

Handball

KOREA

핸드볼코리아

2023년 3·4월 제63호



SPECIAL

“오늘도 우리는 코리안 드림 꿈꾼다!”
외국 선수들이 말하는 한국 핸드볼

KOREA LEAGUE

디펜딩 챔피언 저력이 살아났다!

INTERVIEW

‘세일스쿨 1기생’
김지현의 꿈

BEACH HANDBALL

대한민국 비치핸드볼 국가대표의
성장 드라마

AMATEUR

여름보다 뜨거웠던 고성의 봄!

WORLD

정지인의 일본 실업리그 적응기



HANDBALL 100°C

슬기로운 문경 생활
상무에서 핸드볼 하는 이야기

 **HANDBALL
KOREA**



2030 부산세계박람회 유치
SK도 함께 노력하겠습니다



새로운 미래의 시작점

눈앞에 펼쳐질 ICT세상, SK하이닉스가 함께 열어가겠습니다

Handball

핸드볼코리아

KOREA

C O N T E N T S

2023년 3·4월 제63호



02 KOREA LEAGUE

대편당 챔피언 자격이 살아났다!
막바지 향하는 SK핸드볼 코리아리그

06 SPECIAL

“오늘도 우리는 코리안 드림 꿈꾼다”
외국 선수들이 말하는 한국 핸드볼

12 INTERVIEW

‘세일스맨 1가생’
김지현의 꿈

16 FEATURE

“슛 쓰고, 패스 하고, 달리고”
센터백을 말한다

20 HANDBALL 100°C

‘술기로운 문경 생활’
상무에서 핸드볼 하는 이야기

26 WORLD

오묘한 정치인의
일본 실업리그 적응기

28 COURT SIDE

“선수들의 그림자가 되고 싶어요”
박예슬 트레이너의 소박한 목표

30 BEACH HANDBALL

수많은 처음의 주인공이 되다!
대한민국 비치핸드볼 국가대표의 성장 드라마

32 AMATEUR

여름보다 뜨거웠던 고성의 봄!
2023 대한핸드볼협회장배
전국중고등선수권 결승 현장에 가다

36 TEAM

초대 챔피언의 영광
동부초 X 금산초의 밝은 내일은 이어진다

40 NEWS & READERS COMMENTS

핸드볼 뉴스 및 독자의견

제작협찬



발행일 2023년 4월 10일 | 통권 63호 | 정보간행물 등록번호 송파 다 00018 발행인 및 편집인 안지환
기획 정규오 편집 (주)제이엔케이미디어 발행처 (사)대한핸드볼협회 - 서울특별시 송파구 올림픽로 424 SK핸드볼경기장 3층
TEL 02-6200-1414 FAX 02-420-5337 E-mail handball_pr@sports.or.kr Homepage www.handballkorea.com

디펜딩 챔피언 저력이 살아났다 막바지 향하는 SK핸드볼 코리아리그



지난해 11월 개막한 2022-2023 SK핸드볼 코리아리그가 어느덧 리그 막바지로 향하고 있다. 6개 팀이 경쟁하는 남자부는 팀당 20경기, 8개 팀 체제인 여자부는 팀당 21경기씩 정규리그를 치르는 가운데 남녀부 모두 '디펜딩 챔피언'이 선두를 달리고 있다. 리그 개막 전만 하더라도 남자부 두산, 여자부 삼척시청 등 지난해 챔피언들이 '우승 후보'로 꼽히지 않았다는 점에서 다소 예상 밖의 결과이기도 하고, '부자는 망해도 3년'이라는 격언에 비춰보면 충분히 나올 수 있는 결과로 보이기도 한다. 4월 중순에 정규리그를 끝내고, 5월까지 플레이오프 및 챔피언결정전을 이어가는 남녀부 판도를 점검해본다. (기록은 3월 31일 기준.)

글: 김동찬 연합뉴스 기자

남자부 두산 8연패 가능성 '청신호'

두산은 지난 시즌까지 7시즌 연속 우승을 달성한 남자 핸드볼의 최강이다. 그러나 이번 시즌을 앞두고는 8연패 전망이 어두워보였다.

지난해 10월 전국체전에서 금메달을 따내지 못했고, 리그 개막을 앞둔 미디어데이 행사에서도 다른 팀 감독들로부터 낮은 점수를 받았다. 개막 미디어데이에선 인천도시공사 정강욱 감독은 "SK가 우승을 한 번 할 때가 됐다"고 했고, 박성립 하남시청 감독은 "두산과 연습 경기를 해봤는데 겹잡지 못한다"면서도 "그래도 두산은 올해 아닌 것 같고, 선수 구성으로 보면 인천도시공사와 SK가 낫다"고 평가했다. 김태준 충남도청 감독은 "두산, SK, 인천도시공사가 나온다면 한 팀을 지목하려면 인천도시공사"라고 예상했다.

조영신 상무 감독도 "구단 전력이 평준화됐지만, 그중에서도 인천도시공사가 노련한 선수들이 많다"고 말했다.

윤경신 두산 감독 역시 "전체 선수단 40% 정도인 7명이 새로 들어왔다"며 "젊은 선수로 교체 폭이 커서 시즌 초반은 어려운 경기가 될 것"이라고 어느 정도 주위의 우려하는 시선을 받아들였다. 그러나 막상 투쟁을 열어보니 두산은 11승 3무 3패를 기록하며 당당히 1위를 달리고 있다. 공동 2위인 인천도시공사, 하남시청의 10승 1무 6패와는 승점 4 차이이다.

정규리그 남은 경기가 3경기밖에 없기 때문에 두산이 남은 3경기에서 1승 1무만 하면 정규리그 우승을 확정한다.

두산은 베테랑 정의경(1985년생)과 1997년생 김연빈이 공격을 주도하며 골키퍼 자리 역시 1983년 박찬영과 1997년생 김동욱이 돌아가며 선발 쇼를 펼치는 등 신규 조화를 이루며 순항 중이다. 지금의 추세라면 두산이 8시즌 연속 우승을 차지할 가능성이 커 보인다.



2위를 달리는 인천도시공사와 하남시청은 각각 정수영과 신재섭 등 파격력 있는 선수들을 앞세워 플레이오프와 챔피언결정전에서 뒤집기 우승을 노린다. 신재섭은 144골로 득점 1위, 정수영은 112도움으로 어시스트 부문 1위다.

두산과 '실업 라이벌'인 SK는 9승 1무 7패로 4위를 달리고 있어, 3위까지 주는 플레이오프 티켓 확보가 급선무다.

'타도 두산'의 선행에 설 것으로 예상된 SK지만 이번 시즌 두산과 네 차례 맞대결에서 1무 3패로 열세를 보였다.

여자부 삼척시청 수성이나, 광주도시공사 설욕이나

여자부의 경우 개막에 앞서 광주도시공사와 SK 슈가글라이드즈의 강세가 예상됐다. 개막 미디어데이에서 8개 팀 감독들에게 '우승 후보'를 묻은 결과 광주도시공사가 6표를 받았고, SK도 5표를 얻었기 때문이다.

광주도시공사는 예이스 강경만이 건재하고 김금순이 복귀했으며 2019년부터 지휘봉을 잡은 오세일 감독의 지도력이 뿌리를 내릴 때가 됐다는 평가가 많았다. 또 SK는 비시즌 기간 심해인과 송지은을

영입하는 의욕적인 행보를 보였고, 김경진 감독이 새로 지휘봉을 잡아 팀 분위기도 새롭게 했다.

지난 시즌 챔피언결정전에서 광주도시공사를 꺾고 우승한 삼척시청 이계정 감독이 개막 미디어데이에 "감독님들이 꿈은 우승 후보에 우리 팀이 거론되지 않았지만 긴장하셔야 할 것"이라며 서운한 마음을 털어놓는 동시에 선전포고를 하기도 했다.

앞단 3월 말까지 여자부 판도 역시 '디펜딩 챔피언'인 삼척시청이 15승 1무 3패로 선두를 달리고 있다.

삼척시청은 국가대표 예이스로 시대를 풍미했던 김은아를 자유계약 선수(FA)로 데려왔고, 신인 드래프트에서 선발한 김민서가 팀에 녹아들어 여전히 최강의 면모를 과시하고 있다. 김민서는 득점 2위, 어시스트 4위에 오르는 '쌍박 활약'을 펼치고 있고 김은아는 득점보다 어



시스트에 주력하며 도움 1위를 달리고 있다. 박미라와 박새영이 번갈아 지키는 골문은 단연 8개 구단 가운데 가장 단단하다.

광주도시공사는 12승 4무 3패, 승점 28을 쌓아 삼척시청을 승점 3차이로 추격 중이다. 다만 정규리그 남은 경기가 2경기밖에 없기 때문에 승점 3을 뒤집을 가능성은 크지 않다. 강경만이 득점 1위에 오르며 예이스 역할을 하고 있지만 시즌 중반을 넘어서며 1위 자리를 삼척시청에 내줬다.

SK는 12승 2무 4패로 3위를 달리고 있다. 우승 후보로 꼽힌 개막 전 전망에 비하면 아쉬운 결과다. SK는 3월에 이한솔과 김수연을 부산시청공단에 내주고 대신 강은혜와 가비나를 받는 2대2 트레이드로 변화를 꾀했다. 최근 강은혜가 대구시청을 상대로 한 경기에서 13골을 몰아치는 등 플레이오프를 앞두고 좋은 흐름을 타고 있다는 점에서 2

대2 트레이드가 '신의 한 수'가 될 것인지 기대된다.

4위 부산시청공단까지 포스트시즌에 나갈 가능성이 크다.

현재 순위대로 정규리그가 끝나면 2대2 트레이드를 단행한 팀끼리 준플레이오프에서 맞대결이 성사된다.

부산시청공단은 4위지만 국가대표 이미경과 외국인 선수 알리나가 건재하고, 대표팀 사령탑 출신 강재원 감독의 지도력이 더해지면 단기전에서 언제든지 기대 이상의 성적을 낼 팀으로 지목된다.

이번 시즌 여자부는 비교적 일찌감치 '4강 4락' 체제가 굳어지는 바람에 준플레이오프 진출 경쟁이 사들였던 점이 아쉽다.

최근 악세를 면치 못하는 인천시청, 서울시청, 경남개발공사, 대구시청 등 4개 팀도 남은 정규리그 경기를 통해 하반기 전국체전과 2023-2024시즌을 대비하는 계기를 마련할 필요가 있다. ☺



정수영, 사상 최초 800득점·500도움 돌파 위업

인천도시공사 베테랑 라이트백 정수영(39, 185cm)이 나이를 잊은 듯한 활약으로 그 누구도 해내지 못한 최초의 기록들을 세우고 있다. 정수영은 SK핸드볼 코리아리그에서 남자부 사상 최초로 800골과 500도움을 돌파했다. 먼저 지난 3월 4일 경북 안동체육관에서 열린 코리아리그 남자부 3라운드 상무와 경기에서 7골, 11도움으로 맹활약하며 남자부 사상 최초로 500도움을 돌파했다.

이어 그는 지난 4월 1일 강원도 삼척 시민체육관에서 열린 남자부 4라운드 두산과 맞대결에서는 통산 800골을 올리는 대기업을 달성했다. 정수영은 이날 경기 전까지 792골을 기록 중이었다. 코리아리그 남자부 최초 800골까지 8점을 남겨두고 있었다. 정수영은 8골을 터트리며 정확히 800골에 도달했다. 국가대표 라이트백 출신 정수영은 올 시즌 리그 데뷔 11년 차로 볼록을 바라보는 30대 후반의 나이에 또 여전히 건재함을 과시하고 있다. 올 시즌 정수영은 111골 114도움을 기록(4월 3일 기준)하며 인천도시공사의 부동의 라이트백으로 활약 중이다.



“오늘도 우리는 코리안 드림 꿈꾼다!” 외국 선수들이 말하는 한국 핸드볼

올 시즌 SK핸드볼 코리아리그에서는 여자부 SK슈가글라이더즈 가비나(브라질)와 부산시실업단 알리나(벨라루스), 남자부 SK호크스 유누스(튀르키예)가 외국인 선수로 활약하고 있다. 이들은 타지에서 저마다 도전의식과 동기부여를 품고 자신들의 길을 묵묵히 걸어가고 있다. 트레이드와 같은 예상치 못한 변수, 그로 인한 아픔을 겪은 후에도 마친가자였다. 우승, 그리고 선수로서 성장. 이 두 마리 토끼를 잡아내기 위해 코리안 드림을 꿈꾸는 가비나, 알리나, 유누스. 그들에게 담긴 핸드볼 인생 이야기를 들어보았다. (기록은 4월 3일 기준.)

글. 서호민 기자 사진. 대한핸드볼협회, 서호민 기자

벨라루스에서 온 고공 폭격기

'빅 베이비' 알리나

벨라루스 출신의 알리나는 183cm 75kg의 다부진 체격조건에 파워와 기술, 중거리슛 등을 두루 겸비한 레프트백이다.

벨라루스 자국 리그에서만 활약한 알리나에게 한국은 첫 해외 경험이지만 적응기는 필요 없었다. 부산시설공단에 합류한 그는 올 시즌 18경기에 출전해 120골로 득점 부문 3위에 올라 있다. 파워풀한 공격력은 알리나의 최대 강점. 기세가 오르면 막을 수 없는 공격력을 보여준다. 알리나가 가세한 부산시설공단은 알리나와 이미경을 중심으로 한층 다양해진 공격을 선보이고 있다.

알리나는 "처음 3달간은 한국 핸드볼에 적응하는 데 어려움을 겪었다. 스피디한 핸드볼을 따라가지 못했다. 팀 동료들이 많은 도움을 줬고 지금은 한국만의 빠른 핸드볼에 조금씩 적응하고 있다. 감독님께서도 내 장점인 공격이 빛날 수 있도록 옆에서 서포트해주신다"고 적응기를 들려줬다. 이어 "유럽식 핸드볼은 매우 피지컬 하고 강하다. 반면 한국은 앞서 언급했듯이 빠르다. 하지만 같은 핸드볼이라고 생각한다. 또 한국은 훈련이 많다. 사람에 따라 다르지만 이것이 내 컨디션을 유지하는 데 긍정적인으로 작용하고 있다. 몸도 더 강해지고 좋은 컨디션을 유지할 수 있게 된다"라며 "다만, 수비는 아직 조금 어렵다"라고 미소 지었다.

알리나는 14살이라는 비교적 늦은 나이에 핸드볼을 시작했다. 테니스를 즐기다 핸드볼로 갈아탄 케이스라고 한다.

알리나는 "11살 때 테니스를 시작했는데, 테니스를 하다가 학교에서 핸드볼 대회가 열려 참가하게 됐다. 한번 해보니 너무 재밌더라. 그래서 테니스를 그만두고 핸드볼로 갈아타게 됐다"고 핸드볼 공을 잡게 된 계기를 들려줬다.

짧은 구력을 극복할 수 있었던 데는 우월한 DNA를 물려준 부모님 덕이 컸다. 그는 "레슬링 선수 출신인 어머니의 영향을 받았다. 그래서 어렸을 때부터 테니스, 수영 등 여러 운동을 했고 이것이 많은 도움이 됐다. 무엇보다 핸드볼이 재밌어서 지금까지 선수로 활동하게 아닌가 싶다"고 말했다.

알리나는 지금까지의 한국 생활 중 가장 놀란 것이 무엇인지 묻는 질문에 '나이 문화'를 꼽았다. 그는 "한국에 처음 왔을 때 팀 동료들이 가장 먼저 묻는 말이 나이가 몇 살이라는 말이었다. 한국은 나이를 굉장히 중요시 여긴다는 것을 느꼈다. 나에게도 컷쳐 쇼크였다"라고 웃었다.

어제의 동료가 오늘의 적으로...

'빅 베이비', '마마'라 불렀기에 더 가슴 아팠던 트레이드

SK 슈가글라이더즈와 부산시설공단은 지난 3월 2일, 선수 2명씩 및

바꾸는 트레이드에 합의했다. SK는 골키퍼 가비나와 피봇 강은혜를 부산시설공단으로부터 받는 대신 골키퍼 김수연과 피봇 이한솔을 내 주기로 했다. 당시 3위 SK와 4위 부산시설공단은 광주도시공사와 2위 삼척시청을 따라잡기 위해 같은 포지션의 선수들을 맞바꾸며 분위기를 새롭게 하는 효과를 기대한 트레이드였다.

