

과거 껍질 깨고 나온 한국 다이빙

우하람, 2개 종목 도쿄올림픽 진출권 확보 김수지, 女 1m 스프링보드서 사상 첫 메달

한국 다이빙이 광주에서 가능성을 봤다. 예선 통과자 배출 조차 쉽지 않았던 과거의 껍질을 깨고 역대 최고 성과를 내며 밝은 미래를 예고했다.

한국은 20일 끝난 2019 광주 세계수영선수권대회 다이빙 종목에서 동메달 1개를 획득했다.

개회식 다음날 여자 1m 스프링보드에 출격한 김수지(21·울산시청)가 대역사고를 쳤다. 5차 시기 합계 257.20점을 받아 동메달을 목에 걸었다. 김수지는 최고의 선수들이 불리는 세계선수권에서 메달을 목에 건 최초의 한국 선수가 됐다.

경연으로 범위를 넓혀도 박태환(30·인천시청)에 이어 두 번째 세계선수권 메달리스트다.

한국 수영은 2011년 상하이 대회 당시 박태환의 자유형 400m 금메달에 이어 8년 만의 세계 무대 메달권

진입에 성공했다.

김수지의 쾌거는 다른 선수들에게도 긍정의 에너지로 작용했다. 한국 선수단은 혼성을 제외한 10개 종목 중 8개 종목에서 결승 진출자를 배출했다.

남자 대표팀은 5개 종목 모두 결승 결승행에 성공했고, 여자 대표팀은 김수지가 메달을 따낸 1m 스프링보드와 3m 싱크로나이즈드 스프링보드, 10m 싱크로나이즈드 플랫폼에서 마지막까지 살아남았다.

2년 전 부다페스트(헝가리) 대회 때 4개 종목에서 결승 무대를 밟은 것과 비교하면 비약적인 발전이다.

도약의 중심에는 남자 대표팀에 이스 우하람(21·국민체육진흥공단)이 있다. 우하람은 개인적인 1m 스프링보드와 3m 스프링보드에서 4위를 10m 플랫폼에서는 6위를 차지

했다. 똑같이도 간신히 결승에 초대 받은 수준을 뛰어넘어 당연히 메달권 경쟁을 펼치는 선수로 확실히 자리 매김했다.

10대 중반부터 꾸준히 국제 대회에 출전해 실력을 이번 대회를 통해 단개했다.

우하람은 김영남(24·국민체육진흥공단)과 호흡을 맞춘 3m 싱크로나이즈드 스프링보드(10위)와 10m 싱크로나이즈드 플랫폼(6위) 등 5개 종목 모두 결승전 불맛을 보는 등 대역보 역할을 완벽히 했다.

우하람은 "다른 나라 선수들에게는 내가 엄청 힘들어 보일 것이다. 대개 많이 뛰어봤자 2개 종목 정도인데 (5개를 뛰니) 신기하게 본다"면서도 "인정해주는 느낌이 있어서 뿌듯하고 좋다"고 말했다.

올림픽 종목인 3m 스프링보드와

10m 플랫폼에서는 상위 12명에게 주어지는 내년 도쿄올림픽 출전권까지 거머쥐었다.

여자 대표팀도 3m 싱크로나이즈드 스프링보드에서 조은비(24·인천시청)-김수지 조가 사상 첫 결승행을 일궈내는 등 안방에서 굽직한 성과를 냈다.

