The Best Steel For The Better Company

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







TRANSFORMING FUTURE
|주| 화인 베스틸
경남 창녕군 창녕읍 하리 25-1
Tel : 055-259-2000 Fax : 055-259-2020
http://www.finebesteel.com



TRANSFORMING FUTURE
|주| 화인연태대세날
부산시 사상구 광장로 10 화인빌딩 15층
Tel : 051-796-7000 Fax : 051-796-7069
http://www.ficorea.com



TRANSFORMING FUTURE
동일스틸럭스㈜
부산시 사상구 학장동 716-1
Tel : 051-322-1177 Fax : 051-326-5655
http://www.dongilsteel.com

Vol. 94
2026. 09

부산*체육

부산광역시체육회 매거진
Busan Sports Council Magazine



부산체육人
부산광역시복싱협회 하준양 회장

푸른 바다, 큰 꿈
부산대신중학교 육상부
정민서 선수

부산체육 DNA
북항, '마리나'라는 날개를 달다

부산광역시체육회

CONTENTS

인스타그램과
카카오톡 채널에서도
부산광역시체육회 소식을
만날 수 있습니다.

발행일 2026년 9월 15일
(월간, 비매품, 통권 제94호)
발행인 부산광역시체육회 회장 장인화
편집인 신현기
편집·취재 문찬식, 공제원, 김성무, 유동호
발행처 부산광역시체육회
부산광역시 동래구 사직로 77
051-500-7900
기획·제작 (주)디자인제로

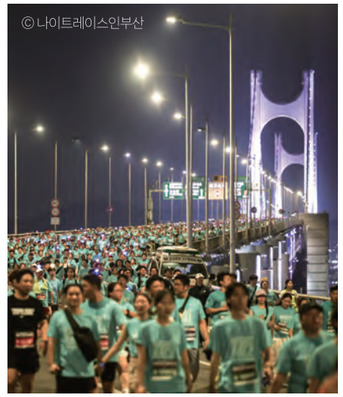
부산*체육
부산광역시체육회 매거진
Busan Sports Council Magazine
2026. 09 **Vol. 94**



열정의 부산체육



정상을 향한 질주



최고의 체육문화



Go! 우리 함께

04 부산체육人
부산광역시복싱협회
하준양 회장

08 금빛 훈련일지
부산광역시 남구청
직장운동경기부 볼링팀

12 푸른 바다, 큰 꿈
부산대신중학교 육상부
정민서 선수

16 Sports is Busan
2026 아이치·나고야
아시안게임 선수단

20 스포츠&테크놀로지
더 빠르게, 더 정확하게 바뀌는
스포츠의 세계
스포츠 현장을 바꾼 혁신기술

24 스포츠&웰니스
가을철 환절기 질환 예방법

26 부산체육 DNA
북항, '마리나'라는 날개를 달다

30 스포츠 기자단
- 2026 나이트레이스 인 부산
- 2026 부산 광안리
국제여자 비치발리볼 대회

34 종목 소개
육상

38 스포츠&컬처
달려라부산
러닝크루 & 슬로우런 크루

40 부산체육을 잇다
남구체육회

44 BSC 뉴스
- 2026년 부산광역시체육회와
함께하는 청소년 체육교실 개최
- 부산광역시체육회
임직원 대상 교육 실시

46 회원단체 소식

50 센터 info

52 종목·공공스포츠클럽 소식

54 부산체육 퀴즈

복싱에 도전하면 심신이 건강해집니다

부산광역시복싱협회 **하준양** 회장

성공한 기업가로서, 체육문화 활성화를 지원하는 체육인으로서 오랜 시간 지역사회 발전에 기여해 온 하준양 회장.
영역은 다르지만 그가 두 조직을 바라보는 시선에는 공통점이 있다.
구성원 간의 화합이 성과로 이어진다는 믿음이다.
지난해 개최된 전국체육대회에서 부산선수단 복싱팀이 종합 1위를 거둔 데에는
그 같은 운영원칙이 영향을 미쳤을 것이다.

부산의 인재를 키우고 지역의 미래를 열다

지난해 부산광역시복싱협회장에 취임한 하준양 회장은 이번이 두 번째 임기다. 그는 2010년 첫 임기를 시작해 2016년까지 협회를 안정적으로 운영한 경험이 있다. 본업은 국내 주요 손해사정업체 중 한 곳으로 꼽히는 '리더스 손해사정 주식회사' 대표. 정책과 제도 변화에 큰 영향을 받는 분야인 만큼 신경 쓸 일도 많지만, 기업인으로서 지역사회에 환원하는 것이 당연한 책임이라 생각하기에 협회 업무에 적극적으로 나서고 있다.

"2004년 회사를 설립할 당시 직원이 7명이었는데 지금은 900여 명을 훌쩍 넘습니다. 회사를 이 정도 규모로 키우기까지 정말 열심히 했습니다. 물론 시대의 흐름도 맞았고 어느 정도 운도 따라줬다고 생각합니다. 그래서 더욱 받은 만큼 사회에 되돌려줘야 한다고 생각하고 있지요. 체육은 국민 모두의 건강과 직결되어 있으니 협회장으로서 책임이 막중하다고 생각합니다."

협회에 발을 들인 이래로 그는 임원, 코치진과 함께 지역 복싱 발전에 많은 노력을 기울였다. 2011년 부산외국어대학교에 복싱팀이 창단한 것도, 올해부터 동서대학교에서 복싱 선수들을 체육특기생으로 받아들이게 된 것도 모두 그 노력을 바탕으로 이뤄진 결과다.

"복싱 선수를 꿈꾸는 학생들이 팀이 없어서 다른 지역으로 떠나는 모습이 무척 안타까웠습니다. 부산에서도 대학팀으로 진학하고, 졸업 후에는 직업으로 삼을 수 있는 인프라를 갖춰야 한다는 생각이 들었습니다. 일단 선수







들이 지역에서 자리를 잡으면 복싱을 대중화하는 데에도 큰 도움이 될 거고요. 올해 부산체육고등학교를 졸업한 학생 2명이 체육특기생으로 동서대학교에 진학했는데 이걸 기점으로 더 많은 학생들이 부산에서 복싱에 대한 꿈을 키울 수 있도록 협회 차원에서도 신경 쓰려고 합니다."

지역을 떠나지 않고도 튼튼하게 뿌리내리고 살 수 있는 환경을 만들고자 하는 마음은 회사와 협회 운영 모두에 닿아있다. 회사의 더 큰 성장을 위해 수차례 수도권 이주를 권유받았을 때도 확고하게 부산을 지켰던 그는 이제 협회장으로서 부산의 복싱 인재들을 발굴하고 안정적인 정착을 지원하는 데 힘을 싣고 있다.

건강한 몸과 마음, 좋은 조직을 만드는 힘

하준양 회장은 주말이면 체육활동으로 하루를 연다. 자전거, 수영, 달리기, 조기 축구 등 다양한 스포츠를 두루 즐기며 건강과 활력을 동시에 챙긴다. 협회장으로서 체육활동에 솔선수범해야 한다는 마음도 있지만 무엇보다 직접 몸을 움직이면서 얻는 긍정적인 변화를 십수 년째 체감하고 있어서다. 그는 건강을 위해서는 일상에서 습관처럼 운동하는 문화가 자리 잡아야 함을 강조한다. 거창한 계획을 세우기보다 편하게 즐길 수 있는 운동을 찾아 꾸준히 실천하는 것이 중요하단 생각이다.

> "다들 평소에 몸 생각 많이 하시는 만큼 생활체육 영역에도 적극적으로 참여해 주셨으면 합니다. 복싱을 하면 활력이 생기고 집중력도 좋아집니다. 테니스나 수영 같은 다른 운동을 하셔도 좋고요. 건강 생각한다고 특별히 무언가를 챙겨 먹는 것보다는 몸을 충분히 움직이고 평소 안 쓰던 근육을 단련하는 게 더 도움이 됩니다. 건강한 몸에 건강한 정신이 깃든다고 하잖아요. 심신을 안정적으로 유지하기에 운동만큼 좋은 것이 없습니다."

이는 평소 회사 직원 교육에서도 강조하는 부분이다. 그는 매년 100여 명의 신입사원이 입사할 때마다 직접 강단에 서서 업무에 임하는 올바른 마음가짐과 건강한 삶에 대한 중요성을 이야기한다. 기초적이지만 삶을 살아가며 꼭 지녀야 할 태도 전반에 대한 내용이다. 그는 직원들에게 건강은 물론 신뢰, 배려, 예의 등을 갖출 때 비로소 일에서 성과를 낼 수 있다고 강조한다. 협회 운영의 일도 마찬가지. 결국 사람들 간의 협력이 필요한 일이기에 서로를 존중하고 함께 움직이는 것이 중요하다고 생각한다.

> "회사와 협회는 성격이 다른 조직이지만 사람들 간 화합이 중요하다는 건 같습니다. 서로 잘 어울려야 일도 잘 돌아갑니다. 그래서 회사에 직원들이 입사하면 직무교육에 앞서 인성교육을 진행하며 인의예지신을 강조하고 있지요. 옆 사람에 대한 배려가 중요합니다. 작년에 우리 복싱협회의 성적이 좋았던 것도 내부 구성원 간의 화합이 잘 이뤄졌기 때문이라고 생각합니다. 서로 믿고 의지하면서 각자의 역할에 충실했기 때문에 좋은 결과도 따라온 거죠."

전국체전 복싱 종합 1위의 영광을 다시 한번 기대하며

현재 부산 복싱은 전국 무대에서 승부를 다투며 종횡무진 활약하고 있다. 지난해 부산에서 개최된 전국체육대회에서 금메달 4개, 은메달 2개, 동메달 10개를 획득하며 복싱 종목 종합순위 1위를 차지한 것이 대표적이다. 부산선수단 창단 이래 최초의 성과인 만큼 부산 복싱의 저력을 입증한 의미 있는 결과로 볼 수 있다.

> "선수들은 물론이고 감독, 코치 모두 합심해서 노력한 결과였다고 생각합니다. 선수들도 자랑스럽고, 또 선수들의 잠재력을 끌어올리기 위해 애쓴 감독, 코치진에게도 감사하단 이야길 하고 싶네요. 지금 협회 부회장을 맡은 조정현 부회장님도 언급하지 않을 수 없습니다. 선수 출신이자 금메달리스트로서 오랫동안 협회 실무를 담당하고 있는데 이렇게 듬직하게 자리를 지켜주고 계시니 협회 식구들의 단합력이 더욱 끈끈해지는 것 같습니다."

하준양 회장은 이전부터 협회 운영에 있어 '지원하되 침해하지 않는다'를 원칙으로 임해왔다. 오랫동안 보아온 임원진과 선수단에 대한 믿음이 있어서다. 지난해 전국체육대회에서 선수단의 성과를 확인한 만큼, 올해도 선수와 지도자들이 제 역량을 충분히 발휘할 수 있도록 뒤에서 묵묵히 뒷받침하겠다는 생각이다.
다만 복싱을 생활체육의 영역으로 끌어들이기 위한 방안 수립에는 적극적으로 나서고 있다. 그는 복싱에 대한 문턱을 낮추고 하나의 문화로 자리 잡게 하기 위해서는 정기적인 대회 개최가 필요하다고 생각한다. 행정, 재정적인 방안이 함께 논의되어야 하는 사안인 만큼 현실적으로 실행할 수 있는 방법을 찾는 것이 요즘 그가 맡은 일이다.





> "생활체육으로서 복싱을 활성화하려면 접근성을 확대하는 것이 무엇보다 중요합니다. 대회를 개최할 수도 있고 생활체육 인프라를 확충할 수도 있겠지요. 이를 위해서는 지자체의 재정적 지원과 기업의 후원도 필요할 거고요. 학교에서는 학생들의 체육활동에 대한 지원이 있어야겠죠. 이런 것들이 동시다발적으로 잘 맞물려 돌아가야 부산과 국가 체육발전으로 이어지는 선순환이 이뤄질 거라 생각합니다."

거침없는 스트라이크, 흔들림 없는 태극마크

부산광역시 남구청 직장운동경기부 볼링팀



부산남구청 볼링팀은 올해 초 국가대표 선수 선발 결승전에서 국가대표 2명, 상비군 1명을 배출하는 놀라운 성과를 거뒀다. 이어 지난 5월, 제28회 한국실업볼링연맹회장기 전국 실업볼링대회에서도 종합 3위라는 기록을 세우며, 명문 볼링팀의 입지를 더 단단히 다져나가고 있다.

창단 37년을 맞는 명문팀

부산남구청 볼링팀은 1989년 창단된 직장운동경기부로 역사가 상당히 오래되었다. 2014년부터 남구와 연을 맺게 된 소미경 감독은 창단 때부터 여자 볼링팀으로 시작했으며, 초창기에도 국가대표를 많이 배출했던 명문팀이었다고 설명했다.

> “창단 초기에도 국가대표로 선발되어 아시안게임 등에서 금메달을 딴 선수가 여럿 있었죠. 직장운동경기부 볼링팀이 많아지면서 잠시 어려웠던 시기도 있었지만, 당시 감독님과 선수들이 합심해서 명성을 회복해 나갔습니다.”

소미경 감독은 취미로 볼링을 하다 1989년 대학 시절 볼링에 본격적으로 입문했다. 선수 생활은 국가대표를 포함해 총 12년간 했으며, 이후 학교 및 국가대표 지도자로 선수들을 지도해 왔다. 부산남구청 볼링팀을 맡은 지는 올해로 12년째다.

국가대표, 상비군 꾸준한 배출

현재 부산남구청 볼링팀에는 7명의 선수가 호흡을 맞추며 구슬땀을 흘리고 있다. 올해 초 국가대표 선발전에서 좋은 성과를 거둘 수 있었던 비결은 무엇이었을까.

> “선수들이 일관성 있게 스트라이크를 만들 수 있도록 근신경, 근력, 유연성, 관절 가동 범위 등에 집중해 훈련했습니다. 그리고 본 훈련이 끝나면 매일 보강 트레이닝을 해서, 부상 방지에도 상당히 신경 썼습니다.”

볼링 경기에는 12개 패턴이 있다. 레인 위에 오일이 도포된 길이, 분포 방식 등에 따라 공의 꺾임 반응이 달라지는데 이는 난이도와 공략법을 구분하기 위한 것이다. 올해 국가대표 선발전에서는 이 패턴 때문에 드라마 같은 상황이 있었다.

> “선수들마다 각자 선호하는 패턴이 있어요. 국가대표 선발전 초기에는 팀 선수들이 하위권에 있었는데, 각자가 선호하는 패턴 경기를 너무 훌륭하게 잘 해 주어서 갑자기 순위가 껑충 뛰었죠. 당시 믿어지지 않는 상황에 가슴이 너무 두근거렸습니다.”

우리 팀 최대 강점은 팀워크

소미경 감독은 선수 개인 특성과 장점에 맞는 맞춤형 지도에 집중하고 있다. 일관된 방식으로 훈련하기보다는 각자 특성을 파악해 맞춤형 프로그램을 운영한 것이 최근 계속 좋은 성과를 내는 이유라고 생각한다.

또한 개인전보다는 단체전을 중요시하는 편이라고 했다. 그래서인지 부산남구청 볼링팀의 최대 강점은 팀워크다. 현재 팀에는 젊은 선수들이 상당히 많다. 경력이 많은 선수들과 비교해 부족한 점이 있을 수 있지만, 소미경 감독이 제안하는 프로그램을 적극적으로 잘 따라오는 점이 큰 힘이 된다고.

취재 차 방문했던 8월 말에는 9월 개최되는 ‘제45회 대한체육회장기 전국단체대항볼링대회’를 준비 중이었다. 이후에는 10월 전국체육대회 준비에 바로 들어가게 되고, 전국체전 종료 후에는 잠시 휴식기를 가진 후 개인별로 국가대표 선발전 준비를 시작한다.

소미경 감독에게 청소년 선수들을 위한 조언을 요청했다.

> “실력은 종이 한 장 차이에요. 그 한 장밖에 차이 나지 않는 과정을 힘들더라도 이겨내야 합니다. 일단은 한번 해 보라는 말을 전하고 싶네요.”

이미지 트레이닝에 큰 비중

2024년 부산남구청 볼링팀 입단 후 올해 국가대표로 선발된 김단비 선수는 초등학교 때 볼링에 입문했다.

> “부모님 두 분 다 볼링 마니아셔서, 유년 시절부터 볼링을 자주 접했어요. 그러던 중 부모님의 지인 자녀가 볼링 선수를 준비한다는 소식을 들었고, 이후 저와 남동생 둘 다 선수생활을 시작하게 되었어요. 동생은 광양시청 소속 김성탁 선수입니다.”

김 선수는 팀 훈련이 끝난 후 개인적으로 재활이나 근력 운동, 심상 훈련을 자주 한다.