트레이드가 이뤄지기 전까지 부산시설공단은 여자부 8팀 가운데 외국 선수를 보유한 유일한 팀이었다. 가비나와 알리나는 주전 골키퍼와 공격수로 나란히 활약, 낮은 타지에서와 삶을 서로 의지하며 지내왔다. 그래서 이들에게 이별의 아픔은 더욱 컸다. 문명의 장난일까? 공교롭게도 트레이드 이후 곧바로 SK슈가글라이더즈와 부산시설공단이 맞대결을 펼쳤다. 트레이드 후 첫 맞대결인만큼 승부도 치열했다. 양 팀은 승부를 가리지 못했고 경기는 33-33 무승부로 끝났다. 공격수 알리나는 언제나 그랬듯 팀 공격의 선봉에 서며 10점을 올렸다. SK슈가글라이더즈로 옮긴 가비나도 세이브 3개를 포함해 방어를 20%를 기록했다.

2년 간 정 들었던 부산시설공단, 그리고 의지하며 지냈던 알리나와의 이별은 가비나의 마음을 아프게 했다. 가비나는 "이런 적이 처음이어서 처음 트레이드 됐을 때는 놀라기도 했고 당황하기도 했다. 하지만 지금은 정말 행복하다. 부산 팀도 좋았지만 SK에서 지원도 잘해주고 팀 컬러나 훈련 방식도 유럽 스타일이라 나에게 잘 맞는 것 같다. 동료들도 너무 잘해준다"라고 새로운 팀에서의 적응기를 들려줬다.

1996년생 가비나와 2002년생 알리나는 6살 터울이다. 나이 차가 제법 나는 데다 가비나가 1년 먼저 한국 생활을 했기에 어린 알리나가 한국 생활에 적응하는데 많은 도움을 줬다고.

알리나는 "가비나가 그림다. 태어나서 처음 해외 생활을 하게 됐는데 한국 생활에 적응할 수 있도록 많은 도움을 줬다. 우리 부산에 있으면서 일 때마다 바다로 놀러갔다. 정이 많이 들었는데 떠날 때 아쉬움이 컸다. 가비나가 SK로 트레이드 된 이후에도 우리는 매일 연락을 하면서 지낸다"라고 이야기했다.

이에 가비나는 "알리나는 빅 베이비였다. 나를 엄마처럼 대했다. 실제로 가끔은 엄마라고 부르기도 했다(웃음). 짧은 시간이었지만 우리는 정말 친하게 지냈고 끈끈한 우정이 있었다. 이별할 때 조금 슬펐다. 지금도 마치도록 보고 싶다"라며 알리나를 그리워했다.

웃픈(?) 사연도 있었다. 트레이드 후 첫 맞대결을 떠돌던 가비나는 "마침 트레이드 하고 바로 첫 맞대결 상대가 부산이었다. '잘했어, 잘했어'라며 SK 선수들을 응원하는데도 부산 선수들이 골을 넣으면 저절로 박수를 치게 되더라. 조금 혼란스러웠다"라고 돌아봤다.

한국 생활 최고!

더 큰 꿈 그리는 가비나와 알리나

한국 생활 2년차에 접어든 가비나는 트레이드 아픔을 겪었지만 SK 슈가글라이더즈 이적을 '또 다른 시작이자 도전'이라고 말한다. 큰 체구에 비해 순발력과 민첩성이 뛰어난 가비나는 올 시즌 방어를



알리나
생년월일
2002. 10. 22
국적
벨라루스
포지션
레프트백
신장/체중
183cm/75kg
취미
TV 경기 시청
좋아하는 한국 음식
삼겹살, 된장찌개



가비나
생년월일
1996. 10. 31
국적
브라질
포지션
골키퍼
신장/체중
180cm/76kg
취미
바다 구경
좋아하는 한국 음식
로제떡볶이

33.68%로 부문 6위, 세이브 6위(161개)에 올라 있다. 세이브 2위(231개)를 차지했던 지난 시즌에 이어 올 시즌에도 맹활약 하고 있는 그에게 순발력을 꾸준히 유지할 수 있는 비결에 대해 "기본적으로 나는 느린 편이다. 한국 선수들은 대부분 빠른 템포를 추구하는데 이 속도에 맞추다 보니 민첩성이나, 순발력이 향상된 것 같다. SK 선수들 대부분이 신장이 크다. 피지컬 면에서 다른 팀들보다 우위에 있다 보니깐 먹는 커피 입장에서라도 부담을 덜고 편하게 먹을 수 있다"라고 말했다.

SK슈가글라이드즈의 부동의 골키퍼는 이민지다. 가비나는 이민지와 상대 팀에 따라 번갈아 가며 팀의 골문을 지키는 로테이션에 대해 "선수 기용에 관한 부분은 엄연히 감독님의 영역이기 때문에 나는 오로지 경기에 뛸 수 있는 컨디션만 만드는 데 집중하는게 맞다. 또, 이민지가 이 팀에서 더 오래 뛰고자 했다. 좋은 골키퍼이며 나 역시 이민지 자체를 좋아한다. 누가 코트에 있고 없고를 떠나서 가장 중요한 것은 우리가 원팀의 자세로 얼마나 많은 승리를 만들어낼 수 있는나"라고 견해를 밝혔다.

브라질, 터키, 헝가리 등 다양한 리그를 경험해 본 그에게 한국 팬들은 단연 최고다. 가비나는 2시즌 째 한국 생활을 하면서 가장 놀라웠던 점으로 팬 문화에 꼽았다. 그는 "한국인들 자체가 너무 착하다. 여러 리그를 경험해봤지만 팬들이 선수에게 선물하는 문화는 처음 겪어보는 것 같다. 이런 모습을 보고 있으면 귀엽다는 생각이 든다(웃음). 한국을 떠나더라도 한국 팬들의 팬 문화는 잊을 수 없을 것이다. 편지도 써주고 선물도 많이 주고 사람의 심금을 울리게 한다"며 "한국어로 감사합니다"라고 팬들을 향해 감사 인사를 전했다. 가비나와 알리나가 꿈꾸는 길은 비슷하다. 이들은 도전하는 삶 그 자체를 즐긴다. 둘은 단순히 한국 리그를 경험하는 것을 넘어 이를 발판 삼아 자국 국가대표의 꿈을 이뤄내겠다는 의지도 내비쳤다.

알리나는 "나에게는 엄청난 경험이다. 한국 생활로 인해 내 핸드볼 인생이 바뀌었다. 더 높은 곳을 향해 목표 의식을 갖게 되고 더 성장하고 싶다. 또 챔피언결정전에 진출해 우승에도 도전해보고 싶다"라며 가비나도 "나의 미래가 어떻게 될지는 한국에서 계속 경험을 쌓고 싶다. 최종 목표는 브라질 국가대표팀에 뽑히는 것이다. 그러기 위해서는 기량을 더 길고 뛰어야 한다. 한국에서 내 기량을 더 발전시키고 싶다"라고 자신들의 목표와 꿈을 이야기했다.

튀르키예에서 온 큰 형님 이런 선수 또 없습니다

SK 호크스 외국 선수 유누스는 튀르키예 출신의 베테랑 골키퍼다. 독일, 헝가리, 그리스, 튀르키예 등을 오가며 다양한 리그에서 활약했다. 주로 유럽 무대에서만 뛰던 그가 서른다섯이라는 적지 않은 나이에 한국행을 택한 이유는 무엇일까. 앞서 소개한 가비나와 알리나와 마찬가지로 바로 '도전' 때문이었다.

유누스는 "내가 언제 핸드볼을 그만둘지 모르지만 그만두기 전에 새

로운 문화를 한번 경험해보고 싶었다. 마침 SK 측에서 좋은 제안을 해주었고 아내도 새로운 리그와 문화에 도전하는 것에 대해 긍정적인 생각했다. 큰 고민 없이 한국행을 결정하게 됐다"라고 한국행을 택한 이유를 전했다.

덕분에 유누스는 핸드볼 코리아리그에 진출한 첫 번째 튀르키예 국적 선수가 됐다. 유누스는 "튀르키예 국적 선수 중 한국 리그를 경험한 선수는 내가 처음이라고 들었다. 어찌 됐든 최초 타이틀 아닌가. 영광이라고 생각한다"라고 미소지었다. 그러면서 "한국은 유럽과는 문화, 성격 등 많은 것들이 다르다. 유럽에서는 아침에 주로 빵을 먹었는데 한국에서는 밥이 나오더라. 생선을 먹는 것도 나에게는 얼척 소크였다. 핸드볼 면에서는 공격수들의 움직임이나 슛 타이밍이 유럽보다 빠르다. 피지컬, 선수들이 경기에 임하는 자세 등 차이점이 분명하다. 이것이 장점인지 단점인지는 판단에 맡기겠다"라고 덧붙이기도 했다.

SK호크스 황보성일 감독은 현역 시절 스위스에서 8년(2002~2010년)을 뛴 경력이 있다. 독일어에 능통한 황보성일 감독이기 때문에 유누스와 의사소통에도 큰 문제가 없다. 유누스는 "감독님이 유럽에서 뛴 적이 있다고 들었다. 그래서인지 의사소통에 큰 문제가 없다. 우리는 때때로 독일어로 대화하기도 한다. 또, 감독님은 유럽식 핸드볼 스타일을 잘 알고 있다. 유럽식 핸드볼에 한국식 핸드볼을 잘 녹여내고 있다. 감독님은 항상 팀원들에게 '원팀'을 강조한다. 그런 덕분에 문화가 팀에 잘 자리잡혀 있다"고 설명했다.

유누스는 SK호크스에서 출전시간이 제한적이다. 주전 골키퍼 김희수에 이은 2등선이다. 이 때문에 이번 시즌 기록은 총 404분 23초를 뛰며 81세이브 31.4% 방어율로 평범한 백업 선수와 다를 바 없다. 그러나 그는 코트 밖에서 베테랑으로서 국내선수들에게는 코치 역할을 다하며 SK호크스가 정규리그에서 플레이오프 진출하는 데 적지 않게 공헌하고 있다.



코트에 설 기회가 주어질 때마다 제 몫을 다했고, 김희수, 지형진 등 동 포지션 골키퍼들이 놓치는 부분을 뒤에서 잘 알려주는 역할도 마다하지 않는다. 최근 어깨 부상 재활로 잠시 심표를 찍고 있는 와중에도 후배들과 소통을 게을리 하지 않고 있다.

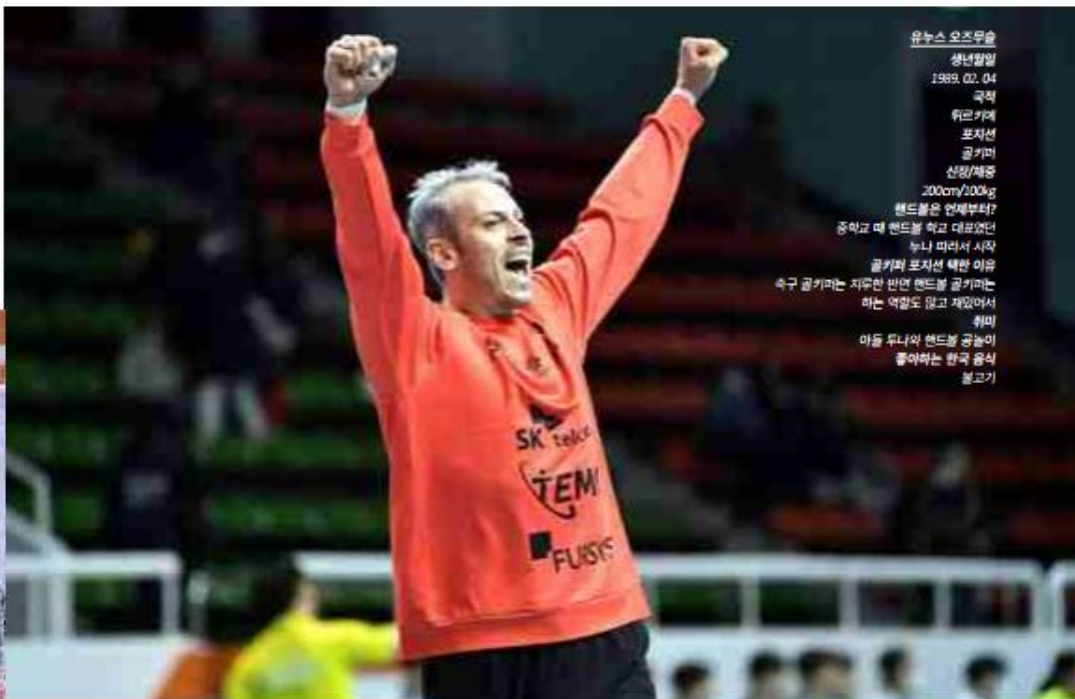
지난 3월 31일 경기에서도 이런 장면은 몇 차례 포착됐다. 벤치에 있으면서도 경기 내내 파이팅을 크게 외치면서 허심탄화하게 젊은 선수들과 소통하는 유누스의 모습은 큰 행님 그 자체였다. 이에 대해 "원래 유럽에서 뛴 때도 루즈한 분위기를 싫어했다. 그래서 지고 있더라도 댄스를 끝까지 유지해 팀 분위기를 살리는 역할을 많이 했다"라고 자신의 성향을 밝혔다.

유누스에게 팀 내 어린 선수들에게 어떤 점을 조언해주고 묻자 "예를 들어 두산과 경기를 하면 두산 공격수들의 슈팅 각도, 승성 등을 캐치해 (김)희수나 (지)형진에게 바로 얘기해준다. 반대로 그들이 내 플레이에 대해 얘기해주기도 한다. 두 선수 모두 각기 다른 강점을 지니고 있다. 희수는 에너지가 넘치며 형진은 반응속도가 매우 빠르다. 계속해서 팀이 밝은 분위기를 유지할 수 있도록 분위기 메이커 역할도 하고 있다"라고 이야기했다.

낮선 타지 생활, 유누스를 버티게 한 존재는 바로 '가족'이다. 아내 윌큐와 아들 두나는 한국에 들어와 아파트에서 함께 지내고 있어 대부분 시간을 가족과 함께한다. 유누스는 "나에게 가족이란 존재는 인생 그 자체다. 아들 이름이 두나다. 한국말로 해석하면 참치라고 하더라(웃음). 이제 3살인데 핸드볼 공놀이를 좋아한다. 공놀이하는 모습을 보고 있으면 너무 사랑스럽다"라며 "아내도 핸드볼 선수 출신이다. 포지션은 레프트 백이었다. 문둥을 해봤기 때문에 나를 잘 이해해준다"라고 가족 사랑을 드러냈다.

정규리그 잔여 경기가 3, 4경기 남짓 남은 가운데 그는 "플레이오프에 가게 되면 내가 해야 할 일이 더 늘어난 것"이라고 말했다. 당장보다 큰 무대에서 책임져야 할 몫이 얼마나 큰지를 인지하고 대비한 것. SK호크스 코칭스태프와 선수들 역시도 유누스가 건강한 몸으로 돌아와 PO에서 결정적 역할을 해줄 것으로 믿고 있다.

유누스는 "여기가 좋지 않았는데 테라피와 치료를 병행하며 지금은 많이 회복한 상태다. 하루 빨리 완전한 몸 상태로 돌아와 튀르키예에서와 같은 모습을 많이 보여드리고 싶다. 최종 목표는 우승이다. 팀이 우승하는 데 안팎에서 밀조하고 싶다"라고 각오를 전했다.



유누스 오즈무슬
생년월일 1989. 02. 04
국적 튀르키예
포지션 골키퍼
신장/체중 200cm/200kg
핸드볼을 언제부터? 중학교 때 핸드볼 학교 대표였던
누나 따라서 시작
골키퍼 포지션 선택 이유 축구 골키퍼는 지루한 반면 핸드볼 골키퍼는 미는 역할도 있고 재밌어서
취미 아들 두나와 핸드볼 공놀이
좋아하는 한국 음식 불고기

‘세일스쿨 1기생’ 김지현의 꿈

광주도시공사의 명실상부한 에이스는 국가대표 주전 센터백 강경민이다. 그리고 강경민의 뒤를 이을 차세대 에이스로는 ‘파워슈터’ 김지현을 떠올리게 된다. 본래 강경민 파워에 예리함까지 장착한 4년 차의 존재감은 국가대표 말연니를조차 벌벌 떨게 할 정도다. 실업 데뷔 4년 차를 맞아 한층 더 능력은 기량을 발휘하고 있는 김지현(23, 173cm). 일명 ‘세일스쿨’ 1기생이라 불리는 그는 더 큰 꿈을 바라본다.