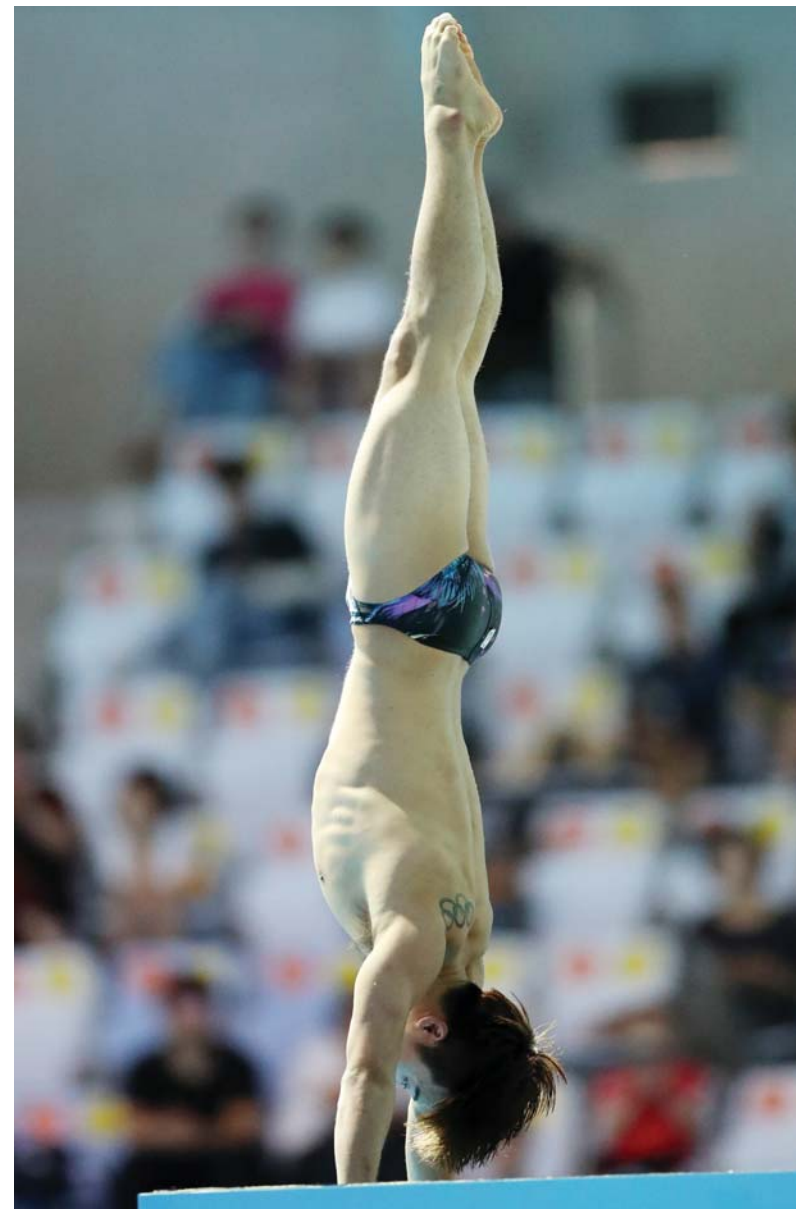
기대를 모았던 3m 스프링보드에서 조은비와 김수지의 예선 탈락으로 올림픽 티켓을 한 장도 획득하지 못한 것은 아쉬움으로 남았다.

마지막 기회인 내년 4월 국제수영연맹(FINA) 다이빙월드컵에 적잖은 부담을 안게 됐다.

세계 최강 중국은 12개 금메달 중 11개를 휩쓸는 기염을 토했다. 출전 선수를 내보내지 않은 혼성 3m 스프링보드에서만 1위를 놓쳤다.

뉴스

----->
지난 19일 오후 광주 광산구 남부대학교 시립국제수영장에서 열린 2019 광주 세계수영선수권대회 남자 10m 플랫폼 준결승 경기, 한국 우하람이 다이빙을 하고 있다.



“아, 이런 물도 있구나”...재미난 규칙들

경영, 바닥경기 등 ‘반칙’ 수영복 착용 규정 까다로워 수구, 핸드볼 비슷하지만 바닥에 발 닿으면 반칙

‘평화의 불결 속으로(DIVE INTO PEACE)’ 2019 광주FINA 세계수영선수권대회가 반환점을 돌면서 이색 규정과 재미난 물에 대한 관심도 높아지고 있다.

21일 시작된 ‘수영의 꽃’ 경영은 전체 금메달의 절반이 넘는 42개 골드메달이 걸린 메달밭 단계 규정도 까다롭고 복잡하다. 경영은 자유형, 배영, 평영, 접영 등 4가지 영법으로 이뤄지며, 공통적으로 적용되는 물은 크게 4가지다.

우선, 코스를 벗어나 다른 선수 코스로 들어가거나 방해할 경우 무조건 실격되고, 반환점을 돌 때는 끝벽에 몸의 일부분을 대야 하고, 이때 바닥에 발을 대거나 세계 차가나, 걸어서 안된다. 경기 도중 물을 마시거나 피로해서 바닥에 서는 것은 인정되지만, 바닥을

걸거나 차가면서 경기를 이어가선 안된다. 또 코스 로프를 잡는 건 위법이다. 배영에서 이런 경우가 많다.

수영복도 남자는 수영복이 허리 위로 올라가선 안되고 밑으로는 무릎 이하로 덮여서는 안된다. 여자는 어깨선을 넘어서는 안되고, 무릎은 남자와 같이 무릎 밑으로 내려가서는 안된다.

