

호남대 최성학씨, 리어폴업 세계 신기록 달성

개교 47주년 기념 이벤트서

3년여 동안 체력 단련 결실
공직퇴임 후 목표 세워 훈련
“나이는 숫자 불과...도전 계속”

호남대학교 드림라이프대학 2학년에 재학 중인 최성학씨(66)가 ‘리어폴업 턱걸이’ 부문에서 1분간 55회를 성공하며 세계기록을 경신했다.

12일 호남대에 따르면 최성학씨는 지난 11일 오전 호남대 개교 47주년을 기념해 체력단련실에서 열린 ‘리어폴업 턱걸이’ 도전 이벤트에서 1분 동안 리어폴업 55회를 달성했다.

리어폴업은 어깨와 등 근육을 주로 사용하는 고난도 운동으로, 철봉 위로 목 뒷부분이 올라와야 하는 기술적 난이도가 높은 종목이다.

이번 기록은 지난해 11월 인도의 Ranvir Desai가 세운 기존 세계기록(46회)을 9회 초과한 수치이며, 국내 기록(2019년 이재호씨 45회)도 크게 넘어선 것이다.

이날 도전은 박상철 호남대 총장을 비롯해 대학 관계자, 스포츠레저학과 학생들과 최씨 가족 등이 지켜보는 가운데 진행됐으며, 촬영된 공식 영상은 기네스 월



호남대 드림라이프대학 2학년에 재학 중인 최성학씨(66)가 11일 호남대 개교 47주년을 기념해 학교 체력단련실에서 열린 ‘리어폴업 턱걸이’ 도전 이벤트에서 1분 동안 리어폴업 55회를 성공하고 있다.

호남대 제공

드 레코드 등재를 위해 제출될 예정이다.

기네스기록 인증은 통상 기네스북 관계자가 참여하거나, 대학 등의 공신력을 갖춘 기관에서 기준에 맞춰 촬영한 영상을 제출받아 이뤄지는 것이어서, 최종 공식 인증은 추후에 있을 예정이다.

최씨는 1995년 행정고시(38회) 합격 후 공직에 입문해 광주소년원장 등을 역임했으며, 퇴직 후에도 운동을 멈추지 않았다. 2021년 국내 기록 보유자의 영상을 본 뒤 리어폴업 도전을 결심했고, 3년 넘게 하루 2~3차례 고강도 운동 루틴과 철저한 식단·수면 관리를 병행해왔다.

그는 “퇴직 이후 건강을 지키고 목표를 달성하기 위해 호남대 드림라이프대학에 입학했다”며 “스스로에게 약속한 목표를 이뤄내 무척 기쁘다”고 소감을 전했다.

이어 “나이가 상관없이 노력하면 어떤 목표든 이룰 수 있다는 메시지를 전하고 싶었다”며 “앞으로는 프론트 폴업, 한 손 가락 턱걸이, 팔목 턱걸이 등 새로운 종목에도 도전하겠다”고 포부를 밝혔다.

최성학씨의 도전은 고령층의 가능성을 확장시키고, 세대 간 도전 정신을 잇는 긍정적 신호로 주목받고 있다.

최동환 기자 cdstone@jnilbo.com

“헌혈 영웅들께 감사”... 광주·전남혈액원, 6·14 헌혈자의 날 기념식 개최

12일 오전 남구 어반브룩서 진행
표창 전달·헌혈 활성화 방안 논의

대한적십자사 광주·전남혈액원이 12일 오전 광주광역시 남구 어반브룩에서 ‘누군가의 생명을 이어주는 영웅들, 당신께 감사드립니다’라는 슬로건으로 6·14 헌혈자의 날 기념식을 열었다.

기념식에는 박재홍 대한적십자 광주전남지사 회장, 백기상 광주시교육청 교육국장, 박재현 전남교육청 체육건강과장, 김성환 광주야구소프트볼협회장, 헌혈홍보위원, 광주전남 27개 시군구 보건소 직원 등 총 100여명이 참석했다.