글. 서호민 기자 사진. 문복주 기자

핸드볼에 눈을 뜨다 김지현의 상상은 현재진행형

광주도시공사는 강경민, 원선필, 송해수 등 굵직한 스타들의 존재감이 매우 큰 팀이다. 특히 신규 조화가 좋다. 베테랑부터 신예들이 고루 활약하며 최근 몇 년간 상위권에 올라왔다. 그런 광주도시공사에서 또 하나의 히트상품이 등장했다. 바로 데뷔 4년 차를 맞은 김지현이다. 상큼하고 시원부터 큰 키와 파워를 앞세워 차기 레프트백 기대주로 촉망 받았던 김지현은 지난 2018년 신인 드래프트에서 1라운드 2순위로 광주도시공사 유니폼을 입었다. 2년차인 2020-2021시즌 주전으로 도약해 100점 57도움을 기록, 베스트 7에 선정되기도 한 그는 이듬해인 2021-2022시즌, 성장세를 그대로 이어가 73점 23도움으로 광주도시공사가 준우승을 차지하는 데 크게 기여했다. 주전 3년차에 접어들어 시즌에는 공수에 걸쳐 비중이 더욱 커졌다. 김지현은 4월 3일 현재까지 74점으로 강경민(180점)에 이어 팀 내 득점 2위를 기록 중이다. 이렇듯 그는 매년 단단대로 성장세를 밟아 올 시즌 기량이 정점에 오르며 이제는 리그를 대표하는 레프트백을 논할 때 빠질 수 없는 이름이 됐다. 그에게 올 시즌은 어떤 의미였을까. 김지현은 “기록적으로는 괜찮지만 사실 연습한 것에 비해 공격에서 많이 보여주지 못해 만족하지 않는다. 그래도 한 가지 좋아진 점이 있다면, 예전에는 내가 해결해야 할 때 하지 않고 동료들에게 미루는 경향이 있었다면, 올 시즌에는 그래도 적극성을 갖고 해결하려고 한다. 그런 부분에서 조금 성장한 것 같다. 남은 경기 동안 공격에서 적극성을 갖고 좋은 모습을 보여드리고 싶다”라고 말했다.

연차가 쌓인 만큼 플레이 역시도 가만 감수할 한층 능숙해지고 있다는

평가다. 올 시즌에는 본래 강경민 파워에 예리한 패스까지 장착했다. 이에 대해 그는 “아무래도 연차가 쌓이면서 패스 길이나 시야가 더 넓게 보이는 것 같다. 또 작년과 재작년에는 흥분 위주의 득점 빈도가 높았다면, 올 시즌에 앞서는 개인 연습을 통해 연례 능력과 수비력을 보완하는데 주력했다”라고 스스로를 돌아봤다.

오세일 광주도시공사 감독이 김지현에게 보내는 신뢰는 매우 크다. 단 순히 출전시간이나 기회를 이야기하는 건 아니다. 여기에는 재미있는 사연이 있다. ‘단년 최하위’라는 오명을 썼던 광주도시공사는 지난 2020년, 오세일 감독 부임 이후 승승장구하며 팀 창단 이래 최고의 성적을 경신하고 있다. 오세일 감독은 광주도시공사 지휘봉을 잡으면서 우승을 목표로 삼으면서도 유망주들의 성장에 꽤 많은 공을 들였다. 때로는 휴식일도 반납한 채 유망주들의 기량, 기술향상에 힘을 쏟아붓기도 했다. 이에 선수단 사이에서는 무스켓소리로 ‘세일 스쿨’이라 불리기도 한다. 그 세일 스쿨 1기 대표적인 수강생이 바로 김지현이다. 김지현은 오세일 감독이 만든(?) ‘세일 스쿨’에서 두각을 나타내며 집중적으로 교정받기도 했다. 그리고 끊임없이 실력을 갈고닦아 노력의 결실을 비로소 보여주고 있다. 박예슬 광주도시공사 트레이너는 “팀원들이 (김지현이) 보고 세일스쿨 1기생, 국가대표도 뽑히고 출세했다고 말한다”라고 선수단 일화를 들려줬다.

오세일 감독에게 어떤 점을 배웠냐고 묻자 김지현은 “살림 데뷔 초기 때는 모든 것 모르고 했다. 이후 2년 차 때 오세일 감독님이 부임하시고 저의 부족한 부분을 집중적으로 보강해주셨고, 또 제가 갖고 있는 장점은 더욱 극대화 할 수 있도록 도움을 주셨다. 감독님께서 많이 저한테 신경써주신 덕분에 이런 좋은 결과가 있지 않았나 싶다. 감독님께 항상 감사함을 느끼고 앞으로 더 노력하는 선수로 되아가겠다

마음가짐을 갖게 된다"고 답했다.

덧붙여 그는 "오세일 감독님께서 코트장 안에서 선수들에게 잔소리도하시고 바라는 게 많으신 반면, 밖에서는 선수들에게 완전 동네 아저씨 같이 장난도 많이 치면서 푸근하게 대해주신다"고 털어놨다.

경험이 있기에 한계가 있고 한계를 넘어설기에 경험이 될 수 있다. 김지현은 이 말에 가장 어울리는 선수이기도 하다. 현재 자신이 서 있는 위치에 만족하지 않고 끊임없이 도전하려 한다. 그리고 한계와 경험의 반복을 통해 고숙 성장하고 있다. 이를 위해선 악착같이 투지를 뽐내는 본인만의 스타일을 추구하기도 하지만, 각기 다양한 장점을 갖고 있는 언니들의 무기를 흡수할 필요도 있다.

김지현 역시 아예 고개를 끄덕이며 강경민, 원선필 등 팀을 자랑하고 있는 베테랑 언니들의 모든 장점을 빼앗아 자기 것으로 만들겠다는 각오다. 그는 "(원)선필, (강)경민 언니한테도 각기 다른 장점들이 있다. 선필 언니는 수비적인 부분에서 경민 언니로부터는 공격적인 측면에서 많은 도움을 받고 있다. 각기 다른 장점을 자기 언니들의 장점을 흡수해 내 것으로 만들려고 한다"라고 말했다.

"핸드볼은 천작..."

이소영처럼 멋진 리더 되고파

프로, 실업 진출은 운동을 시작하는 모든 선수들의 꿈이다. 김지현도 크게 다르지 않다. 처음 핸드볼을 시작했을 때 운동에 대한 진지한 마음은 크지 않았지만 주위 사람들의 설득 덕분에 재미를 찾아가며 지금은 핸드볼 선수가 되겠다는 큰 꿈을 품게 됐다.

핸드볼 공을 처음 잡았던 초등학교 5학년 시절을 돌아본 그는 "초등학교 5학년 때 처음 시작했다. 어렸을 때부터 키가 컸다. 165cm 정도

도 됐던 것 같다. 그때 한창 학교에 핸드볼부가 창단되려고 하던 시절이었는데 체육 선생님께서 수업이 끝난 뒤 공 한번 던져보라고 하시어서 던졌는데 멀리 날아갔다. 그 때 체육 선생님 눈도장에 찍혀 핸드볼을 본격적으로 시작하게 됐다. 부모님께서도 딱히 반대하시지는 않았다. 사실 성격은 지금이나 예나 조용조용한 편인데, 어렸을 때부터 야구, 농구, 배구, 탁구 등 운동하는 것에는 엄청 적극적이었고 흥미를 느꼈다. 지금 생각해보면 핸드볼이 나한테 천작이었던 것 같다"고 웃었다.

대회마다 반짝반짝 빛났던 김지현. 그에게 있어 가장 기억에 남았던 순간은 언제였을까. 말을 이어간 그는 "3년 차 때, 베스트 7에 뽑혔던 게 기억에 남는다. 그리고 올 시즌 서울시장 전 때 정전 승부에서 극적인 동점골을 넣었던 것도 생각한다. 그 때 마침 팀도 이겨 바로 기뻐했다"고 돌아봤다.

누구에게나 자신을 이끌어줬던 멘토, 그리고 닮고 싶은 롤모델이 있게 마련이다. 김지현에게 롤 모델을 묻자 전혀 예상치 못한 답변이 돌아왔다. '소영선배'로 불리는 배구선수 이소영(KGC 인삼공사)을 롤 모델로 지목한 것. 그는 "원래 배구에 관심이 있기도 했고 옆에 광주 페퍼저축은행 팀도 있고 해서 가끔씩 배구를 보러 간다. 이소영 선수가 어린 나이에 팀을 이끄는 모습이 너무 멋있어 보였다. 이소영 선수를 보면서 나 역시도 내가 저 위치에 서게 된다면 할 수 있는 것 다 보여 주는 선수가 되자고 마음 먹게 된다"고 말했다.

실업 데뷔 4년 차에 다다른 지금까지 큰 부상 없이 꾸준한 성장세를 받아온 김지현. 그는 매 시즌 목표를 하나씩 세웠고, 이를 충족시켜가는 중이다. 마지막으로 김지현은 "남은 경기도 부상 없이 잘 마무리해서 플레이오프 가서는 더 높은 곳에 올라가 좋은 성적을 보여드리고 싶다. 저 역시도 후회 없이 파이팅 있는 모습 보여드릴 테니 팬들께서도 많은 응원 부탁드립니다"라고 포부를 전하며 다시 코트로 향했다. ☺

김지현
생년월일 2000년 11월 23일생
신장/체중 173cm/73kg
출신교 삼척고교 졸
포지션 레프트백
알려사항 O형
MBTI ISFP(저서 중에 인세)
관심사 산등어
취미 넷플릭스 보기, 카페 가기





핸드볼에는 총 7개의 포지션이 있다. 이중 가장 중요한 포지션은 단연 '센터백'이다. 핸드볼에서의 센터백은, 농구에서는 '가드', 축구에서는 공격형 미드필더에 비유되기도 한다. 코트 중앙에서 코트 밸런스를 조율하는 '필드의 사령관'이나 다름없다. 상황에 따라 자신도 득점에 참여해야 하는 센터백은 경험과 시야, 판단력, 해결사 기질까지 모두 갖춰야하기 때문에 선수들도 어려워하는 포지션이다. SK핸드볼리거에서 활약하고 있는 주요 센터백들의 활약상과 그들이 생각하는 센터백의 주관적인 의견을 들어봤다. (기획은 4월 3일 기준.)

글: 서호민 기자 사진: 대한핸드볼협회

'공격형 센터백이 대세' 센터백의 개념을 새롭게 정립하다

전통적 개념의 센터백은 전방위적으로 코트를 누비며 동료들의 득점 기회를 잘 만들어줄 수 있어야 한다. 그래서 패스 능력이 대단히 중요하다. 또한 공을 가장 오래 소유하기 때문에 안정적인 공격 전개 능력이 필수적이다. 게다가 뛰어난 전술 이해도, 상황 판단력 역시 필수다. 최근 들어서 센터백 개념은 한 단계 더 진화하고 있다. 핸드볼의 공수 전술이 발전을 이뤘고, 이에 따라 트렌드가 변화하면서 '공격형 센터백'들의 등장이 눈길을 끌고 있다. 비단 국내 핸드볼리그 뿐만 아니라 세계적 추세를 살펴봐도 최근 공격형 센터백이 유행처럼 번져나가고 있다.

공격형 센터백이라 하면 득점과 경기운영을 두루 갖춘 유형의 선수를 뜻하며 이들은 주로 돌파와 중거리슛을 앞세워 팀의 공격을 이끌면서도 언제나 경기운영까지 책임질 수 있기 때문에 쓰임새의 폭이 넓다. 리그에도 이러한 성향을 지닌 선수들이 득세하고 있는 추세다.

여자부에선 득점 1위를 달리고 있는 강경민(광주도시공사), 대형 신인 김민서(삼척시청), 권한나(SK슈가글라이더즈), 이미경(부산시청공단단), 남자부는 정의경(두산), 이요셉(상무피닉스), 박광순(하남시청) 등이 전형적인 공격형 센터백으로 분류할 수 있다.

특히 여자부의 경우 올 시즌 공격 지표를 살펴보면 득점 부문 1위부터 3위까지 2명이 센터백 포지션 선수들로 포진돼 이 같은 현상이 더욱 두드러지고 있다. 뚜렷하게 분업화된 핸드볼 시스템이 선호됐던 과거에는 양측 윙백 자원들이 공격에 가담하는 비중이 높았다면, 최근에는 다재다능함을 요구하는 멀티형 플레이어의 활용이 유행처럼 퍼지면서 센터백 포지션의 역할이 더욱 다양해지고 있다. 아같이 공격형 센터백이 대세로 떠오르게 된 요인은 무엇일까. 선수와 전문가의 의견을 통해 이유를 들어봤다.

A팀 전력분석관은 "센터백과 피봇의 콤비 플레이로 이어지는 공격 전술이 트렌드가 되고 있다. 피봇 위주로 돌아가는 아가키키한 패턴이 많다. 그러다 보니 센터백에게 자연스레 빈 공간 공격 찬스가 많이 나오고 있다. 예전과 달리 요즘 센터백은 경기 운영 뿐만 아니라 득점력까지 갖추는 전천후 선수 유형의 선수가 많이 등장하고 있는 추세다"라고 분석했다.

B팀 관계자는 "아무래도 양 측면 레프트백과 라이트백에게 수비가

떨리다보면 자연스레 상대 수비를 앞으로 끌어줄 수 있어 피봇, 센터백의 활동 공간을 넓혀줄 수 있다. 통솔에 대한 특징 확률이 높다 보니 양측에서 찬스가 많이 나오 센터백들의 공격 범위가 넓어짐에 따라 찬스가 많이 발생하고 있다"고 비슷한 의견을 전했다.

C팀 코치는 조금 다른 의견을 제시했다. 수비 전술의 변화를 언급했

다. "요즘 팀 수비 형태를 보면 식스-제로 포메이션이 많다. 전통적인 개념에서 센터백이 해야 할 역할은 양측 윙 자원들에게 공을 뿌려주면서 득점을 돕는 것이었다면 요즘에는 중거리슛이나 1대1 개인기에 의한 돌파를 통해 스스로 공격을 풀 줄도 알아야 한다. 식스-제로 수비 포메이션으로 상대 수비수들이 피벗이나 양측 백 자원들에게도 중 수비를 많이 가다보니 이 수비를 깨기 위해서 센터백들에게 이런 공격적인 능력이 더욱 요구되고 있는 것 같다"며 "또 이렇게 풀어야 할 땐 공격을 풀어야만 전체적인 공 흐름이 원활하게 돌아갈 수 있고 양측 백과 피봇 선수들의 능력도 더 살아날 수 있다"고 덧붙였다.

다만 그렇다고 해서 전통적인 센터백의 개념이 아예 사라지는 건 아니다. 역할과 비중이 커졌을 뿐이지, 센터백은 서두에서도 말했듯이 엄연히 경기 사령관이다. 공격 흐름이 뻣뻣하거나 경기가 잘 풀리지 않을 때는 흔히 우리가 알고 있는 패스를 잘 뿌려주는 조율형 센터백들의 역할이 필요하다. 여자부에선 김은아와 우빛나(서울시청), 송지은(SK슈가글라이더즈), 남자부는 강건구(두산), 심재복(인천도시공사), 박성현(충남도청) 등이 조율형 센터백에 해당하는 선수들이다. 이 중 베테랑 김은아는 올 시즌 어시스트 114개로 압도적인 1위를 달리는 등 연륜이 느껴지는 완급조절 능력을 과시하고 있다.

SK핸드볼코리아리그 현역 최고의 센터백은?

핸드볼 센터백 계보는 남자는 강재관-정의경-강건구, 여자는 임오강-오성욱-김은아로 이어지고 있다. 그렇다면 올 시즌 기준 리그에서 가장 잘 나가는 센터백들은 누가 있을까. 최근 공격형 센터백들이 잇따라 등장하고 있는 가운데 포지셔널 현역 최고의 선수를 뽑는 데 있어서도 센터백은 가장 치열한 경쟁이 벌어지고 있다. 동시의 센터백의 활약 여부에 팀 성적도 움직이고 있다.

여 자 부

• 강경민(광주도농공사)

강경민은 리그 여자부 최고 센터백이다. 데뷔 첫해인 2015년 올해의 신인에 선정됐다. 이후 성장세를 거듭해 국가대표 반열에 오른 그는 2019-2020시즌과 2020-2021시즌에는 두 시즌 연속 MVP와 득점왕을 거머쥐었다. 올 시즌 역시 180골로 득점 부문 독보적인 1위에 올라 있다. 득점만 잘하는 게 아니다. 적절한 완공 조절을 바탕으로 94도움(2위)을 기록하며 득점과 공격포인트(득점+도움) 모두 1위에 올라 있다. 광주도농공사는 선수층이 워낙 탄탄하지만 어둠을 실려주는 건 모두 강경민의 역할이다. 팀이 풀린 중 득점(281점)의 절반 이상에 기여하고 있다.

