

# “준비는 끝났다... ‘즐기는 야구’가 필승 해법”

‘선덕여왕배 전국여자야구대회’ 출격, 박경진 스웨이글스 감독 필승 출사표

### 경기 시간 제한 ‘변수’ 초반 총력전 ‘승부수’... “첫 경기 잡겠다” 신입 선수 실전 경험 기회 제공, ‘성적·성장’ 전력 업그레이드 관건은 멘탈 승부... “‘원팀’ 에너지·응집력 살려 최선 다할 것”

“모든 준비를 마쳤습니다. 이제 결과를 내야죠.” 스웨이글스 박경진 감독의 말이다.

광주 여자야구단 스웨이글스가 오는 11일 개막하는 국내 최대 규모의 ‘제9회 선덕여왕배 전국여자야구대회’를 앞두고 출발선에 섰다. 완성된 전력은 아니지만 방향은 분명하다. 첫 경기부터 승부를 건다.

지난 4일 광주 북구 양산로 메가스타트베이스 볼클럽에서 만난 박 감독의 표정에는 이번 대회를 대하는 각오가 묻어났다.

그는 이번 대회를 ‘재정비’가 아닌 ‘업그레이드 과정’으로 규정했다.

신입 선수들이 대거 합류하며 팀 구성에 변화가 생겼지만, 전력 자체는 지난해와 큰 차이가 없다는 판단이다. 기존 자리 일부가 빠진 자리를 새 얼굴들이 채우는 구조다.

박 감독은 팀의 현주소를 냉정하게 짚었다. 그

는 “지금은 밑바닥 단계”라고 진단하면서도, 이를 후퇴가 아닌 성장 과정으로 바라봤다. 신입 자원들을 꾸준히 키워 다음 대회까지 연결해야 하는 시기라는 의미다.

이번 대회 운영 방향도 뚜렷하다. 첫 경기에는 가용 전력을 집중해 반드시 승리를 노린다. 이후 일정에서는 신입 선수들을 투입해 실전 경험을 쌓게 할 계획이다. 성적과 성장, 두가지를 함께 잡겠다는 계산이다.

주장 허경희도 막바지 준비 상황을 전했다. 그는 “실전처럼 포지션에 맞춰 훈련을 하고 있다”며 “감독이 구상한 포지션에 직접 들어가 경기 상황을 가정한 연습을 이어가고 있다”고 말했다.

타격 역시 실전 위주다. 투수가 직접 던지는 공을 상대로 감각을 끌어올리는 데 집중하고 있다.



박경진 스웨이글스 감독(왼쪽)과 주장 허경희가 인터뷰에 앞서 포즈를 취하고 있다.



박 감독이 인터뷰를 하고 있다.

허경희가 체감하는 변화도 있다. 특히 투수와 포수 자원이 늘어나며 운영 폭이 넓어졌다는 점이다.

그는 “작년에는 투수와 포수가 부족해 교체가 쉽지 않았는데, 올해는 선택지가 많아졌다”고 말했다. 감독이 전체 전력의 큰 틀을 냉정하게

봤다면, 선수들은 현장에서 느끼는 운용상의 여유를 변화로 받아들이는 셈이다.

스웨이글스는 한번의 실수가 경기 전체를 흔들지는 약점을 안고 있다. 수비에서 균열이 생기면 타격까지 영향을 받으며 위기를 자초하는 장면

이 이어져 왔다.

마운드 역시 과제다.

기술적인 문제보다 멘탈이 더 크게 작용하고 있다. 경기 중 스스로 흔들리는 상황을 얼마나 줄이느냐가 핵심이다.

이 같은 상황에서 팀이 찾은 해법은 ‘즐기는 야구’다. 허경희는 “경기장에 갈 때부터 ‘놀이 간다’는 마음으로 들어간다”며 “결과보다 과정을 즐기려고 한다”고 말했다.

박 감독 역시 팀 분위기를 강점으로 꼽았다. “50개 팀 중에서도 분위기는 1등이라고 자신한다”는 설명이다. 팀을 끌어올리는 에너지와 응집력이 가장 큰 자산이라는 얘기다.

대회 방식 역시 승부를 가를 요인이다. 선덕여왕배는 토너먼트로 진행되며 경기 시간은 1시간 50분으로 제한된다. 초반 흐름이 결과를 좌우하는 구조다.

결국 승부처는 첫 경기다. 12일 맞붙는 상대는 고양특례시 여성야구단이다. 만만치 않은 전력이지만 물리설 생각은 없다.

박 감독은 “첫 경기는 반드시 잡겠다는 각오로 나선다”며 “선수들이 준비한 것을 후회 없이 보여줄 바란다”고 말했다.

