

부산광역시체육회와 함께하는

# 부산체육사랑카드

부산시체육회 지정 체육시설 10%, 월 최대 1만5천원 할인!  
스포츠, 의료, 학원 등 생활 곳곳에서 할인 챙기세요!



카드 자세히 보기



### 필수 안내사항

- ※ 계약을 체결하기 전에 금융상품설명서와 약관을 확인하시기 바랍니다.
- ※ 신용카드 발급이 부적절한 경우(연체금 보유, 신용점수 등 낮음) 카드발급이 제한될 수 있습니다.
- ※ 카드이용대금과 이에 수반되는 모든 수수료를 지정된 대금 결제일에 상환합니다.
- ※ 상환능력에 비해 신용카드 사용액이 과도할 경우, 귀하의 개인신용평점이 하락할 수 있습니다.
- ※ 개인신용평점 하락 시 금융거래와 관련된 불이익이 발생할 수 있습니다.
- ※ 일정기간 원리금을 연체할 경우, 모든 원리금을 변제할 의무가 발생할 수 있습니다.
- ※ 금융소비자는 금소법 제19조 제1항에 따라 해당상품 또는 서비스에 대하여 설명을 받을 권리가 있으며, 그 설명을 듣고 내용을 충분히 이해한 후 거래하시기 바랍니다.

- ※ 연체이자율 : 회원별, 이용상품별 약정금리+최대 3%p, 법정최고금리(20%) 이내 (단, 연체발생 시점에 약정 금리가 없는 경우는 아래와 같이 적용 합니다.)
- 일시불 거래 연체 시 : 거래발생 시점의 최소기간(2개월) 유이자 할부금리
- 무이자 할부 거래 연체 시 : 거래 발생 시점의 동일한 할부 계약기간의 유이자 할부금리
- 그 외의 경우 : 약정금리는 상법상 상사법정이율과 상호금융 기계자금 대출금리\* 중 높은 금리 적용
- \* 한국은행에서 매일 발표하는 가장 최근의 비은행 금융기관 가중평균 대출금리(신규대출 기준)
- ※ 기타 자세한 사항은 부산은행 홈페이지(www.busanbank.co.kr) 또는 부산은행 고객센터 (1588-6200)로 문의하여 주시기 바랍니다.

# 부산체육

부산광역시체육회 매거진  
Busan Sports Council Magazine

Vol. **68**  
2024. 07

부산체육인  
부산광역시사약연맹  
최재우 회장

부산체육 스타  
부산광역시체육회  
근대5종팀 김세희 선수

Sports is Busan  
- 2024 파리올림픽 출전  
부산선수단 출사표  
- 2024 부산국제장대높이뛰기경기대회



부산광역시체육회 2024. 07 Vol. 68 부산광역시체육회 매거진

# 부산체육

부산광역시체육회 매거진  
Busan Sports Council Magazine  
2024. 07 Vol. 68



발행일 2024년 07월 15일  
(월간, 비매품, 통권 제68호)  
발행인 부산광역시체육회장 장인화  
편집인 신현기  
편집·취재 정중욱, 문찬식, 김성무,  
김도희, 유동호  
발행처 부산광역시체육회  
부산광역시 동래구 사직로 77  
(T. 051-500-7900)  
기획·제작 호민디엔피



※ 인스타그램과 카카오톡채널에서도  
부산광역시체육회 소식을 만날 수 있습니다.



## CONTENTS

### B BUSAN HEROES

- 04 부산체육인  
부산광역시산악연맹  
최재우 회장
- 08 부산체육 꿈나무  
연산초등학교 정예림 학생
- 12 부산체육 발자취  
마선기 前 부산광역시체육회  
사무처장
- 16 부산체육 스타  
부산광역시체육회  
근대5종팀 김세희 선수

### S SPORTS SERVICE

- 20 Sports is Busan  
- 2024 파리올림픽 출전  
부산선수단 출사표  
- 2024 부산국제장대높이뛰기  
경기대회
- 24 스포츠 파노라마  
세계 스포츠계가 들썩!  
'탄소 제로' 캠페인
- 28 체육회 수탁시설 소개  
신평장림체육관

### G GOOD LIFE

- 30 스포츠 라이프  
파크골프 다크호스 '우정클럽'
- 34 스포츠 기고·부산스포츠 기자단  
- 제46회 부산시수영연맹 회장기수영대회  
- 겸 제105회 전국체육대회 부산예선대회  
- 부산 스포츠과학센터
- 38 스포츠 PLUS+  
아티스틱 스위밍
- 42 라이프 업그레이드 [삶]  
아침 스트레칭
- 44 라이프 업그레이드 [활]  
인간은 어떻게 움직임을 배우는가  
- 록 그레이

### S FOR SPORTS CITY

- 46 BSC 뉴스
- 50 회원단체 소식
- 54 센터 INFO  
- 부산국민체육센터  
- 북구국민체육센터  
- 강서구국민체육센터  
- 영도국민체육센터  
- 부산실내빙상장  
- 부산종합실내테니스장
- 56 종목·공공스포츠클럽 소식



# 지질학 연구에서 시작된 남다른 산 사랑

부산광역시산악연맹 최재우 회장

땅과 지구를 연구하던 지질학도가 산악인이 한 데 모인 단체의 장이 되기까지 근 40년을 산 곁에서 살며 산을 사랑해온 최재우 부산산악연맹회장. 남은 임기를 누구보다 바쁘게 보내고 있는 그를 만나기 위해 부산산악연맹 사무실을 찾았다.



(社) 釜山廣域市山岳聯盟



지질학을 전공하던 대학 시절, 연구를 위해 산을 찾기 시작한 최 회장이 산을 사랑하게 된 것은 어찌 보면 필연이라 할만하다.

“지질학이라는 학문이 지구를 공부하는 학문인데 저는 산이 만들어지는 과정, 그러니까 조산운동을 주로 연구했습니다. 그러자니 암석이 있는 산을 자주 찾게 됐어요. 자주 찾다 보니 산이 좋아지게 되고 좋아하다 보니 경외하게 된 거죠. 결국 산과는 뗄 수 없는 지경에 이르러서 등산도 하고 등반도 배우며 산악 활동을 시작하게 됐습니다. 산악연맹 산하단체에서 인연을 이어오다 이렇게 연맹회장직까지 맡게 됐습니다.”

## 세대 아우르는 선진 산악문화 형성을 위해

29대 회장 임기를 다해 가는 지금도 그는 여전히 어깨가 무거움을 느낀다. 지난 몇 년간 회장직을 별탈 없이 수행해왔지만, 해야 할 일이 끝나지 않았음을 잘 알기 때문이다.

“취임할 때부터 지금까지, 한시도 마음 가벼웠던 적이 없습니다. 막중한 책임감을 느끼는 자리입니다. 우리 연맹은 만 55주년을 이어온 유서 깊은 단체인데, 과거 선배들이 잘 이끌어주신 만큼 앞으로 더욱 발전해야 한다고 생각합니다. 게다가 하필 제가 29대 회장이라, 마무리를 잘해서 새롭게 시작할 30대 후임 회장에게 직을 넘기고 싶은 욕심도 있습니다.”

선배들이 쌓아온 업적을 계승하고 연맹 회원들과 앞으로 산을 사랑하게 될 후배들이 믿고 의지할 수 있는 연맹을 만들고 싶다는 최회장. 후배 양성과 관련해 최근 산악 인구가 증가하는 현상에 대한 견해도 밝혔다.



부산체육인



“과거에는 등반이 남성, 그것도 중장년층이 주로 즐기는 운동이란 이미지가 강했는데, 최근 그 트렌드가 바뀌고 있는 것 같습니다. 요즘 산에 가면 젊은 분들, 그중에서도 여성 산악인들이 많이 보입니다.

그리고 특히 ‘플로깅’이라는 활동이 인상적입니다. 산을 찾는 사람들이 봉지와 집게를 가지고 쓰레기를 담는 모습이 자못 신선합니다. 사실 예전에는 등반을 하고 쓰레기를 그대로 두고 하산하거나 계곡에 오물을 투척하는 일이 비일비재했는데, 지금은 그런 행태가 개선되고 좋은 문화가 확산되고 있습니다. 아주 옛날, 산에서 취사가 가능했던 시절엔 술병이며 음식물이며 온갖 쓰레기가 사방에 굴러다니던 때도 있었으니, 지금의 문화가 너무 반갑습니다. 기성 산악인들이 젊은 문화를 배우고, 젊은 분들은 선배들에게 산을 배우는 모양이니, 곧 세대를 아우르는 산악문화가 형성될 거라 확신합니다.”

도전, 그리고 도전

젊은 산악문화가 확산하는 데 만족감을 표한 최회장은 더불어

최근 부산광역시산악연맹이 달성한 쾌거도 소개했다.

“히말라야에 6,620m 높이의 골뎀피크가 있습니다. 이전까지 누구도 등반하지 못했던 봉우리를 ‘미답봉’이라고 하는데, 그곳을 우리 연맹에서 최초로 등반했습니다. 에베레스트보다 한참 낮은 쉬운 산 아니냐, 하는 분도 있는데 산이라는 게 높이가 낮다고 해서 쉬운 건 아닙니다. 오히려 험준해서 그동안 미답봉으로 남아있던 거겠죠. 그런 면에서 골뎀피크 등반 성공은 의미가 큼니다. 이번에 성공한 경험을 바탕으로 앞으로 남은 봉우리를 계속해서 등반해나갈 겁니다.”

부산광역시산악연맹 회장직을 수행함에 있어 남은 과제가 더 있다고.

“곧 부산광역시에서 개최되는 제106회 전국체육대회가 있습니다. 클라이밍 경기도 당연히 포함되는데, 이번 대회를 계기로 국제 규격에 맞는 암벽장이 생길 예정으로 알고 있습니다. 전국체육대회 개최 전까지 건설이 마무리 될 수 있도록 하는데 우리 연맹이 할 일이 많습니다.

그리고 매년 10월 우리 연맹에서 개최하는 ‘금정산 산악문화

축제’라는 행사가 있는데, 올해는 금정산성 4대 성문 종주전국대회를 함께 개최하려고 합니다. 금정산성의 4대문과 4망루를 전부 종주하면 30km 가까이 되는 코스입니다. 결코 만만한 여정이 아닌 만큼, 전문 산악인들도 많이 참여할 것으로 예상합니다. 대회를 안전하게 잘 마쳐서 부산의 명산 금정산을 널리 알리고 나아가 국립공원으로 지정될 수 있게끔 돕고 싶습니다.”

아울러 최 회장은 안전한 산악 활동과 문화 확산을 위해 연맹이 짊어져야 할 책임에 대해서도 강조했다.

“산은 아름답고 경외롭지만 여러 위험이 도사리고 있습니다. 그렇기에 우리 연맹뿐 아니라 지역단위 산악회가 초심자 교육을 실시하고 있습니다. ‘동네 뒷산’이라 불리는 작은 산에서도 실족 사고가 발생할 수 있고 복장을 제대로 갖추지 않으면 저체온증에 걸릴 수 있습니다.

한편으로 우리 연맹에 속한 민간산악구조대가 정기적으로 자연 암장을 개보수하고 실종 사고가 발생하는 경우 경찰, 소방대와 수색작업을 실시하기도 합니다.

순수하게 산을 사랑하는 마음으로 봉사하는 분들이 많아서 산이 조금은 안전해지는 게 아닐까, 생각합니다.”

산을 사랑하는 마음이 모여 연맹이 구성됐고 또 산하단체와 여러 교육까지 원활하게 운영되고 있다 말하는 최회장. 곧 있

을 ‘금정산성 4대 성문 종주전국대회’에 참가를 고민 중인 산악초심자에게도 당부의 말을 건넸다.

“지금도 등반을 고민하는 분들이 많은 걸로 압니다. 일단 가까운 산을 찾아 얼마간이라도 올라보면 산이 얼마나 아름다운지, 또 귀한지 알게 될 겁니다.

대한민국만큼 산이 많은 나라는 드뭅니다. 집 밖에만 나가면 산이 보이지만 어떤 나라는 산행을 하려면 몇 시간을 이동해야 하는 곳도 있어요. 우리나라는 오히려 너무 가까이 있어서 산이 아름다운지 모르는 것 같습니다. 아무쪼록 취미로 산을 타다가 흥미를 느껴 본격적으로 등반을 배워보고 싶다는 분들은 우리 연맹에서 운영하는 부산등산학교에 등록하시거나 부산산악연맹 산하단체 산악회에 입회해서 차근차근 산을 배우길 추천합니다.”

끝으로 최 회장은 동료 산악인들에게 인사를 전했다.

“산악인들 간의 유대감은 어느 공동체 구성원들이 갖는 것과는 다른 면이 있습니다. 산은 아름답지만 그만큼 위험하기 때문에, 함께하는 동료들이 더 애뜻한 것인지 모릅니다. 아무쪼록 산악인 동료들이 더 안전하게 등반할 수 있는 여건을 만들기 위해, 그리고 많은 분들이 산의 아름다움을 깨달을 수 있도록 연맹이 더 노력하겠습니다.”



# '어제의 나'를 뛰어넘는 기쁨

연산초등학교 정예림 학생



# HIGH JUMP



육상부가 없는 학교에서 전문 선수들을 제치고 제53회 전국소년체육대회 높이뛰기 종목에서 금메달을 차지해 화제다. 기적 같은 드라마의 주인공, 연산초등학교 6학년 정예림 학생을 만나보았다.



## 단 1년 만에 이룩한 놀라운 성과

정예림 학생이 높이뛰기 종목에 입문한 것은 작년 5학년 1학기부터였다. 체육시간 수업 중 높이뛰기에서 다른 학생들보다 월등한 기록을 내는 것을 본 하기상 체육교사와 최윤희 스포츠강사가 본격적인 훈련을 권유한 것이 계기였다.

정예림 학생은 방과 후 따로 연습을 시작하며 점차 높이뛰기 능력을 키웠고, 기록 역시 전국 무대에서도 경쟁력 있는 수준까지 올랐다. 그리고 마침내 부산대표로 선발되어 제53회 전국소년체육대회 높이뛰기 종목에서 금메달을 획득했다. 6~7세부터 훈련을 시작한 다른 선수들을 제치고 짧은 기간 연습한 정예림 학생이 금메달을 땀다는 것은 놀라운 성과였다.

“수업시간에 높이뛰기를 하는 게 재미있어서 처음에는 가볍게 한번 도전해보자는 마음으로 시작했는데 이렇게까지 성적이 잘 나올 줄은 몰랐어요. 금메달까지 따게 되어 저도 너무 신기했어요. 친구들이 나중에 올림픽까지 나가게 되는 것 아니냐고 그러니까 기분 좋더라고요.”

이렇게 소감을 밝히며 정예림 학생은 그동안 많은 도움을 준 부모님, 선생님, 친구들에게 감사한 마음을 전하고 싶다고 말했다.





스스로 하고자 하는 마음

정예림 학생을 가장 가까이서 지켜보며 지도해온 최윤형 강사, 정소희 지도자는 무엇보다 ‘스스로 알아서 열심히 하는 점’을 높이 샀다.

“처음 예림이를 봤을 땐 도약하는 부분이 좀 약했지만 키가 크고 유연성이 좋더라고요. 가능성을 보고 배면뛰기를 시켰더니 바를 넘을 때 아치형의 자세를 잘 만들더라고요. 시작할 때 같이 연습했던 다른 친구들은 각자 사정으로 다들 포기했지만 예림이는 꾸준히 연습하러 왔어요.”