• 김민서(삼척시청)

김민서는 지난해 세계청소년선수권대회에서 한국의 사상 첫 우승을 이끈 주역으로 올 시즌 삼척시청에 입단한 혜성 같이 등장한 신인이다. 신장이 작아 실업무대에서는 고전할 것이라는 평가도 있었지만 적응기간도 필요없이 개막전부터 맹위를 떨치며 단숨에 삼척시청의 주전 센터백으로 자리잡았다. 이계형 삼척시청 감독 역시 "김민서는 우리 팀의 핵심전력"이라고 못 박을 정도. 단신 센터백임에도 버티는 힘, 스피드, 중거리슛 여가에 빼어난 경기 조절 능력까지 갖춰 삼척시청의 1위 수성에 혁혁한 공을 세우고 있다. 133골로 득점 2위에 올라 있으며 83도움(4위)으로 공격포인트 부문에서도 강경민에 이어 2위를 달리고 있다. 올 시즌 신인왕은 따 놓은 당상이라는 평가가 지배적이다.

• 권한나(SK슈가글라이더즈)

권한나는 2012년 서울시청서 데뷔해 신인왕을 수상한 후, 2014년 정규리그 MVP, 2016년 득점상과 챔피언결정전 MVP, 2017년 득점상과

어시스트상을 동시 수상하며 전성기를 구가했다. 하지만 2018년 '호화군단' 부산시청군단 이적 후 출전 시간이 줄어들면서 존재감을 보여주지 못했고 2021년 11월 SK슈가글라이더즈로 이적, 2021-2022 시즌 통산 세 번째 득점왕에 오르면서 제2의 전성기를 열어나가고 있다. 올 시즌을 앞두고 팀에 합류한 송지은과 출전 시간을 나눠가치면서 대부분의 공격 수치가 지난 시즌에 비해 소폭 하락했지만, 탁월한 득점력과 게임을 읽는 넓은 시야를 바탕으로 올 시즌 108골(7위)과 63도움(1위)을 기록 중이다. 권한나, 송지은 등 두꺼운 센터백 덩치를 갖춘 SK슈가글라이더즈는 이에 힘입어 리그 2위를 달리고 있다.

남 자 부

• 정의경(두산)

정의경은 통틀어 MVP 2회를 수상한 남자부 현역 최고의 센터백이다. '어우두'라 불리는 두산이 리그 7번째 위업을 달성할 수 있었던 데는 센터백 정의경의 활약이 절대적이었다. 2010 광주아시아인게임 득점왕에 오르며 혜성같이 등장한 정의경은 어느덧 30대 후반에 나이에 접어들었지만 나이를 잊은 듯 전성기 기량을 과시하고 있다. 올 시즌 111골(7위) 55도움(4위)으로 두산의 선두 질주에 앞장서고 있다. 넓은 시야에서 오는 절묘한 패스력 뿐 아니라 득점력까지 그야말로 득도의 경지에 다다랐다는 표현이 맞을 정도로 뛰어난 활약을 보여주고 있다.

• 이요셉(상무피닉스)

주니어 시절부터 촉망받았던 이요셉은 사실 지난 시즌까지만 해도 미완의 대가에 가까웠다. 뛰어난 경기조절 능력을 기반으로 차세대 센터백 주자로 지목받았지만 실업에 데뷔한 이후에는 심재복 등 동포지선 베테랑 선수들에 가려져 별다른 활약을 보여주지 못했다. 하지만 상무 입대 이후 그는 그동안 감춰왔던 재능을 마음껏 펼치며



이요셉

박광순

내가 생각하는 센터백

핸드볼에서 센터백의 중요성은 아무리 강조해도 지나치지 않는다. 이는 아마추어 핸드볼도 마찬가지다. 지도자들 역시도 평상시 센터백의 역할을 거듭 강조하고 있다. 그렇다면 오늘날 센터백에게 요구되는 가장 중요한 덕목은 무엇일까. 현재 SK핸드볼리그에서 활약하고 있는 센터백 포지션 선수들을 통해 센터백에 대한 이야기를 들어봤다.



김민서(삼척시청)

"어린 선수들이 연니 센터백에서 가장 중요한 역할은 무엇이라고 생각하느냐고 물어 봅니다. 사실 쉽지 않은 포지션 아닌가. 저 말고 센터백을 보는 다른 선수들도 어려워 하는 부분이 있죠. 강경민, 권한나 등 공격 성향이 짙은 센터백들도 리그에 많이 등장하고 있는데 각자 상황이 다를 뿐 이게 맞다고 단정 지을 수는 없다. 또, 앞서 언급했던 선수들은 실력으로 이미 증명하고 있지 않나. 세계적인 트렌드에도 맞춰 잘 따라가고 있다고 생각합니다."



심재복(안성도농공사)

"일단 신장이 작다보니 신장에 큰 선수들을 살려주는 역할을 맡아하려고 한다. 유럽에서도 득점과 패스 두 가지를 두루 잘하는 센터백들이 많이 등장하고 있는 반면, 프랑스리그나 네덜란드 리그에서는 저처럼 신장이 작은 센터백 선수들이 큰 선수를 주로 활용하는 플레이를 많이 한다. 그런 선수들을 모티브 삼아 저 역시도 기본적으로 플레이에이밍을 먼저 생각하고 플레이 한다."



이요셉(상무피닉스)

"그동안 득점, 어시스트를 고루 잡아야 잘하는 선수라고 생각했지만 올 시즌을 치르면서 꼭 그렇지만은 않다고 느꼈다. 지금 제가 득점, 어시스트 모두 상위권에 올라 있지만 정예경 선배를 보면 득점이나 어시스트 등 표현적인 지표가 많지 않더라도 팀 득점, 어시스트에 간접적으로 기여하면서 팀 전체를 아우르는 역할을 하고 있지 않나. (센터백이 골키퍼 할 때) 가장 첫째로 생각해야 할 건 시야다. 공을 배급하는 포지션이다 보니 전체적인 상황을 읽을 줄 알아야 하고 그러기 위해서는 넓은 시야가 필요하다고 생각한다. 개인적으로는 외국 선수 중에는 피워를 하면서 패스 능력을 두루 갖춘 노르웨이 대표팀의 사보넨 선수의 플레이를 좋아한다."



김한나(두산)

"팀의 리더로서 팀 플레이가 원활하게 돌아갈 수 있도록 세트플레이를 지시해야 한다. 또, 어시스트를 위주로 살림은 역할을 하는 것도 센터백이 해야 할 역할이다. 주로 두 가지 유형의 센터백이 있는데 첫째 신장이 큰 선수들은 중거리슛, 피벗과 2대1 위주의 플레이를 펼치는 반면, 신장이 작은 선수는 어시스트와 1대1, 속공 등을 전담한다. 요즘 들어서는 주로 신장이 작은 센터백들이 득세하는 추세다. 나 역시 신장이 작긴 하나 어렸을 때부터 다양한 센터백들의 플레이를 보고 실력을 키워왔다. 특히 같은 팀에 있는 정의경 선배의 플레이를 보고 많이 배웠다."



김민서

이요셉

《즐거로운》 문경생활

상무에서 핸드볼 하는 이야기



“중성!” 국군체육부대 핸드볼 경기장에 들어서자마자 그 분위기에 압도됐다. 마치 10년 전, 필자의 군인시절로 돌아간 것만 같은 느낌적인 느낌. 훈련 분위기가 딱 그랬다. 이 분위기는 상무가 창단한 1986년부터 한결 같았다고 한다. 상무 퍼닉스 핸드볼단(이하 상무)은 오랜 기간 그 분위기 속에서 우승을 골뎠었다. 대한민국 남자의 일생에서 결코 지나칠 수 없는 그곳, 군대. 사회를 떠날 때는 눈물도 흘리고 걱정도 태산이지만, 막상 지나고 나면 잊지 못할 추억만 가득한 그곳이다. 실업선수들도 예외는 아니다. 국군체육부대, 흔히 말하는 ‘상무’에서 군 생활을 하고 있는 선수들도 겸허히 국방의 의무를 다하며 몸과 마음을 갈고닦고 있었다. <핸드볼코리아>는 그간 자주 소식을 전하지 못했던 상무 선수들을 찾아가 그들의 군 생활 이야기를 들어보았다. 수많은 병정들을 제대 시킨 상무퍼닉스의 조영신 감독과 만나 군대에서 핸드볼하는 이야기를 나누었다. 글: 서호민 기자 사진: 문복주 기자, 국군체육부대 제공

상무 선수들의 일과는?

상무 선수들의 기상시간은 일반 군인들과 같다. 하계와 동계에 따라 기상, 취침 시간의 변동이 있는 것 역시 동일하다. 대신 일반 군인들의 오전 일과가 근무, 작업 등으로 이뤄진다면 상무 선수들은 웨이트트레이닝과 재활로 오전 시간을 보낸다.

문경에 위치한 상무의 웨이트트레이닝 시설은 국가대표 선수들이 이용하고 있는 진천선수촌과 비교해도 전혀 밀리지 않을 정도의 대규모 시설을 갖추고 있었다. 수십 개의 러닝머신 무계별로 다양하게 놓여 있는 달걀 등 선수들의 몸 관리에 필요한 모든 기구들이 갖춰져 있었다. 임대 전에 비해 선수들의 몸은 대부분 근육질로 볼크림된 모습이었다. 부상으로 정상 훈련이 불가능한 선수들은 오전 대부분을 재활하는 데 시간을 할애한다.

11시 30분까지 오전 운동들 마친 선수들은 꿀맛 같은 점심식사 시간을 갖게 된다. 상무의 밥은 그 어떤 곳보다 최고의 맛을 자랑한다고. 핸드볼코리아가 취재를 위해 찾았던 3월 16일, 점심식사 메뉴는 ‘닭곰탕’이었다. “군대밥 맛있어요”라는 말이 절로 나올 법했다. 상무 선수

들 역시도 한 목소리로 “정말 맛있었다(웃음). 물론 사회에서 먹는 밥과는 비교할 수 없지만 그래도 그나마 일반 군인들에 비해 잘해준다는 느낌을 받고 있다”고 말했다.

일반 군인들과 달리 상무 선수들은 점심 식사 후, 오침(늦침) 시간을 갖는다. 체력 소모가 큰 시즌 기간에는 특히 오침은 필수다. 몸이 재산인 선수들을 위한 상무의 배려이기도 하다. 오후 훈련에 들어가 상무 선수들은 먼저 샤워를 먼저 하고 몸 풀기에 나섰다. 각자 자신의 루틴대로 샤워 연습에 매진했고, 이어 조영신 감독과 손병진 코치 지휘 하에 전술 훈련이 시작됐다.

아무래도 시즌 중이라 보니 개인 훈련보다는 팀 전술 훈련 비중이 높았다. 본대장이자 주장인 박순근을 중심으로 연민호, 원민준이 이끈 상무 선수들은 훈련 시간 내내 진지한 눈빛으로 훈련에 임했다. 그렇다고 웃음을 잃은 채 운동한 건 아니다. 고된 훈련 속 선수들의 면면에선 웃음꽃이 피어날 때도 있었다. 상무 선수들은 ‘나의 발전이 곧 모두의 발전’이라는 말대로 단 1분도 허투루 보내지 않았다. 본 훈련이 끝나고 나서는 박순근을 중심으로 자신의 부족한 점을 보완하기 위해 이야기를 나눴고 각자 추구하는 핸드볼에 대해 토론하며 오후 훈련을



마무리했다.

군 생활에서 가장 행복한 시간은 언제일까. 군대에서 모든 이가 그렇듯, 개인적으로 부족한 점을 채우거나 취미를 즐길 수 있는 개인정비 시간을 최고로 꼽았다. 개인정비 시간을 재할 치료를 하거나 자신들의 부족한 부분을 채우는 선수들이 있는가 하면, 드라마, 영화를 보거나 사이버지식정보방을 이용하여 사회와 간접적인 접촉을 하고 있는 선수들도 당연히 있었다.

‘당구 마니아’ 박재용은 “취미를 즐길 수 있는 것들이 많다. 그 중에서도 나는 1층에 있는 당구장을 많이 이용하는 편이다. 또, 넷플릭스 영화를 보거나 음악 감상을 하며 개인정비 시간을 보낸다”라며 일반 군인들과 크게 다르지 않음을 알렸다.

승후, 서우의 아빠 박순근은 아들, 딸과의 영상통화로 개인시간을 주로 보내 ‘아들 바보’, ‘딸 바보’임을 증명했다. 박순근은 “첫째가 5살이고 둘째는 둘이 갓 지났다. 첫째는 어느 정도 커서 아빠 목소리를 아는 데, 둘째는 아직 아무 것도 모를 때라 아빠한테 큰 관심이 없는 것 같다(웃음). 그래도 많이 보고 싶다. 휴가 한 번 나가면 아-만큼 컸었다”라고 웃었다.

그런가 하면 이요섭은 개인정비 시간에도 핸드볼 삼매경에 빠져 있다고. 이요섭은 “개인 운동을 따로 하기도 하고 또 휴대전화를 이용해 영상을 보면서 공부할 하기도 한다”라고 핸드볼에 대한 애정을 듬뿍

라냈다. 개인정비 시간이 모두 마무리되는 20시 30분부터 상무 선수들은 각자 생활관 청소를 한다. 지금부터는 일반 군인들과 크게 다르지 않다. 22시가 되면 취침에 들어가고 취침 시간 중 불침번이나 경계군무를 서는 선수들도 있다.

상무선수들에게 포상 휴가란?

국군 장병이라면 모두 꿈꾸는 휴가. 그것도 정기 휴가가 아닌 포상 휴가라면 훨씬 특별하다. 지난 2월 16일 두산전을 마치고 상무 선수단 전원은 3박 4일짜리 포상 휴가를 받았다. 1승 때마다 주어지는 와빅과 차원이 달랐다. 이날 상무는 선두 두산에 28-31로 패했다. ‘졌잖아(졌지만 잘 싸웠다)’, 결과는 패배였지만 상무 선수들의 투지와 열정은 박수받기에 마땅했다. 부상선수가 속출한 가운데도 선두 두산을 상대로 경기 막판까지 물고 늘어지며 선전한 것. 비록 한끗 차를 극복하지 못해 대어를 잡는 데는 실패했지만 당시 부산가정체육관을 방문한 상무 2경기대장 장대원 중령은 상무 선수들의 놀라운 경기력에 감탄했고, 곧바로 선수 전원에게 포상휴가를 보내라고 지시했다.

흔치 않은 포상휴가를 얻은 이요섭과 박재용은 “경기에서 졌는데도 장대원 대장님께서 열심히 싸워줬다며 휴가를 주셨다. 더 잘하라는 뜻으로 주신 선물이라야 한다. 대장님께서 팀에 늘 많은 관심과 응



원을 해주신데 이 자리를 빌려 감사드리고 말씀드리고 싶고 앞으로 더 훈련에 매진해 다음 경기에서는 꼭 승리하는 모습 보여드리겠습니다”라고 환하게 웃었다.

하지만 안타깝게도 박순근은 이 같은 혜택을 받지 못했다. 전역을 코 앞에 두고 있어 이미 쓸 휴가가 남지 않기 때문이다. 박순근은 “4월 전역인데 제가 지금 처한 상황이 딱하다(웃음). 휴가가 이미 방일 대로 방여서 더 이상 쓸 수가 없는 상태”라며 “경기대장님께서 후임들을 위해 주신 선물이라고 생각한다. 조금은 아쉽지만 멀리 부산까지 찾아오셔서 저희를 챙겨주시고 관심 가져주셔서 감사할 따름”이라고 장대원 경기대장을 향한 감사함을 전했다.

누구나 그렇듯 첫 휴가가 주는 성령은 이루 말할 수가 없다. 인터뷰에 응한 세 선수에게 첫 휴가에 대해 묻자 먼저 박재용은 “나야면 4박 5일이 4.5초였다. 딱히 한 것도 없는데 스포츠도 금방 지났다. 또, 군 생활 때문에 너무 익숙해져있다 보니 휴가를 나가도 밤 10시가 되면 자고 오전 6시가 되면 눈이 떠지더라”라고 돌아봤다. 박순근은 “휴가 나가는 날보다 전날 너무 떨리고 설레어서 잠을 설쳤던 기억이 난다”고 첫 휴가를 기억했다.

