

나성범 “KIA는 강팀…부상 없이 모든 걸 보여줄 것”

“새 시즌은 부상 없이 가지고 있는 모든 걸 보여드리겠습니다.”

KIA타이거즈 주장 나성범이 2026시즌을 앞두고 이 같은 포부를 밝혔다.

지난 시즌 나성범은 힘겨운 한 해를 보냈다. 팀의 중심타자이자 주장으로서 많은 역할을 소화해야 했다.

하지만 부상이 발목을 잡았다. 지난해 5월 26일 LG트윈스전에서 오른쪽 종아리에 불편함을 느꼈고, 결국 57일간 엔트리에서 제외됐다.

출전 경기는 82경기. 성적은 261타수 70안타 10홈런 36타점 타율 0.268 OPS(출루율+장타율) 0.825에 그쳤다. 팀이 그에게 기대하던 성적은 아니었다.

그가 더욱 힘들었던 건 부상이 고질적이었던 점이다.

나성범은 지난 2022년에 6년 150억원 FA 계약으로 고향팀에 복귀했다.

첫해에는 풀타임(144경기 563타수 180안타 21홈런 97타점 타율 0.320)을 소화했지만, 그 이후는 매년 공백이 있었다.

2023년에는 58경기(타율 0.365 OPS 1.098), 2024년에는 102경기(타율0.291 OPS 0.868)에 출장했다.

올해 역시 자리를 비운 날이 많았다. 간판 타자의 공백과 더불어 계약재가 생기면서 2연패를 노리던 팀은 2025시즌을 8위로 마감

했다.

나성범은 FA 5년 차를 맞은 올해 이전과는 달라진 모습을 약속한다.

최근 광주-기아챔피언스필드에서 만난 나성범은 “이번 겨울에는 기존과 다른 운동도 하면서 몸을 잘 만들었다. 매년 몸은 잘 만들었지만, 올해는 더 다른 느낌이다”면서 “특히 올해는 개인적으로도 팀적으로도 정말 중요

하면서 “물론 이번 스프링캠프에서 선수들이 많이 떠났다. 그래서 남들은 KIA를 약하게 볼 수도 있겠지만, 아니다. 저는 충분히 강한 팀이라고 생각한다”고 전했다.

그러면서 “저는 물론 (김)선빈이와 (김)태균이도 있으니까 한 시즌 잘 풀여갈 수 있도록 선수들과 많은 대화를 나누려고 한다”며 “고참인 만큼 어린 선수들을 잘 이끌면서 지

러닝 등 체력·컨디션 관리 집중…기량 증명 목표

외국인 타자·애피터 등 변화…플타임 수비 욕심도

한 시기다. 팀에 어떻게 도움을 줄 수 있을지에 대해 많은 생각을 했다”고 했다.

올해 KIA 야수진에서는 많은 변화가 이뤄졌다.

팀의 정신적 지주이자 만행이었던 베테랑 최형우가 떠났다.

또 주전 유격수로 활약하며 수비 중심을 잡아줬던 박찬호도 이적하면서 팀 전력에 큰 공백이 생겼다. 그럼에도 나성범은 KIA가 강팀임을 강조한다.

그는 “매 시즌 끝나고 나면 어느 팀이든 항상 FA 선수들은 나온다. 올해 역시 마찬가지다. 선수들은 언제든 나갔다 들어오는 것”이

난해보다 더 높은 곳에서 가을 야구를 할 수 있도록 준비하겠다. 재밌는 시즌이 될 것 같다”고 덧붙였다.

KIA는 오는 25일부터 일본 아마미오시마에서 1차 스프링캠프에 돌입한다. 이 기간 그는 체력을 강화하는 데 집중할 계획이다.

나성범은 “올해는 플타임을 뛰고 싶은 마음이 크다. 부상 없는 몸을 만

드는 것을 목표로 잡고 있다”며 “또 올해는 새로운 외국인 타자와 아시아쿼터 용병이 있다. 수비 위치 등 어떤 변화가 있을지 모르지만 제 자리를 지키고 싶다”고 언급했다.