연습을 하면 할수록 더 높이 뛸 수 있게 되는 것이 재미있었는지, 정예림 학생은 날이 갈수록 강한 의욕을 내비쳤다. “선생님, 이럴 땐 어떻게 해야 해요?” “저 뛰는 모습

사진 좀 찍어주세요.” “지금 뛴 거 뭐가 잘못됐는지 좀 봐주세요.” 이렇게 적극적으로 훈련에 임하며 스스로 성장에 성장을 거듭한 것이다.

체육수업 중 우연히 정예림 학생의 소질을 알아보고 높이뛰기를 해볼 것을 적극 권유했던 하기상 체육교사 또한 이번 금메달 수상에 대해 무척 뿌듯하다는 심경을 밝혔다.

“대회에 나갈 때마다 기록을 10cm씩 깨 나가는 걸 보면 가르치는 보람이 있었어요. 전국소년체육대회 앞두고 여러 가지 어려움이 있었지만 마지막에 자신의 잠재력이 터져 나온 덕분에 좋은 성적을 낼 수 있었던 것 같습니다.”

Mini interview

연산초등학교 교장

이번에 전국소년체육대회에서 정예림 학생이 금메달을 획득하여 학교장으로서 너무나도 대견하고 자랑스럽습니다. 정예림 학생의 소질을 발굴하고, 음으로 양으로 많은 도움을 주신 여러 선생님들께 고마움을 전하며 모든 공을 돌리고 싶습니다. 저는 모든 학생들이 긍정적인 마음으로 매일 아침마다 운동장을 달리면 자기가 원하는 성공에 가장 빨리 다가갈 수 있다고 믿고 있습니다. 꾸준히 운동하는 우리 학생들에게 밝은 미래가 열릴길 기대합니다.



부상에 대한 두려움을 딛고서

하기상 체육교사가 말한 어려움 중 하나는 연습장과 실제 경기장의 ‘조주거리 차이’의 극복이었다. 연산초등학교는 육상부가 없는 학교이다 보니 실제 경기장과 같은 규모의 연습 시설도 없었다. 그러다 보니 도움닫기 하기 전 뛰어 들어가는 조주거리를 잘 맞출 수 없었던 것. 그래서 선생님들은 억지로 실제 경기장에 맞추어 조주거리를 설정하기보다는, 연습 때와 비슷하게 짧은 조주거리에서 뛰게 했고, 다행히 그 방식이 예림 학생에게 잘 맞아 좋은 성적을 거둘 수 있었다.

정예림 학생은 또 다른 난관으로 부상으로 인해 생긴 두려움을 언급했다.

“한 번은 발목을 접질려 부상을 당했는데, 그 후로 바를 넘기 무서울 때가 있었어요. 그래도 병원을 다니면서 조금씩 연습을 계속하니깐 컨디션이 점점 더 나아졌고 나중엔 무서움도 없어졌던 것 같아요.”

심리적 부담감 외에, 몸이 가벼울수록 기록 달성에 유리한 종목 특성상 한창 많이 먹고 싶을 어린 나이에 식단 관리를 엄격히 해야 했던 일도 쉽지 않은 일이었다. 이 모든 어려움에도 불구하고 정예림 학생이 꾸준히 연습을 계속할 수 있었던 것은 무엇보다도 높이뛰기가 너무 재미있었기 때문이었다.

“훈련할 때 아무리 해도 넘지 못할 것 같던 높이가 있었는데, 마침내 그 높이를 딱 넘게 되었을 때의 쾌감이 있었어요. 그런 기쁨 때문에 먹고 싶은 간식도 참고 밥도 적게 먹으며 연습을 더 열심히 할 수 있었어요.”

금메달을 딴 후 정예림 학생에 대한 주위의 기대도 한층 높아졌다. 나중에 올림픽에 출전하면 어떨까 하는 생각도 해봤다. 하지만 장래에 꼭 높이뛰기 선수가 되어야겠다고 확실히 진로를 정한 건 아니다. 체육교사나 상담 선생님도 되고 싶다. 일단은 지금은 가장 하고 싶은 게 높이뛰기이기 때문에 내년에 체육중학교에 진학할 계획이라고 한다.

“지금은 다가올 교육감배 육상대회, 교보생명컵 육상대회를 대비해 연습하고 있어요. 지금의 기량을 유지하면서 지난번 때처럼 좋은 성적을 냈으면 좋겠어요.”

수줍은 듯 해맑은 미소로 당차게 포부를 밝히는 정예림 학생. 아직 어린 나이이므로 무한한 가능성의 미래가 그를 기다리고 있을 것이다. 지금 같은 열정과 성실한 자세로 무지갯빛 미래를 향해 앞으로 한층 더 높이 도약하길 응원해본다.

# 시민과 함께하는 부산체육 되기를 마선기 前 부산광역시체육회 사무처장

글. 원성만

<부산체육>은 2014년부터 2023년까지 부산 체육의 역사를 집대성하는 <부산체육 발자취> 시리즈를 연재하고 있다. <부산체육 발자취>는 부산광역시체육회 창립 50주년에 발간된 <부산체육 50년사>에 이어 부산 체육의 서사를 기록하고자 한다. 이번 호는 2005년 그리고 2011년부터 2014년까지 부산광역시체육회 사무처장직을 수행하며 부산 체육 발전에 헌신한 원로 체육인의 발자취를 정리한다.



마선기 前 부산광역시체육회 사무처장은 공무원 출신으로는 처음으로 2005년과 2011~2014년 사무처장을 역임했다. 당시 16개 시·도 중 13위로 성적이 부진했던 부산 체육계에 개선책을 마련하기 위한 인사였다. 실제로 마선기 前 사무처장이 취임했던 2005년, 울산광역시에서 열린 제86회 전국체육대회에서 부산시는 7위를 기록했고 앞서 열린 제86회 동계체육대회에서도 4년 만에 최고 성적을 거둔 것은 물론, 이후로도 꾸준히 5~6위 성적을 유지했다.

## 전국체육대회 성적 향상시켜

“전국체육대회 성적은 부산의 위상과 관련이 있어요. 부산광역시체육회가 관심 가져야 할 중요한 업무 영역입니다. 사무처장 재임 중에 부산시 선수단의 성적 향상을 위해서 많은 고심을 했고, 크게 두 가지 관점에서 지원정책을 추진했습니다.

첫째로 좋은 성적을 내는 선수와 지도자에게는 높은 포상금을 지급하는 인센티브 제도를 도입했습니다. 경기 성적 향상과, 성적에 따른 선수·지도자 처우 개선 효과가 있었다고 평가합니다. 그리고 팀에 대해서는 다음 해 훈련비가 추가로 지원되어 강한 팀을 더욱 강한 팀으로 발전시키는 선순환 효과도 있었다고 생각합니다.

두 번째로, 새로운 팀 창단을 통해 초·중·고·대학에 이르는 선수 양성 시스템을 구축하고 연결고리가 차단되지 않도록 최선을 다했습니다. 그 결과 새로운 팀 창단으로 부산시 선수단 성적이 많이 향상됐어요. 부산광역시체육회가 부단히 관심 가져야 할 분야라고 생각합니다.”

마선기 前 사무처장은 2002년 부산아시아경기대회 준비단장도 역임했다. 이때의 현장 경험이 훌륭한 밑거름이 되어 부산광역시체육회라는 단체를 이끄는 중책을 맡았으리라. 재임 시절 느꼈던 부산체육의 강점과 문제점, 나아갈 방향에 대해 어떤 생각을 가지고 있는지 물었다.

“부산은 스포츠에 대한 자부심이 강한 도시입니다. 부산 출신 양정모 선수가 우리나라 올림픽 출전 사상 최초로 금메달을 목에 걸었고, 2002년에는 부산아시아드 주경기장에서 열린 축구경기에서 월드컵 출전 역사상 첫 승리의 감격을 온 국민에게 선사했던 도시이기도 합니다.



같은 해에 제14회 부산아시아경기대회가 열렸는데 남과 북이 이념과 체제를 넘어서 하나가 됐습니다. 한반도기를 흔들며 개막식에 함께 입장해 '평화와 통일 아시아드' 대회 의지를 전 세계에 알렸고, 메가 스포츠 이벤트 개최 도시로서의 부산 이미지를 각인시키기도 하였습니다. 이러한 국제 스포츠 도시 부산의 위상을 계속 지켜나가면서 부산시민들의 자긍심을 높여갈 수 있는 방향으로 체육 정책을 개발 발전시켜 나가는 것이 과제가 되겠지요.”



<부산체육 50년사> 만들고 새 사업 발굴 앞장

그는 부산광역시체육회의 새로운 사업 발굴에도 열심이었다. 국민체육센터 수탁·운영 사업이 대표적이다. “일정 규모 이상의 체육시설이 확보되고 양질의 일자리가 제공된다면 선수들이나 체육 전공 학생들이 계속해서 체육 전문직으로 역할을 할 수 있겠다는 판단이 들어서 부산광역시체육회는 국민체육센터를 수탁해 운영했습니다.” 부산광역시체육회는 은퇴 선수와 체육을 전공한 학생들을 영입해서 시민에게 양질의 스포츠 프로그램을 제공하고 체육인 일자리 창출을 목적으로 2011년부터 국민체육센터 수탁운영 사업을 추진했고 성공적이었다는 평가를 받았다.



“또 2012년에는 전국에서 처음으로 부산 초·중학생 육상경기 챌린지 대회를 개최했던 것도 기억에 남습니다. 장기적인 관점에서 재능이 우수한 어린 선수들을 발굴하기 위해 창설한 대회였습니다.”

<부산체육 50년사(1963~2013)> 발간은 대한민국 체육 발전에 중요한 역할을 했던 1세대 부산 체육인들의 자긍심을 높이고, 부산체육사를 가치 있게 엮어서 매듭지었다는 점에서 새로운 장을 마련했다고 평가합니다.”

두 차례에 걸친 사무처장 재임 중에 추진했던 체육인들의 처우 개선, 선수 발굴 및 육성 사업 등은 당시 부산체육이 당면했던 ‘경쟁력 향상’이라는 목표 달성에 초점이 맞춰져 있었다고 마선기 전 사무처장은 회고한다.

사실 당시 부산 체육계 현장이나 언론은 회원종목단체에 대한 행정적·재정적 지원을 합리적으로 추진했다는 평가를 아끼지 않았다. 그러한 평가 배경에는 마선기 전 사무처장 재임 기간 중에 큰 폭으로 증가한 예산도 큰 몫을 했다.

부산광역시체육회 예산 큰 폭 증가 공로 커

“부산광역시체육회 예산은 대한체육회의 일부 보조금이 포함되어 있지만 대부분 부산광역시의 재정에 의존하고 있는 실정입니다. 체육 예산 확보를 위해서는 새로운 사업에 대한 공감대 형성이 중요한데 부산광역시에 현장 사정을 이해시키기 위해 노력했습니다. 예를 들어 체육 지도자들의 열악한 처우에 대해서 부산시에 적극



설명하고 설득해서 공감을 얻어내기도 했고, 체육예산 증가가 시민의 자긍심과 편의 증진에 도움이 된다는 논리를 개발해서 설득하기도 했어요. 물론 증액된 예산은 대부분 지도자 처우 개선, 훈련비 증액, 새로운 팀 창단 등에 투자했지요.”

부산체육 발전에 기여한 마선기 전 사무처장의 노력과 공로는 ‘현재진행형’이다. 시간이 지나도 쉬이 잊히지 않는다. 그래서일까? 퇴임 후에 그는 제31회 부산체육상을 수상하기도 했다.

시민에게 더욱 가까운 부산광역시체육회 되길 당부

마선기 전 사무처장은 부산체육 발전을 위해서는 폭넓은 인적 네트워크를 구축해 활용하는 것이 중요하다고 강조한다.

“대한체육회 이사회, 회원종목단체별 총회 등 대한체육회 조직을 통한 인적 네트워크를 구성하고, 전국사무처장협의회를 활용하는 것도 기본적으로 큰 도움이 됩니다. 저 같은 경우엔 각종 심포지엄을 통해서 체육계의 의사를 결집시키고, <부산체육 50년사> 발간 작업 과정을 통해서도 지역 체육계 인사들의 의견을 결집해 나갔던 경험이 있어요.”

그는 “어느 조직이나 갈등은 있을 수 있다.”고 말하면서 “갈등을 제때 잘 해결하지 못하면 문제가 되기도 한다.”고 조언한다.

부산광역시체육회는 많은 회원단체가 소속되어 있기 때문에 다양한 의견이 오갈 수 있고 내부 갈등이 발생할 수 있다. “그래서 부산광역시체육회는 그

야말로 부산체육계 최고 단체로서 합리적이고 적절한 대처 방안을 가지고 있어야 한다.”고 마선기 전 사무처장은 강조한다.

“종목 내부에서의 주도권 다툼, 지도자의 리더십과 관련한 갈등, 회장 선거에서의 불법적인 행위, 회계 부정에 관한 문제, 성폭력 등 제가 사무처장으로 있을 때도 체육계에 갈등 요소가 많았습니다.”라면서 그는 재임 중에 이러한 갈등 요소를 사전 예방하기 위해서 청렴선서, 성폭력 예방교육 등에 많은 관심을 가졌다고 당시를 기억한다.

부산시체육회 발전 방향에 대해서도 조언을 아끼지 않았다.

“부산광역시체육회는 부산체육의 정점에 있는 단체입니다. 체육 관련 모든 의사를 종합·분석하고 시책을 개발해서 시행하는 가장 중요한 조직이 부산광역시체육회입니다. 전문체육을 통해서 부산시민들의 자긍심과 도시의 위상을 높여나가고, 생활체육을 통해서 시민에게 더욱 가까운 부산광역시체육회가 되길 바랍니다.”

# '노력'이 재능이라는 걸 증명하다

부산광역시체육회 근대5종팀 김세희 선수



펜싱부터 수영, 승마, 레이저런(육상, 사격)까지 무려 다섯 종목의 기록을 종합적으로 거루는 '근대5종'. 최근 우리나라 근대5종 여자 선수들이 세계 무대에서 훌륭한 성적을 거두고 있는데, 이런 성과를 얻는 데 한발 앞서 기반을 다진 김세희 선수를 만났다.

## 근대5종 간판선수가 되기까지

지난 3월, '제41회 회장배 전국 근대5종대회' 계주 경기에서 박가연, 최주혜 선수와 함께 우승을 차지한 김세희 선수. 그는 2023년 '제19회 항저우 아시안게임' 근대5종 여자 단체전 동메달의 주역이자, 2021년 '카이로 근대5종 세계선수권대회' 혼성계주 금메달, 2019년 '근대5종 아시아선수권대회' 개인전 금메달, 2018년 '제18회 자카르타-팔렘방 아시안게임' 근대5종 여자 개인전 은메달을 획득하는 등 눈부신 활약을 펼쳐 근대5종 간판선수로 꼽힌다.

그런 그이기에 '제41회 회장배 전국 근대5종대회'에서의 우승은 당연한 결과라 여길 수 있지만, 무릎 부상으로 6개월 이상의 공백이 있었던 터라 결과를 낙관할 수만은 없었다.

"작년의 제 몸이 아니다 보니 대회 3주 전까지도 운동을 제대로 못 했어요. 우승은 못 하더라도 '재미있게 하자'는 마음이었는데, 선수들이 서로 부족한 부분을 보완하며 경기 운영을 잘해서 좋은 성적을 얻을 수 있었어요."