졌잖아는 이제 그만!

정규리그를 3경기 남짓 남겨둔 현재 상무는 3승 14패로 6개 구단 가운데 최하위에 위치해 있다.

상무는 그간 강팀과의 맞대결에서 비교적 잘 싸우고도 사소한 곳에서의 차이를 극복하지 못해 패했던 날이 많았다. 지난 14번의 패배 중 8번이 세 골 차 이내 패배했다는 점이 이를 증명한다. 이 때문에 ‘졌잖아 팀’이란 못지 못한 수식어가 붙기도 했다. 물론 여기에는 객관적 전력

에서 열세에 놓인 데다 부상자 속출 등의 이유로 가용 인원이 부족한 탓도 있다. 그런 선수들에게 ‘졌잖아(졌지만 잘 싸웠다)’ 패전이 이제 자칫지긋할 지도 모르겠다.

주장 박순근은 “항상 잘 싸우고 한끗 차이를 극복하지 못해 지는 경기가 많았다. 1점 차 승부를 모두 극복했다면 지금 1위하고 있을지도 모른다”라고 웃으며 “다음 시즌에는 후임들이 졌잖아는 머릿 속에서 지우고 최대한 이기는 경기를 많이 했으면 좋겠다”라고 바랐다.

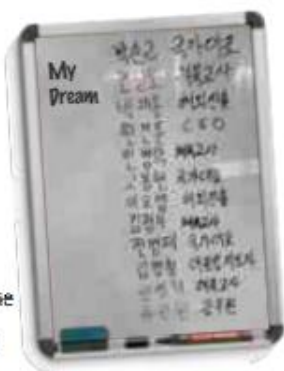
1-4위까지 주어지는 플레이오프 진출은 이미 물 건너 갔다. 하지만 유종의 미는 거둬야 한다. 다소 의욕이 떨어질 법도 하지만 선수들도 끝까지 군인정신을 잃지 않으며 마지막 자존심을 위한 1승을 따내겠다는 각오다. 지난 3월 25일 청주 SK 호크스 아레나에서 펼쳐진 충남도청과의 경기에서는 24-21로 승리, 시즌 3승 패를 수확했다. 골키퍼 박재용이 빛났다. 박재용은 이날 선발 출전해 44개의 상대 속 중 무려 17개(방어율 50%)를 막아내 경기 MVP에 선정됐다.

박재용은 경기종료 후 중계방송사 수훈 선수 인터뷰에서 “연패를 끊게 돼 기쁘다. 시즌 초반보다 방어율, 세이브 수치가 떨어졌는데 그런 기록에 연연하지 않고 이기고자 하는 마음이 컸다. 남은 경기에서도 끝까지 최선을 다하겠다”고 승리소감을 전했다.

올시즌 리그에서는 상무 출신 선수들의 활약이 상상치 않다. 두산 상무세 주역 김동욱, 장동현(SK호크스) 등이 전역 후 팀에 합류하자마자 중요한 역할을 맡고 있다. 김동욱은 한층 성장한 모습으로 대표팀에서도 돋보이는 존재감을 선보였다. 지금 상무에 있는 선수들 역시 이들과 같은 활약을 꿈꾸며 구슬땀을 흘리고 있다. 이들에게 좋은 자극제가 되어 선수환을 만들고 있는 것.

4월 심병으로 전진하는 박재용은 “김동욱 선배가 전역해서 활약하는 모습을 나도 보여주고 싶다. 상무에 있는 동안 기량을 많이 늘리고 싶





다"는 포부를 밝혔다. 이어 박재용은 "상무에 있으면서 몸 관리를 더 중요시하게 된 것 같다. 바깥에서 있을 때보다 몸 관리나 기술 발전 생각을 스스로 많이 할 수 있는 것이 좋다"며 발전된 모습에 대한 기대감을 높이기도 했다. 육군인이 이끌던 상무는 이제 그 무적중심이 연민도와 이요섬, 박재용으로 옮겨진 전망이다. 현재 득점 2위를 달리고 있는 이요섬을 중심으로 빠르고 공격적인 팀으로 팀 컬러가 바뀔 수 있다. 이요섬은 "앞으로라도 소속팀에 있을 때보다는 좋은 시건도 많아지고 여기서의 내거 주축으로 활약하게 되니까 더 좋은 책임감이 생기게 했고, 어떻게 해서든 증명해야겠다는 마음 가짐을 갖게 됐다"며 "김득남씨에서도 볼에 박힌 플레이보다는 다양한 플레이를 시도해보고 주둔하신다. 덕분에 저 역시 이전에 시도하지 않았던 플레이도 시도해보면서 다양성을 갖출 수 있게 됐다. 앞으로는 더 재능과 다양한 플레이를 보여드리겠다"라며 달라질 모습을 약속했다.

아치릴 상무에서 복무 중인 선수들은 강인한 군인정신을 바탕으로 기량 향상을 위해 각자의 자라에서 최선을 다하고 있었다. 각자의 노력 이연가에는 달랐지만 열매를 맺기 바랐다.

본대장 박순군은 4월 전역을 앞두고 있다. 박순군은 “군 생활을 통해 사회에서 알지 못했던 편안함과 사소한 것에 대한 감사함을 가지게 되는 것 같다”라며 군 생활을 얘기하자, 이요셉과 박재용도 이에 고개를 끄덕이며 감사함과 인내를 배워보고 거듭했다. 전역을 30여일만 앞둔 박순군은 3월 15일엔 남귀동 있는 박순군은 핸드볼코리아 인터뷰를 통해 후원들과의 추억 한 장을 남겼다. 박순군은 중심으로 한 심무 선수들은 전투복을 입고 야외에서 다양한 포즈를 취하며 군인으로서 늠름함을 뽐냈다. 사진 촬영을 마친 뒤 박순군은 “이 행차로는 앞으로 다시 오기 수가 없지 않나. 전역을 앞두고 후원들과 사진 촬영을 하며 멋진 추억도 할 것 같다. 전역을 겪었다. 언제 이 행차가 언제 어떻게 다시 모여서 사진 촬영을 해보겠다. 나에겐 평생 잊지 못할 추억이 될

것'이라며 군 생활을 이야기했다.

이들의 앞에서 이야기를 들은 이요셉은 “반달이 아니라 박순근 병장님과 꽃게나마 군생활을 함께 하게 돼 영광이었다. 평소에 박순근 병장님에도 항상 하는 얘기인데, 밖에 나가면 박순근 병장님과 같은 틈에서 뛰어봤으면 좋겠다”는 말을 많이 한다. 지예전 최고의 리더였다고 박순근을 치켜세웠다. 이어 박복용 역시도 “한 가정의 가장이다 보니까 아무래도 책임감이 강하다. 또, 후임들이 고충을 잘 들어주는 편이고 고인 상심도 많이 해준다. 아싸 같은 느낌”이라고 박순근 병장에 대해 이야기했다.



문답 소수명에서는 무당파가 이적세력은 취임과 차이가 나 볼정까지 믿게 됐는데 막히 부담이 있겠고 그렇지 않다고 해서 실망이 떨어진 취임들이 많아 개인적으로 보면 점도 많고 많은 시간을 뛰면서 할 것 같고도 이득을 볼 수 있었다. 거를 말하지만 무엇보다도 이 변화가 다시

이도민 내 인생의 터닝포인트라고 말할 수 있다. 아무래도 소속팀에 있을 때보다는 출전 시간이 많아지고 여기서는 내가 주축으로 활약해야 되니 그에 따른 책임감이 생기게 됐고, 어떻게 해서든 증명해야겠다는 마음 가짐을 갖게 됐다. 아직 군생활 반도 못했지만 상무 생활로 인해 운동적으로나 생활적으로나 많은 것들이 바뀌었다.

박정호 발전은 있을 수 있는 곳이다. 상무는 정말 온갖 어려운 건담을 수적으로 많은 데 있다. 특히 나외의 경우, 소수 당파로 있을 때는 열렬적인 부분에서 크게 진보와 경기를 그르친 적도 있었는데, 상무에 와서는 오히려 지양할 밖에 생각할 겨를이 없다. 나를 한번 더 물어보게 하고 열렬적으로 도와 주게 되니 생각할 수 있었다.

상무 선수단을 이끌고 있는 조영신 감독은 상무 핸드볼단의 산중임 이라고 해도 과언이 아니다. 10년여전 강산도 변한다고 했는가? 조영 신 감독이 코치 시절을 포함하면 상무에 몸담은 시간은 어느 덧 햇수 로 33년 됐다. 국제체육부대에 전 종목을 통틀어도 역대 최장수 감독 에 해당한다. 강산이 세 번 바뀔 세월인 만큼 그의 손을 거친 선수들 만 해도 수백 명에 달한다.

겉으로는 강한 인상을 풍기지만 실제로는 부드러운 카리스마의 소유자로 통하는 조영신 감독의 리더십을 믿고 따르는 선수들도 많다고 한다. 박순근은 “처음에는 굉장히 무서울 것 같았는데 실제로 겪어보니 정말 따뜻한 분이라는 걸 느꼈다. 감독님께서는 선수단 모두를 끌고 간다는 마인드를 품고 계신다. 그만큼 선수들을 아끼고 아꼈처럼 생각하신다. 또, 감독님한테서만 느낄 수 있는 특유의 카리스마가 있다”라고 지적 세웠다. 조영신 감독은 33년 몸 담은 상무에 대해 “엄마 품속 같으면서 인생의 동반자 같은 곳이라고 생각했다.”



Q 올해로 삼무 감독 부임 33년째다. 지난 날을 돌아켜보면?

정신 없이 지나갔다고 해야 할까. 33년이라는 시간이 정말 지루할 틈 없이 선수들과 동거동락하면서 재배웠던 것 같다. 다만 가연 갈수록 군 복무 기간이 줄어들다 보니 그에 따라 선수 구성이 자주 바뀌다 보니 팀워크를 맞추는 데 어려운 부분이 있다.

Q. 가장 기억에 남는 순간은 언제인가.

매년 역사가 만들어진다. 그중에서도 90년대 후반 4연패 했을 때도 기억에 남고 2015년도 마지막으로 세계군인체육회에 나갔던 때도 기억에 남는다. 또, 장전규가 주축으로 활약했던 2016년에는 팀 사장이 그 대회 중지는 않았는데 어려운 상황 속에서도 전국체전 우승을 차지했다. 2011년 7월을 데리고 챔피언결정전에 간 것도 기억나고. 반 면, 부상자가 많이 나와 안타까웠던 때도 있었다. 매 순간 순간이 다 한테는 희로애락이 있다.

Q. 선수를에게 강조하는 점은?

인성, 예의범절이다. 기본적으로 전두복 입은 순간에는 군인으로서 품행, 용모 등을 바르게 해야 한다. 운동적인 부분에서는 기본적으로 대한 부분을 많이 강조한다. 선수 시절 파워 넘치는 플레이어보다는 아끼기하면서 영리한 플레이를 선호했기 때문에 기교적인 부분도 많이 강조한다. 또, 상무에서 군 생활하는 동안 하나라도 얻어가게 해 주고 싶어 한다. 스스로 연구하고 노력하는 자세에 대해서도 얘기해준다.

Q. 지도자로서 목표는 무엇인가.

전반까지 5년 정도가 남았다. 지금처럼 늘 그래왔듯 한글 같은 자제로 선수들의 능력을 끌어올려 소속 팀으로 보내는 역할을 하고 싶다. 더 나아가 더 열정적인 자제로 선수들을 지도해 한국 핸드볼이 국제 경쟁력에서 뒤지지 않게끔 미약하게나마 가고 역할을 하고 싶다.

상무는 개인의 팀이 아닌 대한민국의 팀이다. 제가 부대를 떠나는 그 날까지 국민 정신, 팀워크 강조해 상무 팀 정신에 맞게 올바른 팀을 만드는 것이 목표다.

Q. 핸들링 인생에 있어서 상무란 어떤 의미인가?
내 인생의 전보다. 아마 내 인생에서 상무를 하게 된다면 70%는 없
지 않을까 싶다. 때로는 얼마 품속 같으면서도 또 때로는 인생의 동반
자라고 생각한다.

감독	조영신
코치	손병진
선수	박순근, 연민모, 박재용, 원민준, 민병탁, 고봉현, 이요셉, 김정우, 전영태, 김병철, 권성현, 유지원

“선수들의 그림자가되고 싶어요”

광주도시공사 박예슬 트레이너의 소박한 목표

코트 곳곳에는 선수들 외에 각자 맡은 바 역할에 충실하고 있는 수많은 사람들이 있다. 동분서주 발로 뛰며 무한한 에너지를 쏟아붓지만 선수만큼 쉽게 눈에 띄지는 않는다. 그래서 <핸드볼코리아>가 코트 밖에 있는 많은 사람들을 만나보고자 한다. 두 번째 주인공은 선수들의 몸 관리를 책임지는 트레이너다. 모든 운동선수에게 있어서 몸 관리는 필수. 장기 레이스를 치르는 만큼 선수들도 트레이너들에게 큰 도움을 받는다. 그리고 여기, ‘광주도시공사가 좋아서’라는 이유로 5년째 광주도시공사 선수들의 곁을 지키는 아가 있다. 박예슬(27) 의무 트레이너가 바로 그 주인공이다.

글: 서호민 기자 사진: 본인 제공

박예슬 트레이너

생년월일
1996년 9월 25일
학력
대구한외대 한영스포츠의학과 졸업
경력
2019~현재
광주도시공사 메인 트레이너

Q. 먼저, 자기소개 부탁드립니다.

2019년부터 광주도시공사 선수들의 몸을 책임지고 부상 회복 재할을 돕고 있는 박예슬 트레이너입니다.

Q. 구체적으로 선수들의 어떤 트레이닝을 담당하고 있나요?

선수단 훈련에 맞춰서 같이 이동하는데 보통 훈련 시작하기 전에 스트레칭으로 몸을 풀 뒤 테이핑 작업을 해요. 본격적인 훈련이 시작되면 선수단 훈련하는 것을 지켜보다가 부상이 발생할 경우 코트에 투입해서 근육을 풀어준다든지 필요 시에는 병원에 동행합니다. 마지막으로 훈련이 끝나면 스트레칭으로 마무리를 합니다. 그 외에 속소로 돌아가서는 선수들의 몸을 아사지 하는 역할을 하고 있습니다.

Q. 트레이너라는 직업을 갖게 된 계기는 무엇인가요?

한방의학과를 전공했는데 대학교 1학년 때 심박사청 경기에 실습을 나가 적이 있어요. 그때 학교 교수님께서 성격도 좋고 이 일에 잘 어울릴 것 같더라 여러 구단에 추천해주셨어요. 그리고 대학을 졸업하고 광주도시공사에서 같이 일해볼 생각이 없냐고 먼저 제안해주셔서 저도 입단하게 됐어요.

Q. 트레이너 준비를 정말 열심히 한 것 같은데요. 공부에는 얼마나 했나요?

고등학교 때까지만 해도 제가 스포츠 관련 학과로 진학할 거라고는 생각도 못했어. 어릴 때부터 운동도 좋아하고 활발해서 고등학교 선생님께서 스포츠 관련 학과로 전공을 선택하면 좋을 거 같다고 조언해주셨어요. 그때부터 재활학과, 스포츠의학과 등 스포츠와 관련된 학과는 다 지원했던 것 같아요.

Q. 핸드볼 선수들은 주로 어떤 부상을 많이 당하나요?

핸드볼 선수 하면 팔을 많이 사용하기 때문에 어깨 부위를 많이 다칠 거라고 생각하시는 분들이 많은데, 가장 많이 다치는 부위는 무릎이에요. 핸드볼 종목 특성상, 빠르게 방향전환, 점프 후 착지 동작도 많아서 무릎이 많이 뒤틀리게 되거든요. 무릎이 가장 많이 다치고 그 다음 아킬레스건, 발목 손으로 부상을 많이 입는 편이에요.

Q. 그렇다면 무릎 부상을 방지하기 위해 특별히 하는 훈련이 있나요?

훈련, 경기 모두 해당사항인데 운동을 하고 나면 하체 피로도가 높기 때문에 하체 위주로 스트레칭을 꼭 해줘요. 그리고 경기 시작 전에는 무릎 운동을 세 방향으로 나눠서 해요.

Q. 오프시즌에는 선수들 몸 관리나 루틴은 어떻게 하신지도 궁금해요.

오프시즌에는 시즌을 위해 몸을 만들어야 하기 때문에 오전에는 무조건 웨이트 트레이닝을 하고 오후에는 축구로 체력을 키우고 포지션 별로 감독님이 코칭을 하고 합니다.