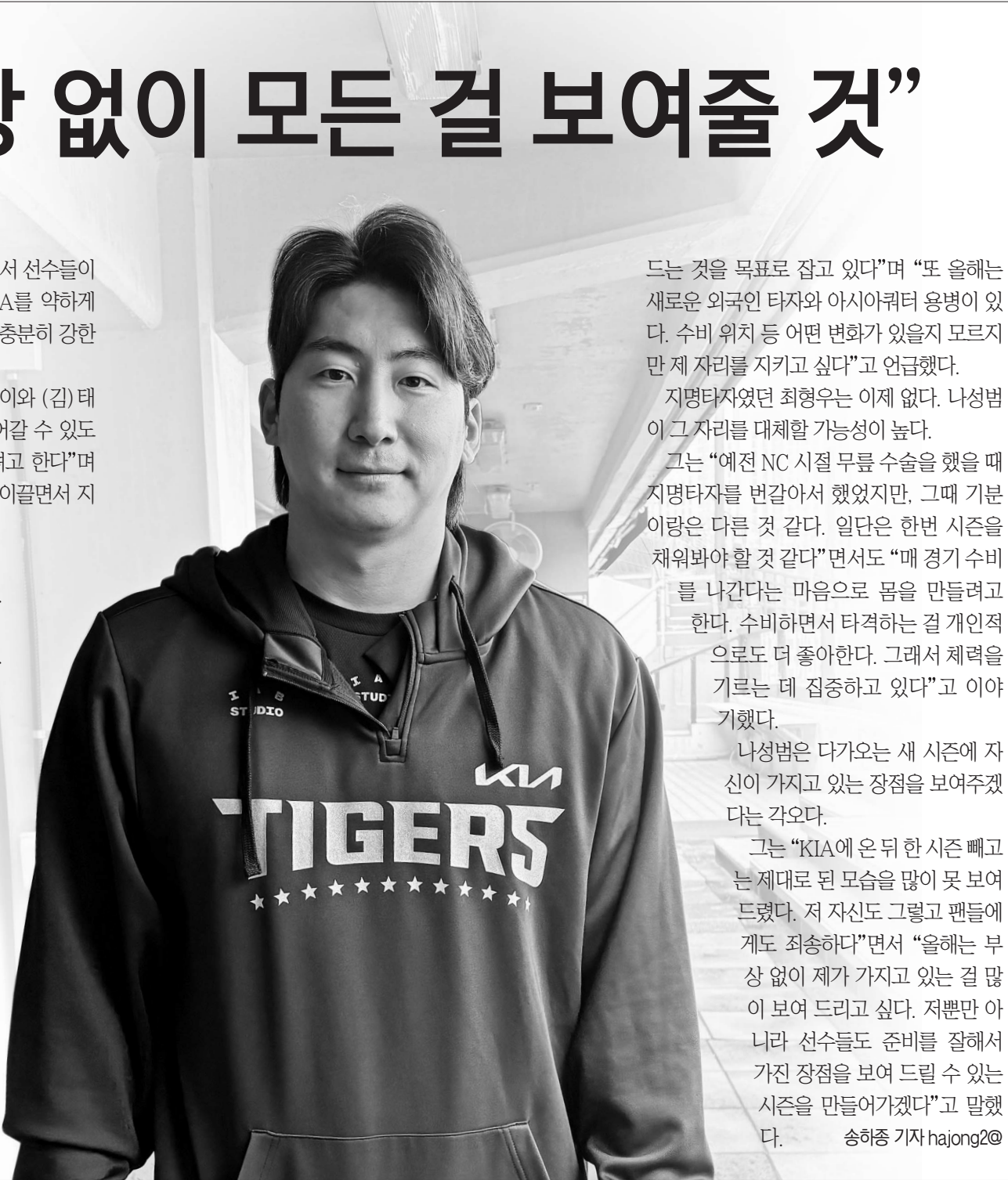
지명타자였던 최형우는 이제 없다. 나성범이 그 자리를 대체할 가능성이 높다.