> “저는 이미지 트레이닝을 상당히 중요하게 생각합니다. 경기 전체의 모든 순간을 떠올리는데요, 몸을 푸는 순간, 핀을 치는 순간 등을 순서대로 생각하면 정신력을 강화하는 데 큰 도움이 돼요. 가장 기억에 남는 경기는 작년에 출전한 제43회 대한볼링협회장배 전국남녀종별볼링선수권대회입니다. 당시 5인조 단체전에서 처음으로 5번 선수로 들어가게 되었어요. 5번 선수는 실력과 정신력이 모두 중요해서 균형을 잘 맞추는 데 집중했고, 금메달이라는 좋은 결과까지 얻게 되어 너무 뿌듯했습니다.”





연습량은 밀도 있게 늘려야

김단비 선수에게 운동을 하며 찾아온 힘든 순간을 어떻게 이겨냈는지 물어보았다.

> “슬럼프를 최소화하기 위해서는 일단 연습량이 중요한데, 저는 양과 질이 다 중요하다고 생각해요. 연습량을 늘리는 것도 중요하지만 늘어난 연습량이 얼마나 밀도 있는지가 핵심입니다.”

김단비 선수가 요즘 훈련에서 가장 신경 쓰는 부분은 일관성이다.

> “올해부터 레인 패턴에 적용되는 오일이 ‘아이스 오일’로 바뀌었어요. 이 때문에 레인 변화도가 빨라지고, 읽어내기도 어려워졌죠. 이에 대비하기 위해서는 일관성 있는 투구가 중요하다고 생각해요. 화려한 퍼포먼스도 필요하지만 끊임없는 반복을 통해 레인 패턴을 읽으려고 노력합니다.”



김단비 선수

김 선수에게 부산남구청 볼링팀과 가족은 어떤 의미일까.

> “감독님이 팀을 위해 물심양면으로 지원하시는 게 많이 느껴집니다. 아이스 오일은 도입된 지 얼마 안 된 데다 고가이다 보니 훈련 적용이 쉽지 않은데, 감독님께서 사비로 오일을 구입하시는 등 열정이 아주 넘치십니다. 매사 최선을 다하는 팀 동료들을 보면서도 좋은 영향을 많이 받고 있고, 항상 사랑과 응원 주시는 가족들에게도 늘 고맙습니다.”

왼손으로 전국을 휩쓸다

올해 국가대표 선발전에서 상비군으로 뽑힌 박수민 선수는 중학교 때 볼링을 시작한 왼손 선수이다.

> “아버지가 장애인 볼링 선수셔서, 저에게 선수를 해 보지 않겠냐고 권유하셨어요. 호기심으로 시작하게 되었는데, 저에게 잘 맞는 운동이라고 느껴져서 지금까지 하게 되었죠.”

박 선수의 고향은 서울이지만 부산남구청 볼링팀에 배울 점이 많고, 분위기도 좋다는 이야기를 많이 들어 선택하게 되었다고.

> “볼링을 잘하기 위해서는 하체 힘이 중요하다고 생각해서, 개인적으로 하체 안정성과 근력 강화 운동을 자주 합니다. 틈나는 대로 전문 센터에 가서 보강 훈련을 하고 있어요.”

박수민 선수에게 가장 기억에 남는 대회는 무엇일까.

> “작년 전국체전이 기억에 많이 남습니다. 작년에 팀에 입단했기 때문에 부산남구청 볼링팀 선수로는 처음 치르는 전국체전이었는데, 감독님께서 친절하게 잘 이끌어주시고 팀 분위기도 너무 좋아서 좋은 결과가 있었던 것 같습니다.”

힘들수록 기본에 집중

박수민 선수가 힘든 순간을 극복하는 방법은 ‘기본에 충실하는 것’이다. 머리가 복잡할수록 오히려 볼링을 처음 배우는 사람처럼 기본 스텝은 어떻게 해야 하는지부터 생각한다. 기술을 더 추가하는 것이 아니라 다 덜어내고 기본만 떠올리며 반복해 해답을 찾아 나간다고.

> “제가 생각하는 볼링의 매력은 초심자들에게도 스트라이크를 통해 큰 성취감을 줄 수 있다는 점입니다. 그리고 사람 체형은 전부 다르기 때문에, 체형에 따라 나올 수 있는 구질의 종류도 달라요. 본인의 장단점을 잘 파악하고 공과 레인, 장비 등을 선택하면 더 즐겁게 즐길 수 있는 운동입니다.”

마지막으로 팀과 가족들에게 하고 싶은 말을 물었다.

> “항상 하나라도 더 알려주려는 감독님과 함께 성장하는 우리 팀 모든 동료들에게 감사합니다. 그리고 운동에만 전념할 수 있게 지원해 주시는 부모님께 사랑을 전합니다.”



박수민 선수

MINI INTERVIEW

소미경 감독이 소개하는
부산남구청
볼링팀 선수들

- **이미령 선수** 최고참 선수라 항상 든든합니다. 실력과 노력을 다 갖춘 선수이고, 올해 국가대표 선발의 꿈을 이루게 되어 저도 너무 기쁩니다.
- **김단비 선수** 중등부 선수 시절 처음 만났는데, 너무 좋은 인상을 받았어요. 당시 “부산남구청 볼링팀으로 가고 싶습니다”라고 말하던 다부진 모습이 아직도 생생하네요.
- **박수민 선수** 귀한 왼손 선수이고, 대학 4학년 때 우수한 선수였죠. 졸업 후 무려 5개 팀의 스카우트 제의가 있었지만, 우리 팀을 선택해주어 고마웠어요.
- **최유린 선수** 성격이 둥글둥글하고 우직한 스타일이라 선후배 사이에서 중간 역할을 아주 잘해요. 분위기 메이커이기도 해서 우리팀의 비타민 같은 선수죠.
- **이효진 선수** 긍정적인 성격이 너무 좋은 선수입니다. 개인적으로 운동 선수에게 가장 중요한 점이 긍정적 마인드라고 생각해서, 이 선수를 보면 기운이 절로 납니다.
- **장가영 선수** 청소년 대표로 활약하다 대학 졸업 후 바로 우리 팀에 들어왔어요. 항상 배우고 경청하는 자세가 훌륭합니다.
- **정윤희 선수** 고등부에서 우수한 성적을 거두며 메달을 휩쓸던 선수입니다. 부상으로 오늘 자리에는 함께 못해 아쉽지만, 10월 전국체전을 위해 열심히 관리하고 있죠.



중등부 허들 110m, 새 기록을 쓰다

부산대신중학교 육상부 정민서 선수

지난 8월, 충북 보은에서 열린 제55회 추계 전국중·고등학교 육상경기대회에서 새로운 기록이 나왔다. 주인공은 부산대신중학교 3학년 정민서 선수. 남자 중등부 110m 허들에서 14초07을 기록하며 중등부 신기록을 세운 그를 만나 육상 이야기와 앞으로의 목표를 들어봤다.

달리는 즐거움에서 허들의 매력까지

정민서 선수는 초등학교 때 체육 선생님의 권유로 처음 육상 대회에 출전했다. 가벼운 마음으로 나간 대회였지만 또래보다 좋은 성적을 내면서 육상에 대한 관심이 커졌다.

> "처음에는 그냥 재미로 시작했어요. 원래 뛰는 것을 좋아하기도 했고요. 그런데 생각보다 성적이 잘 나왔어요. 그때 '나도 운동을 하면 잘할 수 있겠구나'라는 생각이 들었고, 그 후로 육상을 제대로 시작하게 됐어요. 처음에는 기록이 잘 나오는 게 그저 신기하고 재미있었는데, 계속 운동하다 보니 지금은 더 잘하고 싶다는 욕심도 생겼어요."

초등학교 5학년 때 100m 기록은 14초였다. 부상의 위험을 걱정한 부모님은 운동을 시작하는 것을 반대했지만, 정 선수가 육상을 계속하고 싶다는 뜻을 보이자 그의 선택을 믿고 응원해주었다.

육상을 시작한 정 선수는 중학교에 진학하면서 지금의 오대중 지도자를 만났다. 오 지도자의 권유로 허들을 시작하면서 정 선수의 주 종목도 자연스럽게 정해졌다. 육상 허들 종목은 달리는 속도와 리듬을 함께 맞춰야 하는데, 정 선수는 훈련 때 빠르게 발을 내리고 다시 당기는 동작을 반복하며 허들 사이의 리듬을 익히는 연습을 한다. 처음부터 특별히 좋아서 시작한 건 아니었지만, 뛰다 보니 허들의 매력을 발견했다.

> "허들은 처음 한번 제대로 뛰어넘을 때 그 짜릿함이 정말 좋아요. 처음에는 허들 높이가 생각보다 높게 느껴지고 내가 과연 넘을 수 있을까 하는 걱정도 있는데, 막상 타이밍을 맞춰서 뛰어넘으면 그 순간의 성취감이 굉장히 큰 것 같아요."

좌절을 딛고 만든 신기록 14초07

오대중 지도자는 정 선수의 가장 큰 장점으로 성실함을 꼽았다.

> "제가 민서를 초등학교 6학년 때 처음 봤어요. 처음에는 운동 신경이 특별히 뛰어나다고 생각하지는 못했어요. 그런데 옆에서 계속 지켜보니까 민서는 굉장히 성실해요. 운동하면서 게으름을 피운 적이 없습니다. 목표를 정하면 다른 것에 흔들리지 않고 꾸준히 노력하는 선수예요."

하지만 올해 5월 전국소년체육대회에서 실수를 하며 4위에 그친 것은 정 선수에게 큰 아쉬움으로 남았다. 열심히 준비한 만큼 성적이 나오지 않아 좌절감이 컸지만 정 선수는 오 지도자의 격려로 마음을 추스르고 다시 뛸 준비를 했다. 당시 "더 잘되려고 그런 것"이라는 오 지도자의 따뜻한 한마디가 정 선수가 다시 마음을 다잡는 데 큰 힘이 됐다고.

몇 달 뒤, 정 선수는 보은에서 열린 제55회 추계 전국중·고등



학교 육상경기대회에서 자신의 한계를 넘어섰다. 110m 허들에서 14초07을 기록하며 중등부 신기록을 세운 것이다.

› “처음에는 제가 기록을 잘못 본 줄 알았어요. 믿기지 않아서 공식 결과가 나오기 전까지는 계속 의심했어요. 최종 결과가 나오고 정말 제 기록이라는 걸 알게 됐을 때 기분이 정말 좋았어요. 그동안 힘들었던 순간들도 생각나면서 약간 울컥했던 것 같아요.”

오대중 지도자 역시 예상하지 못한 결과였다고 말했다.

› “저도 저희 학교에서 중등부 신기록이 나올지는 몰랐어요. 올해 제가 목표로 생각했던 기록보다 훨씬 좋은 기록이 나와서 저도 많이 놀랐고 얼떨떨했죠. 민서가 그동안 얼마나 열심히 훈련했는지 알고 있기 때문에 더 대견했습니다.”

정 선수의 신기록은 혼자 만든 결과가 아니었다. 대회마다 경기장을 찾아 응원해준 부모님과 학교의 지원도 큰 힘이 됐다. 신기록을 세운 뒤 학교에서는 현수막을 내걸며 정 선수의 성과를 함께 축하했다.

› “부모님과 지도자 선생님께서 ‘네가 열심히 한 결과다’라고 말씀해주신 게 가장 기억에 남아요. 신기록을 세운 것도 기뻤지만 제가 그동안 노력했던 과정을 알아주시는 것 같아서 더 뿌듯했어요. 주변에서 많이 도와주시고 응원해주신 덕분에 나온 결과라고 생각해요.”

대회에서 신기록을 세운 기쁨을 충분히 느낄 새도 없이 정 선수는 다시 훈련에 들어갔다. 다른 친구들이 방학을 즐기는 동안에도 불평 한마디 없이 묵묵히 훈련을 이어가는 모습에서 어린 선수답지 않은 의젓함이 보였다.

› “대회가 끝나고 하루 쉬고 바로 예천으로 올라가 합숙훈련을 했어요. 다음 대회가 9월에 있어서 남은 시간이 여유롭지 않았거든요. 친구들이 방학 때 놀러 다니는 게 부럽기도 했지만 이번에 좋은 결과를 낸 만큼 그런 마음도 금방 사라졌어요.”

13초대를 향한 새로운 도전

14초07이라는 기록을 세웠지만 정 선수의 목표는 아직 남아 있다. 중학교 최초 13초대 기록을 내는 것.

› “중학교 최초로 13초대를 한번 뛰어보고 싶어요. 쉽지는 않겠지만 포기하고 싶지 않아요. 지금보다 기록을 단축하려면 더 열심히 연습해야 할 것 같아요.”





미니 인터뷰 interview

김은수 교장

부산대신중학교 운동부의 가장 큰 장점은 열정적인 지도자와 선수들의 끊임없는 노력, 그리고 이를 든든하게 뒷받침하는 학교의 지원이라고 생각합니다. 육상부와 야구부 선수들 모두 각자의 자리에서 최선을 다하고 있습니다. 특히 육상부 정민서 학생은 전국소년체육대회에서 4위라는 아쉬움을 겪었지만, 포기하지 않고 훈련을 이어가 지난 8월 추계 전국중·고등학교 육상경기대회 110m 허들에서 신기록이라는 놀라운 결과를 만들어냈습니다. 실패를 딛고 다시 도전하는 모습이 참 대견했습니다.
허들이 눈앞의 장애물을 하나씩 뛰어넘으며 앞으로 나아가는 경기인 것처럼 우리 학생들도 살아가면서 만나는 어려움을 잘 이겨내는 힘을 키웠으면 합니다. 운동장에서는 최선을 다하는 선수로, 교실에서는 자신의 꿈과 미래를 준비하는 학생으로 성장해 지성과 인성을 갖춘 스포츠 리더로 성장하길 기대합니다. 학교에서도 운동과 학업을 함께 이어갈 수 있도록 학생들을 세심하게 살피겠습니다. 부산대신중학교에서 자신의 꿈을 마음껏 펼치며 앞으로 만날 수많은 허들을 힘차게 넘어가길 응원합니다.

고등학교에 진학하면 허들의 높이도 지금보다 높아진다. 오대중 지도자는 새로운 환경이 정 선수에게 또 다른 성장의 기회가 될 것이라 기대하고 있다.

› “고등부는 지금보다 더 높은 허들을 넘어야 해서 적응하는 과정이 필요할 거예요. 그래도 민서는 아직 성장할 가능성이 충분합니다. 워낙 성실하고 부족한 부분이 있으면 스스로 찾아서 연습하는 아이라서 고등학교에 가면 더 잘할 수 있을 거라고 생각해요.”

인터뷰 말미에 정 선수에게 존경하는 선수를 물었다. 그는 주저 없이 세계랭킹 1위인 미국의 허들 선수 ‘그랜트 홀러웨이’를 꼽았다. 좋은 기록뿐만 아니라 실패해도 굴하지 않고 다시 일어나는 긍정적인 태도를 닮고 싶다고.

› “그랜트 홀러웨이 선수는 넘어져도 다시 일어나면 된다는 마인드를 가진 선수예요. 저도 운동을 하다 보면 실수하거나 기록이 잘 안 나올 때가 있는데 그럴 때마다 포기하지 않고 다시 일어서서 달리는 선수가 되고 싶어요.”

다가오는 9월 18일, 충북 보은에서 또 한 번 전국초·중·고등학교 학년별 육상경기대회가 열린다. 정 선수는 이 대회에서 더 좋은 기록을 목표로 하고 있다. 14초07이라는 신기록을 세우며 하나의 허들을 넘어선 정민서 선수. 그가 앞으로 넘어야 할 허들은 아직 많이 남아 있다. 좌절의 순간에도 다시 일어나 달렸던 꾸준함을 바탕으로 새로운 기록을 향해 달려가는 정민서 선수의 다음 경기성적을 기대해 본다.





태극마크를 단 자부심, 아시아 정상을 향해!

2026 아이치·나고야 아시안게임 선수단

2026 아이치·나고야 아시안게임이 오는 9월 19일 막을 올린다. 일본 아이치현과 나고야시 일원에서 개최되는 이번 대회에는 아시아 46개국이 참여해 총 43개 종목에서 금빛 승부를 펼칠 예정이다. 수영, 배드민턴, 농구, 하키 등 익숙한 종목뿐만 아니라 카바디, 세팍타크로처럼 아시아 스포츠 문화를 담은 종목도 진행된다. 우리 선수들은 크리켓과 파델을 제외한 41개의 종목에 출전하여 치열한 승부를 펼칠 예정이다. 그동안 각자의 종목에서 오랜 시간 땀과 노력을 쌓아온 선수들의 뜨거운 도전을 응원한다.