Q. 부상은 선수들에게 숙명처럼 따라다니죠. 팀에 부상자가 발생할 때면 트레이너로서 마음이 좋지 않은 거 같아요.

제가 4년 차까지는 아쉽다 할 큰 부상을 당하는 선수가 없었는데 올 시즌에만 시즌아웃급 부상을 당하는 선수만 2-3명 정도가 됐어요. 시즌 끝까지 선수들과 함께하지 못해 아쉬움이 있고, 제 개인적으로

도 마음이 편치 않아요. 시즌 도중에 수술해야 하는 선수들도 발생했고요. 이런 경우는 처음이라 당황스러웠죠. 그래도 다행스럽게도 기존에 남아 있는 선수들이 잘해주고 있어서 남은 경기를 잘 마무리할 수 있을 것 같아요.

Q. 트레이너에서 가장 중요하게 생각하는 것은 무엇인가요?

웨이트 트레이닝과 코어 트레이닝이라고 생각해요. 특히 코어 트레이닝의 경우, 감독님께서도 선수들에게 많이 강조하시는 부분인데, 왜 건물들 지으려면 기둥, 천장이 튼튼해야 한다고 하잖아요. 신체도 마찬가지로 몸의 중심이 잘 잡혀 있어야 버티는 힘이 생기고 밸런스를 유지할 수 있어요.

Q. 트레이너님 기준으로 선전적으로 신체능력이 가장 타고난 선수는 누구인가요?

강경민 선수요. 몸이 너무 좋아요. 가진 게 많은 거죠. 사람들은 체력이 많아 힘이 약해보일 거라 생각하는데 정말 강합니다. 속근육들이 정말 잘 자리 잡았어요. 선수들 가운데 웨이트트레이닝 무조건 많이 드는 축에 속하기도 하고요. 유산소 능력이나 민첩성 면에서도 가장 뛰어난 선수라고 생각합니다.

Q. 트레이너로서 가장 보람을 느꼈던 순간은 언제인가요?

예를 들면 허리가 아픈 선수가 있다고 하면 허리를 강화시킬 수 있는 운동을 꾸준히 시킨 다음 효과가 나타났을 때나, 또 선수들에게서 “그 운동을 한 이후로 아프지 않았어요”라는 한마디를 들었을 때 가장 큰 보람을 느끼는 것 같아요. 크게 돋보이지는 않지만 선수들의 그림자 역할을 하고 있다는 점에 만족감을 느껴요. 이렇게 소소한 생활에 만족하고 행복감을 느꼈다면 구단 트레이너 활동 추천해드리고 싶어요.(웃음)

Q. 광주도시공사에 어느덧 5년째 몸 담고 있어요. 짧다면 짧고 길다면 긴 시간인데요. 5년 간 팀에서 계속 트레이너로 활동할 수 있었던 원동력이 있다면요.

아직 다른 팀 선수들은 경험해보지 않아서 잘 모르겠지만 광주도시공사 선수들은 일단 다들 순수하고 착해요. 안정적으로 머무는 걸 좋아해서 이렇게 5년 넘게 한팀에만 있는 것 같기도 한데, 또 그만큼정이 많다는 의미이기도 해요. 그래서 광주도시공사를 못 벗어나는 게 아닌가 싶네요. 하하.

Q. 앞으로 트레이너로서 이루고 싶은 목표가 있다면요.

지금은 시즌 중이라 바쁘지만 틈틈이 재할 관련된 자격증 공부하고 있어요. 건강운동관리사 자격증인데 이 자격증을 취득하게 되면 활동할 수 있는 무대가 더 넓어지죠. 트레이너로서 더 성장할 수 있는 발판이 될 수도 있고요. 사실 직년에는 불합격을 했는데 올해는 좋은 결과가 있었으면 좋겠어요.

Q. 마지막으로 어떤 트레이너가 되고 싶나요.

거창하게 대단한 걸 이루겠다는 목표는 없어요. 그저 지금처럼 선수들의 그림자 같이 선수들과 라보 형성을 잘해서 사람 좋고 믿음을 주는 트레이너가 되고 싶습니다. ☺



수많은 처음의 주인공이 되다! 대한민국 비치핸드볼 국가대표의 성장 드라마

대한민국 비치핸드볼 국가대표팀이 새로운 역사를 쓰고 돌아왔다. 3월 10일부터 19일까지 인도네시아 발리에서 진행된 아시아핸드볼연맹(AHF) 아시아비치핸드볼선수권에 출전하며 첫 국제대회 무대에 오른 대표팀은 14일 사우디아라비아를 상대로 첫 피리어드 승리를, 17일 중국을 상대로 첫 매치 승리를 따내며 값진 경험을 쌓았다. 최종 9위의 성적으로 대회를 마치고 돌아온 김동요 감독, 차재우 코치, 연상진 선수의 이야기를 <핸드볼코리아>가 들어봤다.

글: 김희수 기자 사진: 차재우 코치 제공

경험의 차이 하지만, 팀은 하나가 됐다

첫 출전한 국제대회에서 거둔 11개 팀 중 9위라는 성적은 대표팀에 아쉬움과 희망을 모두 남겼다. 차재우 코치는 "아쉬움을 남긴 대회였다. 사우디아라비아전을 승리했다면 더 좋은 다음 경기들을 보여드릴 수 있었는데 그러지 못해 아쉽다"는 소감을 전했다. 김동요 감독은 "연습량이 적었고, 새로운 것들을 받아들이는 과정보다 보니 쉽지 않았다. 다만 현지에서 베트남/쿠웨이트/인도네시아 같은 팀들과 연습 경기를

치렀는데 그 팀들은 우리가 이기더라. 앞으로 더 잘 준비하면 상위권도 노려볼 수 있을 것 같다"며 희망을 드러냈다. 직접 경기를 뒀던 연상진은 "우리가 비치핸드볼을 늦게 접했다 보니 경험에서 차이가 있었고, 상대 팀에 유연성이 좋은 선수들이 많아서 퍼포먼스 쪽에서도 우리랑 많이 차이가 있다고 느꼈다"는 솔직한 후기를 들려줬다. 대회 기간 동안 가장 질린 부분을 묻는 질문에 차 코치와 연상진은 같은 대답을 들려줬다. 바로 '단합'이었다. 차 코치는 "고장들이 역할을 굉장히 잘 해줘서 단합이 잘 됐다. 훈련 시간이 부족했음에도 팀 분위

기가 좋았고 선수들이 하나로 뭉쳤기 때문에 좋은 경기를 할 수 있었다"고 답했고, 연상진 역시 "한마음 한뜻으로 이기고자 했던 마음이 경기로 드러났다는 것과, 우리만의 방법으로 경기를 풀어 나간 것이 좋았다"고 대표팀의 팀워크를 강조했다.

물론 아쉬움도 컸다. 특히 1피리어드에 첫 피리어드 승을 거두고도 2피리어드를 내준 뒤 숫아웃 끝에 패한 사우디아라비아전은 통탄의 한 판이었다. 김 감독은 "선수들이 1피리어드를 승리한 뒤 흥분해서 실수가 많이 나왔다. 짙은 패스 미스가 실정으로 이어지곤 했다"고 당시를 돌아봤고, 차 코치 역시 "선수들한테 너무 흥분하지 말고 차분하게 다시 해야 한다고 했다. 그런데 우리 팀에서 2명의 선수가 퇴장당하며 전술에 문제가 생겼고, 이로 인해 몇몇 선수가 기존과 다른 포지션을 뛰게 되면서 손, 발이 잘 맞지 않아 결국 패했다"며 아쉬움을 숨기지 않았다. 결국 대한민국은 카타르, 이란, 필리핀, 사우디아라비아에게 모두 패하며 A조 최하위에 머물렀다.

역사에 길이 남을 국제대회 첫 승

그렇게 조별예선을 마친 대표팀은 17일 중국과 9-10위 결정전을 받게 됐다. 그리고 이 경기에서 대한민국 비치핸드볼 역사에 길이 남을 국제대회 첫 승을 올렸다. 당시의 상황을 묻자 차 코치는 "사우디전에서 1피리어드 승리를 하자 기사에 한 문장이 실렸었다. 그래서 중국전을 앞두고 선수들에게 '우리가 경기에서 승리한다면 비치핸드볼의 역사를 쓰는 것이고, 한 문장은 한 페이지가 될 거다'라고 말했는데 선수

들이 역사를 쓰고 한 페이지를 만들었다. 대한민국 비치핸드볼 1기 국가대표가 첫 승을 거둔 순간이 너무 기쁘다"는 대답을 내놨다. 연상진 역시 "경기 전 미팅 때부터 꼭 이기고자, 우리가 역사적인 첫 승을 해보자고 다짐했는데 그게 정말 이뤄져서 너무 기쁘다"며 행복함을 숨기지 않았다.

의미 있는 첫 걸음을 뒀지만, 대한민국 비치핸드볼이 국제대회에서 경쟁력을 갖추기 위해서는 아직 갈 길이 멀다. 가장 큰 대회인 세계선수권에 출전하기 위해서는 이번 대회에서 2위 안에 들어야 했다. 현재로서는 까마득한 목표다. 김 감독과 차 코치는 선수 수급이 가장 중요하다고 입을 모았다. 김 감독은 "이번에는 대학들이 도와주긴 했지만 인도어 핸드볼 최상위권 선수들을 데려가는 데는 어려움이 있었다"고 밝혔고, 차 코치는 "이번 대회에서 1등은 한 카타르 역시 인도어 국가대표 선수들이 있다. 우리나라에서는 아직 비치핸드볼을 경험하지도 못한 선수들이 대부분이다. 국가대표에 발탁되어 소집하더라도 비치핸드볼 이해를 시키고, 기초 동작을 가르쳐야 한다"며 아쉬운 점을 토로했다.

소중한 경험이 된 이번 대회를 마친 김 감독과 차 코치, 연상진은 마치 막으로 마음을 전하고픈 사람들에게 감사 인사를 건네며 인터뷰를 마쳤다. 대한민국 비치핸드볼 국가대표팀의 의미 있는 첫 걸음을 함께 내딛은 세 사람이 앞으로는 해변 위에 또 어떤 발자취들을 남겨 갈지 기대된다. 📖

김동요 감독의 감사 인사

대한핸드볼협회 이준상 상임 부회장님과 팀 닥터 겸 트레이너 연태국 선생님이 우리에게 정말 많은 도움을 주셨습니다. 협회의 안정현 대리도 동분서주하면서 현장에서 많이 도와주셨고, 정말 고맙습니다. 차재우 코치와 선수들도 고생 많았습니다. 덕분에 사고 없이 대회를 잘 마무리했습니다. 정말 수고 많았습니다!

차재우 코치의 감사 인사

막내 경호, 미소를 잃지 않고 열심히 해서 고맙다. 지만아, 재우, 우영아, 기유는 고장을 따라서 열심히 해줘서 고맙고, 찬영아도 묵묵하게 중간역할 잘 해줘서 고맙다. 고장들인 승원아, 상진아, 지훈아, 건이도 형으로서 선행으로 좋은 모습 보여주고 해주셔서. 짧은 기간이지만 하루하루 치열한 열정을 보여준 선수들에게 발리의 날씨보다 뜨거운 박수를 보내고 싶습니다!

연상진 선수의 감사 인사

날씨 때문에 저와 같이 소리 질러주시고 많은 것들을 가르쳐주신 김동요 감독님 너무 감사드립니다. 저희가 흔들리지 않게 경기 도중에도 계속 이끌어주시고, 저희가 할하는 것들에 항상 귀 기울여 주신 차재우 코치님에도 감사드립니다. 항상 많은 도움 주시고 밖에서 큰 목소리로 응원해주신 협회 안정현 대리님, 저희가 최대한 편하게 경기에 임하게 할 수 있게 해주시고 격려와 항상 좋은 말씀 해주신 이준상 부회장님, 저희가 다치거나 넘어 한 호흡씩 저희를 항상 돌봐주시고 걱정해주신 연태국 트레이너님까지, 도와주신 모든 분들에게 감사합니다!



페트병부터 북까지, 개성만점 응원 방법!

이날 고성의 하늘은 무척 흐렸다. 간헐적으로 소나기가 떨어지기도 했다. 그러나 고성국민체육센터 안에는 마치 평평한 햇볕이 떠 있는 듯한 열기가 가득했다. 이날 경기장에는 선수들의 가족·친구·지인들이 관중석에서 열정적인 응원을 선보였다. 응원 도구도 다양했다. 응원단에 빠지면 섭섭한 아이엠인 북은 물론이고, 빈 페트병에 팀을 상징하는 색깔을 입혀서 응원병으로 쓰는 사람도 있었다. 응원석 난간에는 팀과 선수들을 응원하는 플래카드와 현수막도 여러 개 걸려 있었다. 경기가 시작되면 응원단은 각자 준비한 응원법대로 목청껏 선수들을 응원했다. 공격/수비 상황에 따라 다른 방법으로 응원하는 모습은 마치 프로경기장을 연상케 했다. 멋진 공격이나 극적인 수비가 나올 때

마다 응원단의 환호성은 커졌다. 경기가 끝나고 나면 응원단은 승패와 관계없이 당 팀 선수들에게 아낌없는 박수를 보냈고, 시상식이 진행될 때도 큰 함성과 박수로 수상자들을 축하했다.

'인천 내전' - '충청만 남북전쟁' 발발, 과연 결과는?

이날 여중부와 남중부 결승은 지역에 얽힌 스토리가 있었다. 오전 10 시에 가장 먼저 치러진 여중부 결승에서는 나란히 인천광역시에 위치하고 있는 인화여자중학교와 만성중학교가 맞붙었다. 인화여중은 4강전에서 1점 차(인화여중 18:17 일신여중)의 치열한 승부를 펼치며 힘겹게 결승에 올라온 반면, 만성중은 4강전에서 전·후반 모두 2점 리드를 가져가며 비교적 여유로운 경기(만성중 16:12 중평여중)를 펼쳤다. 그러나 결승에서는 인화여중이 한수 위의 경기력을 뽐냈다. 이주은과 조민진의 활약을 앞세워 전반을 9:5로 가볍게 앞서며 경기를 주도했다. 후반 시작과 함께 만성중이 집중력을 끌어올리며 매섭게 추격했지만, 역전에는 이르지 못했다. 결국 인화여중이 최종 스코어 19:14로 만성중을 꺾고 '인천 내전'에서 승리, 여고부 최강의 자리에 올랐다. 최우수선수는 인화여중 이주은이, 우수선수는 만성중 방서연이 선정됐다.

여중부 경기와 시상식이 진행된 이후 바로 충북 진천중학교와 충남 천안동중학교의 남중부 결승이 치러졌다. 충청북도와 충청남도의 '남북전쟁'이 열린 것. 진천중은 결승 이전까지 4경기에서 122점을 올리며 (경기 당 30.5점) 막강한 화력을 과시했다. 결국 천안동중이 진천중의 화력을 얼마나 억제할 수 있느냐가 결승전의 핵심이었다. 그러나 천안동중은 전반에 진천중의 공격에 크게 휘둘렸다. 박정현의 스피드를 앞



여름보다 뜨거웠던 고성의 봄! 2023 대한핸드볼협회장배 전국중고등선수권 결승 현장에 가다

2023 대한핸드볼협회장배 전국중고등선수권이 3월 18일부터 24일까지 경상남도 고성군에 위치한 고성국민체육센터에서 열렸다. 2021년에 처음으로 치러진 이후 어느덧 세 번째로 고성에서 열린 이번 대회에는 남중부 7개 팀, 여중부 12개 팀, 남고부 13개 팀, 여고부 8개 팀 총 40개 팀이 최강자의 자리에 오르기 위해 치열한 승부를 벌였다. 과연 어떤 팀이 미소 짓고, 어떤 팀이 고개를 떨궈질까. <핸드볼코리아>가 3월 24일 결승 현장을 생생하게 담아왔다.

글. 김희수 기자 사진. 대한핸드볼협회

세운 오른쪽 공격을 좀처럼 막지 못하며 11-17로 크게 뒤진 채 전반을 마쳤다. 그러나 천안동중은 후반 시작과 함께 달라진 경기력을 선보였다. 김태환이 공격 집중력을 최대로 끌어올리며 득점 행진을 이어갔다. 천안동중의 완전자로 달라진 경기력에 진천중이 흔들리면서 후반은 천안동중의 페이스로 흘러갔지만, 경기 결과를 바꾸기에는 시간이 부족했다. 14-12로 후반 스코어는 천안동중의 우세였지만, 전반의 정수차를 극복하지 못하여 우승의 영예는 진천중의 것이 됐다. 최우선수는 진천중 오준석, 우수선수는 천안동중 박세환이 선정됐다.