그는 “예전 NC 시절 무릎 수술을 했을 때 지명타자를 번갈아서 했었지만, 그때 기분이라는 다른 것 같다. 일단은 한번 시즌을 채워봐야 할 것 같다”면서도 “매 경기 수비를 나간다는 마음으로 몸을 만들려고 한다. 수비하면서 타격하는 걸 개인적으로도 더 좋아한다. 그래서 체력을 기르는 데 집중하고 있다”고 이야기했다.

나성범은 다가오는 새 시즌에 자신이 가지고 있는 장점을 보여줄 것이라는 각오다.

그는 “KIA에 은퇴한 시즌 빼고는 제대로 된 모습을 많이 못 보여드렸다. 저 자신도 그렇고 팬들에게도 죄송하다”면서 “올해는 부상 없이 제가 가지고 있는 걸 많이 보여드리고 싶다. 저뿐만 아니라 선수들도 준비를 잘해서 가진 장점을 보여드릴 수 있는 시즌을 만들어가겠다”고 말했다.

송하중 기자 hajong2@



OK 아웃맨력비단, 해남서 본격 담금질 돌입

23일까지 1차 동계 전지훈련…기초 체력·전술 완성도 점검

광주에 연고를 둔 OK금융그룹 OK아웃맨력비단이 전남 해남에서 올해 첫 동계 전지훈련에 돌입했다.

19일 OK금융그룹에 따르면 지난 12일부터 진행해 오는 23일까지 이어지는 이번 전지훈련에서 아웃맨력비단은 4월 시작될 럭비 리그에 대비해 선수들의 기초 체력과 전술 완성도를 끌어올리는 데 초점을 맞췄다. 휴식기 후 본격적으로 돌입하는 첫 훈련인 만큼, 시즌 초반 경기력 안착을 목표로 체력 강화와 조직력 점검을 중심으로 훈련 프로그램이 구성됐다.

아웃맨력비단은 단계별로 구성된 훈련 로드맵을 통해 올해 상반기 실업 럭비 리그 우승에 도전한다는 계획이다. 먼저 이번 전지훈련을 통해 강도 높은 체력 훈련과 기본기 훈련을 병행하며 몸 만

들기와 컨디션 회복 등에 집중한다. 다음 달 진행하는 두 번째 국내 전지훈련에서는 본격적인 전술·전략 훈련과 조직력 강화에 돌입하며 실전 감각을 끌어올릴 예정이다. 이어 3월에는 해외 전지훈련을 통해 팀 전체적인 기량 향상에 집중하며 대회를 앞두고 최종적인 점검에 나선다.

아웃맨력비단은 지난 2023년 실업팀 전환 이후 최윤OK금융그룹 회장의 지원 아래 꾸준히 성장하며 기존 실업팀에 뒤지지 않는 팀으로 올라섰다. 실업팀 전환 첫해인 2023년부터 매년 두 차례 전지훈련에 나섰고, 지난해 코칭스태프도 보강하며 꾸준히 전력 강화를 이어오고 있다. 올해는 고졸 유망주도 영입하는 등 장기적인 측면에서의 팀 전력 구축까지 신경 쓰고 있다.

오영길 아웃맨력비단 감독은 “매년 아웃맨력비단을

위해 아낌없는 투자를 해주시는 최윤 회장님께 다시 한번 감사하다. 아웃맨력비단이 지난해보다 나은 성적을 기록할 수 있도록 이번 첫 번째 국내 전지훈련부터 이어지는 일정까지 잘 소화할 수 있도록 하겠다”며 “최종 목표인 전국체육대회 금메달을 위해서 첫 단추부터 ‘원 팀’(One Team)으로 잘 끼우겠다”고 각오를 다졌다.