우승한 소감을 묻자 부상을 극복하고 좋은 결과를 얻었다는 기쁨보다 자신의 기량을 점검하는 계기가 되어 좋았다는 소회를 먼저 밝혔다. 이처럼 자신을 끊임없이 점검한 덕분에 근대5종 간판선수가 될 수 있었던 게 아닐까 하는 생각이 들었다. 사실 김세희 선수는 부산체육고등학교에 입학하기 전까지 근대5종이라는 종목을 아예 몰랐다고 한다. 수영 선수였던 그를 눈여겨본 근대5종 코치가 "근대5종을 한번 해보지 않겠냐"고 제안한 것이 계기였다. 마침 제안을 받고 얼마 안 돼 근대5종 꿈나무를 키우기 위한 합숙 훈련이 있었는데, 김세희 선수는 곧장 합숙 훈련에 참여했고 수영과 육상 종목 기록이 우수해 근대5종 국가대표 선수에 선발되었다. 수영 선수로서의 비전보다 근대5종 선수로서 더 큰 무대에 오를 수



있을 거라는 기대로 고민 없이 바로 종목을 바꿨다는 김세희 선수. 국가대표 선수가 된 건 운이 좋았던 때문일 수도 있겠지만 그 후로 11년 동안 그 자리를 지킬 수 있었던 건 남다른 노력이 있었기에 가능했다.

## 타고난 재능보다는 노력하는 재능으로

"제가 운동 신경이 좋은 편은 아니에요. 몸치에 박치라 하나를 배우면 그걸 습득하는 데 시간이 오래 걸려요. 그래서 항상 다른 선수들보다 두세 배는 더 노력했어요."

밤낮없이 개인 운동에 매진하는 그를 보며 지도자며 선수며 모두가 말리기 바빴을 정도로 그는 '열심히 하는 선수'였다. 그러나 '열심히', '노력' 했음에도 성과로 이어지지 않자 억울하기도 하고, '타고난 재능이 없는 한계인가' 의심이 들기 시작했다. 그때 "너는 노력하는 재능이 있다. 타고난 재능보다 중요한 게 노력하는 재능인데, 그걸 가진 선수는 그렇게 많지 않다"는 동료의 말에 자신의 재능은 '노력'이라는 걸 깨닫고 다시 묵묵히 자신의 길을 걸었다. 그리고 2018년, 마침내 그의 노력이 빛을 보는 순간이 찾아왔다. 당시는 '제18회 자카르타-팔렘방 아시안게

임'을 앞둔 상황. 김세희 선수는 이미 국내 선발전에서 2등을 차지하며 아시안게임 출전을 확정 지은 거나 다름없었다. 그런데 갑자기 출전 기준이 '우리나라 선수중 세계랭킹이 높은 순위 2명 출전'으로 바뀌면서 한순간에 출전 여부가 불투명해졌다.

"1~4차 예선전을 거쳐 세계 랭킹을 쌓는 건데 승산이 없다고 생각했어요. 그전까지 고등학생 때 나갔던 올림픽 말고는 모든 메이저 시합에서 예선 탈락했거든요. 그래도 한번 해보자고 열심히 노력한 결과, 세계랭킹이 높은 덕에 아시안게임에 나가게 됐어요."

예선전을 거듭할수록 점점 더 수월하게 파이널에 오르는 경험을 하며 그동안의 노력이 결코 헛된 게 아니라는 걸 확인했고, 아시안게임에 출전해 은메달이라는 값진 결실을 목에 걸었다. 그때부터 자신감이 붙으면서 세계 무대에서 이름을 떨치기 시작했다. 김세희 선수는 2018년 아시안게임 때의 경험이 없었다면 지금의 자신은 없었을 거라고 한다. 그는 한때 자신이 '열심히 하는 선수'로 기억되길 바랐지만, 그때부터 '근대5종 역사에 한 획을 그은 선수가 되겠다'는 꿈을 꾸었고 그 꿈을 현실로 만들었다.

### 성장은 멈추지 않는다

반면, 2023년 '제19회 항저우 아시안게임' 근대5종 여자 단체전은 아쉬움이 많이 남는 대회였다. 그간의 대회 성적을 분석했을 때 우리나라 팀이 당연히 우승할 실력이었고, 김세희 선수 개인적으로도 몸 상태와 기량이 좋았기 때문에 더욱 그랬다.

대회 변수는 승마에서 등장했다. 세 명의 선수 모두 승마에서 0점을 기록한 것. 김세희 선수는 평소 승마 종목에 강했던 만큼 한 번도 예상해본 적이 없었던 일이 벌어지자 충격이 컸다. 점수 차가 엄청나 기권도 생각했으나, 다행히 수영 기록이 좋았고 레이저런에서 선전하며 동메달로 대회를 마무리했다. 시상대에 오르고 대회가 끝날 때까지도 충격에서 벗어나지 못해 현실감이 없었다고. 그럼에도 불구하고 김세희 선수는 항저우 아시안게임을 통해 얻은 것이 있었다.

"육상이 강점인 선수들과 훈련하다 보니 스물아홉 살에 육상이 늘었어요. 가장 자신 없는 종목에서 기량이 오르니 운동이

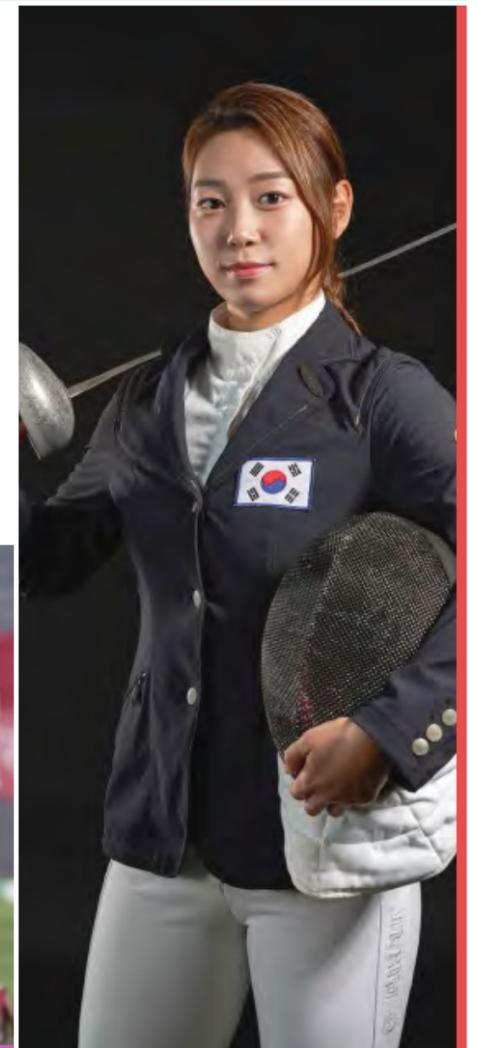


더 재밌었어요."

숨이 넘어갈 듯했지만 다른 선수들을 따라 뛰고 또 뛰었다. 대회에서도 그런 노력이 아까워 악착같이 땀 덕분에 승마에서 얻지 못한 점수를 만회했다. 김세희 선수의 이런 끈기는 어려서부터 남달랐다. 운동 신경이 발달한 동생이 단번에 또 하루 만에 성공한 것들이 그에게는 쉽지 않았는데, 안 된다고 포기하는 게 아니라 될 때까지 연습했고 결국 해냈다.

김세희 선수는 선수로서 자신의 여정, 항저우 아시안게임이 그랬듯이 근대5종의 재미는 '끝날 때까지 끝난 게 아닌 것'이라고 한다. 종목별로 점수가 앞치락뒤치락하는 걸 보고 있으면 자신도 정말 재미있다고. 거기에 펜싱, 승마, 레이저건 각종목별 매력을 설명하는 반짝이는 눈과 조금은 들뜬 목소리에서 근대5종에 대한 애정을 느낄 수 있었다.

올해 우리나라 근대5종 국가대표팀은 역대 최고 성적을 내고 있다. 김세희 선수는 후배들의 활약을 보며 자신의 기록을 뛰어넘는 선수가, 올림픽에서 메달을 따는 선수가 나오지 않을까 기대하고 있다. 한편, 그는 10월에 있을 전국체육대회와 다음 아시안게임에 대비해 훈련에 매진하고 있다. 아시안게임에서의 목표는 금메달! 어디선가 읽었다는 '춤추며 준비하면 설렘이 두려움을 압도한다'는 문구에 감명받아 노력하고 성장해 온 김세희 선수. 이제는 '진인사대천명'의 마음으로 대회를 준비한다는 그에게 금빛 결실이 이어지길 응원한다.



## Pentathlon



파리, 우리가 간다.

## 2024 파리올림픽 출전 부산선수단 출사표

2024년 7월에 개최하는 프랑스파리올림픽 출전 부산선수단이 확정됐다. 7개 종목 16명으로 꾸려진 부산선수단은 7월 9일, 대한체육회가 주최하는 파리올림픽 결단식에 참석해 파리에서의 건투를 다짐했다.

올여름, 우리네 안방에 시원한 메달 바람을 불게 할 자랑스러운 얼굴들. 파리올림픽 출전 부산 선수단을 소개한다.



특히 주목할 선수는 출신지와 소속 모두가 부산인 이리영(아티스틱 스위밍), 하지민(요트) 선수다.

이리영(부산수영연맹) 선수는 허윤서(압구정고) 선수와 듀엣으로 출전한 지난 2월 도하 세계선수권대회에서 10위를 차지, 당당히 올림픽 출전 티켓을 따냈다. 한국 선수로는 12년 만에 올림픽 무대를 밟는 만큼 결연한 의지가 남다르다.

하지민(해운대구) 선수는 '2021 도쿄 올림픽' 요트 국가대표로 출전한 경험이 있는 베테랑 선수로, '2018 자카르타-팔렘방 아시안게임' 금메달, '2023 항저우 아시안 게임' 은메달을 획득한 바 있다. 최근 뛰어난 기량을 선보이고 있는 만큼, 이번 대회에서도 좋은 성적이 기대된다.

7월 26일부터 8월 11일까지, 지구 반대편 프랑스에서 분투할 우리 선수들의 건승을 빈다.



### 배드민턴

단식



안세영

단식



김가은

복식, 혼합복식



서승재

복식



강민혁

혼합복식



김원호

### 수영

다이빙



우하람

아티스틱 스위밍



이리영

### 탁구

남자 단체전, 혼합복식



임종훈

남자 단체전



안재현

### 사격

트랩



이보나

10m 공기소총, 50m 소총 3자세



박하준

스키트



장국희

10m 공기소총



이원호

### 역도

-81kg



김수현

### 펜싱

에페



송세라

### 요트

ILCA7



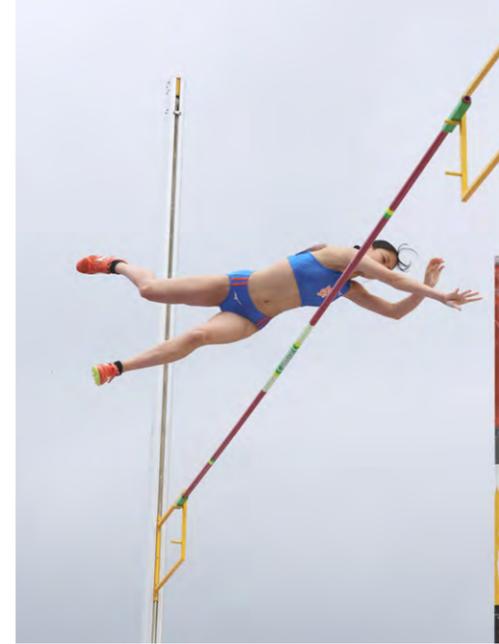
하지민

## 2024 부산국제장대높이뛰기경기대회

# 국내 유일, 해변에서 펼쳐진 장대높이뛰기대회



지난 6월 7일, 8일 양일간 광안리해수욕장 특설경기장에서  
‘2024 부산국제장대높이뛰기경기대회’가 열렸다.  
해변에서 장대높이뛰기대회가 개최된 경우는 이 대회가 유일하다고 한다.  
광안리 드론 축제와 연계해 더욱 특별했던 대회 속으로 들어가 보자.



### 세계가 주목하는 축제의 장

부산국제장대높이뛰기경기대회는 2009년에 국내에서 유일하게 단일 종목으로 개최하여 주목받은 바 있다. 2010년에 세계육상연맹에서 국제공인대회로 승인되었으며, 올해로 14회를 맞으며 부산을 대표하는 육상대회로 자리 잡았다.

특히 이번 대회는 광안리해수욕장 특설경기장에서 진행되어 다시 한번 이목이 집중되었는데, 해변에서 장대높이뛰기대회를 개최한 경우는 전 세계적으로도 유일하기 때문이다. 더욱이 수영구청에서 개최하는 드론 축제와 연계하여 대회를 찾은 관람객은 물론, 관광객과 부산 시민들에게 즐거움을 선사하였다. 올해 대회에는 미국, 중국, 일본, 카자흐스탄, 호주, 대만, 태국 등 장대높이뛰기 강국으로 꼽히는 13개국에서 시즌 최고 기록을 세운 선수, 우리나라 유망선수 등 47명이 출전하였다. 7일에는 U20(주니어) 남자부 경기가 8일에는 시니어 여자부와 남자부 경기가 진행되었으며 선수들은 그동안 갈고닦은 실력을 마음껏 펼쳤다.

대회 관계자는 “장대높이뛰기 국가대표를 비롯해 우수한 기량의 국내외 선수들이 대거 출전한 이번 대회는 단순한 스포츠 경기를 넘어 국내외 관광객과 시민이 함께 즐기는 축제의 장이자 부산의 매력을 세계에 알리는 기회가 될 것”이라는 소감을 남겼다.

### 세계 강호들과 어깨를 나란히

‘2024 부산국제장대높이뛰기경기대회’의 주요 결과를 살펴보면, 진민섭 선수(연제구청)의 활약이 돋보인다. 진민섭 선수는 장대높이뛰기 한국 신기록을 여덟 차례나 경신(한국 최고 기록 5m 80cm) 한 선수다. 2022년 무릎 부상으로 수술을 받은 후 지난 ‘제52회 KBS배 전국육상경기대회’에서 5m 40cm로 우승하며 성공적으로 복귀, 이번 대회에서도 같은 기록으로 준우승을 차지하였다. 남자부 경기가 있었던 8일은 강한 비가 쏟아졌음에도 불구하고 진민섭 선수는 국내 장대높이뛰기 일인자의 부활을 확실하게 알렸다. 참고로 진민섭 선수가 부산국제장대높이뛰기경기대회에서 메달을 획득한 건 5년 만이다.

7일 진행된 U20(주니어) 남자부 경기에서는 료타 무라코스(일본)가 5m로 금메달, 미사 반 쉐핑건(호주)이 4m 80cm으로 은메달, 대회 시즌 최고 기록을 기록한 즈치엔 왕(대만)이 4m 70cm로 동메달을 획득했다. 한편 8일 진행된 여자부 경기에서는 올리비아 그로스(호주)가 4m 20cm로 금메달, 4m 10cm의 트리피나 휴잇(호주)이 은메달, ‘디펜딩 챔피언’ 소피 거터머스(미국)가 4m로 동메달을 목에 걸었다. 남자부 경기에서는 5m 50cm의 에지마 마사키(일본)가 금메달, 5m 30cm의 타일러 번스(미국)가 동메달을 차지했다.

광안리 바다를 배경으로 날아오른 인간 새들의 활약은 그 어느 때보다 눈부셨고, 다음 ‘부산국제장대높이뛰기경기대회’를 더욱 기대하게끔 만들었다.