허경희 역시 “올해 안에 한 번은 트로피를 들어보고 싶다”고 했다. /글·사진=주홍철 기자

## “광주오픈국제챌린저, 부상없이 우승 목표”

단식 본선 와일드카드 출전 권순우 “진월국제테니스장 코트 환경 만족, 기대가 커”

“광주오픈에서는 부상 없이 우승하는 것이 목표입니다. 팬 응원에 힘입어 좋은 성적을 내고 싶습니다.”

2026 광주오픈국제남자챌린저대회 참가를 앞둔 권순우 선수가 9일 사전 인터뷰에서 “한국 테니스도 세계에 뒤처지지 않는 그 누구보다 화끈하고 재밌는 경기로 우승할 수 있는 모습 보여드리겠다”며 이같이 출전 각오와 목표를 밝혔다.

권순우는 2016년부터 광주오픈에 여러 차례 참가했으며, 개인 최고 성적은 4강(2019년 대회)이다. 그는 이번 대회에 단식 본선 와일드카드로 출전한다.

권순우는 “진월국제테니스장의 코트 환경이 매우 좋고, 코트 면 피이스도 제가 좋아하는 스타일”이라며 “얼른 광주에서 시합하고 싶다”고 소감을 전했다.

권순우는 이번 대회에 맞춰 컨디션을 끌어올리고 있다. 그는 “현재 100% 컨디션은 아니지만, 경기 수가 많아지면서 자신감이 생기고 있으며, 매 경기마다 부족한 부분을 정성을 감독님과 함께 보완하고 있다”고 설명했다.

자신 있는 플레이로는 서브와 포핸드, 백핸



권순우가 2026 광주오픈국제남자챌린저대회 출전을 앞두고 훈련을 하고 있다. <광주시테니스협회 제공>

드, 발리를 꼽았다.

그는 “서브, 포핸드, 백핸드, 발리 다 자신이다”며 “출전하는 모든 선수들이 잘 하는 선수들이어서 다가대된다”고 말했다.

멘탈 관리 비결에 대해서는 “항상 기세를 유지하고 침착하며 여유를 갖는다. 급해지지 않고 자신 있게 경기에 임하는 것이 중요하다”고 강조했다.

챌린저 대회가 선수 커리어에서 갖는 의미에 대해서는 “모든 면에서 저에게 의미가 크다. 랭킹, 경기 감각, 자신감 등 모든 부분에 도움이 된다”고 말했다.

광주오픈국제남자챌린저대회는 오는 19일부터 26일까지 광주 진월국제테니스장에서 열리며, 권순우를 비롯한 국내외 톱 선수들의 치열한 경기가 펼쳐질 예정이다. /박희중 기자

## 광주시체육회 시민체력증진센터, 시민 생활밀착형 건강증진 서비스 호평

### 제석초 방문 ‘찾아가는 체력 측정 서비스’ 주목

광주시체육회가 운영을 지원하고 있는 시민체력증진센터의 찾아가는 서비스가 큰 호응을 얻고 있다.

시민체력증진센터는 9일 남구 제석초를 찾아 재학생 20여명을 대상으로 유연성, 순발력, 약력 등 기초체력 측정을 실시했다. (사진)

2014년부터 운영중인 시민체력증진센터는 전문 운동처방사와 체력측정 요원이 배치돼 개인 및 단체를 대상으로 기초체력 측정과 맞춤형 운동처방, 스포츠 재활 서비스 등을 제공하고 있다.

광주시체육회는 시민체력증진센터를 활용해 지난해 광주시체육회장배 육상대회에서 ‘체력왕 선발대회’ 프로그램을 운영하는 등 시민 참여형 사업을 확대해 왔다. 유소년부터 어르신까지 전 세대를 대상으로 맞춤형 운동처방 프로그램으로 시민 누구나 손쉽게 참여할 수 있는 탄탄한 기반을 마련했다.

현재 시민체력증진센터에는 학교(초·중·



고) 및 공공기관 등을 대상으로 체력측정과 운동처방 관련 단체 문의가 이어지고 있으며, 사전 예약과 현장 방문을 병행한 찾아가는 서비스도 함께 운영해 큰 호응을 얻고 있다.