일신여고의 세 번째 대관식이었을까, 조대여고의 '복수왕전'이었을까

중등부 결승전이 끝난 뒤, 고등부 경기가 진행됐다. 먼저 치러진 경기는 일신여자고등학교와 조신대학교여자고등학교의 여고부 결승이었다. 고성에서 치러진 지난 두 번의 대회에서 모두 우승을 차지했던 일신여고는 김서진, 김지아 등 세계청소년핸드볼대회 우승 멤버들을 앞세워 대회 3연패에 나섰다. 한편 조대여고에게 이 경기는 우승뿐만 아니라 복수를 위해서도 반드시 승리해야 하는 경기였다. 3월 20일 치러



졌던 A조 예선에서 일신여고에 23:29로 패했었기 때문이다. 과연 일신여고의 대회 3연패와 조대여고의 통쾌한 복수 중 어떤 꿈이 이뤄졌을까. 경기는 시작과 동시에 일신여고가 원하는 대로 흘러갔다. 골리 김다인의 선방은 여지없이 일신여고의 역습 독점으로 이어졌다. 김서진은 국가대표의 클래스를 유감없이 보여주며 속공을 수차례 선보였다. 반면 조대여고는 패스 미스를 연발하며 추격 기회를 잡지 못했다. 신체조건에서 전체적으로 일신여고에 비해 앞섰음에도 불구하고 좀처럼 강점을 살리지 못했다. 일신여고는 전반을 17:8로 압도하며 대회 3연패를 향해 순항했다. 후반에도 여전히 일신여고는 주도권을 놓치지 않았다. 후반 시작 후 5분 간 조대여고를 무득점에 묶어두는 철벽 수비를 선보였다. 계속해서 골리 다닌 조대여고는 일신여고에 짓은 2분 퇴장과 후보 선수 투입으로 잠시 흔들리는 사이 문병의 결정력을 앞세워 역공을 시도했지만, 역전까지는 이르지 못했다. 결국 최종 스코어 33:28로 경기가 끝났고, 일신여고의 세 번째 대관식이 거행됐다. 최우선수는 일신여고 김서진, 우수선수는 조대여고 박사랑의 차지였다.

팀이 흔들리면 언제나 나타난다! 문진혁, 전북제일고의 슈퍼 히어로

이날의 마지막 일정은 전북제일고등학교와 천안신당고등학교의 남고부 결승이었다. 이 경기 역시 여고부 결승과 마찬가지로 예선에서 맞붙은 팀들 간의 재대결이었다. 두 팀은 대회 첫 날이었던 3월 18일 D조 예선에서 맞대결을 가졌다. 그 경기에서는 천안신당고가 27:22로 전북제일고를 꺾으며 기분 좋은 대회 첫 승을 거둔 바 있다. 쓰러린 패배를 당한 전북제일고는 이후 점차 부상하며 경기력을 한껏 끌어올렸다. 대전대성고등학교, 산신고등학교 등 전국구 강팀들을 연파하며 결승 무대까지 올랐다. 8강전에서는 청주공업고등학교를 상대로 37점을 터뜨리며 14점 차 완승을 거두면서 기세를 올리기도 했다. 6일만의 재대결, 과연 결과는 어떻게 될까. 전반 시작과 동시에 전북제일고가 먼저 기세를 올렸다. 첫 8분 동안 5점을 올리면서 천안신당고에게는 1점도 허용하지 않았다. 천안신당고는 8분 6초에 최도훈의 첫 득점이 나오기 전까지 시종일관 전북제일

고의 페이스에 휘둘렸다. 그러나 10분대 이후부터는 천안신당고의 시간이 찾아왔다. 조유환이 연속 득점을 터뜨리며 추격의 선봉장으로 나섰다. 여기에 전문수와 이수빈까지 득점 행렬에 가담하며 천안신당고는 한 때 1점 차까지 간격을 좁히기도 했다. 그러나 이번 중요한 순간마다 2%가 부족했다. 동점을 만들 기회를 반반이 놓치며 점점 추격 의지를 잃었다. 반면 전북제일고는 천안신당고의 추격이 거세진 후반 15분 이후부터 문진혁이 에이스 본능을 일깨웠다. 문진혁은 좌우를 가리지 않는 돌파와 정교하고 빠른 슈팅으로 연가꾸 천안신당고의 골망을 흔들었다. 문진혁의 '하드 캐리'에 힘입은 전북제일고는 30:26으로 천안신당고를 꺾으며 복수에 성공함과 동시에 우승 트로피까지 거머쥐었다. 문진혁은 당연하게도 최우선수에 선정됐고, 우수선수로 는 천안신당고 김재규가 선정됐다.

MVP INTERVIEW

"세계선수권 경력이 큰 도움이 됐다"



지난해 세계선수권 우승이라는 엄청난 경험은 김서진(일신여고)을 강심장으로 만든 듯했다. 결승 무대임에도 김서진의 몸놀림은 여유롭고 가벼웠다. 대회 MVP를 차지한 김서진은 "국제대회에서 신장 차이가 나는 선수들과 붙어본 경험이 도움이 됐다. 올해 마지막까지 우승으로 끝내고 싶다"는 당찬 소감을 전했다.

- Q. 우승과 더불어 최우수선수로 뽑혔는데 소감은?**
우승하게 돼서 감격스러워요. 더불어 MVP까지 수상하게 돼서 더 기뻐요!
- Q. 가장 중점을 두고 플레이한 부분은?**
개인 플레이보다는 팀적인 연결을 중시했습니다. 선수들이 각자의 자리에서 골로 정수를 올릴 수 있게 하는 게 목표였어요.
- Q. 가장 고전한 부분은?**
중간중간 쓸데없는 퇴장이 나와서 조금 당황했습니다. 그래도 이후에 잘 풀어나가서 다행이에요.
- Q. 국제대회 경력이 도움이 됐나?**
결승 상대팀과는 신장 차이가 좀 났는데, 북마케도니아에서 치렀던 세계청소년핸드볼대회에서의 경험들이 도움이 됐습니다.
- Q. 앞으로의 목표는?**
첫 대회를 우승으로 시작했으니 마지막까지 우승하고 싶어요. 개인적으로는 아시아 주니어 선수권대회 출전이 목표입니다!



초대 챔피언의 영광 동부초 X 금산초의 밝은 내일은 이어진다

2023년 첫 대회인 제1회 대한핸드볼협회장배 전국초등핸드볼대회가 2월 6일부터 11일까지 강원도 태백의 세연중학교에서 열렸다. 태백시는 그동안 태백산기 전국중합배구대회와 대학핸드볼 통합리그 등 다양한 핸드볼 대회를 개최해온 핸드볼의 도시다.

이번 대회에는 남자부 9개 팀, 여자부 9개 팀이 참가해 초대 챔피언의 트로피를 노렸다. 남자부는 하남 동부초(이하 동부초)가 초대 챔피언의 영광을 차지했다. 천안서초, 왕지초와 함께 예선 B조에 속한 동부초는 예선에서 천안서초를 25-5, 왕지초를 22-10으로 가볍게 제압하며 4강에 직행했다. 우승을 목표로 출전한 동부초의 전진은 4강에서 멈추지 않았다. 중평초와의 4강전에서도 24-11로 상대를 압도했다. 박지호(7점), 최시우(5점), 김재준(5점) 트리오의 활약이 빛났다. 결승전 상대는 무안초였다. G-스포츠클럽, 부평남초, 천안서초, 복수

초를 모두 제치고 결승까지 올라왔다. 무안초 역시 이번 대회에서 강력한 우승 후보로 꼽히던 팀이다. 우승 후보 간의 결승전 담겨 경기는 흥미진진했다. 많은 독점이 있었다. 승자는 동부초였다. 39-24로 무안초를 누르고 정상에 올랐다. 1982년에 창단한 동부초는 40년이 넘는 전통을 자랑하는 핸드볼 명문 학교다. 해마다 우승권을 위협하며 초등학교 핸드볼계의 최강자 중 한 팀으로 자리 잡았다.

초등학교 최강팀답게 졸업한 많은 선수들이 실업리그에서 활약하고 있다. SK호크스의 하태현, 김희수, 중앙도청 편익범, 인천도시공사 정수영과 하민호가 대표적인 동부초 출신 선수들이다. 올해도 선배들이 쌓아올린 영광을 지키기 위해 열심히 준비하고 있던 동부초는 핸드볼 협회로부터 한 통의 연락을 받았다. 핸드볼협회는 각급 지도자들의 실기 지도를 강화하기 위해 디벨로퍼 연구진을 구성했다. 연구진에는

제1회 대한핸드볼협회장배 전국초등핸드볼대회가 지난 2월 6일부터 11일까지 강원도 태백에서 열렸다. 초대 챔피언의 영광은 남자부 하남 동부초, 여자부 진주 금산초가 각각 차지했다. 두 학교 모두 오랜 역사와 전통을 자랑하는 핸드볼 명문학교다. 동부초는 해마다 우승 등 좋은 성적을 기록해왔고 금산초는 이번 대회 처음으로 전국대회 우승 트로피를 들어올려 우승 감격이 2배였다. 결승 단골손님 동부초와 단골손님이 되길 원하는 금산초의 이야기를 <핸드볼코리아>가 담아냈다.
글. 박해성 기자 사진. 대한핸드볼협회 제공

1996년 애틀란타올림픽 핸드볼 은메달리스트 조은희 해설위원을 비롯해 현역 선수들과 현역 지도자들로 구성돼 있다. 연구진들은 끊임없는 연구를 통해 핸드볼 기초연구법을 만들어냈다. 협회는 "영상 자료를 제작하기 위해 동부초 선수들을 상대로 코칭해도 괜찮겠냐"고 물었다.

쉽게 찾아오지 않는 기회이자 핸드볼계를 발전시킬 계기가 될 수 있다고 판단한 동부초 김용진 감독도 흔쾌히 수락했다. 비록 짧은 시간이었지만 이 코칭과 촬영의 시간은 동부초에 엄청난 배움을 주고 왔다. 김용진 감독은 "여러 훈련법, 위장법 프로그램 등을 활용했다. 당시 배운 것들을 학교로 가지고 와서 훈련할 때 적용시켰다. 매일 하던 훈련법이 아니다 보니 선수들이 처음에는 힘들어했다. 하지만 시간이 지나고 점차 익숙해지자 선수들이 재미를 느끼는 게 보였다. 기존에 하던

훈련과는 확실히 달랐다. 이번 협회장배 우승할 때도 분명 큰 도움이 됐던 건 확실하다"라고 인정했다.

동부초의 전력구성은 올해도 탄탄하다. 주축을 맡은 5명의 6학년 학생들은 이미 지난해부터 많은 경기에 출전하며 경험을 쌓았고 이제는 팀을 이끌고 있다. 2023년 첫 대회를 우승으로 시작한 동부초 김용진 감독은 "작년부터 경기를 뛰었던 6학년을 중심으로 겨울 동안 정말 열심히 했다. 신체는 왜소하지만 경력이 있다 보니 좋은 성적을 낼 수 있었다. 모든 선수들이 열심히 해줘서 얻은 우승이기에 정말 기쁘다"고 털어놓았다. 이들 5명 가운데 김용진 감독이 직접 거른 두 명의 주축 선수가 있었다.

6학년 센터백 박지호와 골키퍼 이도준이다. "박지호는 초등학교 2학년 때부터 운동을 시작했다. 신장은 크지 않지만 센스가 좋다. 워낙 일찍

시작했기 때문에 볼 감각에 따라볼 선수라 없다. 어시스트 능력과 경기를 풀어나가는 시야는 전국 선트력 중에서 최고다. 이도훈은 초등학교 4학년 때부터 주전으로 뛸 골키퍼다. 현재 경남수 대표선수로 활약 중이고 다른 팀 감독들이 전국에서 가장 잘한다고 말하는 선수라며 자신이 지도하는 선수들을 향한 뿌듯함과 만족감을 숨기지 않았다.

그는 팀보다 좋은 스쿼드를 자랑하는 동부초가 올해 경쟁하는 두 팀이 있다. 바로 복수초와 무안초다. 김용진 감독은 “복수초가 우리와 플레이 스타일이 비슷하다. 연습경기를 해도 평평하다. 그날 경기에서 누가 더 열심히 하나, 작전을 어떻게 세우냐에 따라 결과가 달라진다. 무안초는 신장이 큰 선수가 있다. 그 선수는 신체조건이 중학생 같다. 결승전에서 상대했는데 키가 정말 아깝다. 올해는 우리와 복수초, 무안초가 3강이 아닐까 생각한다”며 시즌 예상을 했다.

해마다 상위권을 놓치지 않는 동부초지만 항상 따라오는 경쟁자도 있다. 바로 선수 수급이다. 올해도 13명의 선수들로 구성된 동부초는 5명의 6학년 선수가 졸업하면 단 8명만 남는다. 누군가로 이들의 고역을 메워야 한다. 하지만 김용진 감독에게는 익숙한 일처럼 보였다. 그는 “매년 선수가 많아져 성적이 좋은 건 아니다. 적은 선수로도 10년 동안 꾸준히 일했다. 노후가 있기 때문에 소수의 선수들로도 잘 맞춰서 해왔다”라고 말했다.

김용진 감독은 시간 날 때마다 선수 수급을 위해 직접 두 발로 뛰어난다. 그가 유망주를 스카우트 할 때 가장 중요하게 생각하는 건 운동 신경이었다. “사실 요즘 학생들은 거의 운동을 안 하려고 한다. 그래서 인근 학교 선생님들에게 운동 신경이 좋은데 운동할 곳이 없는 학생들을 추천받는다. 그 뒤에 내가 직접 가서 테스트를 해보고 관찰하면



우리 학교로 전학시켜서 운동부에 들어오게 한다. 힘들긴 하지만 대부분의 학교도 상황이 똑같다”며 출신들이 점점 줄어드는 대한민국의 어쩔 수 없는 상황이라고 했다.

해마다 팀을 정상 자리로 올려놓은 김용진 감독은 항상 선수들에게 “기본”을 요구한다. “초등학생이다 보니까 기초가 중요하다. 기초 없이 할 수 있는 건 없다. 무조건 기본에 충실해야 한다. 패스와 캐치가 안 되면 공격을 못 하고 스텝이 좋지 않으면 수비를 할 수 없다. 그래서 항상 선수들에게 기본에 충실하라고 말하고 있다”며 자신이 생각하는 코칭의 확고한 신념을 밝혔다.

끝으로 김용진 감독은 “애들아, 분명 힘들겠지만 최근 성적도 좋으니까 조금만 더 열심히 하고 서로 마음을 잘 맞춰서 우리가 목표로 하고 있는 5월 소년체전까지 함께 열심히 해보자”라고 말했다.

창단 24년 만에 맞이한 감동적인 첫 전국대회 트로피

여자부에서는 진주 금산초이하 금산초가 협회장배 트로피를 들어 올렸다. 인천구월초, 천안서초와 함께 8조에 속했던 금산초는 함께 예선을 통과했다. 구월초와 경기에서는 박문정(8점), 천안서초와 경기에서는 추민경(11점)을 막는 데 힘들이었다. 하지만 금산초의 진정한 힘은 한 명의 선수가 아닌 여러 선수들의 고른 활약에서 나왔다. 구월초와 경기에서는 무려 6명이 득점에 성공하며 12-8로 승리했다. 천안서초와의 경기에서도 4명이 14점을 합작하며 14-11로 이겼다. 예선에서 2승을 기록하며 4강 진출에 성공한 금산초는 태백 황지초와 결승전 티켓을 두고 만났다.

전반을 2-5로 뒤진 채 마친 금산초의 결승행은 멀어지는 것 같았다. 하지만 후반에 7-4로 앞서며, 9-9급적인 동점을 만들었다. 결국 경기를 승부단지기까지 끌고 갔고 승부단지기에서 4-3으로 짜릿한 승리를 챙겼다. 대망의 결승전 상대는 대구 사수초였다. 금산초는 사수초와 결승전에서 전반 7-4, 후반 7-5로 각각 앞섰고 결국 14-10으로 경기는 끝났다. 금산초는 사상대 가장 높은 곳에 섰다.

