 7월 10일(일) 다누림센터 4층 체육관에서 제19회 사상구청장기 배구대회가 개최되었다. 이번 대회에는 총 9개 팀 113명이 출전하여 경기를 펼쳤다. 대회 결과 우승을 차지한 백산클럽은 3년 연속 우승이라는 큰 성과를 거뒀으며, 2위 사상클럽, 3위 신덕YB클럽, 4위 스타클럽이 차지하였다.



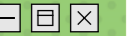
기장군체육회

2022 기장군 여름가족캠프

기장군체육회에서는 여름을 맞이하여 지난 7월 9일(토)부터 10일(일)까지 2022 기장군 여름가족캠프를 진행했다. 이번 캠프 첫째 날에는 울산 진해해수욕장에서 해양레저 스포츠체험을 했으며, 둘째 날에는 울산 서생포왜성에서 숲길 걷기, 보물찾기 등을 하며 즐거운 시간을 보냈다.



센터 인포 Center Information



부산국민체육센터



꿈나무체능단 여름캠프 실시

꿈나무체능단은 여름방학을 맞아 지난 7월 22일(금) 김해 롯데워터파크에서 여름캠프를 실시했다. 이번 행사는 단원들 간의 어울림 속에서 창의력, 협동심, 리더십을 배울 수 있는 기회가 되었다.

강서구국민체육센터



여름방학 특강 프로그램 개강

강서구국민체육센터는 8월 1일(월)부터 26일(금)까지 여름방학 특강 프로그램을 진행한다. 이번 프로그램을 통해 관내 초·중학생들에게 건전한 여가활동으로 즐거운 방학 생활을 할 수 있도록 돕고자 한다.

영도국민체육센터



2022 상반기 신나는 주말체육학교 수료

영도국민체육센터는 올해 4월부터 신나는 주말체육학교 프로그램을 진행해 지난 7월 30일(토) 수료하게 되었다. 약 60여명의 관내 어린이들이 규칙적인 운동 습관을 기르며 체력을 증진해 왔다.

부산실내빙상장



부산대표 선수단-고양시청 선수단 합동전지훈련 실시

지난 7월 25일(월)부터 30일(토)까지 부산대표 선수단과 고양시청 선수단은 함께 전지훈련을 실시했다. 고양시청 소속인 올림픽 메달리스트 곽윤기, 김아람 선수 등이 참가한 합동훈련을 통해 부산대표 선수단은 경기력 향상의 큰 도움을 받았다.



제11회 부산광역시장배 전국 아이스하키리그 개최 실시

지난 7월 28일(목)부터 8월 1일(월)까지 제11회 부산광역시장배 전국 아이스하키리그가 개최되었다. 부산 마린스 클럽을 비롯하여 전국 총 27개 팀이 참가한 이번 대회는 선수들이 그간 쌓아온 실력을 유감없이 발휘하며 마무리됐다.

NEWS

부산광역시장애인체육회 소식

2022 부산 장애인해양레포츠캠프 개최



코로나19로 위축되었던 장애인들에게 해양레포츠 체험을 통한 생활체육 활성화를 도모하고자 2022 부산 장애인해양레포츠캠프가 8월 23일(화)부터 25일(목)까지 총 3회에 걸쳐 운영된다. 이번 캠프는 광안리해양레포츠센터에서 진행되며, 해변 물놀이, 모터보트,



바나나보트 등 동력기구 체험, 레프팅보트 체험 및 워터플레이그라운드 놀이를 즐길 예정이다. 참가 신청은 8월 1일(월)부터 회차별 각 40명씩 선착순으로 접수한다. (문의 : 부산광역시장애인체육회 생활체육부 051-921-9733)

제42회 전국장애인체육대회 부산선수단 선발전 및 강화훈련



오는 10월 19일(수) 울산광역시 일원에서 개최되는 제42회 전국장애인체육대회 참가를 위해 부산광역시 대표선수 선발전과 강화훈련이 진행되고 있다. 골프, 당구, 론볼, 볼링, 탁구 등 각 종목 선수들은 전국장애인체육대회 참가에 대한 염원을 선발전과 강화 훈련에 쏟아내고 있다. 총 3회에 걸쳐 선발전을 가진 론볼과 탁구 종목



의 경우 2차례 선발전까지 단 한 명의 불참자 없이 공정한 선발전을 치르는 등 열기가 뜨거웠다. 더불어 부산광역시 선수단은 종목별 특별 강화훈련을 실시하게 되는데, 총 28개 종목 498명의 대표 선수들이 다가오는 전국장애인체육대회에서 최고의 성적을 거두고자 최선을 노력을 다하고 있다.

NEWS

종목단체 / 부산공공스포츠클럽 소식

스키협회

광남초등학교 스키부 창단식 개최

광남초등학교는 지난 7월 13일(수) 교내 강당에서 스키부 창단식을 개최하였다. 광남초등학교 스키부는 크로스컨트리종목 3명, 알파인종목 2명 등 총 5명의 선수와 서정륜 지도자로 창단하게 되었다. 부산광역시스키협회 김무성 회장은 “부산광역시에 초등학교 스키부가 창단되어 매우 기쁘며, 세계적인 선수가 발굴될 수 있도록 많은 관심 바란다.”라고 당부했다.