1부 행사에서는 광주 북구청 김병두씨(508회), 송화대씨(499회)를 비롯해 박희복 송일고 교장, 권재준 중앙해양특수구조단 팀장 등 혈액사업 유공자 20명에게 보건복지부장관 표창 등이 수여됐다. 최동환 전남일보 취재2부장도 수상자 명단에 이름을 올렸다.

2부 행사에서는 대한적십자사 홍보대사 강원석 시인이 ‘행복을 미루지 마세요’를 주제로 헌혈자에게 헌신과 감사의 메시지를 전달했다.



대한적십자사 광주·전남혈액원이 12일 광주광역시 남구 어반브룩에서 6·14 헌혈자의 날 기념식을 개최한 가운데 참석자들이 헌혈자들에게 감사의 마음을 표현하는 이벤트를 펼치고 있다.

3부 행사로는 광주전남 27개 시군구 보건소 헌혈담당자 40명이 모여 시민헌혈 활성화 방안을 논의하는 간담회를 가졌다.

김동수 광주·전남혈액원장은 “혈액이 부족할 때 헌혈의 중요성이 조명되지만, 평소 조용히 헌혈에 참여하는 20만명의 시민 헌혈자들에게 진심으로 감사드립니다”며 “저출산·고령화로 혈액 수급 불균형이 우려되는 만큼 헌혈 문화 확산에 지역 공동체가 함께 힘을 모아달라”고 당부했다.

한편 혈액원은 헌혈자의 날을 맞아 2주

간 다양한 프로모션을 준비 중이다. 13일부터 15일까지 3일 동안 광주전남 헌혈버스 및 헌혈의집 헌혈자를 대상으로 헌혈 캐릭터 지비츠 추가 증정 이벤트를 진행한다.

또한 오는 20일에도 헌혈자 50명을 대상으로 극단까지놀이 협력해 연극 ‘꽃머리’를 관람하는 문화이벤트를 진행, 21일에는 헌혈자 150명을 대상으로 광주 패밀리랜드 초청 ‘헌혈히어로, 당신을 초대합니다’ 이벤트를 예정하고 있다.

정승우 기자



광주장애인종합지원센터, 노인학대예방 릴레이 캠페인

광주광역시장애인종합지원센터(이하 센터)는 12일 ‘노인학대 예방 릴레이 캠페인’에 참여해 노인 인권 보호와 학대 예방의 중요성을 알리는 메시지를 전했다. (사진)

이번 캠페인은 ‘노인학대예방의 날(6월15일)’을 맞아 광주광역시노인보호전문기관과 광주광역시사회서비스원이 공동 주관한다. 노인학대에 대한 사회적 경각심을 높이고 예방의 중요성을 널리 알리기 위해 지난 9일 시작된 캠페인은 30일까지 릴레이 방식으로 진행된다.

참여 방법은 캠페인 슬로건 ‘노인학대 신고는 즉시! 노인학대 예방은 함께!’를 담은 사진을 촬영해 SNS에 게

시하고, 다음 참여 기관을 지목하면 된다.

센터는 광주사회서비스원의 지목을 받아 이번 캠페인에 뜻을 함께했으며, 다음 주자로 우리이웃장애인자립생활센터를 지목했다. 전 직원이 함께 참여한 해당 캠페인은 센터 홈페이지 및 SNS를 통해서 확인할 수 있다.

장상습 대표이사는 “모두가 존중받고 평등한 사회를 만드는 것은 우리 모두의 책임이다. 이번 캠페인이 그 책임감을 나누는 뜻깊은 기회가 되길 바란다”며 “센터는 장애인뿐만 아니라 노인 인권 보호에도 관심을 기울이며, 어르신이가 존중받는 지역사회를 위해 앞장 서겠다”고 전했다.