골프



개인전, 단체전

김규빈
대한골프협회

롤러



스트리트

박지빈
부산롤러스포츠연맹

배드민턴



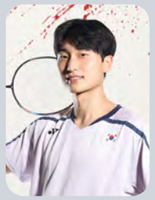
남자단식, 단체전

최지훈
삼성생명



남자복식, 단체전

서승재
삼성생명



남자복식, 단체전

김원호
삼성생명



남자복식, 단체전

강민혁
삼성생명



여자단식, 단체전

안세영
삼성생명



여자단식, 단체전

김가은
삼성생명



여자복식, 단체전

김혜정
삼성생명



여자복식, 단체전

이연우
삼성생명

농구



3x3

김정은
BNK



5x5

장재석
KCC



5x5

최준용
KCC



5x5

안혜지
BNK



5x5

이소희
BNK



5x5

최이샘
BNK

사격



10m 공기소총(남)
개인전, 단체전

박하준
KT



50m 소총3자세(남)
개인전, 단체전

정승우
KT



트랩(남)
개인전, 혼성단체전

안대명
부산시청



10m 공기권총(여)
개인전, 단체전, 혼성단체전

김보미
부산시청

스포츠 클라이밍



리드

노현승
부산신정고등학교



볼더

노희주
부산패밀리산악회

세팍타크로



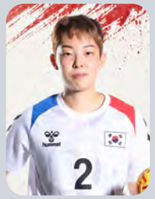
쿼드이벤트
팀레구이벤트

김정만
부산환경공단



팀레구이벤트

이민주
부산환경공단



팀레구이벤트
더블이벤트

한예지
부산환경공단



팀레구이벤트

장가연
부산환경공단

수영



아티스틱스위밍

이규빈
부산광역시수영연맹

승마



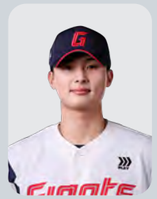
장애물

허정훈
부산광역시승마협회

야구

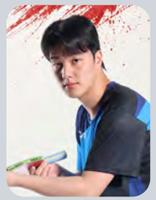

단체전
김진욱
롯데 자이언츠


단체전
최준용
롯데 자이언츠


단체전
윤동희
롯데 자이언츠

탁구


남자단체전
남자복식, 혼합복식
임종훈
한국거래소


남자단체전
남자단식
안재현
한국거래소


남자단체전
남자복식, 혼합복식
오준성
한국거래소

핸드볼


단체전
권한나
부산시설공단


단체전
류은희
부산시설공단


단체전
이혜원
부산시설공단

하키


단체전
이유리
㈜kt sports


단체전
진수연
㈜kt sports


단체전
박승애
㈜kt sports


단체전
이유진
㈜kt sports


단체전
이서연
㈜kt sports


단체전
최지윤
㈜kt sports


단체전
김유진
㈜kt sports


단체전
손혜령
㈜kt sports


단체전
박영은
㈜kt sports


단체전
박미향
㈜kt sports

요트


ILCA 7
하지민
해운대구청


iQFOiL
Youth(Girls)
백가연
해강고등학교

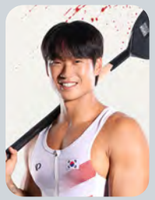
사이클


경륜, 팀스프린트
김하은
부산시설공단

철인3종


남자 개인전
혼성 릴레이
허민호
부산광역시체육회

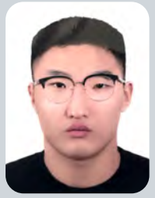
카누


C-1 500m
C-2 500m
황선홍
부산강서구청

펜싱


에뻬 개인전, 단체전
송세라
부산시청

주짓수


-94kg
박성후
대한주짓수회

카바디


단체전
이장군
KOREA KABADDI CLUB


단체전
김건명
KOREA KABADDI CLUB


단체전
이동건
KOREA KABADDI CLUB


단체전
최종훈
KOREA KABADDI CLUB


단체전
변민수
SAKTI


단체전
구지원
부산대학교


단체전
김주환
KOREA KABADDI CLUB


단체전
김동우
SAKTI


단체전
김한얼
부산대학교


단체전
장형진
KOREA KABADDI CLUB


단체전
김동규
KOREA KABADDI CLUB


단체전
허현민
KOREA KABADDI CLUB

더 빠르게, 더 정확하게 바뀌는 스포츠의 세계

스포츠 현장을 바꾼 혁신기술

자료출처:
한국스포츠과학원, 스포츠과학 제136호, 이기광 '리우올림픽, 과학기술의 첨단에 서다'
「KISTI의 과학향기」, 제2955호, 오가희 '스포츠 용품 속 나노 기술, 인간의 한계를 극복하게 하다'
중앙일보, 최진호, '가상현실·인공지능… 과학기술이 올림픽 메달 색·수 바꾼다'

올림픽에서는 0.001초 차이로 승패가 갈리고, 사람의 눈으로는 알아채기 힘든 찰나의 순간까지 정확하게 포착된다. 불과 몇 년 전까지만 해도 상상하기 힘들었던 장면들이 이제는 스포츠 경기에서 자연스러운 풍경이 되었다. 이러한 변화의 중심에 '과학기술'이 있다. 선수들의 땀과 노력으로 가득했던 경기장에 첨단 소재와 다양한 과학기술, 인공지능이 더해지면서 스포츠는 단순한 신체 대결을 넘어섰다. 기술은 선수들이 자신의 한계를 뛰어넘도록 돕고, 오심으로 인한 억울한 순간까지 줄여주고 있다.

첨단 소재가 가져온 스포츠 기록의 경신

과거에는 기록을 경신하는 데 선수의 체력과 훈련량에 크게 의존할 수밖에 없었다. 하지만 오늘날에는 과학기술이 선수들의 기록을 향상시키는 든든한 조력자가 되고 있다. 과거의 과학기술이 기록을 측정하고 중계를 돕는 보조적인 역할에 가까웠다면, 이제는 선수의 경기력을 높이는 핵심 요소가 되었다.

수영에서는 상어 피부의 특징을 참고해 물의 저항을 줄이도록 만든 전신 수영복을 대표적인 사례로 꼽을 수 있다. 고성능 경기용 수영복으로 유명한 스피도의 'LZR 레이서(LZR Racer)'다. 폴리우레탄 소재와 몸을 압박하는 설계를 적용해 물의 저항을 줄이고, 선수의 움직임을 보다 효율적으로 만드는 데 초점을 맞췄다. 실제로 2008년에는 이 수영복을 착용한 선수들이 잇따라 세계기록을 세우면서 첨단 장비가 경기 기록에 미치는 영향이 주목받았다. 당시 선수들은 무려 20개 이상의 세계기록을 갈아치웠고, 특히 '수영 황제'라 불리는 마이클 펠프스는 베이징 올림픽에서 8관왕을 달성하며 세계기록을 무더기로 경신했다.





마라톤에서도 탄소섬유판을 넣은 특수 러닝화가 기록을 바꾸는 데 도움을 주고 있다. 대표적인 사례가 나이키의 '베이퍼플라이(Vaporfly)'다. 탄소섬유판과 탄성이 좋은 쿠션 소재를 적용해 발이 지면을 디딜 때 생기는 힘이 다음 발걸음에 더 잘 이어지도록 설계됐다. 덕분에 선수는 힘을 덜 들이고도 더 빠른 속도로 달릴 수 있다. 실제로 마라톤 영웅 '엘리우드 킵초게'는 이러한 기술이 적용된 러닝화를 신고 비공식 경기에서 1시간 59분 40초의 기록을 세우며 '2시간의 벽'을 깼다. 공식 세계기록으로 인정되지는 않았지만, 인간의 마라톤 2시간 벽을 처음으로 깼다는 점에서 큰 의미가 있는 기록이었다.

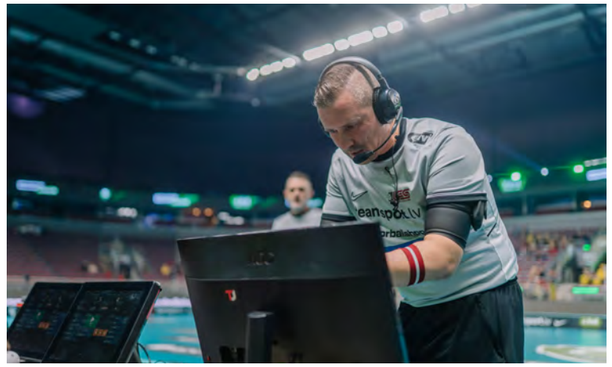
이처럼 선수의 노력에 과학기술이 더해지면서 과거에는 경신하기 어려웠던 기록에 도전할 수 있게 되었다. 스포츠에서 아주 작은 기술의 차이가 놀라운 기록의 차이로 이어지고 있는 것이다.

경기의 판정을 바꾸는 기술

스포츠에서 선수들의 기록만큼 중요한 것이 바로 '판정'이다. 특히 아주 짧은 순간에 승패가 갈리는 경기에서는 심판이나 판독관이 모든 장면을 눈으로 정확하게 판단하기가 쉽지 않다. 그렇다면 사람의 눈으로 놓치기 쉬운 순간을 기술은 어떻게 잡아낼 수 있을까?

대표적인 예가 육상의 '포토피니시' 기술이다. 포토피니시는 선수들이 결승선을 통과하는 순간을 특수 카메라로 촬영해 누가 먼저 결승선을 통과했는지를 정확하게 판단하는 기술이다. 결승선에 맞춰 매우 빠른 속도로 촬영한 이미지를 이어 붙이면 선수들이 결승선을 통과하는 순간을 한 장의 사진처럼 확인할 수 있다. 사진을 확대하면 선수들의 결승선 통과 순서를 정확하게 파악할 수 있는 것이다. 세계육상연맹의 경기 규정에 따르면 공식 대회의 포토피니시 시스템은 초당 최소 1,000장의 이미지를 기록하도록 하고 있다.





테니스에서는 '전자 라인 콜링(전자 판독 시스템)'이 판정을 돕는다. 테니스에서는 공이 코트의 선을 조금이라도 건드렸는지에 따라 결과가 달라질 수 있기 때문에 정확한 판정이 중요하다. 전자 판독 시스템은 여러 장비를 이용해 공의 움직임을 추적하고, 공이 코트 어디에 떨어졌는지를 분석해 '인'인지 '아웃'인지 판단한다. 전자 판독 시스템은 2006년 호프만 컵 테니스대회에서 공식적으로 처음 사용된 이후 테니스의 판정 방식을 바꾸고 있다. 이제는 사람이 순간적으로 판단하기 어려운 공의 위치를 기술이 빠르고, 일관되게 확인할 수 있게 된 것이다.

과학기술은 심판이나 판독관이 눈으로 확인하기 어려운 순간을 면밀하게 포착하며 스포츠의 판정 방식을 바꾸고 있다. '누가 더 빠르고 강한가'를 넘어 '누가 먼저였는가', '공이 정확히 어디에 떨어졌는가'를 공정하게 판단하는 데까지 그 역할을 넓혀가고 있는 것이다.

스마트하게 변화하는 스포츠 훈련

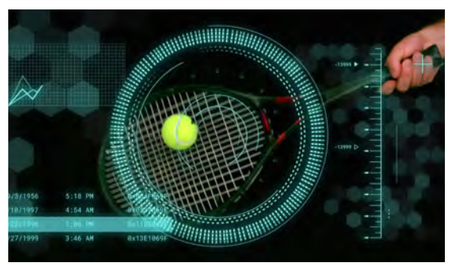
과학기술은 선수들의 기록향상뿐 아니라 훈련과 경기 환경까지 바꾸며 스포츠 전반에서 활용되고 있다.

대표적인 것이 센서와 측정 장비다. 이제는 경기에서 사용하는 '공'에도 센서가 들어간다. 축구의 스마트 공이나 야구의 스마트 공은 공의 속도와 회전, 이동 경로 등을 측정할 수 있다. 특히 관성측정장치(IMU)라는 센서는 공의 움직임과 회전을 감지해 속도와 이동 방향, 회전 상태 등을 측정하는 데 활용된다. 이렇게 얻은 데이터를 분석하면 축구에서는 슈팅이나 패스의 움직임을 확인할 수 있고, 야구에서는 공의 속도와 회전수, 회전 방향 등을 분석해 투구의 특징을 파악할 수 있다. 선수와 코치는 이러한 데이터를 활용해 자신의 동작을 보완하고 더 효과적인 훈련 방법을 찾을 수 있다.

경기장 역시 과학기술을 활용해 달라지고 있다. 선수들이 자신의 능력을 최대한 발휘할 수 있도록 잔디의 상태는 물론 경기장 내부의 온도와 습도까지 과학적으로 관리한다. 실제로 2022 카타르 월드컵에서는 더운 날씨에도 선수들이 쾌적한 환경에서 경기를 치를 수 있도록 경기장 잔디를 식히는 냉각 시스템이 활용됐다. 이처럼 경기장 환경을 과학적으로 관리하는 기술도 선수들의 경기력을 높이는 데 중요한 역할을 하고 있다.









스포츠는 이제 선수의 감각과 경험에만 의존하지 않고, 정확한 측정과 데이터를 함께 활용하는 방향으로 발전하고 있다. 경기 중 얻은 다양한 정보를 바탕으로 자신의 약점을 보완하고 강점을 강화하며 새로운 기록에 도전하는 것이다. 스포츠는 과학기술을 통해 더욱 정밀하고 스마트하게 바뀌고 있다.

기술은 스포츠를 단순히 '더 빠르게, 더 강하게' 만드는 데 그치지 않는다. 선수들이 자신의 능력을 최대한 끌어낼 수 있도록 돕고, 더 나은 훈련 방법과 경기 환경을 만들어가는 역할까지 하고 있다.

그렇다면 과학기술이 지금보다 더 발전한다면 스포츠는 어떤 모습으로 변하게 될까? 우리가 알고 있던 스포츠의 한계도 새로운 기술과 함께 계속 확장될 것이다. 어쩌면 지금은 상상하기 어려운 새로운 기록과 경기 방식이 미래의 스포츠에서 당연한 모습이 될지도 모른다.

오락가락한 날씨에 면역력 '뚝'

가을철 환절기 질환 예방법

뜨거웠던 여름이 지나고 선선한 가을이 찾아오면 일교차가 커지면서 우리 몸도 새로운 계절에 적응하는 시간을 갖는다. 이때 낮과 밤의 기온 차이로 몸의 균형이 흐트러지면 면역력이 떨어지고 감기와 같은 환절기 질환에 노출되기 쉽다. 공기가 건조해지면서 코점막이 자극되고, 피부의 수분을 빼앗으며 알레르기성 비염이나 아토피 피부염 등의 질환도 악화시킬 수 있다. 건강한 가을을 맞이하기 위해 환절기에 주의해야 할 질환과 일상에서 실천할 수 있는 예방법을 익혀두는 것이 중요하다.







일상생활에서 실천하는 환절기 질환 예방 수칙

- ☐ 외출 후에 흐르는 물로 손 씻기
- ☐ 콧물·기침 등 호흡기 증상이 있을 때는 마스크 착용하기
- ☐ 실내외 온도 차가 크지 않도록 적정 실내 온도 유지하기
- ☐ 물을 조금씩 자주 마시면서 수분 섭취하기
- ☐ 날씨가 좋은 날 가볍게 산책하며 몸 움직이기
- ☐ 제철 과일과 채소 등으로 균형 잡힌 식사 챙기기



환절기 호흡기 건강 위협하는 천식·알레르기성 비염

감기는 기관지 천식의 증상을 악화시키는 흔한 원인 중 하나다. 감기를 예방하려면 외출 후나 식사 전 흐르는 물에 비누로 손을 꼼꼼하게 씻는 습관이 필요하다. 천식이 있다면 금연은 물론 담배 연기에 노출되지 않도록 주의하고, 미세먼지나 황사가 심한 날에는 외출을 줄이거나 마스크를 착용하는 것이 좋다. 증상 악화에 대비해 처방받은 약의 복용법을 미리 익혀두고 꾸준히 관리하는 것도 중요하다. 기침이나 재채기를 할 때는 휴지나 옷소매로 입과 코를 가려서 주변 사람에게 호흡기 감염이 확산되는 것을 예방해야 한다.

알레르기성 비염은 증상이 심해지면 축농증이나 중이염 등의 합병증으로 이어질 수 있어 주의가 필요하다. 집먼지진드기나 미세먼지 등 알레르기를 유발하는 물질에 노출되지 않도록 주변 환경을 청결하게 관리하는 것이 기본이다. 침구류는 주기적으로 세탁하고 실내에 먼지가 쌓이지 않도록 청소하며, 급격한 온도 변화에도 유의하는 것이 좋다.

아토피 예방하려면 보습제 사용과 생활 습관 점검이 필수

아토피 피부염은 가려움증을 동반한 만성 피부 질환으로 습진의 한 형태다. 가려워서 긁고 다시 가려워지는 악순환을 끊기 위해서는 피부가 건조해지지 않도록 보습과 피부 관리에 신경 쓰는 것이 중요하다.