# 세계 스포츠계가 들썩! '탄소 제로' 캠페인

파리 올림픽은 '친환경 올림픽' 구현을 위해 재활용 소재의 골판지 침대를 설치하기로 한 데 이어, 선수촌에 에어컨 대신 선풍기를 설치하기로 했다. 이처럼 전 세계 스포츠계는 다양한 친환경 정책을 통해 탄소 발자국을 줄이기 위해 애쓰고 있다.



자료 출처 : blog.sportheroes.com, www.yellowbrick.co의 Global Sports Management 교육자료



## 친환경 소재의 '쿨링 재킷' 화제

파리는 한여름 섭씨 40도를 넘나드는 '폭염'으로 악명이 높다. 그런데 이번 파리 올림픽대회 조직 위원회는 친환경을 위하여 선수촌에 전력 소비량이 많은 에어컨 대신 선풍기를 설치한다는 방침을 발표했다. 공기를 순환시켜 실내 온도를 실외보다 낮게 유지하고, 특수한 건물 단열재 덕분에 다음 날 늦게까지 밤의 시원함을 유지할 수 있다는 게 대회 관계자의 설명이다.

하지만 이러한 설명이 미덥지 못한 각국 선수들은 컨디션 유지에 비상이 걸렸다. 대한체육회도 대비책을 마련했다. 지난 6월 26일 진천선수촌에서 공개한 '쿨링 재킷'이 대표적이다. 친환경 특수 냉매제(PCM)를 활용해 제작한 쿨링 재킷은 18도에서 고체로 변하고 많은 열을 흡수해 체온 유지를 돕는다. 파리올림픽이 친환경을 기치로 내건 만큼 우리나라도 친환경으로 대응을 한 셈이다.

세계에서 열리는 각종 스포츠 대회에서 친환경이 주요 화두로 떠오른 건 어제오늘 일이 아니다. 국제축구연맹(FIFA)은 '그린골(Green Goal) 프로그램'이라는 친환경 정책을 실천하고 있다. 이에 따라 2006 독일 월드컵에서는 경기장에서 태양광 에너지를 사용하고 대중교통과 자전거 이용을 권장했다. 뮌헨에서는 음료수를 재생 용기에 담아 판매하여 친환경에 대한 노력을 보여주었다.



▲ 파리 올림픽에 사용될 대한체육회의 쿨링재킷 (자료 출처: (주)신트로벨리 블로그)

▶ 인공지능이 그려낸 미래의 친환경 축구장. 자연광을 최대한 활용하며 재생 가능한 소재로 짓는다.



### ‘탄소 제로’를 꿈꾸는 자동차 경주대회

엄청난 배기가스 배출 때문에 친환경과는 거리가 멀 것 같은 자동차 경주대회도 친환경을 전면에 내세우고 있다. 2030년에 열릴 예정인 포뮬러 원(FIA Formula 1) 월드챔피언십은 ‘탄소 제로’라는 야심찬 목표를 제시했다. 대회 조직위원회와 출전 팀, 레이싱 경기장 모두 여기에 협력할 예정이다. 예를 들어 프랑스의 레이싱 경기장 ‘폴 리카드’는 빗물을 받아 재활용함으로써 물 소비량을 감축하고, 태양광 패널을 설치, 전력 소비를 줄일 계획이다. 또한 경기 중에 발생한 모든 폐기물을 100% 재활용한다는 방침을 세웠다. 경기장 주변에 뻗뻗하게 심은 나무들은 천연 방음벽 역할을 하여 소음공해를 줄임으로써 지역 동물 보호에 기여할 것이라 한다.

세계 최정상급 서퍼들이 기량을 겨루는 월드 서프 리그(World Surf League) 챔피언십 또한 탄소 배출 저감 캠페인을 벌인다. 대회가 끝나고 나서 대회가 열린 장소가 그 전보다 더 좋은 환경이 되도록 하는 것이 목표이다. 또한 ‘우리는 하나(We Are One)’이라는 캠페인에서 유명 서퍼들과 그들의 팬들은 세계 각국 정상들에게 해양 보호에 앞장서줄 것을 호소하는 서명 운동에 참여한다. 한편, 대회가 열리는 동안 예술가, 인터넷 방송인, 환경운동가들은 대중에게 해양오염의 위험성에 대한 경각심을 일깨우는 각종 활동을 펼칠 것이라고 한다.

▼ 나무로 둘러싸인 레이싱 경기장의 풍경



### 친환경재활용 소재의 스포츠 용품

이 외에도 세계 스포츠계에는 친환경을 실천하기 위한 다양한 실천 사례가 있다.

친환경 스포츠 의류도 그중 하나이다. 많은 스포츠 의류 브랜드가 재활용 가능한 소재를 사용하여 폐기물 발생을 최소화하고 있다. 호주의 의류업체인 부디(Boody)는 친환경 농법으로 키운 대나무를 인체에 무해하도록 추출, 건조하여 생산한 스포츠웨어인 부디웨어(Boodywear)를 판매한다. 컴퓨터 니팅 방식을 사용해 남은 원단이 없도록 하고 폐수는 재사용하여 환경오염 방지에 앞장서고 있다. 배송도 자연분해되거나 재활용 가능한 상자를 이용한다.

유기농 면과 재활용 폴리에스터로 만든 레자트(Lezat)는 의류제품을 생산한 후 남은 천을 지역 동물보호소에 기부해 침대 제작에 사용하고 있다. 재활용 어망과 나일론으로 제작한 걸프렌드 콜렉티브(Girlfriend Collective) 등도 대표적인 친환경 스포츠 의류다.

나이키, 아디다스, 아식스, 노스페이스 등 거대 스포츠 의류업체 역시 재활용 소재를 사용함으로써 폐기물 발생을 최소화하고 있다. 또한 식물성 가죽과 플라스틱 폐기물을 재활용한 원단 사용 등 환경을 오염시키지 않은 대체재를 적극 활용하고 있다.

▼ 재활용 어망을 사용한 걸프렌드 콜렉티브의 후디



▶▶ 대나무로 만든 스키, 스키 폴



친환경 스포츠 용품 중에서는 스키용품이 돋보인다. 스키 용품은 대부분 플라스틱과 유리섬유 등으로 만들어지는데 최근에 대나무와 목재 섬유로 만든 친환경 스키용품이 출시돼 주목을 받고 있다.



### 친환경 캠페인으로 긍정적 변화 기대

지금까지 나온 이야기들을 포함하여, 전 세계 스포츠계에서 실천되고 있는 친환경 정책들을 요약하면 다음과 같다.

- 1 태양광이나 풍력 발전 등 친환경 에너지를 활용, 경기장의 시설에 필요한 전력을 충당한다.
- 2 조명, 에어컨, 히터 등의 사용을 줄인다.
- 3 시합 중에 발생한 폐기물은 재활용하도록 하고 일회용 플라스틱 사용을 최소화한다.
- 4 경기장을 오갈 때 대중교통, 자전거 이용, 걷기 등을 장려하여 탄소 배출을 줄인다.
- 5 자전거 주차장과 전기자동차 충전소를 설치한다.
- 6 효율적인 관개 시설을 구축해 물 사용량을 줄인다.
- 7 경기장 내 매점에서는 유기농 식품이나 재활용 재료를 사용한 친환경 제품을 판매하도록 한다. 이를 위해 친환경인증 마크를 받은 공급업체와 협력한다.
- 8 경기장은 가능한 한 작은 규모로 짓거나 기존 시설을 재활용한다.

앞으로도 세계 스포츠계에서 친환경과 탄소 제로 운동은 더욱 중요한 화두가 될 것으로 전망된다. 더욱이 대중에게 올림픽이나 월드컵처럼 큰 영향력과 파급 효과가 있는 스포츠 대회에서 ‘친환경 캠페인’이 부각된다면 지구 환경 보호와 지속 가능한 미래를 위해서도 긍정적인 변화가 일어날 것으로 기대된다. 우리나라에서도 한국프로축구연맹이 ‘K리그 그린 킥오프’를 통해 친환경 캠페인을 진행하고 있다. 이와 같은 움직임이 앞으로도 계속되길 바란다.

## 쾌적함과 새로움으로 체육인의 마음을 사로잡다 신평장림체육관

신평장림 산업단지에 쾌적한 체육관이 탄생했다! 새로운 시설과 새로운 구성원으로 체육관을 운영하며, 시민들에게 양질의 프로그램과 쾌적한 체육시설을 제공할 수 있도록 노력하겠다는 신평장림체육관을 만나보았다.



신평장림 체육관은 2024년 7월 2일 개관식을 가졌다. 개관식에는 부산광역시체육회 장인화 회장을 비롯하여, 부산광역시 이준승 행정부시장, 사하구(을) 조경태 국회의원, 이갑준 사하구청장 및 부산시의회, 사하구 의회 의원들이 참석해 신평장림체육관의 새로운 출발을 함께 축하했다.

### 신평장림체육관에 대한 소개를 부탁드립니다.

신평장림체육관은 문화체육관광부가 주관한 산업단지 내 개방형 체육관 건립 지원사업(국비 50억 원, 시비 75억 원)을 통해 건립되었으며, 2024년 5월 1일부터 부산광역시체육회에서 부산광역시로부터 수탁 받아 운영하게 되었습니다. 구성원은 운영부장, 총무과장, 교육과장, 접수 및 안내, 미화, 시설, 수영 및 헬스 지도자, 수상안전요원 등 상근직원 18명과 파트가사 15명으로 구성되어 있습니다. 신규 개관한 체육관인 만큼 시설을 안전하고 청결하게 관리하여 이용하는 시민들에게 더욱 안전하고 쾌적한 생활체육 환경 제공을 위하여 노력할 예정입니다.

### 신평장림체육관에서 운영 중인 강습은 어떤 것들이 있나요?

신평장림체육관 1층에는 수영장, 2층에는 헬스장이 자리 잡고 있습니다. 수영장은 길이 25m, 최대 수심 1.4m의 4개 레인과 유아풀이 있고, 헬스장에는 트레드밀을 포함한 각종 운동기구가 설치되어 있다. 기본적으로 프로그램 구성은 수영강습, 관절이 좋지 않은 분들을 위한 아쿠아로빅 그리고 헬스 프로그램이 있으며 수영은 평일 월요일부터 금요일까지 개인의 시간에 맞춰서 이용할 수 있도록 폭넓은 시간대로 구성이 되어 있습니다. 그리고 유아들의 체육활동을 장려하기 위한 어린이수영 및 초등학생을 대상으로 한 소그룹 수영강습도 준비되어 있습니다. 이외에도 개인의 건강관리 및 체력유지를 돕는 헬스 프로그램이 개설되어 있습니다.

### 신평장림체육관에서 가장 자랑하고 싶은 부분은 무엇인가요?

신평장림체육관은 접근성이 아주 좋습니다. 신평역과 가까운 거리에 있어 대중교통을 이용하여 시설을 이용하기 용이한 덕분에 시민들의 경제적 부담을 줄일 수 있을 것 같습니다. 그리고 산업단지 주변에 위치하기 때문에 산업단지에서 근무 중인 근로자들이 근무 전후로 체육활동을 즐길 수 있는 환경이 마련되어 근로자들의 건강관리에도 도움이 될 것으로 예상됩니다.

### 신평장림체육관은 안전한 운영에 있어서 특별히 신경 쓰시는 부분이 있다면?

수영장에는 매시간 수상안전관리자를 배치하고, 헬스장에는 상근지도자를 배치하여 회원들의 안전에 최우선으로 대응할 수 있도록 할 예정입니다.

Mini Interview

신평장림체육관 운영부장 **함현용**

신평장림체육관의 개관을 함께할 수 있어 정말 영광입니다. 앞으로 새로운 시설과 새로운 구성원으로 체육관을 관리운영하며, 시민들에게 양질의 프로그램과 쾌적한 체육시설을 제공할 수 있도록 노력하겠습니다. 아울러 운영 중 시민들의 니즈를 파악하여 앞으로 프로그램의 운영 구성과 수업방향에도 만전을 기할 예정입니다. 신평장림체육관 구성원 모두가 시민들과 소통하고 화합하여 지역 체육발전에 이바지할 수 있도록 최선을 다하겠습니다.

부산 북구를 대표하는

# 파크골프 다크호스 '우정클럽'

Go!!

Great Shot!!

Play well

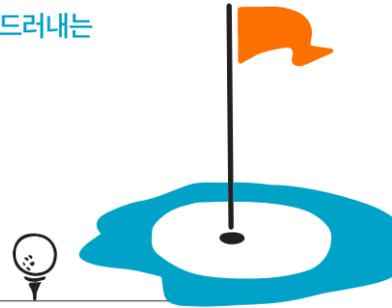


한여름 무더위도 한 수 접게 만드는 열정.

파크골프구장엔 이른 시각부터 경기를 준비하는 인파가 삼삼오오 모여든다.

부산 북구 1,600여 명 파크골프인들 중에서도 특히 두각을 드러내는

부산 북구 파크골프의 다크호스 '우정클럽'을 만나보자.



### Q. '북구우정클럽' 소개를 부탁드립니다.

2020년 창단한 우리 클럽은 총원 18명의 파크골프 클럽입니다. 이전까지 친분이 없던 분들이 같은 취미를 계기로 하나, 둘 모이기 시작했고 협회에 등록해 활동을 본격적으로 시작해 보자고 해서 창단한 게 2020년, 우리 클럽의 시작이었습니다.

클럽마다 제각각 개성이 있고 성격도 다른데, 우리 클럽은 일정 수준 이상의 실력과 수상 실적을 가진 분들이 많이 참여하고 있습니다. 실력이 전부는 아니지만, 어느 정도 경력이 있는 동호인들의 모임이라고 볼 수 있어요.

### Q. 파크골프라는 종목에 대해 설명을 해주신다면?

이름에서 짐작할 수 있듯이 공원과 골프가 합쳐진 현대 스포츠로 일본 홋카이도에서 처음 시작됐습니다. 나무로 만든 클럽으로 공을 컨트롤해 홀에 넣으면 됩니다. 골프와 룰은 비슷하지만 티에서 홀컵까지의 거리가 비교적 짧기 때문에 한 가지 클럽으로 경기를 진행합니다.

A라인부터 D라인 총 4라인을 진행하는데 한 라인에 홀이 9개입니다. 그러니까 총 36개 홀을 돌아서 한 경기가 끝나는 겁니다.

### Q. 파크골프의 매력은 무엇인가요?

파크골프는 5060세대에게 인기가 많습니다. 부담 없이 즐길 수 있는 게 가장 큰 매력입니다. 가령 골프는 라운딩을 한 번 나가면 그린피, 캐디피 외 부대비용까지 생각해야 하는데, 파크골프는 그런 부담이 덜합니다. 따로 필드 예약을 하는 수고도 적습니다. 구장에 나오면 같이 할 사람들이 있으니, 그때그때 사정에 맞게 팀을 편성해서 즐기는 문화가 형성돼 있어요.

**스포츠 라이프**



경제적으로 시간적으로 부담 없이 즐길 수 있으면서도 커뮤니티의 역할도 하는 거죠. 그리고 한 라인 도는데 40~50분가량 소요되고 4개 라인을 다 돌아도 3시간 정도면 경기가 끝나기 때문에 몸에 부담도 적습니다. 물론 경기가 재밌어서 무리하는 경우엔 근육통을 앓기도 합니다(웃음) 대부분은 적당한 선에서 건강을 유지하며 운동하고 있습니다.