이를 바탕으로 시민체력증진센터는 지난해 기초 체력 측정 5천349명, 스포츠 재활 754명, 체력증진 교실에 448명이 참여하는 등 연간 목표

를 초과 달성하는 성과를 거뒀다. 전갑수 광주시체육회장은 “시민 누구나 쉽게 참여할 수 있는 생활밀착형 건강증진 서비스를 확대하고 광주시체육회의 다양한 사업과 연계해 나갈 것”이라며 “시민들의 건강한 일상과 체력향상을 위해 지속적인 관심과 적극적인 인원을 부탁드립니다”고 말했다. /박희중 기자

15일 뮤지컬 배우 남민우, 16일 쇼트트랙 금메달리스트 김길리

## KIA, 승리 기원 댄스 릴레이 시구 이벤트

프로야구 KIA 타이거즈가 오는 15-16일 키움과의 홈경기에 특별한 댄스 릴레이 시구 이벤트를 개최한다.

15일 경기에는 뮤지컬 ‘난쟁이들’, 드라마 ‘신병’ 등에서 왕성한 활동을 펼치고 있는 광주 출신 배우 남민우가 시구자로 나서며, ‘난쟁이들’에서 함께 출연중인 배우 김세진이 시타, 이견희가 시포를 맡는다.

남민우는 “무등야구장 근처에서 태어나 태어난 순간부터 타이거즈 팬이었다. 33년간 타이거즈 정신으로 살아온 내가 챔피언스 필드 마운드에 오를 수 있는 것만으로도 영광”이라며 “승리의 기운이 선수단에 전달돼 꼭 승리하기를 기원하겠다”고 말했다.

이날 경기 중 클리닝타임에 남민우, 김세진, 이견희의 뮤지컬 ‘난쟁이들’ 특별 공연이 준비돼 있다. 이날 교대 이벤트를 통해 공연 관람 초대권도 증정할 예정이다.

16일 경기에는 쇼트트랙 금메달리스트 김길리가 시구를 한다.

김길리는 지난 2월에 열린 밀라노·코르티나



댄스 릴레이 시구자 남민우와 김길리 (KIA 타이거즈 제공)

담배초 동계올림픽에서 쇼트트랙 1천500m와 여자 3천m 계주에서 금메달을 획득해 대회 2관왕을 달성했다.

김길리는 “작년에 이어 다시 챔피언스 필드에 서게 돼 영광이다. 올림픽에서 금메달 2관왕의 좋은 기운을 담아 왔다”며 “금빛의 기운이 선수단에 전해져 이번 시즌 타이거즈가 꼭 정상에 섰으면 좋겠다”고 소감을 전했다.

당일 경기 중 이날 교대 이벤트를 통해 김길리의 사인볼을 증정할 계획이다.

/주홍철 기자

## 홈경기 연속 무패 기세 이어 부천 잡고 반등 신호탄 쏘라

광주FC, 내일 부천과 맞대결

프로축구 광주FC가 한 달 만에 돌아온 홈경기에서 분위기 반전을 노린다.

광주는 오는 11일 오후 4시30분 광주월드컵경기장에서 부천FC1995와 하나은행 K리그2 2026 7라운드 홈경기를 치른다.

최근 광주는 원정 3연전에서 1무 2패로 주춤한 흐름을 보이고 있다.

최근 2경기에서 8실점을 허용하며 수비 조직력이 흔들리는 모습을 보인 만큼 이번 홈경기를 통해 반등의 계기를 마련하는 것이 중요하다.

반면 홈에서는 전혀 다른 모습을 보여주고 있다. 광주는 지난 2025시즌을 포함해 최근 홈 5경기에서 4승 1무로 무패 행진을 이어가고 있다.

전북전 이후 약 한 달 만에 홈에서 경기를 치르는 만큼, 홈 팬들의 응원을 발판 삼아 6경기 연속 무패 기록에 도전한다.

광주는 부천을 상대로 연패 탈출과 홈 무패 행진을 동시에 노리고 있다.

이정규 감독이 경고 누적으로 벤치를 지키지



광주FC 선수들의 홈경기 모습.

못하는 변수 속에서도 선수단은 조직력을 바탕으로 경기에 집중할 계획이다.

또한 광주는 부천과의 역대 리그 전적에서 11승 5무 5패, 홈에서는 6승 3무 2패로 우위를 보이고 있으며, 지난해 코리아컵 4강 맞대결에서도 1·2차전을 모두 승리하며 구단 최초 결승 진출을 이뤄낸 긍정적인 기억을 갖고 있다.

부천은 올 시즌 전북, 대전 등 우승후보를 상대로 대등한 경기력을 보여주며 인상적인 경기력을 선보이고 있다. 몬타노, 갈레고, 바사니 등 외국인 선수들의 공격력이 위협적인 만큼 철저한 대비가 요구된다.

광주가 홈에서 승리를 통해 분위기 반전에 성공하며 홈 무패 행진을 이어갈 수 있을지 관심이 모아진다. /박희중 기자