목욕은 미지근한 물로 짧게 하고, 때를 미는 것은 삼간다. 보습제는 하루에 2번 이상 사용하고, 목욕 후 3분 이내에 바르는 것이 좋다. 피부에 자극을 줄 수 있는 거친 소재의 옷은 피하고 순면 소재의 옷을 입도록 한다. 손톱을 짧게 깎아 피부를 긁어 생기는 상처를 예방하고, 스트레스와 과도한 피로가 쌓이지 않도록 생활 습관을 관리하는 것도 도움이 된다. 적정 실내 온도(22~24℃)와 습도(40~50%)를 유지하고, 대기오염 물질이나 새집 증후군 등 알레르기 원인 물질과 증상을 악화시키는 원인을 정확히 파악하여 피하도록 한다.

수분 섭취는 조금씩 자주, 체온은 따뜻하게

가을에는 기온이 내려가면서 땀을 덜 흘려 수분 섭취를 소홀히 하기 쉽지만, 건조한 날씨에는 몸의 수분이 부족해지기 쉽다. 충분한 수분 섭취는 호흡기와 피부가 건조해지는 것을 막고 건강한 일상을 유지하는 데 도움이 된다. 목이 마르지 않더라도 물을 조금씩 자주 마시고, 카페인이나 알코올 음료보다는 물을 선택하는 것이 좋다.

아침저녁과 낮의 일교차가 큰 환절기에는 체온 조절이 어려워 면역력이 떨어질 수 있는 만큼 적정 체온을 유지하는 것이 중요하다. 두꺼운 옷 한 벌보다 얇은 옷을 여러 겹 입고, 기온 변화에 따라 입고 벗는 것이 적정 체온을 유지하는 데 도움이 된다. 특히 스카프나 목도리로 목을 따뜻하게 감싸 찬 공기로부터 호흡기를 보호하는 것도 좋다.

환절기 건강관리는 사소해 보이는 질환 예방 방법을 '실천'하는 것이다. 외출 후 손 씻기, 충분한 수분 섭취, 실내 환기와 적정 습도 유지, 기온에 맞는 옷차림만 잘 지켜도 건강한 환절기를 보내는 데 도움이 된다. 계절과 몸의 변화에 귀 기울이고 생활 속 건강 수칙을 하나씩 실천하며 건강하게 가을을 맞이해보자.

출처: 질병관리청, 「2023 질병관리청 사이버홍보관」, "면역력 높이는 환절기 건강관리"

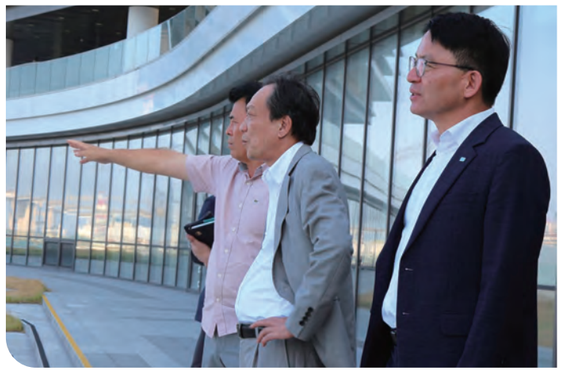
북항, ‘마리나’라는 날개를 달다

물류 거점으로 경제 발전을 이끌었던 북항이 친수공원과 마리나 등의 모습으로 시민의 일상에 스며들었다. 부산은 이를 통해 새로운 해양 문화를 만들어 가고 있으며, 바다와 도시의 기능이 조화를 이루는 진정한 해양도시의 모습을 갖추기 시작했다.

자료 출처: 부산역사문화대전, 부산시보 <부산이라 좋다>, 부산항만공사 홈페이지 및 공식블로그







우리나라 경제 발전을 견인

부산항 북항은 1876년에 개항한 우리나라 최초의 근대 무역항이자 최대 규모의 무역항이다. 북항은 부산 영도구, 중구, 동구, 남구와 접해 있으며, 우리나라 최대 규모라는 수식어에 걸맞게 우리나라 해양 물류를 이끌었다. 특히 1962년부터 시행된 경제개발 5개년 계획으로 인해 수출 중심의 경제 개발이 이루어지면서 우리나라 경제 발전의 주역으로 부상했다. 본격적으로 경제 개발 계획이 추진되면서 수출입 물동량이 증가하자 북항은 컨테이너 전용 부두를 준공하는 등 하역 능력을 향상시키며 성장을 거듭했다. 이를 바탕으로 북항은 1990년대까지 국내 컨테이너 물동량의 80% 이상을 처리하며 전 세계를 대상으로 한 해양 물류의 거점으로 활약하였다.

그러나 지속적으로 증가하는 물동량을 감당하기 어려워진 북항에 화물 적체 현상이 나타났고, 이를 해결하기 위해 부산 가덕도 인근에 신항 개발이 진행되었다. 이후 북항은 시설 부족과 신항 개발 등의 여파로 무역항으로서의 입지가 좁아지기 시작했으며, 결정적으로 신항 개장과 함께 물동량이 급감하며 세계적인 무역항이라는 명성을 신항에 넘겨주게 되었다.

한편, 시간이 흘러 북항이 곧 부산항이던 시대를 지나 어업전진기지인 남항과 컨테이너 항만인 부산신항 등이 들어서면서 부산항의 규모는 계속해서 확대되었다. 현재 부산항은 접안능력 213척 규모, 정박시설 20개소(66척 정박), 보관시설 4,531천 m^2(630천TEU)를 갖추고 있으며 여전히 우리나라 대표 항만으로서 역할을 다하고 있다.

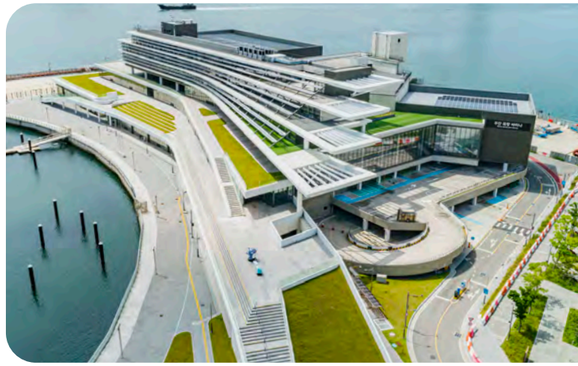
굴곡진 역사를 딛고 새롭게 출발

비록 무역항으로서의 기능은 축소되었지만 일제강점기, 한국전쟁 등을 거치면서도 자신의 역할을 꿋꿋하게 해낸 북항은 역사적으로도 의미가 깊다. 이에 2004년에 부산항(북항) 재개발 사업(이하, 북항재개발사업)이 논의되었고, 해양수산부는 “컨테이너 화물이 늘어나며 북항의 설계 하중이 초과됐으며, 교통 체증을 유발하고 수변 공간 발전을 막아 재개발 목소리가 높았다”라며 사업 추진 배경을 밝혔다. 북항재개발사업은 2006년 마스터플랜 수립을 거쳐 2008년에 본격적으로 진행되었으며 2017년에 사업 규모가 확대되었다.

북항재개발사업은 단계별로 진행 중이다. 먼저 1단계(2008~ 2027년)는 부산항 북항 연안부두에서 4부두 일원을 동·남해안 관광벨트의 중심이자 해륙 교통의 요충지로 육성, 친수공간을 조성하여 여가공간을 확보하고 주변 지역과 연계하여 지역경제를 활성화하는 것 등을 목표로 한다. 2023년 11월 전면 개방된 북항친수공원이 해당 사업의 대표적인 예이다. 이는 100년이 넘는 세월 동안 시민들의 출입이 제한되었던 공간이 누구나 이용할 수 있는 휴식처로 탈바꿈했다는 점에서 의미 있다.



2단계(2020~2030년)는 자성대부두, 부산역·부산진역 CY(Container Yard), 좌천·범일동 일원을 글로벌 경쟁력을 갖춘 국제교류 중심지로 육성, 신해양산업을 위한 복합도심으로 조성하여 원도심과 연계 및 상생발전을 도모하고, 문화허브 및 정주공간으로서 지속 가능한 친환경 생태도시를 조성하는 것을 목표로 추진 중이다.



부산북항마리나, 해양레저의 중심지로 도약

북항재개발산업 1단계 추진 사업 중 북항친수공원과 함께 주목할 공간이 바로 ‘부산북항마리나’이다. 부산북항마리나는 해양레저 인구 저변 확대와 시민의 건강 증진을 위해 조성되었으며, 2023년 12월 말에 1단계 시설 준공 후 2024년에 일부 시설을 개장해 호응을 얻은 바 있다. 그런데 방파제 연장 및 요트 계류시설 공사가 완료되지 않은 점, 상업 시설이 채워지지 않은 점 등의 이유로 한동안 휴장하였다가 유지보수 공사를 마치고, 부산광역시체육회가 위탁운영사로 선정되면서 지난 8월 24일에 재개장하였다.

부산북항마리나는 약 6,424평 규모로 수영장, 다이빙풀 등의 아쿠아시설을 갖추고 있으며 다이빙풀은 영남권 최고 수심 24m를 자랑한다. 부산북항마리나는 운영시간 대폭 확대, 합리적인 이용료 책정 등 공익성과 전문성을 갖춘 서비스를 제공함으로써 해양레저 문화 확산을 이끌어 갈 예정이다.

세계적인 마리나의 경우, 상업과 휴양이 어우러진 편의시설을 갖추고 있어 지역민과 관광객 모두가 찾는 랜드마크로서 기능을 하고 있다. 이번 재개장이 부산북항마리나가 세계적인 마리나에 이름을 올리는 기점이 되기를 기대해 본다.

부산북항마리나 스포츠센터 프로그램 안내

▸ **수영**

대상	시간	운영일	회비
청소년 이상	06:00~06:50	화~금 (강습) 토 (자유수영)	▸ 성인: 66,000원 ▸ 청소년: 57,000원
	07:00~07:50		
	08:00~08:50		
	15:00~16:00		
	16:00~17:00		
	17:00~18:00		
	19:00~20:00		
	20:00~21:00		

▸ **생존수영**

대상	시간	운영 기간
초등학생	09:00~12:50	9~11월

▸ **월 자유수영**

대상	시간	운영일	회비
청소년 이상	14:00~14:50	화~금 토(자유 입장)	▸ 성인: 50,000원 ▸ 청소년: 39,000원

▸ **다이빙장 이용**

구분	대상	시간	운영일	회비
1부	성인	09:30~12:30	화~일	▸ 평일 3시간: 33,000원 ▸ 평일 6시간: 53,000원 ▸ 주말 3시간: 55,000원
2부		14:00~17:00		

* 정기 휴관일 : 매주 월요일 및 법정 공휴일
* 운영 관련 정확한 정보는 ‘부산항만공사 부산북항마리나’ 홈페이지 확인

부산의 밤을 수놓은 특별한 레이스

2026 나이트레이스 인 부산

제6기 부산스포츠기자단
김류경

지난 8월 1일 광안리 해수욕장과 광안대교 일대에서 '2026 나이트레이스 인 부산'이 개최됐다. 이번 대회에는 만 17세 이상 참가자 2만 명이 참여해 부산의 여름밤을 달리며 특별한 추억을 만들었다.

사진: 나이트레이스인부산



광안리 해수욕장 집결지에는 오후 5시부터 참가자들이 하나둘 모여들었다. 이들은 공식 레이스 출발 전 진행된 다양한 무대 공연과 현장 이벤트에 참여하며 본격적인 행사를 기다렸다. 곳곳에 광안리 해변을 배경으로 기념사진을 남기거나 흥겨운 음악에 맞춰 몸을 풀며 출발을 기다리는 모습이 펼쳐졌다. 연인과 친구, 동호회 단위로 참가한 러너들은 행사 참여 시 주어지는 티셔츠와 알록달록한 머리띠를 착용해 해변 풍경을 화사하게 물들였다.

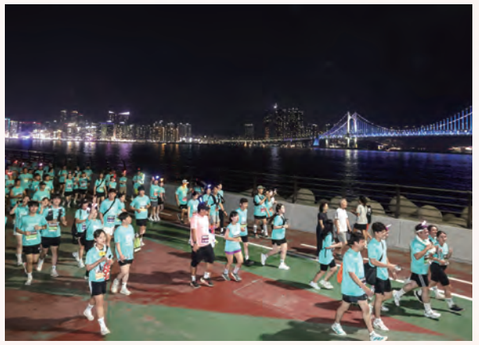
이번 대회는 참가 그룹에 따라 순차적으로 출발이 진행됐다. 선두에서 레이스를 이끄는 S(Special) Plus 그룹(선착순 300명)과 S Group(선착순 1,700명)이 먼저 코스에 들어서고, 이어 예매 순서에 따라 배정된 A그룹부터 F그룹까지의 일반 참가자(18,000명)들이 차례로 레이스에 나섰다. 레이스 코스는 총 7.23km 단일 구간으로 구성됐다. 광안리 해수욕장 마리나호텔 앞 도로에서 출발하여 언양 삼거리, 광안리 해양스포츠센터, 남천 삼익비치 아파트 산책로, 49호 광장을 거쳐 광안대교 상층부로 이어지는 코스였다.

코스의 핵심이자 하이라이트인 광안대교 진입 구간에 다다르자 러너들의 환호성이 터져 나왔다. 평소 차량만 오가던 광안대교 위를 직접 달리며 바라보는 부산의 붉은 노을과 수영만 요트경기장, 해운대의 화려한 야경은 레이스의 묘미를 더했다.

광안대교를 건넌 참가자들은 해운대 벡스코(BEXCO) 앞 도로에 마련된 피니시 라인을 통과하며 레이스를 마무리했다. 결승선에 도착한 러너들은 완주 메달을 목에 걸고 서로의 완주를 축하했다. 이어진 벡스코 피니시 존에서는 레이스의 피날레를 장식하는 공연과 축제 행사가 펼쳐지며 마지막까지 열광적인 분위기가 이어졌다.

'나이트레이스 인 부산'은 단순히 기록을 겨루는 경쟁 마라톤을 넘어, 부산의 바다와 도심 야경을 온몸으로 느끼며 다함께 즐기는 스포츠 문화 축제로 자리 잡았다. 안전사고 없이 무사히 마무리된 이번 행사는 부산 시민과 전국의 러너들에게 잊지 못할 여름밤의 추억을 선사하며 내년 대회에 대한 기대감을 증폭시켰다.





뜨거운 여름 바다 위 펼쳐진 짜릿한 승부

2026 부산 광안리 국제여자 비치발리볼 대회

제6기 부산스포츠기자단
이승빈



지난 8월 13일부터 16일까지 광안리 해변 특설경기장에서 '2026 부산 광안리 국제여자 비치발리볼 대회'가 개최됐다. 13개국 28개 팀, 총 56명의 선수들이 참가한 이번 대회는 광안리 해변과 광안대교를 배경으로 펼쳐져 관람객들에게 국제 스포츠 도시로서 부산의 특별함을 전하는 기회가 됐다.

국제여자 비치발리볼 대회가 열린 8월 13일, 광안리 해변 특설경기장에서는 국내외 선수들이 모래 위에서 치열한 승부를 펼치며 박진감 넘치는 경기를 이어갔다. 광안리 해변을 찾은 시민과 관람객들은 가까운 거리에서 선수들의 경기를 지켜보며 함께 응원했다.

이번 대회는 국제배구연맹(FIVB)이 주최하고 한국비치발리볼연맹이 주관하여 진행됐다. 13일 오후 7시 30분 개막식을 시작으로 16일까지 주야간에 걸쳐 경기가 진행됐으며, 국내 및 동호회 대회는 8월 10일과 11일 양일간 치러졌다.

비치발리볼은 두 명의 선수가 한 팀을 이뤄 상대 코트로 공을 넘기며 득점을 겨루는 종목이다. 한 팀이 공을 최대 세 번 터치한 뒤 상대 코트로 넘겨야 하며, 한 세트에서 21점을 먼저 획득한 팀이 승리한다. 3세트 중 2세트를 먼저 이기는 방식으로 승부를 겨루게 되며, 상대 코트에 공을 떨어뜨리거나 상대 팀이 규칙을 위반하면 득점하게 된다.

이번 대회는 오전 9시부터 밤 10시까지 경기가 이어졌으며 모든 경기가 무료로 진행돼 시민 누구나 부담 없이 국제대회를 관람할 수 있도록 했다. 광안리 바다와 광안대교를 배경으로 세계적인 선수들의 경기를 가까이에서 지켜볼 수 있다는 점도 특별한 관람 포인트가 됐다. 또한 15일에는 광안리의 대표적인 볼거리 중 하나로 꼽히는 드론쇼까지 함께 펼쳐져 스포츠 경기와 광안리의 야경을 동시에 즐기는 기회를 제공했다.