거점스포츠클럽

제38회 교보생명컵 꿈나무대회 동메달 획득

지난 7월 29일(금)부터 31일(일)까지 김천종합스포츠타운에서 제38회 교보생명컵 꿈나무 테니스·체조대회가 개최되었다. 거점스포츠클럽에서는 테니스 6명, 체조 4명 등 총 10명이 출전하였다. 대회 결과, 체조 여자초등고학년부 오지원 학생이 개인전 도마에서 3위를 차지하였으며, 체조 종목은 2017년부터 4회 연속 메달을 목에 거는 쾌거를 이루고 있다.

신나는사상스포츠클럽



제45회 부산광역시수영연맹 회장배 수영대회 겸

제103회 전국체육대회 부산예선대회

지난 7월 2일(토) 제45회 부산광역시수영연맹 회장배 수영대회 겸 제103회 전국체육대회 부산예선대회가 개최되었다. 신나는사상스포츠클럽에서는 전문선수반과 수영선수반 소속 회원 6명이 출전하였으며, 대회 결과 이선준 선수가 평영 50m 2위, 평영 100m 1위, 장유진 선수가 배영 50m 2위, 배영 100m 2위의 성적을 거두었다.



부산영도구스포츠클럽

제16회 회장배(전북) 전국스쿼시선수권대회

지난 7월 16일(토)부터 19일(화)까지 대한스쿼시연맹의 주최로 제16회 회장배(전북) 전국스쿼시선수권대회가 개최되었다. 부산영도구스포츠클럽 선수반은 이번 대회에서 선전하며 김슬아 선수가 중등부 2위, 김민부 선수가 중등부 3위를 각각 수상하였다.





BRONS COFFEE 브론스 / 커피 파우치 음료

자연생각 자연생각 / 아이스티 파우치 음료



|아메리카노| 블랙



|아메리카노| 헤이즐넛향



|애플망고|



|청포도|



|복숭아|

HEE CHANG

YANGSAN GROUP CO., LTD.

CAFE 봄봄

BRONS COFFEE

자연생각



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 테크놀로지 일동미라주



신장유 일동미라주



부산 연산동 일동미라주



진주 강남동 일동미라주



김해 관동동 일동미라주 더스타



부산 영도 일동미라주



울산온양 일동미라주



울산 해곡중산리구 나스타일 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 월·요·일: 09:00 ~ 18:00 화·수·목·금: 09:00 ~ 17:00
토·요·일: 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)

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

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.



초고층 부산북항 SKY.V

초고층 부산센텀 SKY.V

초고층 울산우정 SKY.V



물류단지의 새로운 거점 통영 법송 동원일반산업단지
(시공중 / 기업유치 중 ■문의전화: 055-345-1040)



바다 위 첨단 인프라 고성 봉암 동원일반산업단지
(준공됨 / 기업유치 중 ■문의전화: 055-648-0461)

기업신용평가 AAA등급
코스닥 상장 우량기업

포브스 선정
아시아 200대 유망기업

시공능력평가
전국 26위 / 부·울·경 1위

주택건설 47년
8만 1천여 세대 공급

재건축·재개발·지역주택조합·
도시개발·공단개발사업 적극 참여기업

DW 동원개발 DW 동원종합건설 SKY.V | 비스타동원 | 동원로얄듀크 | 동원시티비스타

대표이사 회장 장복만 부회장 장호익

동원·기장·양산 DW 동원로얄컨트리클럽 DW 동원제일저축은행 DW 부산해사랑 DW 동원문화장학재단 DIST 동원과학기술대학교 동원중학교 동원고등학교 울산고등학교



The new C-Class Sedan

편안함과 럭셔리함이 공존하는 The new C-Class를
메르세데스-벤츠 공식딜러 스타자동차에서 만나보세요.

문의 : 1688-2369(Benz)

Mercedes-Benz



스타자동차

전시장 해운대 051-709-6301 부산 해운대구 해운대로 277(우동)
 금정 051-710-2369 부산 금정구 중앙대로 1912(구서동)
 울산 052-701-0503 울산 남구 삼산로 83번길 (달동)
 브랜드 스튜디오 051-901-2390 부산 기장군 기장을 기장해안로 147, B1
 인증중고차사직 051-911-2369 부산광역시 연제구 경기장로21
 울산 052-701-0513 울산 남구 삼산로 83번길 (달동)

서비스센터 해운대 051-797-9619 부산 해운대구 해운대로 287(우동)
 금정 051-775-9811 부산 금정구 중앙대로 1912(구서동)
 울산 052-705-7203 울산 남구 남중로 74번길 19(삼산동)
 대표번호 1688-2369(benz)
 홈페이지 www.mbstar.co.kr

동백전 | 지역경제 날개가 되다!



부산은행이 지역화폐 동백전과 함께합니다

지역화폐가 만드는 부산경제 나비효과
 쓰면 쓸수록 고객에게 돌아오는 캐시백효과
 받으면 받을수록 가맹점에겐 수수료 절감효과
 55년 지역은행, 부산은행이 부산시와 함께
 더 든든한 지역경제의 날개를 만들겠습니다



-계약을 체결하기 전에 금융상품설명서와 약관을 읽어보시기 바랍니다.
 -금융소비자는 해당상품 또는 서비스에 대하여 설명을 받을 권리가 있으며, 그 설명을 듣고 내용을 충분히 이해한 후 거래하시기 바랍니다.
 -기타 자세한 사항은 부산은행 모바일뱅킹 앱을 참조하시거나 동백전 고객센터(1577-1432)로 문의하시기 바랍니다.



지역과 함께하는 든든한 동반자
BNK 부산은행