한편 제24대 대한럭비협회장을 역임한 최윤 회장은 금융사 최초의 럭비 실업구단인 ‘아웃맨력비단’ 창단과 럭비선수 특별채용, 중고 럭비부 및 럭비 국가대표 지원 등 대한민국 럭비 저변 확대를 위해 다양한 방법으로 한국 럭비에 아바지하고 있다.

지난해 8월 중학교 럭비 선수 대상으로 ‘OK 아웃맨 럭비 아카데미’를 성공적으로 개최한 데 이어 지난 1월 3일에는 ‘제2회 OK 아웃맨 럭비아카데미’ 일한으로 일반 럭비 문화의 상징적인 공간인 ‘하노노조교육럭비 전국대회’를 방문하기도 했다.

송하중 기자 hajong2@gwangnam.co.kr



광주에 연고를 둔 OK금융그룹 OK아웃맨력비단이 전남 해남에서 올해 첫 동계 전지훈련에 돌입했다.

사진제공=OK금융그룹

‘역대 최다 17개팀’ K리그2, 내달 28일 개막

1·2위팀은 K리그1 자동 승격

이정호 감독, 2월 28일 데뷔전

역대 최다인 17개 팀이 참가하는 2026시즌 프로축구 K리그2(2부리그)가 오는 2월 28일 김해 FC와 안산 그리너스의 개막전을 시작으로 1부 승격을 향한 9개월의 대장정에 들어간다.

한국프로축구연맹은 19일 “2026시즌 K리그2는 새롭게 합류한 김해, 용인FC, 파주 프랜차이저를

포함해 17개 팀이 참가해 팀별로 32경기씩 총 272경기를 치른다”고 발표했다.

프로연맹이 공개한 정규리그 일정에 따르면 2026시즌 K리그2 개막전은 2월 28일 오후 2시 김해종합운동장에서 열리는 김해와 안산의 경기다.

지난해 K3리그 우승팀인 김해는 올 시즌 K리그 2 무대에 처음 도전장을 내밀었고, 안산은 지난 시즌 ‘꼴찌’의 부진을 씻겠다는 각오로 나선다.

팬들의 관심이 많이 쏠리는 경기는 이정호 감독이 지휘봉을 잡고 1부 승격을 위해 선수단 보강에

나선 수원 삼성의 개막전이다.

수원은 지난해 K리그2에서 4위를 차지한 뒤 준플레이오프(PO) 첫판에서 탈락한 서울 이랜드 FC와 2월 28일 오후 4시 30분 수원월드컵경기장에서 만난다.

경남FC와 전남 드래곤즈도 3월 1일 오후 4시 30분 창원축구센터에서 대결한다.

정규리그 1. 2위 팀은 K리그1로 자동 승격하고, 3~6위 팀은 PO를 거쳐 최종 승리 팀이 K리그 1로 승격한다.

3위~6위, 4위~5위가 맞붙는 준PO는 12월 3일 열리고, 각 경기 승자가 맞붙는 PO는 12월 6일 치러진다.

연합뉴스

KIA, 25일 스프링캠프 돌입…신인 김현수·김민규 합류

아마미오시마와 오키나와서 1·2차 훈련…코칭스태프 포함 63명 참가

KIA타이거즈가 새 시즌 우승을 향한 본격적인 담금질에 돌입한다

19일 KIA에 따르면 선수단은 오는 23일 출국, 25일부터 3월 8일까지 일본 가고시마현 아마미오시마에 위치한 아마미카와쇼 구장과 오키나와 긴구장에서 스프링캠프를 운영한다.

이번 스프링캠프에는 코칭스태프 21명, 선수 42명 등 63명의 선수단이 참가한다. 선수단은 투수 21명, 포수 3명, 내야수 9명, 외야수 9명으로 구성됐다.