실내에서 진행되는 배구와 달리 비치발리볼은 바람과 햇빛, 모래 등 자연환경의 영향을 받는 만큼 경기 중 예측하기 어려운 순간도 많았다. 특히 대회 마지막 날인 16일에는 강한 비바람 탓에 준결승과 결승전 진행에 어려움을 겪기도 했으나, 선수들이 끝까지 집중력을 잃지 않고 경기에 임하며 무사히 마무리됐다.



현장을 찾은 한 관람객은 "광안대교와 바다를 배경으로 관람석에서 선수들의 경기를 볼 수 있어서 너무 좋았다"며 "세계적인 선수들의 경기를 가까이에서 볼 수 있어 특별한 경험이었다"고 소감을 전했다.

대회 피날레는 준결승전과 결승전이었다. 거센 비바람 속에서도 선수들은 끝까지 경기를 이어갔고, 관람석에서는 선수들의 투지에 아낌없는 박수와 응원을 보냈다. 치열한 접전 끝에 필리핀의 프로겔라(Progella)와 파가라(Pagara) 선수가 우승을 차지했으며, 같은 필리핀의 론디나(Rondina)와 폰스(Pons) 선수가 준우승에 올랐다.

이번 대회는 13개국 28개 팀의 선수들이 펼치는 국제적인 경쟁을 통해 시민들에게 비치발리볼의 매력을 알리는 계기가 됐다. 앞으로도 비치발리볼 대회가 지속적으로 개최되어 더 많은 시민들이 세계적인 선수들의 경기를 관람하고, 부산의 바다와 스포츠가 어우러진 특별한 풍경을 경험하기를 기대한다.



달리고, 뛰어오르고, 던지는 것은 인간이 오래전부터 생존을 위해 해온 가장 기본적인 움직임이다.
이러한 움직임은 오랜 역사를 거치며 전통을 지닌 스포츠로 발전해
속도와 높이, 거리를 겨루는 다양한 육상 종목으로 이어졌다.
오늘날에도 올림픽을 비롯한 세계적인 스포츠 무대에서 힘껏 달리고, 높이 뛰고, 더 멀리 던지며
기록을 향한 치열한 경쟁이 펼쳐진다.

인간의 본능, 움직임의 기록

달리고 뛰어오르고 던지는 스포츠, 육상

육상의 역사

육상의 역사는 기원전 3,800년경 이집트 멤피스에서 약 800m를 달리는 조직적인 경기가 열렸다는 기록으로 거슬러 올라간다. 이후 기원전 776년 시작된 고대 올림픽에서는 약 192m를 달리는 '스타디온(Stadion)' 경주가 첫 종목으로 치러졌다. '스타디온'은 당시 길이를 재는 단위이자 경기장을 뜻하는 말로, 오늘날 육상 트랙 등을 갖춘 야외 대형 경기장을 의미하는 '스타디움(Stadium)'의 어원이다. 당시 경기장은 오늘날의 트랙과 달리 긴 직선 형태였으며, 선수들은 시작 선에 발을 맞추고 출발했다. 고대 그리스 엘리스(Elis) 출신의 코로이보스는 이 경기에서 우승하며 최초로 기록된 올림픽 우승자로 알려져 있다.

고대 올림픽은 서기 393년경 로마 황제 테오도시우스의 칙령에 따라 폐지되면서 오랜 기간 중단됐다. 하지만 17세기 초 영국의 로버트 도버가 시작한 '코츠월드 올림픽'은 1852년까지 지속되며 육상 경기의 전통을 이었다.

이후 19세기에 들어서면서 영국과 미국을 중심으로 육상이 체계적인 스포츠로 발전하기 시작했다. 전용 경기장과 전국 단위 대회가 마련됐으며, 실내 육상과 계주 등 새로운 경기 방식도 등장했다. 출발 방식과 배턴 등 경기 장비를 비롯해 경기 규칙이 점차 표준화되면서 현대 육상의 틀이 갖춰졌다.

이러한 발전을 바탕으로 1896년 그리스 아테네에서 제1회 근대 올림픽이 개최되면서 육상은 국제적인 스포츠로 자리 잡았다. 당시 9개국에서 온 63명의 선수가 12개 육상 종목에 참가했으며, 미국의 제임스 코널리는 세단뛰기에서 우승하며 근대 올림픽 최초의 우승자가 되었다. 이후 올림픽이 거듭되면서 여성 종목이 추가되고 경기 종목과 규칙도 시대에 맞게 변화하는 등 오늘날처럼 달리기·도약·투척·경보 등 다양한 종목으로 구성된 대표적인 스포츠로 발전했다.

한국의 육상

한국 근대 육상의 시작은 1895년 '을미의숙 운동회'로 보는 견해가 있는 한편, 1896년 관립 외국어학교인 영어 학교 운동회에서 열린 '화류회'를 그 시초로 보기도 한다. 개화기에 각종 학교가 설립되면서 운동회가 새로운 유행으로 자리 잡았고, 이후 육상은 학교 운동회와 각종 경기대회를 중심으로 점차 확산됐다.

1936년 손기정 선수는 베를린 올림픽 마라톤에서 일제강점기라는 시대적 상황으로 일본 국적으로 출전했었으나 한국인 최초로 올림픽 금메달을 획득했다. 광복 이후에는 육상 발전을 위한 조직적인 기반이 마련됐다. 1945년 대한육상경기연맹이 창립됐으며, 같은 해 대한체육회와 국제아마추어 육상경기연맹(I.A.A.F)에 가입했다. 이후 한국 육상은 국제무대에 진출하며 활동 영역을 넓혀갔다. 1947년 서윤복이 보스턴 마라톤에서 우승하며 광복 이후 한국 육상의 국제무대 진출을 알렸고, 1950년에는 함기용이 다시 한 번 보스턴 마라톤의 정상에 올랐다. 1992년 바르셀로나 올림픽에서는 황영조가 마라톤 금메달을 획득했으며, 이봉주 역시 1996년 애틀랜타 올림픽 은메달과 2001년 보스턴 마라톤 우승 등으로 한국 마라톤의 명맥을 이어갔다.

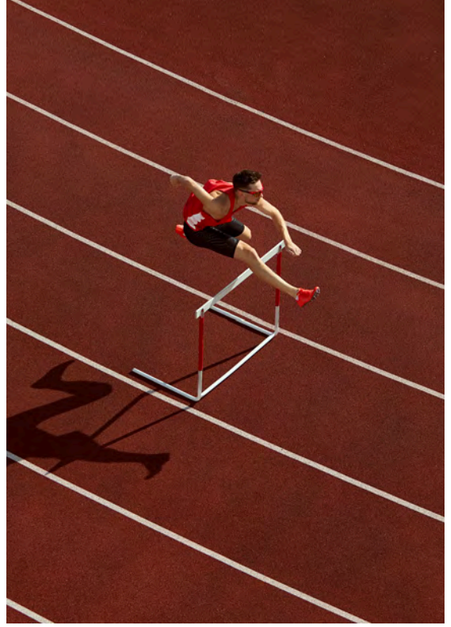
자료 출처: 대한육상연맹, 세계육상연맹(world athletics), 육상아카이브센터

한국 육상은 마라톤뿐 아니라 다양한 종목으로 영역을 넓혀왔다. 2011년에는 대구에서 세계육상선수권대회가 개최됐으며, 2020 도쿄 올림픽에서는 우상혁이 남자 높이뛰기에서 한국 기록을 세우며 4위에 올랐다. 2022년에는 세계실내육상선수권대회에서 남자 높이뛰기 금메달을 획득하며 한국 육상의 새로운 가능성을 보여줬다.
오늘날 대한육상연맹은 국내 육상 경기의 보급과 선수 육성, 경기력 향상을 위해 활동하고 있으며, 한국 육상은 마라톤을 넘어 트랙과 필드 전 종목에서 세계 무대를 향한 도전을 이어가고 있다.

육상의 세부 종목

육상은 크게 트랙, 필드, 도로, 경보 등으로 나뉘며, 달리기·높이뛰기·던지기 등 인간의 다양한 신체 능력을 겨루는 여러 종목으로 구성된다.
먼저 트랙 종목에는 단거리, 중·장거리, 허들, 계주가 있다. 단거리는 100m·200m·400m에서 폭발적인 속도를 겨루며, 중·장거리는 800m·1,500m·5,000m·10,000m 등을 통해 속도와 지구력을 겨룬다. 허들은 일정한 간격으로 설치된 장애물을 넘으며 달리는 경기로 100m, 110m, 400m 허들이 대표적이다. 계주는 여러 선수가 한 팀을 이뤄 배턴을 주고받으며 달리는 경기로 4×100m와 4×400m가 대표적이다.
필드 종목은 도약과 투척으로 나뉜다. 도약에는 높이뛰기·장대높이뛰기·멀리뛰기·세단뛰기가 있으며, 높이 또는 거리를 얼마나 뛰어넘느냐를 겨룬다. 투척에는 포환던지기·원반던지기·해머던지기·창던지기가 있으며, 각 도구를 최대한 멀리 던지는 것이 목표다.
이 밖에도 마라톤과 하프마라톤 등의 도로 경기, 20km·30km·50km 경보, 크로스컨트리와 산악·트레일러닝 등 다양한 종목이 있다.

구분	세부 종목	주요 경기
트랙	단거리	100m·200m·400m
	중·장거리	800m·1,500m·5,000m·10,000m
	허들	100m, 110m , 400m
	계주	4×100m, 4×400m
필드	도약	높이뛰기·장대높이뛰기·멀리뛰기·세단뛰기
	투척	포환던지기·원반던지기·해머던지기·창던지기
도로	도로 경기, 경보	마라톤·하프마라톤·경보
기타	크로스컨트리, 산악·트레일러닝 등	



육상 경기 진행 방식

① 트랙 경기

육상은 종목에 따라 경기의 진행 방식과 승부를 가르는 기준이 서로 다르다. 트랙 경기는 정해진 거리를 얼마나 빠르게 달리느냐로 순위를 결정한다. 100m·200m·400m 등 단거리 경기는 선수마다 정해진 레인에서 달리며, 800m·1,500m·5,000m·10,000m 등 중·장거리 경기에서는 종목에 따라 레인 안쪽으로 이동할 수 있다. 허들은 정해진 간격의 허들을 넘어 결승선까지 달린다. 실수로 허들을 넘어뜨려도 페널티가 없지만, 고의로 허들을 넘어뜨리거나 허들의 위 가로대 옆을 지나가면 실격될 수 있다. 계주는 한 팀의 선수들이 배턴을 주고받으며 이어 달린다. 우승자는 몸통이 가장 먼저 결승선을 통과한 선수이다. 대규모 대회에서는 참가 선수 수에 따라 예선과 준결승, 결승을 거쳐 최종 순위를 가리는 방식이 일반적이다.

② 필드 경기

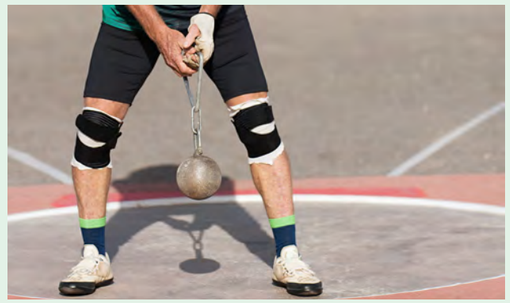
필드 경기에서 멀리뛰기·세단뛰기·포환던지기·원반던지기·해머던지기·창던지기 등은 더 멀리 기록하는 선수가, 높이뛰기와 장대높이뛰기는 더 높이 뛰는 선수가 승리한다. 멀리뛰기 선수들은 40m인 활주로를 달린 후 이륙판에서 최대한 멀리 점프한다. 세단뛰기는 이륙판 위나 뒤에서 이륙하여 '홉-스킵/스텝-점프' 순서로 실시한다.

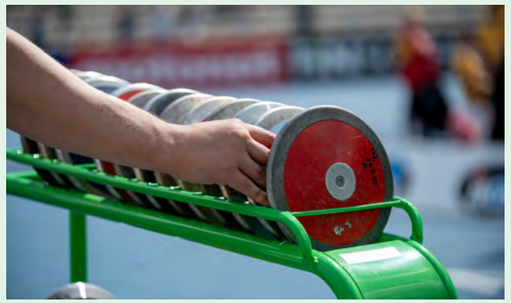
포환던지기에서 포환은 어깨에 붙이거나 가까이 둔 상태에서 시작하며 밀어내듯 던진다. 포환이 낙하 구역 안에 떨어져야 유효하다. 원반던지기를 할 때 선수는 한 손으로만 원반을 잡아야 하며, 착지 구역 안에 떨어져야 한다. 해머던지기는 원 안에서 던지기를 시작해야 하며, 해머가 착지한 후 원 밖으로 나갈 수 있다. 창던지기를 할 때 선수는 창을 어깨 위나 던지는 팔의 윗부분을 넘어 던지며, 창은 금속 머리 부분이 먼저 땅에 닿아야 한다.
높이뛰기와 장대높이뛰기의 바의 높이는 각 시도 라운드가 끝난 후 일정한 간격으로 높아진다. 같은 높이에서 연속으로 세 번 실패할 경우 탈락한다. 높이뛰기에서 경쟁자들이 계속 동점일 경우, 대회 전체에서 가장 적은 실패를 기록한 선수가 더 높은 순위를 받는다. 장대높이뛰기는 동점일 경우, 해당 높이에서 가장 적은 실패를 기록한 선수가 우승자로 선언된다. 동점이 계속된다면 대회 전체 기간 동안 가장 적은 실패를 기록한 선수가 우승한다. 그럼에도 계속 동점이라면, 승자는 점프오프로 결정된다. 각 점퍼는 각 높이마다 한 번씩 시도할 수 있으며, 선수들이 실패하면 바가 내려가고 성공하면 올라가서 한 높이에서 성공하는 점퍼가 한 명만 남을 때까지 진행된다.

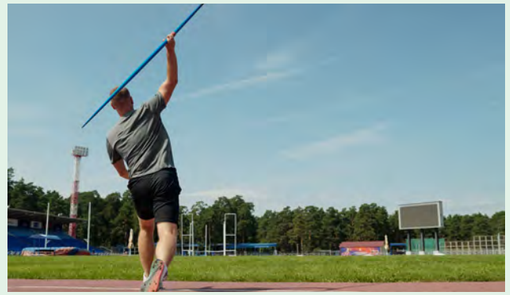
③ 도로 경기

도로 경기에는 마라톤과 하프마라톤 등이 있으며, 마라톤은 42.195km, 하프마라톤은 21.0975km를 달린다. 정해진 도로 코스를 가장 빠르게 완주한 선수가 우승한다. 선수들은 출발점에서 5km마다 마련된 급수대를 이용할 수 있으며, 물이나 음료는 선수가 직접 집어야 한다.
경보는 일반 달리기와 달리 걷는 동작에 대한 규칙이 적용된다. 선수들은 항상 최소 한 발이 지면에 닿아 있어야 하며, 선수의 전진하는 다리는 지면에 닿는 순간부터 수직이 될 때까지 곧게 펴져 있어야 한다. 선수는 경기 내내 육안으로 확인할 수 있을 정도로 한쪽 발이 지면에 닿아 있어야 하며, 앞쪽 다리는 몸의 수직 위치에 도달할 때까지 곧게 펴져 있어야 한다. 경기 결과는 몸통이 결승선을 통과한 순서로 결정된다.

인간의 가장 본능적인 움직임에서 시작한 육상은 시대와 함께 다양한 종목과 규칙을 갖춘 스포츠로 발전해왔다. 선수들은 기록을 단축하고 한계를 뛰어넘기 위해 끊임없이 도전하며 인간의 무궁무진한 가능성을 보여준다. 속도와 높이, 거리라는 명확한 기록 속에는 선수들의 노력과 도전의 시간이 고스란히 담겨 있다.









바다 따라 바람 따라 함께 달리는 즐거움

달려라부산 러닝크루 & 슬로우런 크루

부산의 아름다운 명소에서 시원한 가을바람을 맞으며 달리는 모습을 떠올려보자. 탁 트인 풍경과 청량한 공기를 온몸으로 느끼며 달리다 보면, 몸과 마음까지 건강해지는 러닝의 짜릿함을 만끽할 수 있다. 부산광역시와 부산광역시생활체육문화센터가 함께 운영하는 '달려라부산 러닝크루'와 '달려라부산 슬로우런 크루'는 일상에 특별한 러닝 경험을 선물한다. 부산의 도심과 자연이 어우러진 매력적인 길을 따라 달리며 가을의 활기를 가까이에서 느껴보자.