최권범 기자



광주환경공단, 농촌마을 생활환경 개선 봉사활동

광주환경공단은 광주광역시 기업봉사단 협의체와 함께 지난 11일을 시작으로 7월까지 총 3회에 걸쳐 관내 농촌마을 3곳을 대상으로 봉사활동을 추진한다고 12일 밝혔다. (사진)

이번 활동은 고령화 및 1인 가구 증가로 취약해진 농촌 정주환경 개선과, 도농 간 세대 교류 및 공동체 가치 회복을 목적으로 추진된다. 활동은 자원봉사센터와, 행정복지센터 등 유관기관과 협력해 주민 건강 및 복지 증진, 생활환경 개선 등 맞춤형 서비스로 진행된다.

공단은 동구 용연마을, 서구 서창마을, 광산구 평동마을을 방문해 ‘마을 가구별 보수 수리 점검 프로젝트’를 펼

친다. 주요 활동은 △가스 점검 및 가스 타이머 설치 △전기 점검 및 노후 전구 교체 △화재경보기 설치 등이며, 특히 150가구를 대상으로 공단 사회공헌기금 100만 원을 활용해 화재경보기를 무상 설치할 예정이다.

이번 봉사에는 공단 임직원 10명을 포함한 200여 명의 기업봉사단이 참여하며, 약 2000여 명의 주민이 간접적인 수혜를 입을 것으로 기대된다.

김병수 이사장은 “이번 봉사는 지역사회와 함께 문제를 해결하는 실질적인 실천”이라며 “공단의 인프라를 지역과 공유하며 ESG 가치 실현에 앞장서겠다”고 말했다.

최권범 기자

전화 (062)510-0412
e-메일 edit@jnilbo.com

본란은 애독자를 위한 무료서비스란입니다.
(보낼곳) 광주광역시 동구 제봉로 137 전남일보 5층

전일 게시판

육실시 (062)526-3370

▽습관성 도박자 및 가족대상 전문상담 치료 및 병원위탁 무료 치료=성요한병원(광주 북구 유동) 6개월 무료입원 및 통원 치료 상담시간 월~토 (062)527-3400, 3403

▽광주동구정신건강증진센터 봉사자=음악(악기)에 재능이 있는 자원봉사자 모집, 최소 6개월, 주 1회 2시간 가능하신 분 (062)233-0468

▽정원타이거즈 사회인야구 회원 모집=주말 연습 및 경기 진행, 문의 (010-9092-0343 정원타이거즈 감독)

▽문병익(전남일보 이사)·최해정씨 아들 찬주군, 김동선씨 딸 태희양=6월14일(토) 오후 1시, 전남 무안군 삼향읍 남악로 162번길 110(남악리 2627) 남악스카이웨딩컨벤션 3층 그랜드엘렌홀(061)284-0010

알림

▽광주남구중독관리통합지원센터=중독 문제(알코올, 니코틴, 인터넷, 약물, 도박)로 고민하는 대상자와 가족에게 무료 상담, (062)413-1195

▽광주서구중독관리통합지원센터 마음건강 주치의 운영=정신건강의학과 전문의를 통한 중독·자살·우울 문제 등 매주 수·금요일 오후 2시~5시 무료상담 (062)654-3802

▽광주북구중독관리통합지원센터=알코올·인터넷·도박·약물로 인해 어려움을 겪고있는 분들과 가족을 위한 무료상담 및 교

날씨와 생활



해돋이

05:18



해질

19:48



달 뜨는

21:49



달 뜨는

06:25

오늘의 날씨 (최저/최고 기온)

자료 : 기상청·웨더아이

광주·나주 담양·화순	☔ 20/25	무안·함평 장성·영광	☔ 18/25	목포·해남 신안·진도	☔ 19/25
순천·광양 곡성·구례	☔ 18/23	장흥·영암 강진·완도	☔ 18/24	여수·보성 고흥	☔ 19/22

전국 날씨

서울	☁ 19/30	대구	☁ 19/28
대전	☁ 19/29	제주	☔ 19/25

물때

밀물	썰물	밀물	썰물
03:10 14:59	09:09 20:41	10:58 23:50	05:49 17:20
흑산도	완도		

생활 기상 정보

미세먼지	외출지수	우산지수
좋음	가급적 외출을 피하세요	행기면 후회하지 않습니다