1999년 창단한 금산초는 핸드볼계에 내로라하는 선수들을 많이 배출한 명문 학교다. 제17회 인천 아시안게임 여자 핸드볼 금메달, 제18회 자카르타-팔렐방 아시안게임 여자 핸드볼 금메달 등 수많은 메달을 목에 건 정유라, 2021여자 실업 핸드볼 신인 드래프트 1순위로 경남개발공사 유나품을 입은 김소라, 경남개발공사 김다혜 등 많은 선수들이 실업 무대에서 모교 금산초를 빛내고 있다.

많은 프로선수를 배출한 금산초지만 그동안 전국대회와는 거리가 멀었다. 금산초 핸드볼부 감독직을 맡고 있는 백정현 교사는 “작년 도대회에서 우승을 했지만 전국대회와는 인연이 없었다. 예선타락을 많이 했다”라고 털어놓았다. 이상하리만큼 대회에 나가지만 하면 무너지는 모습을 자주 보았다. 금산초 선수들을 지도하는 모교출신의 정민지 코치 역시 “예선 통과가 목표였다. 작년에 경기에 뛴 선수가 3명뿐이다. 그때도 성적이 정말 안 좋았다”라며 큰 기대를 할 수 없던 상황을 설명했다.

하지만 올해만큼은 달랐다. 금산초는 모두의 예상을 깨고 예선부터 시작해 4경기에서 모두 승리를 거둬 마침내 가장 높은 자리에 올라 섰다. 창단 24년 만에 들어 올린 첫 전국대회 우승 트로피였다. 정민지 코치는 “올해 첫 대회다 보니까 초반 맞추기를 목표로 나갔는데 선수들이 너무 잘해줬다. 사실 나조차도 이렇게 잘할 거라고 예상하지 못했다. 우승해서 너무 좋았고 당시에는 실감이 나지도 않았다”라며 우승 당시를 떠올렸다.

정민지 코치가 가장 기억에 남는 경기는 황지초와 치렀던 4강전이다. 양 팀은 결승으로 가는 길목에서 치열한 경기를 펼쳤고 9-9로 후반을 마쳤다. 결국 승부단지기로 결승전 진출권을 결정했다. 이때 정민지



코치는 걱정이 앞섰다. “앞서 말했듯 우리 목표는 예선 통과였다. 그래서 마저 승부단지기까지 준비하지 않았다”고 이유를 설명했다. 하지만 걱정과는 달리 승부단지기에서 4-3으로 이기고 결승전에 진출했다. 정민지 코치는 “선수들도 처음이고 나도 지도자로서 승부단지기까지 간 게 처음이다. 그래서 긴장이 많이 됐는데 이어서 가장 기억에 남는 경기가 됐다”라고 털어놓았다.

금산초에 창단 첫 전국대회 우승을 가져다준 정민지 코치는 금산초 졸업생이다. 그렇기에 정민지 코치에게 이번 우승은 더욱 큰 의미로 다가왔다. “내가 초등학교생일 때 금산초는 1승이 목표였던 팀이다. 그만큼 성적이 좋은 편이 아니었다. 하지만 코치가 되어 창단 첫 전국대회 우승을 하니까 너무 좋고 선수들에게 너무 고맙다”라고 했다.

창단 첫 전국대회 우승의 기쁨도 잠시. 이제 미래를 걱정해야 한다. 금산초 핸드볼부에는 14명의 학생들이 있다. 이 중 9명이 6학년 학생이다. 이들이 졸업하면 선수가 부족하다. 백정현 교사는 “학교에서 체육 전담 선생님이 운동 신경이 있는 학생이 누가 있나 물어보거나 가정통신문을 돌리기도 한다. 하지만 핸드볼이 인기 종목도 아니고 여학생 운동부이다 보니 신경 안써서 적다. 협회장배 우승 이후 플래카드도 많은 곳에 걸어놨는데 아직 신경 문이 없다”라며 씁쓸한 웃음을 지었다.

비록 인원은 적지만 정민지 코치는 밝은 내일의 금산초를 기대하고 있다. “5학년 이영서, 김려연은 핸드볼이 너무 좋아서 재발로 팀에 들어온 학생들이다. 핸드볼 자체를 즐기고 있는 게 보인다. 즐기면 실력은 금방 올라갈 수 있다”면서 “4학년 최문서는 3학년 때 핸드볼부에 들어왔다. 정말 너무 열심히 하고 잘하고 있다. 경기가 연습하는 걸 보면 4학년임이 안 보인다. 6학년 때가 기대된다”며 큰 기대감을 숨기지 않았다.

시즌 첫 대회에서 우승을 차지한 금산초의 라이벌은 어느 학교일까. 정민지 코치는 “사실 전 대회까지 예선타락을 해서 라이벌 학교라고 할 수 있는 곳이 없다(웃음). 하지만 사수초와 황지초는 꼭 이기고 싶다. 두 팀 모두 이번 대회에서 이겼지만 사수초는 작년 대회에서 너무 큰 점수 차로 패해서 한 번 더 이기고 싶다. 황지초는 올해 가장 잘한다고 소문난 학교다. 이번 4강전에서 이겼지만 주전 선수 두 명이 빠졌다. 그 선수들이 합류한 최정배 팀과 맞서 다시 이기고 싶다”라고 다짐했다.

마지막으로 정민지 코치가 금산초 선수들에게 하고 싶은 말이 있다고 했다.

“애들아, 너희가 즐겁게 운동했으면 좋겠다. 내가 운동할 때는 강압 아닌 강압이 있었기 때문에 운동하러 체육관 가는 것도 싫었거든. 나는 즐기지 못했기 때문에 너희가 하고 싶어 하는 핸드볼을 즐기면서 했으면 좋겠다. 그리고 내가 너희에게 무섭게 하는 이유는 운동하면서 다치지 않으려면 긴장하면서 해야 하기 때문이다. 하지만 내 속마음은 겉으로 보이는 것과 다르니 믿고 따라와 줬으면 좋겠다. 없는 시간도 포개서 열심히 운동하는 너희이기 때문에 5월에 있는 소년체전도 잘 마무리했으면 좋겠다. 나도 열심히 할게. 애들아, 너무 사랑한다”



대전체육고, 여자 핸드볼팀 창단식

대전체육고등학교에 여자 핸드볼부가 창단됐다. 대전체고는 3월 3일 대전시교육청, 시체육회 담당자, 핸드볼협회 임원, 학부모 등이 참석한 가운데 여자핸드볼 선수단 창단식을 개최했다. 대전체고는 지난해 동방여중에서 올라온 선수 4명을 받았으나 엔트리를 채울 수 없어 창단식을 마취오다 올해 신입생 6명이 입학하면서 선수 10명으로 팀을 꾸리게 됐다. 한국 여자핸드볼 국가대표 출신 우선희가 지도자로 선임돼 선수들을 이끈다. 이번 대전체고 핸드볼팀 창단을 위해 대전시교육청에서 4000만원, 대한핸드볼협회 2000만원, 대전시체육회 500만원을 지원했다.



부산시설공단-영산고, '핸드볼 재능기부 업무협약(MOU)' 체결

부산시설공단 여자 핸드볼선수단이 지역 청소년 유망주 육성과 지역 내에 전문한 고등부 여자핸드볼 팀 창단을 위해 두 팔을 걷었다. 부산시설공단은 3월 20일, 영산고등학교와 핸드볼 재능기부 업무협약을 체결했다. 지난해부터 영산고와 꾸준히 교류를 이어온 부산시설공단은 지역 유망주 발굴은 물론이고, 영산고 핸드볼반이 정식 핸드볼팀으로 발전할 수 있도록 창단을 적극 돕겠다는 계획이다. 이는, 지난 2015년에 창단된 백양고 여자핸드볼팀이 선수 수급 문제로 2020년부터 운영되지 못하면서 사라졌던 부산지역 여자 엘리트 핸드볼 선수들의 진학 코스를 부활시켰다는 부산시설공단의 강한 의지도 해석된다.



'리틀 우생순' 여자청소년대표팀, 대한체육회 체육상 우수상 수상

여자청소년 핸드볼대표팀과 김진순 감독이 2023 체육상 우수상을 받았다. 지난해 북마케도니아에서 열린 제9회 세계여자청소년핸드볼선수권대회에서 사상 첫 정상에 오른 여자청소년 핸드볼 대표팀은 2월 28일 서울 올림픽파크텔 올림픽아홀에서 열린 '제69회 대한체육회 체육상 시상식'에서 경기 부문 우수상을 수상했다. 또 청소년 대표팀을 지휘한 김진순 감독은 지도자 부문 우수상에 이름을 올렸다. 김진순 감독은 "좋은 성적을 거둘 수 있도록 도움을 주신 대한핸드볼협회에 감사하다. 앞으로 더 잘하라는 의미로 받아들이고 겸손한 자세로 한국 여자핸드볼이 세계 정상의 위치에 설 수 있도록 최선을 다하겠다"라고 수상 소감을 밝혔다. 이 밖에 핸드볼 종목에서는 익산 아라중 서근영 교사가 학교체육 부문 장려상을 받았다.

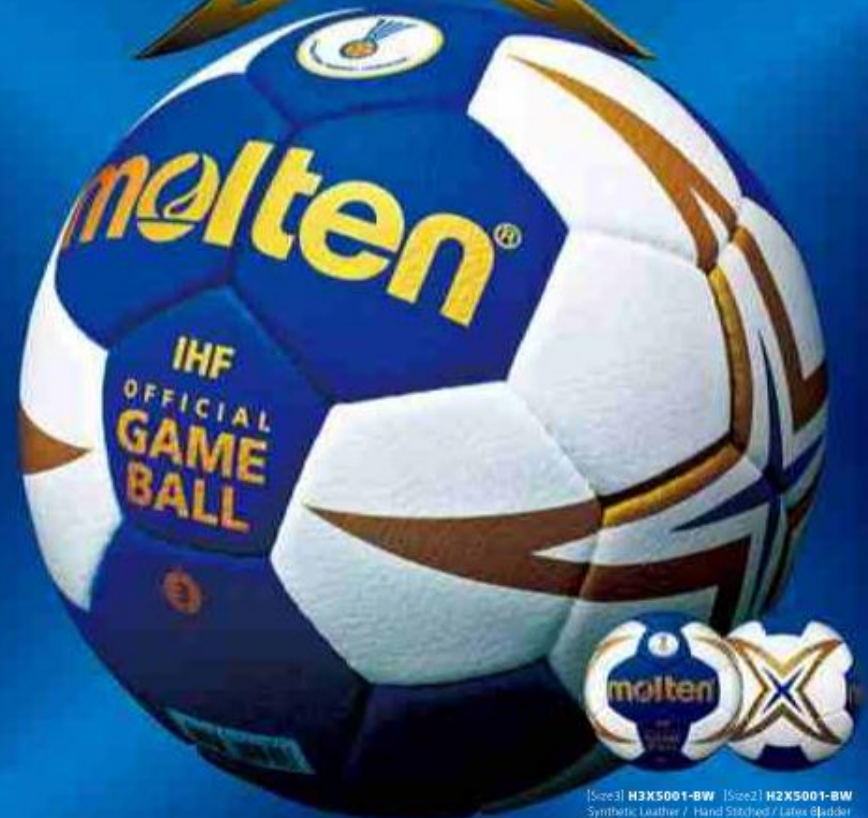
흥미로운 기사들이 많았습니다. 등번호 얇힌 이야기라던가, 박재범 캐스터 인터뷰 등 경기 외적인 기사들도 재미있게 읽었습니다. 물론 다시 만난 조수연 선수 인터뷰와 신재심 인터뷰도 좋았고요. 이렇게 계속 다양하게 인터뷰 답해주었으면 좋겠습니다. 핸드볼코리아 표지에 실린 바 있던 김민서 선수에게 계속 눈길이 가는데요. 리그에서 좋은 활약을 펼치고 있어 뿌듯합니다! 선수들 모두 다치지 말고 리그 끝까지 마무리 잘하시길 바라겠습니다. 늘, 응원합니다! <박영무>



독자의견을 보내주세요!

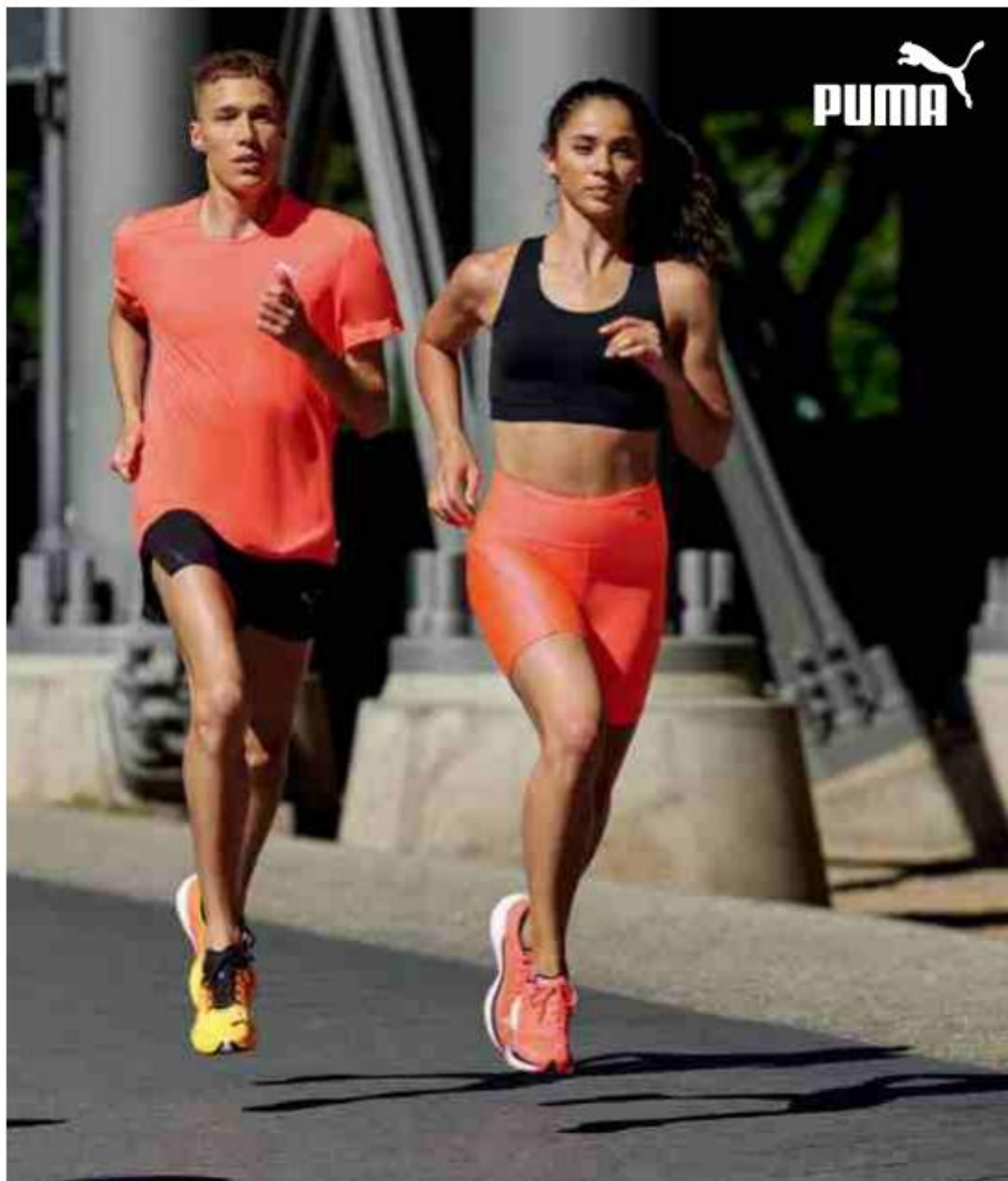
핸드볼코리아 3·4월호(vol. 63)에 대한 의견을 5월 10일까지 이메일(77basket@daum.net)로 보내주세요. 채택된 분에게는 푸마 기념품을 보내드립니다. ※ 경품수령을 위해 주소와 전화번호를 반드시 적어주시기 바랍니다.

IHF OFFICIAL GAME BALL



[Size1] H3X5001-BW [Size2] H2X5001-BW
Synthetic Leather / Hand Stitched / Latex Bladder

한국 수입, 판매처
에이치스스포츠
070-4367-1482



NITRO ELITE

푸마의 혁신적인 미드솔 기술, 나이트로 폼
뛰어난 경량성과 반응성, 쿠셔닝,
그리고 높은 에너지 효율성 제공



DEVIATE NITRO 2



DEVIATE NITRO 2 WNS