나만의 속도로 부산의 풍경을 달리다

'달려라부산 러닝크루'와 '달려라부산 슬로우런 크루'는 부산의 도심과 바다를 배경으로 달리는 시민 참여형 러닝 프로그램이다. 시민들의 건강한 여가문화를 조성하고 생활체육을 활성화하기 위해 오는 11월까지 운영된다. 러닝에 처음 도전하는 초보자도 부담 없이 참가할 수 있도록 선수 출신 전문 코치진이 시작에 앞서 기초 러닝 자세와 페이스 조절 방법, 부상 예방법 등을 체계적으로 지도하는 것이 특징이다. 참가자의 숙련도에 따라 그룹을 나누어 운영하기 때문에 초보자부터 프로 러너까지 각자의 페이스에 맞춰 달릴 수 있다는 장점도 있다. 러닝을 마친 후에는 스트레칭을 통해 몸 상태를 점검하고, 피로를 해소하는 시간 또한 마련되어 있어 체계적으로 러닝을 배울 수 있다.

참여를 원한다면 우선 온라인 QR 사전접수부터 해야 한다. 신청이 끝났다면 개인 러닝화와 활동하기 편한 운동복을 준비하고, 우천이나 폭염 등 기상 상황에 따라 일정이 변경될 수 있으니 사전 공지도 꼼꼼히 확인하는 것이 좋다.

수영강의 밤과 다대포의 아침을 품다

'달려라부산 러닝크루'는 두 가지 코스로 나뉜다. APEC 나루공원(수영강)에서 출발하는 코스는 매주 목요일 오후 7시부터 9시까지 진행되는 야간 러닝 코스로, 해운대 센텀시티를 시작으로 수영강을 따라 달리며 수영강변과 센텀시티의 아름다운 야경을 한눈에 감상할 수 있다. 경사가 없는 직진 코스로 구성돼 초보자에게 추천하며, 차량 통제도 이뤄져 더욱 안전하고 쾌적하게 러닝을 즐길 수 있다. 다대포 코스는 매주 토요일 오전 10시부터 12시까지 진행되는 힐링 코스다. 특히 다대포에는 러닝 전후 쾌적한 환경을 위해 개별 탈의실과 물품보관함 등을 갖춘 '러너지원공간'이 마련되어 있어 시민 누구나 무료로 이용할 수 있다. 반환점에 따라 각각 A코스(4km), B코스(6km), C코스(8km)로 구성되어 코스에 따라 달라지는 풍경을 만나는 재미도 쏠쏠하다. 평일 저녁에는 가볍게 달리며 일상의 피로를 털어내고, 주말 아침에는 광활한 백사장과 해안 산책로를 달리며 짧은 여행을 떠난 듯한 기분을 느낄 수 있다.

<참가 신청 방법>

신청대상
부산시민 누구나 신청가능(무료) / 매주 코스별 30~40명

접수방법
온라인 선착순 사전접수(공식 홈페이지 참고)
잔여인원 발생 시 현장접수 가능

문의
051-531-3744(달려라부산 러닝크루)
070-4659-0409(달려라부산 슬로우런 크루)

자료 제공: 부산광역시, 달려라부산 러닝크루

기록보다는 즐거움을, 속도보다는 여유를

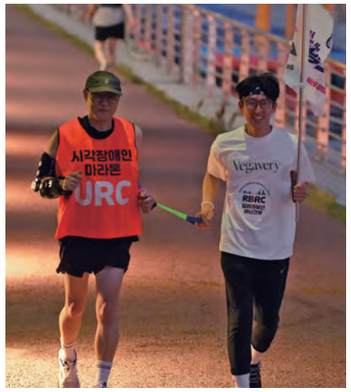
'달려라부산 슬로우런 크루'는 세 가지 코스로 운영된다. 먼저 매주 목요일 오후 7시부터 9시까지는 온천천 인공폭포(동래역)에서 출발하는 코스가 진행된다. 도심 속 하천을 따라 천천히 달리며 쾌적한 러닝 환경을 만끽할 수 있다. 매주 일요일 오전 10시부터 12시까지는 북항친수공원 잔디광장에서 바다를 바라보며 달리는 코스가 진행된다. 마지막으로 매주 금요일 오후 7시부터 9시까지 운영되는 순환코스는 아시아드 주경기장과 사직운동장 일대를 중심으로 달리는 스포츠 특화 코스로, 경기장 특유의 역동적인 분위기를 느끼며 활력을 얻을 수 있다. 세 코스 모두 반환점에 따라 A코스(3km), B코스(4km), C코스(5km)로 나뉘어져 자신의 체력과 속도에 맞춰 부담 없이 참여할 수 있다.

부산의 아름다운 풍경 속 '달려라부산 러닝크루', '달려라부산 슬로우런 크루'와 함께 땀 흘려 달리다 보면 어느새 뿌듯함이 찾아온다. 활동 후에는 달리는 순간을 담은 사진과 영상으로 추억을 기록할 수도 있다. 올가을, 운동화 끈을 단단히 묶고 나만의 속도로 부산을 달리며 새로운 활력을 만나보는 것은 어떨까.











백운포,
스포츠의 메카로 떠오르다

남구체육회



맞춤형 생활체육교실과 어르신 전용 '백세 헬스장' 운영, 남구 대표 체육 축제인 '오륙도사랑 걷기 대회'까지. 남구체육회는 뛰어난 인프라를 갖춘 백운포체육공원을 기반으로 구민 누구나 일상에서 스포츠를 즐기는 건강한 도시를 만들기 위해 구민 맞춤형 '스포츠 복지'를 제공하고 있다.

Q 남구체육회 소개 부탁드립니다.

남구체육회는 1989년에 출범한 이후 1996년도에 남구생활체육회가 정식 발족하면서 엘리트체육과 생활체육을 분리하여 운영해 오다가 2016년도부터 통합 운영되고 있습니다. 이후 '스포츠를 통한 가치 있는 삶'의 구현과 '건강한 스포츠의 중심'이 되자는 모토 아래, 구민의 행복과 건강 증진을 위해 일상에서 생활체육을 가까이에서 즐길 수 있도록 다양한 프로그램을 운영하고 있으며 스포츠 활동을 폭넓게 지원하고 있습니다.
민선체육회장 체제로 전환된 2020년도부터 정춘식 회장이 남구체육회를 이끌고 있으며, 회장을 비롯한 임원 35명, 사무국장과 생활체육지도자 9명이 함께하고 있습니다. 또한 34개 회원종목단체, 250개 클럽, 12,000여 명의 동호인이 활동 중입니다.

Q 남구체육회에서 운영 중인 프로그램에는 어떤 것들이 있나요?

생활체육교실, 여성특화체육교실, 주5일제생활체육실천광장, 유아체육지원사업, 다문화가정생활체육지원 등 구민들의 건강하고 활기찬 일상을 위한 맞춤형 체육 프로그램을 운영하고 있으며, 이 외에도 구민들의 수요에 따라 풋볼 등의 프로그램을 개설·운영하고 있습니다.
또한 어르신생활체육으로 그라운드골프와 게이트볼 종목에 지도자를 배치하는 등 어르신들이 안전하고 즐겁게 운동하실 수 있도록 지원을 아끼지 않고 있습니다. 최근에는 대한메포츠협회와 업무협약(MOU)을 체결하여 어르신 전용 '백세 헬스장' 운영에 나섰으며, 연령대별 전문 운동 프로그램을 제공함으로써 근감소증 예방과 기초체력 관리를 돕는 등 선진 체육 환경을 구축해 나가고 있습니다.











Q 남구체육회의 자랑, '오륙도 사랑 걷기대회'에 대해 설명해 주세요.

대회명에서도 알 수 있듯이 동해와 남해가 만나는 곳에 위치한 명승지 '오륙도'의 빼어난 해안 절경과 아름다운 풍경을 배경으로 펼쳐지는 대회입니다. 매년 5,000여 명이 참가하고 있으며, 이기대 성당, 큰고개쉼터, 가구거리를 지나 백운포체육공원까지 이어진 5.5km의 코스를 함께 걸으며 건강을 증진하는 것은 물론이고 유대감을 쌓는 남구 대표 체육 축제입니다.

과거에는 연중 분기마다 개최하였으나, 대회의 내실을 다지는 데에 집중하고자 봄, 가을 개최로 변경하게 되었습니다. 근래에는 코로나, 재해, 지방선거 등으로 인해 연 1회 실시하였으며, 올해는 10월 18일에 '제44회 오륙도 사랑 걷기대회'를 개최할 예정입니다. 회원뿐만 아니라 구민이 함께하는 화합의 장인 만큼 참가자 모두가 만족할 수 있도록 대회 준비에 만전을 기하고 있습니다.

Q 남구체육회의 대표적인 회원단체를 소개해 주세요.

모든 회원단체가 열심히 활동하고 계시지만, 한 단체만 소개해야 한다면 백운포체육공원 조성 시점부터 함께한 남구축구협회를 말씀드릴 수 있을 것 같습니다.

남구축구협회는 매년 전국 단위 동호인 축구대회에서 우수한 기량으로 우승을 거듭하고 있습니다. 2024년 '제43회 대한축구협회장기 전국축구대회'에 40대 장년부팀이, 2025년 '제44회 대한축구협회장기 전국축구대회'에 20~30대 청년부팀이 각각 부산 대표로 출전하여 우승을 차지하였을 뿐만 아니라 지난 4월에는 '2026 전국생활체육대축전' 축구대회에서 40대 팀이 우승하며 '3년 연속 전국대회 우승'이라는 엄청난 성과를 달성해 명실상부 최상의 팀임을 증명하였습니다.

남구체육회는 남구축구협회뿐만 아니라 모든 종목단체가 좋은 기량을 펼칠 수 있도록 최선을 다해 지원하겠습니다.



Q 남구체육회의 자랑거리는 무엇인가요?

탁 트인 아름다운 바다가 펼쳐지는 수려한 자연환경에서 스포츠를 즐길 수 있다는 점이 가장 특별하다고 생각하며, 이와 더불어 백운포의 체육 인프라를 말씀드리고 싶습니다.

최근 축구장, 테니스장은 인조잔디를 바꾸고 조명탑을 설치하였으며, 그라운드골프장과 풋살장을 정비하는 등 체육 환경을 전반적으로 개선하였습니다. 특히 부산 지역에 많지 않은 야구장의 경우 전광판, 펜스, 덕아웃 등을 규정에 맞춰 정비함으로써 종목 활성화에 기여하고 있습니다. 이 외에도 실내 빙상장과 골프장, 배드민턴, 탁구 등 생활체육 종목 시설 대부분을 갖추고 있어 백운포는 명실상부한 스포츠의 메카라고 할 수 있습니다.

Q 구민분들과 회원단체에 전하고 싶은 메시지 한마디 부탁드립니다.

남구체육회는 여러분과 함께 호흡하며 언제나 가까이에 있겠습니다. 구민의 건강과 행복한 삶을 위해 일상에서 쉽게 접할 수 있는 생활체육 프로그램 전파와 원활한 체육 활동을 위한 시설 개선에 힘쓰겠습니다. 부족한 부분이 있다면 언제든 말씀해 주십시오. 차근차근 개선해 나가겠습니다.

여러분의 성원이 정말 큰 힘이 됩니다. 앞으로도 많은 관심과 참여를 부탁드리며, 남구체육회가 걸어가는 길에 계속 함께해 주시면 좋겠습니다.

MINI INTERVIEW



안녕하십니까.

남구체육회 회장 정춘식입니다.

저는 남구체육회 회장에 취임하기 전, 남구테니스협회에서 협회장을 맡아 동호인들과 함께 체육 활동을 했습니다. 그때부터 생활체육이 우리 생활의 일부분으로 자리 잡을 수 있도록 늘 관심을 가졌고, 동호인 휴게공간 및 코트 조명 등 시설을 개선하여 동호인들의 편의를 위해 최선을 다했습니다.

남구체육회 회장을 맡은 후에는 시설 개선뿐만 아니라 각 종목단체의 발전을 위해 체육회장배 대회를 별도로 개최하여 종목단체 소속 동호인들의 자긍심을 고취하고자 했습니다. 이를 통해 구민들이 열정적으로 생활체육에 참여할 수 있는 환경을 만들고자 노력해 왔습니다.

그 결실로 지난해 '제36회 부산시민체육대축전'에서 우리 남구가 36년 만에 '종합우승'을 차지했을 때 말로 다 표현할 수 없을 만큼 기뻤습니다. 이러한 성과는 결코 몇몇 사람의 노력만으로 이룰 수 있는 것이 아닙니다. 각 회원종목단체 회장님들과 선수분들 모두가 힘을 모아 노력했기에 가능했습니다. 아낌없는 격려와 지원을 보내주신 기관장님들, 체육을 사랑하는 체육회 임원 및 직원 여러분의 노고에 이 자리를 빌려 깊이 감사드립니다.

저는 테니스를 40년 가까이 즐기고 있습니다. 오랜 세월 체육 활동을 통해 건강한 신체와 정신력을 길렀음을 시간이 지날수록 체감하고 있습니다. 남구체육회는 누구나 일상에서 쉽게 체육을 접하고, 건강한 삶 속에서 행복한 인생을 만들어 갈 수 있도록 최선을 다하겠습니다.

보이지 않는 곳에서도 구민의 '스포츠 복지'를 위해 땀 흘리고 있는 임직원 여러분께 다시 한번 감사를 전하며, 저 역시 함께 열심히 달려가겠습니다. 구민 여러분의 관심과 성원을 부탁드립니다.

BSC NEWS

2026년 부산광역시체육회와 함께하는 청소년 체육교실 개최

지역 아동 대상 물놀이 체험 기회 제공
안전한 스포츠 환경 조성과 사회공헌 활동 확대

부산광역시체육회는 지난 8월 11일 김해 롯데워터파크에서 '2026년 부산광역시체육회와 함께하는 청소년 체육교실'을 개최하여 지역아동센터 소속 아동들에게 스포츠·레저 활동 참여 기회를 제공했다.

이날 행사에는 영도구·부산진구·연제구 지역아동센터 협의회 소속 아동 119명과 기관별 인솔자 16명 등 총 135명이 물놀이 체험에 참여했다. 참가자들은 행사 전후로 안전수칙을 준수하고 인솔자의 밀착 지도를 받으며 단 한 건의 사고 없이 안전하게 일정을 마무리했다.

특히 부산광역시체육회는 본 행사에 앞선 8월 7일 체육교실 인솔자 16명을 대상으로 사전 안전관리 교육을 실시했다. 교육은 △사전 위험요인 점검 체크리스트 활용 △사고 예방 및 대응 절차(SOP) △응급처치·심폐소생술(CPR)·자동심장충격기(AED) 사용법 △여름철 열탈진·탈수 대처법 △아동보호 및 신고 의무 사항 등으로 구성됐으며, 실제 사례를 활용한 시나리오 훈련을 통해 현장 대응력을 높였다.

이번 청소년 체육교실은 아동들에게 건강한 여가활동과 스포츠·레저 체험 기회를 제공하는 동시에 인솔자들의 아동 안전관리 역량을 강화하는 계기가 됐다. 또한 지역 돌봄 기관과의 민관협력 체계를 강화해 취약계층 아동의 안전한 스포츠 참여 기회를 확대하며 사회공헌 활동의 의미를 더했다.

부산광역시체육회는 앞으로도 참여 아동과 인솔자의 안전을 최우선으로 고려한 체육교실을 운영하고, 지역 돌봄 기관과의 지속적인 협력을 통해 취약계층 아동들이 안전하고 다양한 스포츠·레저 활동을 경험할 수 있도록 지원해 나갈 방침이다.

부산광역시체육회 장인화 회장은 "아동들의 즐거움과 안전은 함께 지켜져야 한다"며 "앞으로도 사회공헌 차원의 다양한 교육과 체험 프로그램을 확대해 지역사회에 안전하고 포용적인 스포츠 환경을 조성하는 데 최선을 다하겠다"고 밝혔다.



BSC NEWS

부산광역시체육회 임직원 대상 교육 실시

청렴·부패방지·이해충돌방지·행동강령·갑질예방·공공재정환수법 등 교육
투명하고 청렴한 조직문화 조성 및 임직원 청렴의식 제고

부산광역시체육회는 지난 7월 13일 임직원을 대상으로 청렴·부패방지, 이해충돌방지, 행동강령, 갑질예방, 공공재정환수법 교육을 실시했다.

이번 교육은 '영상과 사례로 이해하는 슬기로운 청렴생활'을 주제로 진행됐으며, 청렴 관련 법령에 대한 이해와 함께 개인과 조직, 국가의 경쟁력을 높일 수 있는 방안 등을 중심으로 이루어졌다. 또한 직장 내 괴롭힘(갑질) 사례와 예방 방안, 공공재정 운용의 건전성과 투명성 제고 등 실제 업무와 밀접한 내용도 함께 다뤘다.