부상 후 재활을 위해서 파크골프를 시작한 분들도 많고 장애가 있으신 분들도 활동을 많이 하고 계십니다. 삼락공원에는 장애인 전용구장도 운영되고 있고요. 이것만 봐도 파크골프가 얼마나 균형 잡힌 운동인지 가늠할 수 있습니다.

그리고 보통 골프장과 달리 필드가 거친 것도 하나의 매력이라 할 수 있습니다. 잘 정돈된 그린에서 경기를 펼치는 것과 달리 파크골프는 자연적인 지형변화를 어느 정도 수용하는 스포츠이기 때문에 같은 구장이라 해도 그 공략법이 매번 달라집니다.

기존에 골프를 주로 즐기던 분들은 처음엔 적응하지 못하기도 하지만, 이내 새로운 공략법을 연구하며 회원들과 수싸움 하는 재미를 느끼게 됩니다.

**Q. 대회에서 수상한 경력도 있으신가요?**

우리 클럽은 주기적으로 대회에 출전해 입상 수상 실적을 쌓고 있습니다. 클럽별로 실력차가 있는데, 우리 클럽은 대회 입상을 노리는 실력을 갖춘 분들이 모인 팀이라, 구군 대항전, 시 대회, 전국대회에도 자주 참여합니다.

최근에는 제13회 부산광역시파크골프협회장배 대회에서 우리 회원들이 좋은 성적을 거뒀습니다. 여성 일반부에서 이희심 선수가 1등, 옥영희 선수가 5등을 차지했습니다. 같은 대회 남성 시니어부에선 회장인 제가 5위를 기록했습니다.

**Q. 다들 대회 수상을 노릴 정도로 기량이 뛰어나신데, 기량 향상을 위한 별도의 훈련 프로그램이 있는지?**

우리 클럽은 정기모임이 보름에 한 번이고 그 외에는 수시로 회원들끼리 약속을 정하고 만납니다. 수시 모임은 말 그대로 회원들 간 친목이 주목적이라고 볼 수 있고, 정기모임에는 대회 규칙에 따라 정식 경기를 진행합니다. 그러다 보니 실전 연습을 한 달에 두 번씩 하는 격입니다. 연습경기지만 실천처럼 진지하게 경기에 임할 수 있도록 작은 선물을 우승상품으로 주기도 합니다.



**부산 북구 우정클럽(수상내역)**

- × 2020년 창단
- × 2024년 제13회 부산광역시 파크골프협회장배 대회
  - 여성 일반부 1위 : 이희심, 5위 : 옥영희
  - 남성 시니어부 5위 : 최동수
- × 2024년 부산시장배 슈퍼컵 파크골프 2차
  - 북구대표 우승 : 최동수
- × 2023년 부산체육회장배 파크골프대회
  - 남성 시니어 우승 : 최동수

**Q. 우정클럽 회원 간 분위기가 좋은 것 같습니다. 앞으로 클럽의 지향점, 목표가 있는지?**

우리 회원들 모두 더할 나위 없이 잘해주고 있습니다. 실력 향상을 위해서 연습하는 것은 물론, 회원 간 우애도 날로 깊어지고 있습니다. 앞으로도 꾸준히 운동 같이 하면서 수상의 기쁨을 같이 누렸으면 합니다. 그리고 지금 파크골프를 막 시작하려는 초심자 분들도 곧 구장에서 만날 날을 기다리겠습니다.



**Mini Interview**

**부산 북구를 대표하는 파크골프 클럽! 우정클럽의 회장 최동수입니다.**

파크골프는 스포츠로서 본연의 역할인 신체단련, 건강증진의 효과는 물론 5060의 커뮤니티 역할도 하고 있습니다. 부산 북구에만 1,600여 명의 생활체육인이 등록되었고, 등록되지 않은 인구를 감안하면 그 수를 가능하기 힘들 정도로 많은 분들이 파크골프를 즐기고 있습니다.

구군 대항전, 시 대회, 전국대회까지 활성화된 인기종목인 만큼 호기심을 갖고 구장을 찾는 초심자분들도 많습니다.

각 구별 협회에 문의하면 파크골프 입문에 앞서 기초 교육을 받을 수 있으니 조금이라도 관심 있는 분들은 부담 없이 협회의 문을 두드려 주세요.

우리 클럽은 물론 부산의 모든 파크골프인이 구장에서 기다리고 있습니다.

아울러 북구를 대표하는 클럽만큼 앞으로도 여러 대회에 출전해 입상 실적을 쌓도록 노력하겠습니다.





부산 수영의 미래를 확인할 수 있는

## 제46회 부산시수영연맹 회장배 수영대회 겸 제105회 전국체육대회 부산예선대회

제4기 부산스포츠 기자단 심송민

풀장을 가로지르는 선수들의 빠른 움직임이

마치 물 위를 나는 듯한 착각을 불러일으키는 수영.

뜨거운 열기와 선수들의 열정으로 가득 차 있던 사직실내수영장을 다녀왔다.



지난 6월 22일(토) 부산광역시수영연맹이 주최하고 부산광역시체육회가 후원하는 '제46회 부산시수영연맹 회장배 수영대회 겸 제105회 전국체육대회 부산예선대회'가 사직실내수영장에서 개최됐다. 대회 당일 비가 내렸음에도 사직실내수영장을 찾는 사람들의 발길은 끊이지 않았다. 대회는 오전 9시 반부터 진행되었고 참가자는 남·여 유년부(1·2학년, 3·4학년), 초등부(5·6학년), 중등부, 고등부, 대학·일반부(실업팀 선수들)로 구분되었다. 경기종목은 자유형, 배영, 접영, 평영, 개인혼영, 혼계영, 계영으로 구성됐다.

수영을 간략히 소개하자면 손과 발을 사용하여 물 위나 물속에서 자유롭게 이동하거나 정지하는 운동을 의미한다. 이는 현대인들에게 적합한 생활체육으로, 남녀노소 누구나 쉽게 즐길 수 있으며 스포츠 종목 중에서 비교적 간단하게 숙달할 수 있는 운동이다. 전신을 사용하는 운동으로, 큰 호흡운동을 필요하여 근육과 심폐 발달에 좋으며, 특히 여름철 운동으로 매우 적합하다.

오전 9시 반이라는 다소 이른 시간에 시작된 대회였지만, 관중석의 열렬한 환호 덕에 대회는 시작부터 뜨겁게 달아올랐다. 먼저 계영 400m 경기가 진행됐고 그 후 본격적인 개회식이 시작되며 '제46회 부산시수영연맹 회장배 수영대회 겸 제105회 전국체육대회 부산예선대회'의 화려한 시작을 알렸다. 경기순서는 계영 400m 결승,

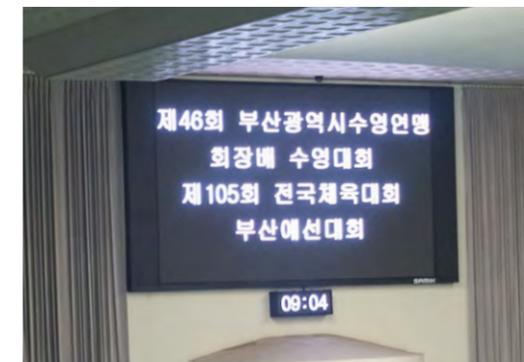


종목별 예선경기, 자유형 1500m 결승, 자유형·평영·배영·접영 50m 결승, 자유형 400m 결승, 개인혼영 400m 결승, 자유형·평영·배영·접영 100m 결승, 혼계영 400·200m 결승으로 이어졌다.

자유형 800m 결승이 끝난 후 점심시간을 갖고 오후 2시부터 오후 경기가 시작되었다. 이미 오전 경기가 끝난 후였지만, 사직실내수영장의 관중석은 비워질 기미가 보이지 않았다. 관중석에서 울려 퍼지는 응원과 함성은 선수들에게 힘과 용기를 불어넣었고 선수들은 자신의 한계를 넘어서 새로운 기록을 세우는 등 감동의 순간이 끊이지 않았다.

이번 대회는 지역 수영 인재 발굴과 육성을 목표로 하며, 전국체육대회에 출전할 부산 대표 선수를 선발하는 중요한 예선전이었다. 부산 수영의 발전과 저변 확대를 위해 마련된 이번 대회는 많은 기대와 관심 속에 개최되었다. 실제 부산 지역의 유망 수영 선수들이 대거 참가하여 치열한 경쟁을 펼쳤고, 대회 내내 관중석의 박수와 함성은 끊이지 않았다.

제46회 부산시수영연맹 회장배 수영대회 겸 제105회 전국체육대회는 단순한 경쟁을 넘어, 선수들 간의 화합과 스포츠 정신을 보여주는 무대였다. 타 종목에 비해 조금은 낯설 수 있는 수영이지만, 이번 대회를 통해 부산 수영의 저력을 확인할 기회가 되었다. 이번 대회가 부산 수영의 미래를 밝히는 중요한 전환점이 되기를 기대한다.





**스포츠와 과학의 만남,  
'부산 스포츠과학센터'**

제4기 부산스포츠 기자단 명주연



부산 동래구 사직로 77 부산 체육회관에 위치하고 있는 '부산 스포츠과학센터'에 대해 소개하겠습니다.

스포츠과학센터는 스포츠과학 지원을 국가대표 선수에서 지역 선수로 확대 서비스함으로써 과학적 훈련기반을 전국적으로 확대하는 사업입니다.

이 사업의 목적은 지원대상 확대를 통한 엘리트 스포츠 질적 수준 향상, 지역 스포츠과학센터 전국 확대 운영으로 과학적 훈련기반을 구축하고 지역 운동선수의 경기력 증대에 있습니다. 지원 비용은 모두 무료이며, 지원대상은 부산지역 학생 및 일반 선수, 공공스포츠 클럽 선수 등입니다.

운영시간은 09:00 ~ 18:00 / 주말 및 공휴일은 휴무

측정 항목은 기초체력측정, 전문 체력측정, 생체역학측정, 스포츠 심리검사로 나뉘며 기초체력측정에는 근력, 근지구력, 심폐 지구력, 민첩성, 순발력 유연성, 평형성 등을 측정하고 전문 체력측정에는 운동부하검사, 무산소성 파워 검사, 등속성 근 관절 기능검사, 폐활량 검사, 젖산분석 등을 하고 있습니다. 또한, 생체역학측정에는 영상분석, 족저압 분석, 근전도 측정을 하고 마지막 스포츠 심리검사에는 스포츠 경쟁불안, 스포츠 자신감, 내적 동기, 스포츠 수행전략 측정 및 스포츠 심리기술 훈련 지원을 하고 있습니다. 선수뿐만 아니라 지도자와 학부모도 참여할 수 있는 '스포츠 과학교실'이라는 프로그램이 있습니다. 지도자 및 선수 대상으로 스포츠과학 관련 교육과 스포츠 윤리 및 도핑 교육을 실시합니다. 또한, 선수 및 학부모 대상으로 진로상담 및 교육을 실시하고 있습니다.

신체적인 측면뿐만 아니라 심리적인 측면의 평가가 있다는 것이 매우 체계적이고 경기력 향상에 많은 도움이 될 것 같다는 생각이 들었습니다.

센터를 방문하여 내부를 살펴보았습니다. 들어가자마자 보이는 트랙이 시선을 끌었고 또한 측정실마다 다양한 측정 기구들을 볼 수 있었습니다. 측정에 관한 여러 가지 정보와 안내 후 체력측정사와 함께 측정을 시작하고 시간은 1시간 30분 정도 소요됩니다.

윙게이트, 폐활량검사부터 기본 운동능력 측정까지, 과학적인 측정기구들이 생소했지만 측정 요원분이 친절하게 설명해주셔서 어려움 없이 측정을 진행할 수 있습니다. 또한, 이곳에서는 측정 요원뿐만 아니라 스포츠 생



리·역학·심리·측정 등 분야별 박사급 연구진과 전문 트레이너와 같은 전문 인력을 가지고 있는 센터라 그런지 더욱 전문적인 측정과 트레이닝을 받을 수 있다는 것에 신뢰가 높아졌습니다.

측정이 종료되면 홈페이지에서 결과를 확인할 수 있고 개별적인 결과에 따라 선수들의 부족한 부분을 알고 이를 기반으로 훈련이 이루어진다면 선수들의 무궁한 기량 발전을 이룰 수 있다고 생각합니다.

이곳에서는 '스포츠 헬스케어센터' 또한 운영하고 있습니다. 스포츠 헬스케어는 전문 트레이너와 함께 선수 개인의 특성에 맞춘 1:1 트레이닝을 실시하는 사업입니다. 이를 통해 체계적인 부상관리 및 효율적인 경기력 향상을 도모하는 것에 목적이 있습니다. 스포츠 헬스케어 프로그램에는 측정 및 평가 프로그램, 종목별 기술 강화 프로그램, 부상 회복 관리 프로그램이 있습니다. 부산지역 학생 및 일반 선수, 공공스포츠클럽 선수 중 헬스케어 프로그램 지원이 필요한 선수 누구나 지원 가능합니다.

스포츠과학센터(<https://css.kspo.or.kr>) 홈페이지에서 예약 신청서를 제출하고 측정 스포츠 과학 센터 일정 협의 후 확정하여 참여할 수 있습니다.

전국 최초로 스포츠 헬스케어센터와 연계하여 스포츠과학을 활용한 부산스포츠과학센터는 부상선수들의 조기 복귀를 지원하고 고도화된 데이터 분석 시스템을 기반으로 전문선수들의 경기력 향상에 많은 도움이 될 것으로 기대됩니다. 부산의 재능있는 선수들이 이러한 사업 지원을 통해 더욱 훌륭한 선수로 성장하길 바랍니다.

스포츠 PLUS+

# 아티스틱 스위밍

Artistic swimming

동계 올림픽에 피겨스케이팅이 있다면  
하계엔 아티스틱 스위밍(Artistic swimming)이 있다.  
푸른빛 수중에서 펼치는 아름다운 군무  
기술과 예술이 어우러진 열연의 장으로 함께 입수해보자.

## 아티스틱 스위밍의 역사

### 아티스틱 스위밍(Artistic Swimming)

음악에 맞춰 수영과 체조, 발레 동작의 아름다움을 뽐내는 종목이다.

과거 명칭은 싱크로나이즈드 스위밍(Synchronized Swimming)으로 우리 나라에선 수중발레란 이름으로 익숙하다.

2017년, 기술성보다 예술성을 중시하고 대중적인 종목으로 거듭나고자 직관적 표현인 아티스틱 스위밍으로 명칭을 변경했다.

수중연기의 기원은 기원전으로 거슬러 올라가지만, 근대 아티스틱 스위밍의 시작은 1907년 뉴욕에서였다. 오스트레일리아 수영 선수인 아네스 켈러먼(Annette Kellerman)이 수족관에 들어가 물고기들과 함께 헤엄치고 수중연기를 펼치면서 세계 최초의 수중 발레리나로 기록됐다.

이후 1934년 캐서린 커티스(Katherine Curtis)의 학생들이 미국 시카고에서 열린 만국박람회에서 수중 공연을 펼쳤

는데 당시 이들을 소개할 때 '싱크로나이즈드 스위밍'이란 용어가 처음으로 사용돼 종목명으로 굳어졌다.

1940년대와 1950년대 초 수영선수 출신의 배우 에스더 윌리엄스(Esther Williams)가 출연한 영화에서 싱크로나이즈드 스위밍 장면이 묘사되어 대중의 관심을 받기 시작했다.

1945년, 미국체육협회가 전국선수권대회 정식종목으로 채택하면서 기존 '수중 공연' 수준을 탈피, 스포츠로 인정 받기 시작했고, 1954년에는 국제수영연맹이 정식종목으로 승인했다.