영법별 규정도 까다롭다. 자유형의 경우 반환할 때 바닥에 발을 대고 반환해선 안되고, 평영에선 스타트와 반환 시 수면 아래에서 손과 발로 한 번씩 만 스텔트르크 또는 킥을 하고 수면위로 나오야 한다. 두번째 팔동작은 수면에 나오고 나서 해야 한다. 그 이후 수면 위로 머리 일부가 늘 나와 있어야 한다. 잠영을 차단하기 위한 조치들이다.

몸은 떠오르게 하고 양어깨는 수평을 유지하되, 어느 쪽으로 기울어지면 반칙이다. 돌핀킥처럼 양다리를 상하로 움직여도 안된다. 골 터치는 양손을 동시에 같은 높이로 퍼서 해야 하지만, 턱 할 때는 양어깨가 수평이면 양손은 같은 높이가 아니어도 된다.

접영에서는 스타트와 반환 뒤 수면 위로 떠오르기 위해 수면 아래로 킥을



자유형 훈련 중인 대한민국 수영스타 김서영.

몇 번해도 좋지만, 팔동작은 단 한 번만 허용된다. 양팔의 동작은 동시에 대칭적으로 이뤄져야 하고, 반환과 골 터치는 양손으로 동시에 같은 높이로 행해야 한다.

배영에서는 스타트할 때 물 밑에서 있거나 발을 배수구에 올려놓거나 배수구 끝에 발끝을 구부린 채 걸쳐선 안된다. 출발신호 전에 스타팅그립에 놓인 손을 떼면 부정 출발이다. 턱 할 때 몸의 일부가 벽에 닿은 뒤에 수직으로 회전하는 것은 괜찮지만, 발이 벽을 떠나기 전에는 반드시 누운 자세로 되돌아가야 한다.

혼영 인계 때 선형 수영자가 벽을 터치하기 전에 다음 수영자의 발이 스

타트대를 떠나면 그 팀은 실격처리되지만, 위반사실을 알아차리고 원래 스타트지점으로 되돌아와 다시 출발하면 실격을 면할 수 있다. 혼계영은 배영, 평영, 접영, 자유형 순으로 릴레이한다.

예선을 마치고 크로스오버에 돌입한 수구도 이색규정이 적잖다. 핸드볼과 비슷하지만 다른 점은 수심 1.8m의 경기장 바닥에 발이 닿으면 안되고, 골키퍼만 두 손으로 동시에 공을 잡을 수 없다. 몸에 미끄러운 물질을 바를 수 없다. 방어할 때는 물을 가진 선수에게만 접촉할 수 있으며 다른 선수의 진행을 방해해서는 안 된다.

이호준 “기록 경신 아쉬워...남은 경기 최선”

첫 세계수영선수권 출전...400m 예선 47명 중 22위

첫 출전한 광주세계수영선수권대회의 자유형 400m 예선에서 22위를 차지한 이호준(18·영훈고)이 자신의 최고 기록을 경신하지 못한 것에 대한 아쉬움을 드러냈다.

‘포스트 박태환’으로 불리는 그는 남은 2경기에 최선을 다하겠다고 밝혔다.

이호준은 21일 남부대 광주시립국제수영장에서 열린 2019 광주 세계수영선수권대회 남자 자유형 400m 예선경기 뒤 취재진을 만나 “개인 최고기록을 경신하는 게 목표였다. 많은 응원에도 좋은 기록을 보여드리지 못해 아쉽다”고 말했다. 이호준은 이날 400m 예선(8위까지 결승행)에서 47명 중 22위(3분51초89)에 올랐다.

지난 5월 국가대표 선발전 때 기록(3분50초48)과 지난해 자카르타·팔렘방 아시안게임 기록(3분48초28, 4위)에 미치지 못했다. 지난해 전국체전 뒤 어깨 부상으로



올해 2월 중순부터 훈련을 했던 이호준은 “(이번 경기서)세계 정상급 선수들과 전반기 격차가 벌어지면 후반에 따라가지 못할 것이라 예상했다. 전반에 (속도)올리는 방법을 택했는데, 훈련 등이 미흡하지 않았나 싶다”고 말했다.

이어 “첫 세계선수권대회라 긴장한 탓에 몸이 좀 굳었던 것 같다. 22일 자유형 200m에선 개인 최고기록을 꼭 경신하고 싶다. 26일 계영 800m는 내년 올림픽에 갈 수 있는 자리로 만들고 싶다”고 전했다.



임산부 배려식, 누구를 위한 자리입니까?

세상에 올 소중한 생명을 위해 마련된 자리
따뜻한 마음으로 임산부와 아이에게 양보해주세요.
당신의 작은 배려가 더 큰 배려로 돌아옵니다.