특히 청탁금지법, 이해충돌방지법, 행동강령 등 주요 청렴 관련 법령의 내용을 살펴보고, 다양한 사례를 통해 임직원들이 법과 제도의 취지를 이해할 수 있도록 교육을 진행했다. 이를 통해 청렴과 공정의 가치를 조직 내에서 실천하고, 투명한 업무 환경을 조성하기 위한 임직원들의 역할과 책임을 되새기는 시간을 가졌다.

강의는 국가청렴권익교육원 이지문 청렴교육 강사가 진행한 가운데 이뤄졌으며, 부산광역시체육회 임직원이 투명하고 청렴한 환경을 조성해나갈 수 있도록 함께 각오를 다졌다.

부산광역시체육회 장인화 회장은 "단순히 법적 의무를 이행하기 위한 절차가 아니라, 우리 조직이 지켜야 할 윤리와 책임, 그리고 건강한 조직문화를 만들어 가기 위한 중요한 시간"이라며 "우리가 더욱 신뢰받고, 윤리와 청렴을 최우선으로 하는 모범적인 조직으로 성장할 수 있도록 직원 여러분 모두의 적극적인 관심과 참여를 부탁드린다"고 전했다.





중구체육회

2026 어린이 체능교실 하계캠프 개최

지난 8월 22일(토) 국립해양박물관 및 김해 롯데워터파크에서 '2026 어린이 체능교실 하계캠프'가 개최됐다. 참가자들은 먼저 국립해양박물관을 방문하여 다양한 해양 관련 전시와 4D영상을 감상한 후, 김해 롯데워터파크를 방문하여 다양한 물놀이 시설을 체험하며 시원한 여름을 만끽했다.



서구체육회

2026년 청소년체련교실 운영

서구체육회는 지난 8월 3일(월)부터 31일(월)까지 관내 초등학생을 대상으로 '2026년 청소년체련교실'을 운영했다. 해당 프로그램은 방학 기간 청소년들의 건강한 성장을 지원하고 생활체육 참여 기회를 확대하기 위해 무료로 진행됐으며, 인라인, 농구, 학교체육(성장체육) 등 3개 종목이 운영됐다. 학생들은 전문 강사의 지도 아래 체육활동을 배우고 새로운 종목에 도전하며 체육활동에 대한 흥미를 높였다.



동래구체육회

2026 어린이 체능교실 운영

동래구체육회는 지난 8월 6일(목) 광안리해양레포츠센터에서 '2026 어린이 체능교실'을 운영했다. 이번 프로그램은 여름방학을 맞은 어린이들에게 바나나보트, 래프팅보트, 워터플레이그라운드 등 다양한 해양레포츠 체험 기회를 제공하기 위해 마련됐다. 참가 어린이들은 다양한 활동을 통해 또래 친구들과 어울리며 협동심과 도전정신을 기르는 시간을 가졌다.



남구체육회

2026 생활체육교실 운영

남구체육회는 지난 3월부터 '2026 생활체육교실'을 운영하고 있다. 운영 종목은 라인댄스, 요가, 국학기공, 생활체조, 택견 총 5개 종목이며, 부산환경공단 남부사업소, 장자산 체육공원, 지곡체육공원, UN평화공원, 부산문화회관 5개소에서 진행 중이다. 생활체육교실은 오는 10월까지 운영되며, 남구민이라면 누구나 무료로 참여할 수 있다.

구군체육회 소식



영도구체육회

생애주기별 지역밀착 생활체육 프로그램 운영

영도구체육회는 구민 건강증진과 생활체육 참여 확대를 위해 지난 8월부터 '2026~2027년 생애주기별 지역밀착 생활체육 프로그램'을 운영하고 있다. 초·중·고등학생부터 성인, 60세 이상 어르신까지 다양한 연령층을 대상으로 클라이밍, 레이저사격, 파크골프 등 맞춤형 생활체육 프로그램을 제공하며, 지역 내 체육시설과 유휴공간을 활용해 주민들의 참여 접근성을 높이고 있다. 이번 사업은 2027년 11월까지 총 3기에 걸쳐 운영될 예정이다.



부산진구체육회

제17회 부산진구청장배 탁구대회 개최

부산진구체육회는 지난 8월 29일(토) 초연근린공원체육관에서 '제17회 부산진구청장배 탁구대회'를 개최했다. 이번 대회에는 부산진구 탁구 동호인들이 참가해 단체전과 남·여 개인전에서 그동안 갈고닦은 기량을 선보이며 열띤 경쟁을 펼쳤다. 참가자들은 서로를 격려하고 응원하며 선의의 경쟁을 펼치는 한편 생활체육의 즐거움을 나누며 뜻깊은 시간을 보냈다.



북구체육회

제81주년 광복기념 북구축구대회 개최

지난 8월 30일(일) '제81주년 광복기념 북구축구대회'가 개최됐다. 이번 대회에는 북구 축구 동호인들이 참가해 광복의 의미를 되새기는 한편, 그동안 갈고닦은 기량을 선보이며 선의의 경쟁을 펼쳤다. 경기 결과 B1리그는 만덕이 우승, 구포2가 준우승을 차지했으며 최우수선수에는 오태관 씨(만덕)가 선정됐다. B2리그는 화명이 우승, 덕천이 준우승을 차지했으며 최우수선수에는 이재민 씨(화명)가 선정됐다.



해운대구체육회

해운대구체육회 임원 및 종목단체장 간담회 개최

지난 8월 22일(토) 주진우 국회의원 지역사무소에서 해운대구체육회 임원 및 종목단체장 간담회가 개최됐다. 이날 간담회에는 해운대구갑 주진우 국회의원을 비롯한 해운대구체육회 임원들과 정회원종목단체장들이 참석했다. 이번 간담회에서는 구민 건강증진과 생활체육 활성화를 위한 종목단체 발전 방향 등 다양한 의견을 공유했으며, 구민들이 생활체육을 더욱 쉽게 접할 수 있는 환경을 조성하기 위해 함께 노력할 것을 다짐했다.



사하구체육회

2026년 어린이 체능교실 및 가족 여름해양캠프 진행

지난 8월 7일(금)과 8일(토) 다대포해양레포츠센터에서 '2026년 어린이 체능교실' 및 '2026년 주5일제 생활체육 실천광장 가족 여름해양캠프'를 진행했다. 사하구 거주 초등학생 3~6학년 30명과 3인 이상 가족 35명이 참여해 패들보드, 서핑, 동력 놀이기구 등 다양한 해양레저 스포츠를 체험했다. 참가자들은 친구, 가족과 함께 색다른 생활체육 활동을 즐기며 협동심과 도전 정신을 기르는 한편 소통의 시간을 통해 뜻깊은 여름 추억을 만들었다.



금정구체육회

2026년 하반기 생활체육교실 개강

금정구체육회는 지역주민의 건강증진과 생활체육 참여 활성화를 위해 '2026년 하반기 생활체육교실'을 개강했다. 이번 프로그램은 탁구, 단전호흡, 건강태권도, 골프, 파크골프 5개 종목으로 구성됐으며, 지난 8월 20일(목) 접수 당일 조기 마감돼 높은 관심을 증명했다. 각 종목은 9월 1일(화)부터 전문생활체육지도자의 체계적인 지도 아래 운영 중이며, 생활체육 활성화에 기여할 것으로 기대된다.



연제구체육회

생활체육지도자 활동지원사업 성과평가 전국 1위 달성

연제구체육회가 '2025년도 생활체육지도자 활동지원사업 성과평가'에서 전국 229개 시군구체육회 가운데 도시형 부문 1위를 차지했다. 이번 평가는 전국 시군구체육회를 도시형, 도농복합형, 농어촌형으로 나눠 사업 운영 성과 등을 평가한 것으로, 연제구체육회는 생활체육지도자들의 전문적인 현장 활동과 수요에 맞는 프로그램 운영 등에서 높은 평가를 받았다. 특히 지도자와 사무국 간의 원만한 협력이 사업 효율과 현장 만족도를 높였다는 평이다.



수영구체육회

2026 수영구 어린이·청소년 해양스포츠체험 교실 진행

'2026 수영구 어린이·청소년 해양스포츠체험 교실'이 지난 8월 7일(금) 광안리해수욕장(크레이지서퍼스)에서 성공적으로 진행됐다. 참가한 어린이·청소년들은 SUP, 바나나보트, 서핑 등을 직접 경험하며 해양스포츠의 매력을 느끼는 한편, 또래 친구들과 협동하여 친목을 다지며 즐거운 시간을 보냈다.

구군체육회 소식



강서구체육회

2026년 주5일제 생활체육 실천광장 개최

지난 8월 14일(금) 진주스포츠가치센터에서 '주5일제 생활체육 실천광장' 행사가 개최됐다. 이번 행사에는 강서구 관내 15가족 40여 명이 참여해 인공암벽 등반, 스마트스포츠, 트램펄린·에어바운스, 피클볼 등 다양한 체육 프로그램을 함께 체험했다. 참가 가족들은 스포츠 활동을 통해 스트레스를 해소하는 한편 활력을 충전하며 즐거운 시간을 보냈다. 행사는 참가자들의 협조 속에 안전사고 없이 성황리에 마무리됐다.



연제구체육회

2026년 제2회 연제구체육회장배 피클볼대회 개최

지난 8월 9일(일) 금정구민체육관에서 '2026년 제2회 연제구체육회장배 피클볼대회'가 개최됐다. 이번 대회에는 연제구 피클볼 동호인 120여 명이 참가해 열띤 경기를 펼쳤으며, 개회식에는 연산초등학교 치어리딩부 '연산비타'의 축하 공연이 펼쳐져 대회 분위기를 더했다. 앞으로도 연제구체육회는 종목별 대회 확대와 생활체육 인프라 지원을 통해 생활체육 활성화에 앞장설 계획이다.



사상구체육회

2026 여성특화생활체육교실 운영

사상구체육회는 여성의 생활체육 참여 기회를 확대하고 삶의 질 향상을 위해 9월까지 덕상초등학교에서 '2026 여성특화생활체육교실'을 운영한다. 지난 5월부터 매주 화요일과 목요일에 실시 중인 이번 프로그램은 배구 종목을 대상으로 총 33회에 걸쳐 진행 중이며, 참가자들은 배구 기본 동작과 기초교육을 바탕으로 다양한 활동에 참여하며 체력과 운동능력을 높이고 있다. 참가자들은 배구를 통해 서로 소통하고 협력하며 건강한 어울림의 장을 만들어가고 있다.



기장군체육회

2026 기장군체육회 어린이·청소년 여름캠프 개최

기장군체육회는 지난 8월 12일(수) 경주 캘리포니아비치에서 '2026 기장군체육회 어린이·청소년 여름캠프'를 개최했다. 이번 캠프에는 관내 초등학생 4~6학년 40명과 중·고등학생 60명 등 총 100여 명이 참가해 다양한 수상 체험 활동을 경험했다. 참가자들은 수상 체험을 통해 체력을 증진하고 또래 친구들과 함께 어울리며 공동체 의식을 함양하는 시간을 보냈다.

01 부산국민체육센터



2026 여름방학 프로그램 성료

부산국민체육센터가 관내 초·중·고등학생을 대상으로 운영한 '2026 여름방학 프로그램'이 60여 명의 학생들이 참여한 가운데 마무리됐다. 이번 프로그램은 배드민턴, 농구, 음악줄넘기 등 3개 종목으로 구성됐으며, 참가 학생들은 무더운 날씨에도 센터를 찾아 건강하고 활기찬 시간을 보냈다. 부산국민체육센터는 앞으로도 방학뿐만 아니라 학기 중에도 학생들이 체력과 심신을 단련할 수 있는 다양한 프로그램을 운영할 계획이다.

02 북구국민체육센터



하반기 초등학교 생존수영교육 실시

북구국민체육센터는 9월부터 관내 초등학교 학생들을 대상으로 상반기에 이어 하반기 생존수영교육을 진행 중이다. 교육은 센터 수영장에서 진행되며 학교별 일정에 맞춰 센터 휴관일을 활용해 수영장 이용시간을 별도로 확보하는 방식으로 운영된다. 센터는 교육 전 안전요원 배치와 응급 상황 대응 체계 등을 점검하는 한편, 학생들이 물에 대한 두려움을 줄이고 위급 상황에 대처할 수 있는 능력을 기를 수 있도록 지원할 계획이다.

03 강서구국민체육센터



생활스포츠지도사 실습 진행

강서구국민체육센터에서 생활스포츠지도사 자격 취득을 위한 마지막 실습 과정을 진행했다. 이번 실습에는 자격 취득을 앞둔 예비 생활스포츠지도사들이 참여해 체육센터 프로그램 운영과 회원 지도 등 실제 현장에서 필요한 다양한 업무를 경험했다. 참가자들은 특히 현장 지도 경험을 통해 이론으로 배운 내용을 직접 적용하며 실무 역량을 높였다. 강서구국민체육센터는 앞으로도 생활체육 활성화와 건강한 체육문화 확산에 기여할 체육 인재들을 지원할 예정이다.

04 부산종합실내테니스장



제3회 부산 세미오픈테니스대회 개최

지난 8월 15일(토) '제3회 부산 세미오픈테니스대회'가 개최됐다. 부산진구테니스협회와 테니스 동호인들이 함께 마련한 이번 대회는 적은 참가팀과 참가비로 운영됨에도, 테니스 동호인들의 후원으로 매년 개최되고 있어 더욱 뜻깊다. 또한 매년 부산대학교 테니스부에 발전기금을 후원하며, 대회 참가자들이 테니스를 즐기는 동시에 기부에 동참할 수 있는 기회를 마련하고 있다.

05 부산실내빙상장



여름방학 체험 강습반 운영

부산실내빙상장은 지난 7월 29일(수)부터 8월 21일(금)까지 유아 및 초등학생을 대상으로 '여름방학 체험 강습반'을 운영했다. 이번 강습은 쇼트와 피겨 등 9개 반으로 4주간 진행됐으며, 총 80여 명의 어린이들이 참여해 빙상 기초 동작을 익혔다. 참가 어린이들은 빙판 위에서 균형을 잡는 데 어려움을 겪었지만, 꾸준한 강습을 통해 기본동작을 배우고 자신감을 키우는 시간을 가졌다. 부산실내빙상장은 앞으로도 다양한 프로그램을 마련해 생활체육 활성화와 빙상 종목 저변 확대에 힘쓸 예정이다.

06 신평장림체육관



시설 보수 및 환경개선 공사 실시

신평장림체육관은 휴관 기간 시설물의 안전성을 높이고 쾌적한 이용환경을 조성하기 위해 시설 전반에 대한 보수 및 환경개선 공사를 실시했다. 수영장 환풍기 설치와 체육관 외벽 유리 교체, 수영장 바닥 타일 및 메지 보수, 가림막 설치 등을 진행했으며, 전기·통신 선로와 방수, 급수·보일러 관련 설비도 함께 정비했다. 신평장림체육관은 앞으로도 지속적인 시설 점검과 개선을 통해 안전하고 쾌적한 체육환경을 조성해 나갈 계획이다.

07 북항마리나스포츠센터



수영장 및 다이빙풀 운영 재개

시설 정비를 마친 북항마리나스포츠센터가 지난 8월 24일(월)부터 수영장 운영을 재개했다. 8월 28일(금)부터는 다이빙풀 운영도 재개해 다이빙 이용객들이 보다 안전하고 전문적인 수중 체험을 즐길 수 있도록 지원하고 있다. 센터는 이번 시설 정비를 계기로 앞으로 이용객들에게 쾌적하고 안전한 시설 환경을 제공하는 한편, 다양한 해양레저 체험 기회를 확대하여 제공할 계획이다.

01 동의과학대스포츠클럽



동의과학대스포츠클럽 유소년 영재발굴 프로젝트 추진

동의과학대스포츠클럽은 대한체육회가 주관하는 '2026년 단체구기종목 리더스포츠클럽 육성 지원사업'에 선정됨에 따라 영재발굴 프로젝트를 본격적으로 추진하고 있다.

이번 프로젝트의 일환으로 축구, 농구, 야구, 아이스하키 4개 종목에 대한 트라이아웃이 실시됐다. 이번 트라이아웃은 지역 유소년 선수들의 기량과 성장 가능성을 확인하고 우수선수를 조기에 발굴해 전문 선수로 연계하기 위한 목적으로 이뤄졌다.

특히 동의과학대스포츠클럽은 이번 트라이아웃을 계기로 야구 전문 선수반을 새롭게 구성하고 본격적인 선수 육성에 나설 예정이다. 야구 전문 선수반은 선수들의 기본기와 체력 향상을 바탕으로 타격, 수비, 송구 등 단계별 전문 훈련과 실전 경험을 제공하며 선수들의 체계적인 성장을 지원할 계획이다.

동의과학대스포츠클럽은 이번 사업을 통해 유망선수 발굴부터 전문 선수 육성까지 이어지는 선순환 체계를 구축하고, 지역의 우수한 유소년 선수들이 지속적으로 성장할 수 있는 환경을 확대해 나갈 예정이다.