아티스틱 스위밍은 우리나라에선 아직 대중화되지 않았지만, 1984년 올림픽 종목으로 채택돼 현재까지 이어오고 있는 만큼 세계무대에선 점차로 대중적 인기를 구가하고 있는 종목이다. 곧 있을 33회 파리올림픽에서는 올림픽 역사상 처음으로 남자 단체전 경기가 펼쳐질 예정이다.

## 우리나라의 아티스틱 스위밍

한국에 처음 아티스틱 스위밍이 소개된 건 1970년대 YMCA를 통해서였다. 당시 어머니 수영팀과 어린 선수들이 열연을 선보였고 이후 대한수영연맹이 1983년에 위원회를 구성, 24회 서울올림픽을 대비한 국가대표팀을 조직했다.

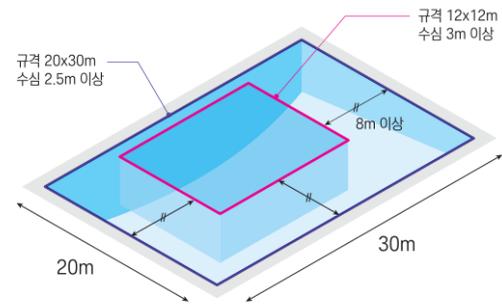
이후 한국은 아티스틱 스위밍 선진국인 미국과 캐나다 등지에서 활약하던 코치를 초청하고 국제대회에 참가하는 등 경기력 향상에 애써왔다. 8명이 한 조를 이뤄야 하는 팀 종목에서 2017년 처음 대표팀이 구성됐을 정도로 선수층이 얇고 인지도가 낮았지만 27회 시드니 올림픽과 2012년 제30회 런던올림픽경기대회 결선 진출, 아시아경기대회에서는 1998년과 2010년 메달을 획득하는 성과를 거뒀고 2018 자카르타-팔렘방 아시안 게임과 2019 광주세계수영선수권대회를 거치면서 실전 경험을 계속해서 쌓아왔다.

그 결과, 2024년에는 도하 세계선수권대회에서 우리나라 이리영-허윤서 선수가 10위로 선전, 파리올림픽 출전권을 획득해 안방에서 우리 선수들의 열연을 시청할 수 있게 됐다.

파리올림픽 대비

아티스틱 스위밍 관람을 위한  
기본 상식

경기장 규격(국제 대회 기준)



- ◇ 20x30m 이상의 경기장 내 12x12m 구역의 수심은 3m 이상
- ◇ 나머지 구역의 수심은 2.5m 이상
- ◇ 수온: 27°C ± 1°C

경기 규칙

올림픽 대회에서 아티스틱 스위밍은 듀엣과 단체 경기로 나뉜다. 각 경기는 프리 루틴과 테크니컬 루틴 2가지 공연으로 이루어지고 심사위원단은 선수들의 실행력과 안무 일치성, 기술 난이도, 루틴 전반에 걸친 음악과 안무의 예술성을 평가한다.

올림픽 역사

1984년 LA올림픽에서 처음 공식 종목으로 채택, 초창기엔 미국과 캐나다가 압도적 강세를 보였지만 2000년 시드니 올림픽 이후에는 러시아올림픽위원회가 12회 연속 금메달을 획득하고 있다.

출처: 2024 파리올림픽 위원회

경기 관전에 앞서, 경기에서 자주 볼 수 있는 몇 가지 기술을 소개한다.  
기술을 어떻게 구사하는지, 얼마나 난이도가 높은지 안다면 경기 관람 재미가 두 배!



벤트드 니 버티컬

수직 자세에서 한쪽 발의 끝을 다른쪽 발 무릎 위쪽에 붙이는 동작



스플릿

수직 자세에서 다리를 180도로 벌리는 동작



발레 레그

수면에 얼굴을 내 놓은 채 한쪽발을 수직으로 뻗는 기술

관전포인트

예술성

- ✓ 음악과 안무가 얼마나 조화로운지
- ✓ 전달하고자 하는 메시지가 무엇인지, 그리고 얼마나 깊은 인상을 남기는지가 중요 포인트
- ✓ 군무가 얼마나 정확인지, 단체전의 경우 어떤 방식으로 패턴을 만들어내는지도 유심히 살펴보자.
- ✓ 연기에 앞서 해설진의 설명, 선수의 히스토리 등도 알아두면 관람 내내 눈이 더 즐거워질 것이다.

기술성

- ✓ 지정된 기술을 비롯한 다양한 기술을 얼마나 정교하게 수행하는지가 포인트
- ✓ 특히, 신체 일부를 출수하는 '부스트'는 강력한 코어 근력과 유연성이 바탕이 되어야 하는 기술로 선수가 기술을 얼마나 잘 구사했는지, 평소 웨이트 트레이닝을 얼마나 충실히 했는지를 가늠할 수 있다.



플리밍고

한 쪽 발을 물 밖 수직으로 뻗고 반대편 발을 가슴 쪽으로 끌어 당기는 기술



수직자세

양 다리를 곧게 뻗어 물밖으로 출수하고 머리는 바닥을 향하는 동작



부스트

선수들이 물 밖으로 신체 일부를 드러내는 기술. 점프나 물 위 동작의 기본. 몸이 얼마나 많이, 긴 시간 노출되는지가 관전 포인트



리프트

여러 명의 선수가 한 명의 선수를 수면 위로 밀어 올리는 기술

상쾌한 하루의 시작

# 아침 스트레칭

자는 동안 밤새 굳어있던 우리 몸의 근육. 아침에 단 5분만 투자해 무거운 몸을 가볍게 풀어보는 것은 어떨까. 하루의 컨디션을 완전히 바꿔놓을 수 있는 비법, 상쾌한 하루를 시작할 수 있는 아침 스트레칭을 알아보자.



**아침 스트레칭의 효과**

아침 스트레칭은 몸을 깨우고 에너지를 공급하여 하루를 더욱더 활기차게 시작하게 한다. 스트레칭은 체내 혈액이 잘 순환하게 하여 신진대사를 향상시키고, 근육과 조직에 산소와 영양분이 더 잘 공급될 수 있도록 도와준다. 몸의 붓기를 완화시켜 주는 데에도 효과적이며, 굳어있던 근육을 풀어주어 근육 긴장을 완화하고 근육통을 예방할 수도 있다.

아침 스트레칭은 몸의 긴장을 풀어주고 관절의 유연성을 증가시켜 일상적인 움직임을 더 자유롭게 하고 부상의 위험을 줄여준다. 몸의 균형을 잡아 주고 올바른 자세를 유지하는 데에도 도움이 된다.

또한 아침 스트레칭은 정신적 이완을 유도하여 스트레스 감소에도 도움을 준다. 엔돌핀 분비가 촉진되어 기분이 좋아지고 정신적 활력도 생겨 몸과 마음의 건강을 다 챙길 수 있다.



① 앞뒤로 목 굽히기

허리를 펴고 양손을 깍지 끼우고 정수리 아래 뒤통수에 올려준다. 목 뒷덜미의 근육이 당겨지는 느낌이 들도록 양손을 아래로 눌러 턱이 가슴에 닿게 한다. 계속해서 양손을 깍지 낀 상태로 이마에 갖다댄다. 이마를 누르며 코가 하늘을 향하는 방향으로 눌러준다.



② 팔꿈치 잡고 팔 뒤로 당기기

왼팔을 들어 머리의 왼쪽에 붙인다. 왼쪽 팔꿈치를 굽혀 왼손이 목덜미 윗부분에 닿게 하고, 오른손을 들어 왼쪽 팔꿈치를 잡는다. 오른팔과 왼손의 위치를 바꿔 같은 방법으로 동일하게 수행해준다. 팔을 당길 때는 근육이 늘어져 퍼지는 느낌을 받아야 한다.



③ 엷드려 몸통 올리기

배를 대고 엷드려 두 팔은 앞으로 뻗는다. 팔에 힘을 주고 상체를 들어 올려 등을 아치 형태로 만들어준다. 허벅지와 엉덩이는 바닥에서 떨어지지 않아야 하며 손은 가능한 한 멀리 둔다. 고개를 하늘을 향해 들어 올리고 잠시 멈춰 약 10초간 자세를 유지한다.



④ 앞으로 나가며 무릎 굽히기

서 있는 자세에서 왼쪽 발을 한걸음 크게 디터 왼쪽 다리의 무릎을 굽혀준다. 양 발끝은 정면을 향해야 하고 허리와 등은 똑바로 펴준다. 왼쪽 무릎을 90도 구부리고 오른쪽 무릎이 바닥에 닿는 느낌으로 몸을 내린다. 처음 자세로 돌아와 오른쪽도 같은 방법으로 반복한다.



⑤ 무릎 꿇고 팔 뻗기

무릎을 꿇고 엉덩이 넓이만큼 벌려준다. 숨을 들이마시고, 내실 때 몸통이 허벅지 위에 올라가게끔 구부린다. 목과 척추를 길게 빼고 갈비뼈를 꼬리뼈에서 최대한 멀게 하고 어깨에서 머리를 길게 뻗는다. 팔은 앞으로 뻗어준다.



⑥ 다리 늘이기

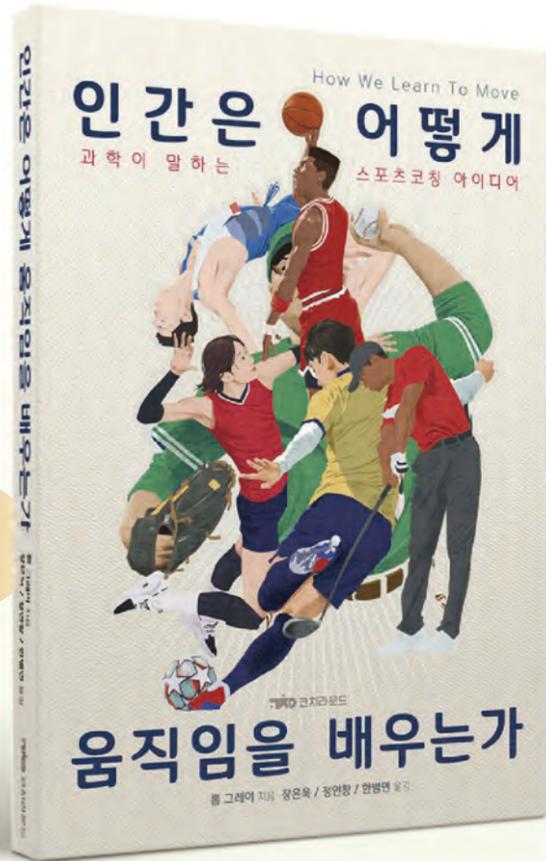
다리의 폭을 최대한 넓혀 서고 양손으로 바닥을 짚는다. 오른쪽 무릎을 구부려 깊게 앉아 왼쪽 다리를 스트레칭하고 오른쪽 다리로 바꿔 동일하게 스트레칭을 해준다. 몸이 뻗뻗하여 깊게 앉는 것이 힘들다면 무릎을 굽힐 수 있을 정도만 구부린다.



⑦ 고양이 자세와 소 자세

무릎을 꿇고 복근에 힘을 준다. 숨을 들이마시며 배를 부드럽게 만들면서 등을 아치 형태로 구부리며 숨을 내뿜으면서 등을 천장 방향으로 둥글게 만든다. 이때 복근에 힘을 주어 척추 쪽으로 밀어 올려준다. 호흡을 깊게 유지하며 2가지 자세를 천천히 번갈아 가며 반복한다.





## 「인간은 어떻게 움직임을 배우는가」

과학이 말하는 스포츠코칭 아이디어

저자 롬 그레이 / 출판사 코치라운드



## “ 우리는 습관적인 움직임과 기술을 구분할 필요가 있다 ”

습관이 지능과 무관하게 일어난다면 기술에는 지능이라는 요소가 관여된다.  
 습관이 주변 상황과 관계없이 같은 움직임을 반복하는 것이라면  
 기술은 주변 상황에 민감하게 반응하며 다양한 움직임 솔루션을 만들어 내는 것이다.  
 니콜라이 번스타인과 라파엘 나달의 말처럼  
 선수는 매 순간 조금씩 다르게 움직이며 과제를 해결해야 한다.  
 다르게 말하면, 기술은 매번 움직임을 혁신하는 것이다.  
 습관이 미리 만들어진 운동 프로그램을 그대로 반복하는 것이라면  
 기술은 상황에 적응하면서 유연하게 변화를 주는 것이다.

롬 그레이 박사는 산책 중 어린아이들이 스포츠를 하는 모습을 보게 된다. 아이들은 축구장에서 바닥에 놓여있는 공을 지나며 드리블 연습을 하고 있다. 다른 운동장에서는 고등학교 풋볼팀이 여러 개의 타이어를 통과해 달리는 연습을 하고, 야구장에서는 배팅 티에 공을 올려놓고 타격 연습을 하는 모습이 보인다. 테니스 코트에서는 한 선수가 스트로크 연습을 하며 코치가 언더핸드로 올려준 공을 반대편 코트로 넘기는 연습을 반복한다.

그 장면을 보며 한 가지 의문이 들었다. “이것이 운동 기술을 배우는 최선의 방법일까?” 「인간은 어떻게 움직임을 배우는가」에서 그레이 박사는 독자들과 함께 이 물음에 대한 답을 찾아 떠난다. 스포츠와 운동학습 분야의 최신 연구들을 흥미로운 사례들을 동원해 이야기 중심으로 쉽게 설명하며, 기존의 코칭 방식에서 벗어나 연습과 운동 기술을 새로운 관점으로 바라볼 것을 제안한다.

니콜라이 번스타인의 ‘대장장이 실험’이 있다. 니콜라이 번스타인은 인간의 움직임을 연구한 과학자로, 1차 세계대전에 참전하고 돌아와 중앙노동연구소에서 육체노동자들의 생산성을 향상시키기 위한 연구를 시작했다. 첫 번째 과제는 대장장이의 동작을 연구하는 일이었다. 이를 ‘대장장이 실험’이라고 한다. 베테랑 대장장을 대상으로 연구한 결과, 같은 지점을 타격하고 있지만 같은 움

직임을 반복하고 있지는 않다는 사실을 발견했다. 그리고 이것을 ‘반복 없는 반복’이라 이름 붙였다. 그는 연구를 통해 단 하나의 올바른 동작이 우수한 결과를 낳지 않을 수도, 반복 훈련만이 운동 기술을 익히는 절대적인 조건이 아닐 수도 있다는 결론에 이르게 된다.

그렇다면 우리는 어떻게 움직임을 배워야 할까? 이 책에서는 명시적 교습 대신 ‘제약주도접근법’과 ‘차이학습법’을 제시한다. ‘제약주도접근법’은 도구나 환경으로 적절한 제약을 걸어주고, 간단한 과제를 제시해 습관적인 움직임으로 돌아가려는 습성을 방지하는 방식이다. ‘차이학습법’은 여러 가지 상황과 환경을 제공해 스스로 본인의 방향성을 찾고 기존의 습관적 움직임에서 벗어나 더욱 자유롭고 창의적인 움직임을 만들어내는 방식이다.

스포츠는 학습보다 습득하는 ‘과정’이 더 중요하며, 선수 자신이 직면한 상황을 해결하는 능력을 키우고 자신만의 개성으로 성장해 나가는 것이 중요하다는 것이다. 다시 말해 정답을 주기보다 직접 정답을 찾아갈 수 있는 환경, 그 방식이야말로 상황에 따라 유연하게 반응하고 해결해 나갈 수 있는 스포츠인에 한 발짝 가까워진다는 것. 어떻게 운동 동작을 배우고 익혀야 할지 모르겠다면, 책에서 제시하고 있는 솔루션에 따라 나만의 ‘폼’을 찾아보는 건 어떨까.