2026년 신인 가운데에서는 투수 김현수와 외야수 김민규가 명단에 이름을 올렸다. FA 미계약자

로 남아 있는 조상우는 명단에서 제외됐다.

이번 스프링캠프는 1차와 2차로 나누어 진행된다. 먼저 선수단은 25일부터 아마미오시마의 아마미카와쇼 구장에서 체력 및 기술·전술 훈련을 소화한다. 이후 2월 22일 오키나와로 건너가 23일부터 3월 7일까지 긴구장에서 훈련과 연습경기를 병행하며 본격적인 실전 체제에 돌입한다.

선수단은 2월 24일 월드베이스클래식(WBC) 대한민국 국가대표와의 연습경기를 시작으로 실전 감각을 끌어올릴 계획이며, 이후 KBO 리그 팀들과 4차례의 연습경기를 치르고 3월 8일 인천국제공항을 통해 귀국한다.

송하중 기자 hajong2@

독주 체제 안세영 “하나도 놓치고 싶지 않아”

말레이시아오픈 3연패·인도오픈 2연패

새해 벽두부터 2주 연속 금빛 스매시를 날린 ‘말피 스타’ 안세영(삼성생명)이 자신의 해인 ‘적토마의 해’를 맞이해 거침없는 질주를 예고했다.

안세영은 19일 인천국제공항을 통해 귀국하며 “올해도 (페이스를) 늦추지 않고 나아가겠다”고 강조했다.

안세영은 지난해 마지막 대회인 월드투어 파이널스에서 단일 시즌 역대 최다승 타이 기록(11승)과 단식 선수 역대 최고 승률(94.8%), 그리고 역대 최고 누적 상금액(100만3175달러)을 갈아치우며 베드민턴 역사를 새로 썼다.

기세는 새해에도 이어졌다. 새해가 밝기도 전인 지난해 12월 31일 출국한 안세영은 지난 11일 끝난 말레이시아오픈 3연패를 달성한 데 이어 18일 인도 오픈도 2연패를 이루며 2주 연속 금메달을 목에 걸었다. 이날 승리로 안세영은 지난 시즌부터 이어온 공식전 연속 기록을 ‘30’으로 늘렸다.

특히 지난해 10월부터 출전한 6개 대회에서 모두 시상대 가장 높은 곳에 오르는 등 적수 없는 독주 체제를 완전히 굳혔다.

안세영은 “올해는 아시아게임 등 큰 대회가 많다. 그런 대회를 하나도 놓치지 않고 좋은 결과를 가져오고 싶다”고 포부를 밝혔다. 그러면서 “항상 부상이 가장 걱정이다. 올 한 해는 기권 없이 모든 경기를 잘 마무리하는 것이 목표”라고 전했다.

쉽 없는 일정을 소화하며 겪었던 체력적 한계에



안세영이 19일 인도 뉴델리에서 열린 세계베드민턴연맹(BWF) 월드투어 슈퍼 750 인도오픈 경기를 마치고 귀국해 취재진의 질문에 답변하고 있다.

연합뉴스

대해서도 털어놨다.

안세영은 지난 6일 미셸 리(캐나다·12위)와의 말레이시아오픈 첫 경기에서 다리가 불편한 듯 두드리고 무릎을 짚고 숨을 몰아쉬는 등 힘겨워하는 모습을 보여 팬들의 우려를 샀다.

안세영은 “월드투어 파이널스 이후 제대로 회복하지 못한 채 나서다 보니 왼쪽 다리에 무리가 왔었다. 몸이 무겁게 느껴졌고, 또 쥐가 날까 봐 두려웠다”고 말했다. 이어 “오리려 경기를 치를수록 회복되는 것을 느꼈다. 인도오픈에서는 회복된 상태로 좀 더 나은 경기를 할 수 있어서 만족스러웠다”며 “제 몸상태에 맞게 경기 템포를 조절하면서 플레이를 만들어가는 방법에 대해 이번이 많이 배울 수 있었다”고 되돌아봤다.

연합뉴스