02 부산광역시배드민턴협회



부산 배드민턴 발전을 위한 업무협약 체결

부산광역시배드민턴협회는 지난 8월 28일(금) 본회 사무국에서 다짐아이엔씨(맞춤 인솔 '베리핏')와 부산 배드민턴 발전을 위한 업무협약을 체결했다. 이번 협약에 따라 다짐아이엔씨는 부산 배드민턴 발전을 위한 후원금 1,000만 원을 지원하고, 전국체전 등 부산 대표 선수들에게 '베리핏' 맞춤 인솔을 제공하며 대회 개최 시 경품도 지원할 예정이다. 또한 배드민턴 동호인을 대상으로 특판을 진행하고, 판매 금액의 20%를 협회 발전기금으로 기부하는 등 다양한 지원을 이어갈 계획이다.

'베리핏'은 다짐아이엔씨가 15년간의 개발과 8년간의 임상 경험을 바탕으로 개발한 맞춤 인솔로, 족저압 분산 기술과 즉석 성형 방식을 통해 운동 중 발과 무릎의 부담을 줄이고 부상 예방과 경기력 향상을 돕는다. 양사는 이번 협약을 계기로 부산 대표 선수단 후원은 물론 배드민턴 동호인을 위한 다양한 사업을 확대해 나갈 예정이다.

부산체육 퀴즈

『부산체육』을 읽고 이벤트에 응모해 보세요.
이번 호에 실린 기사에서 퀴즈의 정답을 모두 찾으신 분들 중
추첨을 통해 편의점 기프티콘을 선물로 드립니다.
많은 관심 부탁드립니다.

부산체육을 더욱 재미있게 즐기는 방법!

1 지난 8월 충북 보은에서 열린 제55회 추계 전국중·고등학교 육상경기대회에 출전한 부산대신중학교 정민서 선수는 남자 중등부 110m 허들에서 몇 초를 기록하며 중등부 신기록을 세웠을까요?

① 13초07 ② 14초07 ③ 15초07

2 부산남구청 볼링팀은 올해 초 국가대표 선수 선발 결승전에서 국가대표 선수와 상비군을 각각 몇 명씩 배출했을까요?

① 국가대표 1명·상비군 2명 ② 국가대표 2명·상비군 1명 ③ 국가대표 3명·상비군 1명

3 2026 아이치·나고야 아시안게임에는 아시아 몇 개국이 참여해 총 43개 종목에서 금빛 승부를 펼칠 예정일까요?

① 41개국 ② 46개국 ③ 50개국

『부산체육』 제93호 〈부산체육 퀴즈〉 정답 및 당첨자

정답

1. ① IQFoil 2. ② 9개 3. ① 철인3종

당첨자

이○정(6685) 하○영(8962) 유○은(5175) 권○찬(5175) 진○정(0759)
유○경(4099) 배○태(1501) 김○희(2181) 이○정(6685) 공○재(1328)

퀴즈가 조금 어려우신가요?
힌트와 해당 기사를 참고하여 풀어보세요!



1 힌트 부산대신중학교 정민서 선수는 지난 8월 충북 보은에서 열린 제55회 추계 전국중·고등학교 육상경기대회에서 남자 중등부 110m 허들 ○○초○○을 기록하며 중등부 신기록을 세웠다.

<**푸른 바다, 큰 꿈**> 12~15쪽

2 힌트 부산남구청 볼링팀은 올해 초 국가대표 선수 선발 결승전에서 국가대표 ○명, 상비군 ○명을 배출하는 성과를 거뒀다. 이어 지난 5월, 제28회 한국실업볼링연맹회장기 전국 실업볼링대회에서도 종합 3위를 기록했다.

<**금빛 훈련일지**> 8~11쪽

3 힌트 2026 아이치·나고야 아시안게임은 오는 9월 19일 일본 아이치현과 나고야시 일원에서 개최되며, 아시아 ○○개국이 참여해 총 43개 종목에서 경기를 펼칠 예정이다.

<**Sports is Busan**> 16~19쪽

이벤트 응모

퀴즈의 정답을 모두 맞힌 분 중 10명을 추첨하여 편의점 기프티콘을 보내드립니다.

응모 기간
2026.9.15.(화) ~ 9.30.(수)

응모 방법
네이버 폼 양식 작성 후 제출

정답 및 당첨자 발표
『부산체육』 제95호 <부산체육 퀴즈> 게재 및 개별 연락

네이버 폼 바로 가기

www.busanaircruise.co.kr

부산광역시체육회 공식파트너



송도해상케이블카
부산에어크루즈

볼수록 새로운 바다! 갈수록 색다른 재미! 탈수록 즐거운 송도해상케이블카
하늘과 바다를 가로지르는 감동, 생생한 테마와 즐거움을 경험하세요!


스카이하버 전망대


다이노 어드벤처


어린왕자


어린왕자 비행기


소원의 용


모멘트 캡슐

문의전화 051)247-9900

BUSAN AIR CRUISE 송도해상케이블카

DaewonPlus Group 대원플러스그룹

www.eunsan.co.kr

銀山
World Best Global Leader Eunsan

부산광역시체육회 공식파트너

된다! 된다! 잘 된다! 더 잘 된다!


회장 양재생



글로벌 종합물류, 은산해운항공

OCEAN CARGO 해상화물 / AIR CARGO 항공화물 / WAREHOUSE 창고보관업 / HOUSEHOLD GOODS 이주화물 / INLAND TRANSPORTATION 내륙운송
EXPORT PACKING 수출 포장업 / LCL CONSOLIDATION LCL 화물 / PROJECT CARGO, HEAVY/BULK CARGO 프로젝트, 중량 / 벌크화물

전 화 : 051-441-9966 / 02-772-9966　　팩 스 : 051-441-9969 / 02-773-9969　　E-mail : info@eunsan.co.kr


양산터미널


신항만녹산터미널


신항만화전터미널

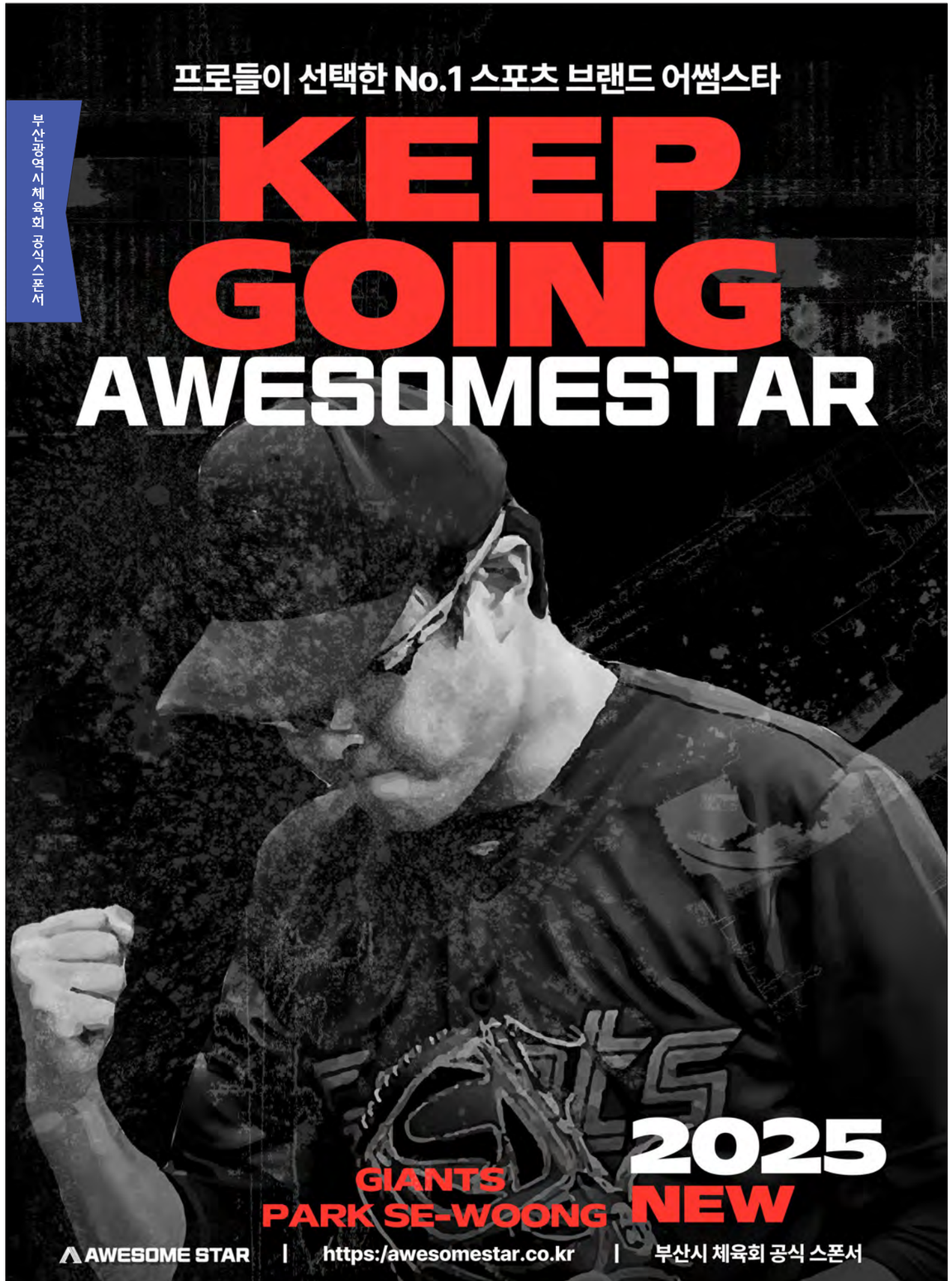

신항만웅동터미널


경인터미널


인천국제공항터미널


은산수출포장


은산로직스



C.W
CHUNWOOTECH CO.,LTD.

㈜천우테크



대표이사 김상진

최고기술을 보유한 친환경 금속표면처리기업 ㈜천우테크

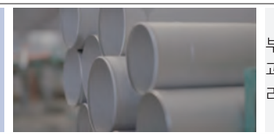
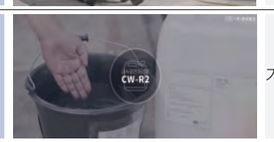
2001년 케미컬 전문제조회사로 설립되어, 현재 3개의 공장(대불공장, 녹산공장, 천우플랜트)가 있으며 PLAZMA-CUTTING용 ZINC POWDER를 국산화시켜 보급, CW-R2를 개발하여 국내/국제 특허등록 후 PASSIVATION작업의 표준화 및 안전한 작업환경을 제공 및 기술력을 인정, 알루미늄 산세약제CW-AL을 개발하여 안전/품질 우선의 정책으로 일익을 담당하고있습니다.
"SMALL BUT STRONG"한 기업, 고객의 Needs를 만족시키는 필요한 기업, 혁신하는 기업이 되고자 향후 조선산업의 변화에도 적극 대응하여 나갈 것입니다.

전화	051-744-1900	팩스	051-744-1996
E-mail	cwsjkim@naver.com	홈페이지	chunwootech.com
사업자등록번호	617-81-34836	사업개시년도	2001년
본사	부산시 해운대구 센텀동로99 벽산e-센텀클래스원 614,615호 ㈜천우테크		
공장	전라남도 영암군 삼호읍 나불로2길 12 외 1,2,3 공장		



사업분야 금속표면처리 외 약품개발/설치/크리닝/테스트

주요제품

금속표면처리		플라즈마 컷팅용 마킹파우더, 금속표면 처리제 CW-R2, 알루미늄 산세약제 등 개발약품을 금속표면처리부분에 적용하여 대기환경 오염물질인 NOx가스 발생없는 친환경적인 산세기술, 특허기술을 통해 표면을 부동태화 하는 기술
보온, 도장		부식을 방지하는 인산염피막 외 케미컬/오일플러싱으로 녹과 불순물 제거하는 기술, 피깅/워터젯, 도장 등 금속표면처리기술 및 배관 설치, 보온기술 적용
파이프라인&로봇검사		멤브레인크리닝, 전장크리닝 파트 및 업무에 투입되는 로봇을 개발하여 배관 내부 전반적인 카메라테스트를 진행함. 이외에도 에어/하이드로 테스트, commissioning&Engineering도 담당.
기업부설연구소		기업부설연구소를 통해 다양한 연구개발 및 특허 보유.

회사연혁

- 2001. 회사설립
- 2006. 대불공장 완공
- 2007. ISO 14001:2015
- 2011. ISO9001:2015
- 2018. 기업부설연구소 설립
- 2019. 중소기업기술혁신대전 대통령상
- 2020. 고용노동부장관표창장
- 2022. 부산강소기업 선정
- 2022. ISO45001:2018

인증 및 수상



① 대통령상
② 중소벤처기업부장관상
③ 고용노동부장관표창장
④ ISO 9001:2015
⑤ ISO 14001:2015
⑥ ISO 45001:2018
⑦ 스타기업선정(강소기업)

올바른 장례문화의 시작

(주)시민장례식장

(주)시민장례식장은 장례문화의 부조리한 관행 및 관습을 타파하고
'정직한 경영, 투명한 운영, 친절한 서비스'를 목표로 한 운영을 통하여
올바른 장례문화를 선도해가고 있습니다.







꽃장식


분향소


접객실


내실


상주휴게실


상담실


주차장


하늘정원

☑ 계열사 장례식장

(주)시민장례식장 Simin Funeral Hall 051)636-4444
부산백병원 장례식장 BUSAN PAIK HOSPITAL FUNERAL HALL 051)896-4444
해운대백병원 장례식장 HAEUNDAE PAIK HOSPITAL FUNERAL HALL 051)893-4444

☑ 장례전문인력

전문 장례지도사
전문 이송단
인력 도우미
장례관련 일체(개장등)

소중한 분이셨다면 특별한 곳에 모셔야 합니다.

* 24시간 무료상담 및 부산관내 무료이송*

(주)시민장례식장 SIMIN FUNERAL HALL | 24시간 무료상담 | 051-636-4444
부산광역시 부산진구 자유평화로 31 (주)시민장례식장

국민건강보험공단 건강검진안내

"올해는 짝수년도 출생자 검진해입니다"

일반 건강검진
본인부담 없음

20세 이상 짝수년도 출생자
(세대주와 가족 / 2년마다 실시)

· 직장가입자의 경우 대상자 확인 후 검진
· 신규검진대상 | 20세 이상 피부양자 및 세대원
· 이상지질혈증(고지혈증) | 4년에 한 번 실시 (남 24세, 여 40세)

암검진
본인부담 없음 or 10% 본인부담

짝수년도 출생자 中 아래 대상자

· 위 암 (40세 이상 · 2년주기)
· 유방암 (40세이상 · 2년주기)
· 간 암 (40세 이상 · 간암고위험군 · 6개월주기)
· 대장암 (50세이상 · 1년주기)
· 자궁경부암 (20세 이상 · 2년주기)

※ 이미 공단 검진을 받으신 분은 해당 없음

SIM 속바른내과의원의 건강검진센터

✓ 5대암 검진 지정 의료기관

내과 전문의 6인 · 영상의학과 전문의 1인 · 부인과 전문의 1인(여의사)

" 국가검진 · 위 · 대장 내시경 · 정밀 초음파 · CT · MRI "

T. 246-0100 (내선번호 2번) 자갈치역 2번출구 앞


검진센터


외래


CT


MRI

대한의사협회 의료광고심의필 제 260206-중-207407호

금융을 편리하게
미래를 풍요롭게

꿈을 향한 무한 질주
BNK가 응원합니다

한계를 뛰어넘는 무한질주!
그 끝에 전율과 감동으로 하나되는 우리!

모두 함께 만들어가는
대한민국 스포츠,
BNK부산은행이 함께 합니다



| BNK부산은행 육상실업팀 최기만 선수 |

세상을 가슴 뛰게 하는 금융 BNK 부산은행

행복온도°

세상을 따뜻하게, 사람을 행복하게
부산도시가스는 '함께'의 세상을 실현합니다.
사람으로 향하는 따뜻한 길
부산도시가스가 행복온도(溫道)를 만들어갑니다.

부산도시가스 | SK 이노베이션 E&S

사회적 약자를 위한 노력
· 행복도시락 (2007~)
· 사랑의 김치나눔한마당 (2011~)
· 비대면 인프라 구축을 통한 고독사 예방 (2020~)
· 사회적 약자보호 업무협약 (2022~)

보편적 에너지복지를 위한 노력
· 에너지소외계층 안전점검 및 CO경보기 지원 (2007~)
· 복지시설 노후 가스기기교체지원 (2015~)

탄소중립을 위한 노력
· 착한에너지학교 (2011~)
· 행복한 에너지 동행 (2023~)