# BSC SPORTS NEWS

Busan Sports Council

## 가족과 함께하는 2024 부산광역시체육회장배 Beginner대회



부산광역시체육회는 오는 10월까지 '가족과 함께하는 2024 부산광역시체육회장배 Beginner 대회'를 개최한다.

부산광역시 전역, 종목별 경기장에서 열리는 이번 대회는 초보 동호인 참여가 많은 4개 종목(궁도, 배구, 볼링, 파크골프)으로 구성된다.

부산광역시체육회 장인화 회장은 "이번 대회를 계기로 부산 생활체육 저변이 확대되고 초심자들이 더욱 적극적인 체육활동이 이뤄졌으면한다."며 "대회 참석 인원이 많을 것으로 기대하는 만큼, 원활한 대회 진행에 만전을 다하겠다."고 밝혔다.

한편, 부산광역시체육회는 이번 대회 2,000여 명 이상의 체육인이 참여할 것으로 보고, 대회 준비와 홍보에 힘쓰고 있다.

### 🏆 대회개요

NO.	종목명	예상 참가규모		대회 일수	대회시작일
		동호인	클럽		
	계	2,430	246	8	
1	궁도	1,000	31	3	10월 예정 부산 사직정
2	배구	820	60	2	10.26(토)~27(일) 기장체육관주경기장
3	볼링	110	55	2	5.12(일), 14(화) 대연김스볼링장
4	파크골프	500	100	1	8.26(금) 삼락생태공원

## 해운대구FC 어벤골스 창단 1주년 기념행사 개최



지난 7월 3일(수) 오후 7시 장산체육공원에서 해운대구FC는 산하 팀 어벤골스 창단 1주년을 맞아 기념행사를 개최하였다. 참석내빈으로는 장인화 부산광역시체육회장, 박형준 부산광역시시장, 박가서 부산광역시체육회 상임부회장, 김운석 부산광역시체육회 부회장, 신현기 부산광역시체육회 사무처장, 김성수 해운대구청장 등이 참석했다.

이번 행사는 박형준 부산광역시시장과 부산광역시체육회장 장인화의 인사말로 시작되었으며, 어벤골스 유니폼과 축구화 전달식, 친선경기 및 기념 촬영이 진행되었다.

해운대구FC는 U-15 남자중등부 전문체육팀 및 20대~60대까지 다양한 연령층의 여성들로 구성된 어벤골스 두 팀을 산하에 두고 운영중이며, 해운대구를 대표하여 활발한 활동을 이어가고 있다.

이번 기념행사를 통해 해운대구 FC 어벤골스는 여성축구 생활체육 활동을 활성화하고, 꾸준한 활동을 기약하며 결속을 강화하는 기회를 가졌다.

2024년 부산광역시 구·군체육회  
생활체육지도자교육 및 체육대회 개최



부산광역시체육회는 지난 6월 27일(목) 부산광역시체육회관 2층 대회의실에서 구·군체육회 생활체육지도자 123명을 대상으로 직무교육을 개최하였으며 4층 월계관에서는 단합체육대회를 개최하였다.

1부 오전 교육은 부산시민의 건강증진과 건전한 스포츠 여가활동 권장을 위해 지역일선에서 활동하고 있는 생활체육지도자들의 역량 강화를 위한 교육이 진행되었다.

스포츠 인권 인식 개선을 위한 성폭력 예방교육이 개최되었으며, 부산광역시 여성폭력방지통합지원센터인 '이젠센터'의 전문 강사 파견으로 생활체육지도자의 안전지도 역량증진과 인식개선에 많은 도움이 되었다.



2부 행사인 단합체육대회는 부산광역시체육회와 구·군체육회의 단합과 친목을 다지는 계기를 마련하였으며 구·군체육회 생활체육지도자는 직장생활에 활력을 불어넣고 공간을 스트레스를 훌훌 털 수 있는 유익한 시간이 진행되었다.

풋살, 배구, 줄다리기 등 협동심을 기르며 상호 소통할 수 있는 단체종목 진행으로 많은 호응을 얻었으며 부산광역시체육회에서는 더욱 확대하여 생활체육지도자의 근무환경 개선을 위한 탈출구 역할을 할 수 있는 행사로 거듭날 것을 약속했다.

부산광역시체육회 장인화 회장은 “우리 생활체육지도자 여러분께서는 지역체육 발전을 위하여 폭넓은 활동을 전개하고 더 나아가 부산시민에게 보다 안전하고 미래지향적인 스포츠 교육을 제공할 수 있기를 바란다”라고 전했다.



# 구군체육회 소식



**중구체육회**  
제21회 중구체육회장배체육대회 개최

6월 23일(일) 중구 동호인들의 축제인 제21회 중구체육회장배체육대회가 개최되었다. 식전공연으로는 중구체조협회 소속 클럽인 BY BELLY팀이 막을 열었고, 디지털고등학교 실내체육관 외 3개소에서 총 4개 종목(게이트볼, 배드민턴, 축구, 테니스)이 개최되어 많은 내빈과 선수단이 참석하여 자리를 빛내었다. 그 동안 쌓아왔던 실력을 한껏 뽐낼 수 있는 장이 마련되어 화합을 이루는 등 성황리에 개최되었다.



**서구체육회**  
제8회 부산광역시 서구파크골프협회장배 대회

부산광역시 서구파크골프협회 주관으로 부산광역시서구파크골프협회장배가 6월 15일(토) 부산 서구 남항체육공원 내 파크골프장에서 개최되었다. 이번 대회는 서구파크골프협회 동호인 110여 명이 참가하여 그동안 갈고닦은 기량을 맘껏 펼치는 시간이 되었으며 나아가 서구생활체육이 한발 더 앞으로 나아갈 수 있는 기회의 장이 되었다.



**부산진구체육회**  
제22회 부산진구청장배 게이트볼대회 개최

지난 6월 11일(화) 황령산레포츠공원 게이트볼장에서 총 70여 명이 참여한 가운데 제22회 부산진구청장배 게이트볼대회를 개최하였으며 개회식에는 불철주야 부산진구민들의 건강을 위해 생활체육 보급에 힘써주시는 김영욱 부산진구 청장, 박현철 부산진구의회 의장, 김석조 부산광역시부산진구체육회 회장이 참석하여 대회의 시작을 알렸다. 부산광역시게이트볼협회 전 회장님이신 정오암 님이 장수상을 수상했다. 녹음이 짙어지는 6월의 좋은 날에 승리와 패배를 넘어서 참가한 모든 선수가 함께 웃음으로 경기를 즐기며 행복한 추억과 함께 마무리 되었다.



**동래구체육회**  
2024년 주5일제 생활체육 실천광장 운영

지난 6월 15일(토), 주5일제 정착에 따라 주말을 활용한 가족단위 여가 프로그램 제공으로 총 17가족 56명이 참여하여 기장 롯데월드 어드벤처 부산으로 다녀왔다. 사업 취지에 맞게 가족들이 함께하는 여가 체험을 통해 가족간의 소중한 추억을 함께 만들면서 소통할 수 있는 계기를 마련하였고 가족 간의 유대감을 한층 더 강화시키는 의미 있는 자리가 되었다.



**동구체육회**  
2024 부산동구청장배 3X3청소년 농구대회

농구대회에 열정 가득한 부·울·경 청소년들의 참여로 중등부 16팀, 고등부 16팀이 그동안 갈고닦은 실력을 마음껏 발휘할 수 있는 대회였다. 농구대회를 통해 경쟁심, 협동심을 기르고 스포츠맨십을 다지는 뜻깊은 자리였으며, 예선전이 끝난 뒤 3점슛 성공 이벤트를 준비하여 청소년들에게 큰 호응을 얻었다.

[대회 결과] 중등부: 우승 - 몬스터 / 준우승 - 팀부산스포츠  
공동3위 - KCC주니어5, 2S2C  
고등부: 우승 - 포텐 / 준우승 - T2B / 공동3위 - 최강차업, S&K



**영도구체육회**  
2024년 부산광역시 영도구체육회 생활체육지도자 교육

영도구체육회 지도자는 6월 14일(금) 생활체육지도자에 대한 다양한 교육과 활동 지원 및 관리를 통하여 생활체육 지도 활동 공공 서비스 질 향상을 위하여 생활체육지도자 교육을 개최하고 참여하였다. 동래구에 위치한 한국메디컬트레이닝협회에서 오전에는 인체구조학 해부학 이해, 운동역학 및 근육 평가에 대한 교육을 받았고, 오후에는 통증케어 세미나(도수, 근막이완)교육을 받고 도수치료 및 재활 체형교정 교육과정을 이수하고 수료식을 마쳤다.



**남구체육회**  
42회 남구축구협회장배 청·장년부 축구대회

6월 9일(일), 23일(일) 백운포체육공원 인조 1,2구장에서 '제42회 남구축구협회장배 청·장년부 축구대회'가 개최됐다. 개회식에는 오은택 남구청장, 정춘식 남구체육회장, 박미순 남구의회의장, 신우진 남구축구협회장 등 내빈들이 참석하여 청·장년부 축구동호인들에게 응원과 격려를 보내주었다. 비가 오는 곳은 날씨임에도 대회는 부상자 없이 성료했다.

[대회 결과] 청년부: 공동 우승 - 동천축구회, 용당축구회  
공동 준우승 - 감만 축구회, 용마 축구회  
장년부: 공동 우승 - 감만축구회, 동천축구회  
공동 준우승 - 용마축구회, 대연축구회



**북구체육회**  
2024년 어린이체능교실

북구체육회는 지난 6월 2일(일) 북구 화명수상레포츠타운에서 관내 6명의 초·중·고 학생을 대상으로 어린이체능교실을 운영했다. 플라이, 바나나, 땅콩, 바이퍼, 밴드웨곤, 팡팡뉴스코, 블룸점프 등 7가지 놀이기구를 통해 학생들에게 다양한 체험활동을 경험하게 하고 행복한 추억을 쌓을 수 있는 시간이 되었다.

# 구군체육회 소식



### 해운대구체육회 제1회 해운대구청장배 파크골프대회

6월 3일(월) 삼락파크골프장 36홀(C, D코스)에서 '제1회 해운대구청장배 파크골프대회'가 개최되었다. 이날 개회식에 참석한 김성수 해운대구청장은 처음 열린 구청장배 파크골프대회에 뜨거운 응원과 격려를 보내주었으며, 그 외에도 많은 내빈들이 참석하여 선수들에게 응원의 메시지를 전달하였다. 이번 파크골프대회에는 동호인 130명이 참가하여 그동안 갈고닦은 실력을 뽐내며, 부상자 없이 대회를 성황리에 마무리하였다.



### 사하구체육회 제8회 사하구체육회장배 클럽대항 테니스대회

지난 6월 8일(토) 을숙도다목적실내생활체육관 테니스장에서 제8회 사하구체육회장배 클럽대항 테니스대회가 8시30분부터 20시까지 개최되었다. 대회에는 금배조 7팀, 은배조 10팀, 동배조 16팀이 참가했다. 각각 3복식 2선승제로 진행되었고 17개 클럽에서 약 250명 선수들이 출전해 경기를 펼쳤다.  
[대회 결과 우승] 금배조 - 우승(베스트클럽), 준우승(다대클럽)  
은배조 - 우승(베스트클럽), 준우승(월성B클럽)  
동배조 - 우승(구덕클럽), 준우승(동아클럽), 공동 3위(다대현대클럽, 한울클럽)



### 연제구체육회 2024년 제6회 연제구청장기합기도대회 외 4종목 대회 개최 및 연제구체육회 임시대의원총회·이사회 개최

연제구체육회(회장 김진근)는 6월 19일(수) 연제구청 2층 영상회의실에서 재직 대의원 16명 중 12명이 참석한 가운데 '2024년 임시대의원총회'를 실시, '2024년도 정기대의원총회 결과 보고' 및 '연제구체육회 스포츠평정위원회 위원 선임(안)' 등을 심의·의결했다. 25일(수) 같은 장소에서 개최한 '2024년 제2차 이사회'에서는 재직 임원 46명 중 24명이 참석, 2024년도 상반기 행사 결과 및 스포츠평정위원회 위원 선임현황을 보고하고 2024년 제1회 추가 경쟁 세입·세출 예산(안), 연제구 체육회 사무국장 임명 동의(안)를 심의·결의했다.



### 수영구체육회 2024년 상반기 생활체육교실 운영

부산광역시수영구체육회는 2024년 6월 3일(월)부터 상반기 생활체육교실을 개최하였다. 운영 종목은 SUP, 탁구, 생활체조, 라인댄스, 요가 5개의 종목으로 구성이 되었고 7월 9일(화)까지 종목별 회차로 진행이 된다. 이 프로그램으로 인하여 수영구 주민들이 생활체육을 무료로 접할 수 있게 되었고, 다양한 경험을 쌓는 데 도움이 되는 좋은 계기가 될 것이다.



### 금정구체육회 2024년 금정구체육회 분과위원회의 개최

금정구체육회는 임원과 대의원을 3개 분과로 나누었는데 6월 중 각 분과별 회의를 개최하여 체육회의 미래를 위한 중요한 논의의 장을 마련했다. 이번 분과위원회의에서는 간사를 선정하여 체계적인 분과위원회 운영이 될 수 있도록 기틀을 마련하였으며, 앞으로 정기적인 만남을 통해 보다 효과적인 발전 전략을 수립해 건강하고 활기찬 금정구를 만들어 나갈 예정이다. 한편 이번 분과위원회의는 위원들 간의 친목과 화합을 다지며 성황리에 마무리 되었다.



### 강서구체육회 2024년 강서구배드민턴협회 청년부·여성부 대회

2024년 제10회 강서구배드민턴협회 청년부·여성부 대회를 6월 23일(일) 강서체육공원 실내체육관에서 부산강서구배드민턴협회&청년부·여성부 주관으로 강서구체육회(회장 김재업), 강서구 배드민턴협회장 외 내외빈이 참석하여 대회를 개최하였다. 이번 대회는 배드민턴 동호인이 참석하여 클럽별 상호친목을 다지고, 동호인들의 체력증진과 건강한 사회생활 여가선용의 기회를 제공하는 데 의의를 두고 성황리에 대회를 마쳤다.



### 사상구체육회 2024년 사상구청장배 배구대회

사상구체육회는 6월 23일(일) 다누리센터 체육관에서 사상구청장배 배구대회를 개최했다. 이날 개회식에는 조병길 사상구청장, 김대식 국회의원, 윤숙희 구의장, 강진태 사상구체육회장을 비롯한 내빈 및 참가 선수와 체육 관계자 등이 참석해 자리를 빛냈다. 아마추어 동호인 등 9개 클럽팀 101명의 선수가 참가하여 친목과 우정을 나누면서 그간 갈고닦은 기량을 마음껏 펼쳤다. 배구경기는 리그제로 총 6경기가 진행되어 우승은 B5팀, 준우승은 사상클럽팀, 3위는 스타클럽팀, 4위는 볼사랑B팀이 차지하였다.



### 기장군체육회 2024 기장군 장수체육대학

2024 기장군 장수체육대학이 5월 14일(화)과 5월 22일(수)에 개최하였다. 올해 장수체육대학은 기장군관내 어르신들의 건강과 화합을 위한 3종목의 다양한 행사로 진행 되었다. 5월 14일에는 일광 월드컵빌리지에서 그라운드골프 81명, 정관 물빛공원에서 파크골프 240명, 5월 22일에는 좌천 게이트볼장에서 49명이 참가하여 총 370명의 기장군어르신이 장수체육대학 행사에 참여해 성황을 이루었다.

## 부산국민체육센터

꿈나무체육단은 지난 6월 14일(금) 부산경찰청에서 주관하는 어린이 교통안전 체험관인 '포돌이 교통나라'에 견학을 다녀왔다. 포돌이 교통나라는 다양한 교통 관련 교육시설을 갖춰 단원들에게 놀이 및 체험학습 공간을 함께 제공하며, 횡단보도를 이해하고 안전하게 건너도록 하기 위한 모형도로와 페달자전거, 오락기 형태의 교통표지판, 운전자가 볼 수 없는 사각지대를 이해하기 위한 체험공간, 차량 내부구조를 관찰할 수 있도록 절반으로 자른 자동차 등도 마련해 놓았다. 부산경찰청 관계자는 "포돌이 교통나라는 실내 곳곳에 각종 재미거리가 배치돼 있어 부담과 거부감을 주지 않으면서 어린이들의 교통안전 의식을 키우는데 큰 도움이 될 것"이라고 말했다. 지난해 부산에서는 교통사고로 많은 어린이들이 숨지거나 다치는 사고가 발생했다. 꿈나무체육단은 이번 견학을 통해 안전의식을 키워 보다 안전한 생활을 할 수 있는 소중한 시간이 되었다.



꿈나무체육단 포돌이 교통나라 견학

## 북구국민체육센터

북구국민체육센터는 생활체육지도자 연수생을 대상으로 현장실습교육을 진행한다. 이번 현장실습교육은 동아대학교 생활체육지도자(보디빌딩) 연수생은 7월 한 달간, 보건대학교 생활체육지도자(수영) 연수생은 8월 한 달간 참여한다. 북구국민체육센터는 현장실습을 통해 연수생들의 실무 경험을 갖춘 경쟁력 있는 인재를 양성하는 것은 물론 맞춤형 전문 실습과정 개발 및 지도로 공공체육시설의 전문성을 한 단계 발전시킬 수 있는 계기가 될 것으로 기대하고 있다.



북구국민체육센터 현장실습교육 제공

## 강서구국민체육센터

강서구국민체육센터에서는 관내 초등학교학생들을 대상으로 물에 대한 적응력을 향상시키고 비상시 자기 생명 보호 능력을 강화하기 위한 생존 수영교육을 운영한다. 응급 처치(심폐소생술) 교육, 수상안전 교육, 생존 수영 체험 등의 교육을 실시하고 있다. 강서구국민체육센터 관계자는 "생존 수영교육을 통해 물에 대한 적응력을 높이고 수중 위기 대처요령을 익혀 소중한 생명을 지킬 수 있도록 다양한 지원을 이어나가겠다"라고 말했다.



관내 초등학교학생 대상 생존수영 교육 실시

## 영도국민체육센터

영도국민체육센터는 6월달을 맞이하여 봉삼초등학교 어린이 생존수영 수업을 실시했다. 3학년부터 5학년을 대상으로 실시한 이번 생존수영은 수영장에서 일어나는 안전사고 예방을 위해 물에 적응하기 및 배면뜨기, 구명조끼 사용법, 이함법등 다양한 수업 내용으로 진행되었다. 생존수영은 아이들에게 뜨기의 기본자세를 익혀 자기 안전을 확보하고 유사시 물에서 일어날 수 있는 사고에 대처할 수 있는 능력을 길러주는데 그 목적이 있다.



2024년 「초등학교 생존수영 수업 실시」

## 부산실내빙상장

부산실내빙상장은 2개월 이상의 시설개선공사 실시했다. 새로운 모습으로 부산시민들의 건강과 여가선용을 위해 6월 1일(토)부터 재개관하여 운영에 들어갔다.



부산실내빙상장 시설개선공사 후 재개관

## 부산종합실내테니스장

6월 1일(토), 2일(일) 부산종합실내테니스장 외 보조구장에서 제2회 부산광역시장배 전국 동호인테니스대회 개최되었다. 남자 오픈부, 전국신인부, 국화부, 개나리부 4개 부서가 개최되었으며, 428팀 850명이 참가하여 열띤 경쟁을 펼쳤다.



제2회 부산광역시장배 전국 동호인테니스대회 개최

6월 5일(수) 제19회 여성생활체육대회가 개최되었다. 16개 구군 120여 명이 참가하여 그간 갈고닦은 역량을 뽐내며 동호인들의 웃음소리가 끊이지 않는 대회가 되었다.

우승	준우승	공동3위
부산진구	남구	북구/해운대구



제19회 여성생활체육대회 개최

### 동의과학대스포츠클럽

제1회 동의과학대스포츠클럽 회장배 철인수영대회 SWIM RUN RACE 개최



지난 9월 24일(일) 동의과학스포츠센터 일대에서 제1회 동의과학대스포츠클럽 회장배 철인수영대회 SWIM RUN RACE가 개최되었다.

동의과학대스포츠클럽 주최로 클럽 회원들을 대상으로 철인수영대회가 열렸는데 이날 유아부터 성인까지 약 150여명 참가하여 남녀노소, 어른, 아이 모든 연령대가 즐길 수 있는 축제의 장이 되었다.

또한 이번 대회는 날씨가 무더운데도 불구하고 많은 회원들이 끝까지 참여하였고 회원들과 서로 소통하고 응원하면서 참가자 모두가 한마음이 되었던 소중한 시간이었다.

동의과학대스포츠클럽에서는 지속적으로 회원들의 만족도와 유대감 형성을 위해 다양한 행사 및 대회를 운영할 계획이다.



### 부산광역시서핑협회

제15회 부산광역시장배 국제 서핑/SUP 대회 개최



6월 29일(토)부터 30일(일)까지 양일간 송정해수욕장에서 제15회 부산광역시장배 국제 서핑/SUP대회를 개최했다. 이 대회는 부산광역시가 주최하고 부산광역시서핑협회가 주관하는 대회로 서핑문화 활성화와 해양레포츠 저변확대를 위해 지난 2009년부터 매년 개최하고 있다. 이번 대회는 국내외 선수와 동호인 등 250여 명이 참가했

으며, 일반부, 입문부, 청소년부, 코리아 오픈부 등 총 11개 부문 20개 종목으로 진행되었다. 또한 대회 마무리 부대행사로 해변청소(비치코밍) 프로그램도 진행되었다. 이 대회를 통해 대회에 참가하는 선수뿐만 아니라 많은 시민이 대회를 관람하며 앞으로도 서핑의 매력을 알아갈 것으로 기대된다.

# The Best Steel For The Better Company

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



**TRANSFORMING FUTURE**  
**이위와인베스틸**  
경남 창원군 창성읍 하리 25-1  
Tel: 055-259-2000 Fax: 055-259-2020  
<http://www.ficoreasteel.com>

**TRANSFORMING FUTURE**  
**이위와인티타네스틸**  
부산시 사상구 광장로 10 화인빌딩 15층  
Tel: 051-796-7000 Fax: 051-796-7069  
<http://www.ficorea.com>

**TRANSFORMING FUTURE**  
**동일철강(주)**  
부산시 사상구 학장동 716-1  
Tel: 051-322-1177 Fax: 051-328-5655  
<http://www.donglisteel.com>



## The new GLE

럭셔리 SUV의 새로운 기준 The new GLE 차량을  
메르세데스-벤츠 공식 딜러 스타자동차에서 만나보세요.



Mercedes-Benz

스타자동차

대표번호 1688-2369(benz)  
홈페이지 [www.mbstar.co.kr](http://www.mbstar.co.kr)

전시장  
해운대 051-709-6301 부산 해운대구 해운대로 277(우동)  
금 경 051-710-2369 부산 금정구 중앙대로 1912(구서동)  
울 산 052-701-0503 울산 남구 삼산로 83번길 (달동)  
기 장 051-901-2390 부산 가창동 가창읍 가창해안로 147, B1

민중중고차  
사 직 051-775-9820 부산 연제구 경기창로 21  
울 산 052-701-0513 울산 남구 삼산로 83번길 (달동)

서비스센터  
해운대 051-797-9619 부산 해운대구 해운대로 287(우동)  
금 경 051-775-9811 부산 금정구 중앙대로 1912(구서동)  
울 산 052-705-7203 울산 남구 남중로 74번길 19(삼산동)

# 바렐 전기 아연 아연니켈 합금 표면처리 전문업체

Electrical Barrel Zinc  
Znic-Nickel Alloy Plating



**동아플레이팅(주)**  
DONG A Plating Co., LTD.

부산광역시 강서구 녹산산단382로 14번가길 20  
부산청정도금센터 101, 107, 108, 111호  
전화 | 051-263-2170 팩스 | 051-972-2173  
E-mail | donga1089@dongaplating.com

<http://www.dongaplating.com>



부산지역 전문선수들의 경기력 향상을 위한

## 스포츠과학지원 서비스

부산 스포츠과학센터는 국가대표 선수에게 한정되었던 스포츠과학지원 시스템을 적용하여 부산지역 전문선수들의 경기력 향상을 위하여 보다 체계적이고 과학적인 분석을 통한 개인 맞춤형 훈련 프로그램을 제공합니다.



부산광역시 선수들의  
표를 향한 도전!

부산스포츠과학센터가  
함께 하겠습니다.



### ○ 체력측정 및 분석

- 기초체력  
신체조성 및 기초체력측정
- 전문체력  
운동부하검사(호흡가스 분석)  
젯산분석, 등속성 근관절 기능  
무산소성 운동능력 평가

### ○ 생체역학측정 및 분석

- 영상분석(자세분석/전술 및 기술 특성) 및 족저압분석
- 근전도를 통한 근육동원 패턴 분석

### ○ 개인 맞춤형 운동처방

- 선수 데이터관리 시스템 운영
- 체력수준 진단 및 개인별 운동처방 제공
- 개인 맞춤형 훈련 프로그램 제공

### ○ 스포츠과학교실

- 스포츠과학 이론의 이해도 제고 및 현장적용 교육
- 스포츠윤리, 도핑, 부상예방 및 진료 교육
- 스포츠 영양 교육

### ○ 스포츠심리지원

- 심리프로파일 분석, 심리훈련 및 상담

### ○ 찾아가는 현장밀착지원

- 체력강화 및 운동기술 전문가 현장지원
- 경기력 향상을 위한 심리, 정신력 강화 프로그램 제공
- 훈련영상 촬영 및 종목별 필드레스트 제공

### ○ 스포츠헬스케어센터 운영

- 부상예방·회복 및 경기력 향상 훈련 프로그램 제공
- 전문 트레이너와 1:1 훈련 진행

# NO 페이퍼 ON 스마트

“종이는 줄이고, 생활은 스마트하게”

도시가스 고지서, 카톡으로 간편하게!  
지구를 살리는 스마트한 변화의 시작입니다.



지구를 살리는 **특특**한 생활

kakao TALK 한번만 가입하시면 별도의 로그인 없이 사용 가능!

카카오톡 친구 검색창에  
**부산도시가스 검색**

부산도시가스  
**도시가스 특 가입하기**

비대면으로 편리한 셀프서비스  
**조회/납부/이시방문신청**

**QR코드로 사용하기**

☑️ 스마트폰 카메라 또는 QR코드 스캐너로 비춰주세요

☑️ 가입/관리 클릭



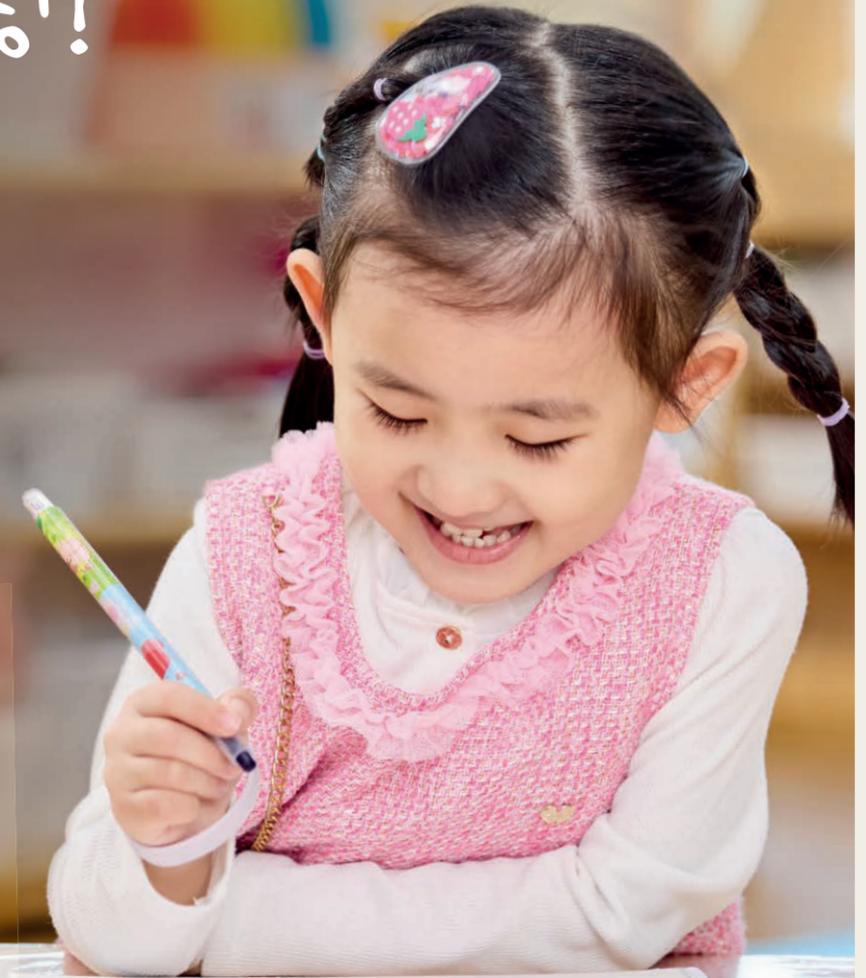
이사 후 도시가스 사용계약도 **셀프로 스마트하게!!**

금융을 편리하게  
미래를 풍요롭게

## 딱풀아, 안녕!

이거는 엄마, 이거는 아빠,  
그리고 이건 딱풀이예요!  
딱풀이는 엄마 뱃속에 있어요.  
언니가 초등학교가 되면  
딱풀이를 잃어서서 안아주고 달래줄게!

동생을 기다리는 윤서의 순수한 마음,  
그 착하고 예쁜 마음이 있어  
우리의 내일이 기다려집니다.  
새 생명을 기다리는 설렘과 두근거림,  
BNK부산은행이 함께 합니다.



**BNK부산은행**은 저출산 문제 해결과 출산 및 육아에 대한  
긍정적인 인식 확산을 위해 노력하고 있습니다.



[유튜브 바로가기]

본 광고는 BNK해운대어린이집에 다니는 윤서와 동생 딱풀이(태명)의 이야기를 바탕으로 제작되었습니다.  
BNK부산은행은 직원 자녀들을 대상으로 '잘 그리지 않아도 되는 그림대회'를 실시하여 엄마, 아빠 그리고  
동생 딱풀이를 그려준 윤서는 곧 찾아올 동생을 두근거리는 가슴을 안고 기다리고 있습니다.  
※ 잘 그리지 않아도 되는 그림대회 관련 영상은 BNK부산은행 유튜브에서 시청하실 수 있습니다.