

# 김민선·이나현, 8년 만의 빙속쇼 '굳은 약속'

**벨라 밀라노**  
0-14... 스피드 스케이팅 전망

“올림픽 기간엔 100%가 아닌 120%의 몸 상태를 만들겠습니다.”(김민선), “앞으로 참가할 많은 올림픽 중 첫 무대라는 생각으로 즐기면서 준비하겠습니다.”(이나현) 스피드 스케이팅은 2026 밀라노-코르티나 동계 올림픽에서 14개의 금메달이 걸린 ‘금빛 각축장’이다. 프리스타일 스키(금메달 15개)에 이어 두 번째로 금메달이 많아 한국 선수단 역시 쇼트트랙에 이어 ‘금빛 낭보’를 전해줄 유력한 종목으로 손꼽고 있다. 한국 선수단이 이번 밀라노-코르티나 동계 대회에서 기대하는 금메달 목표는 3개 이상이다. 2022년 베이징 대회에선 오직 쇼트트랙에서만 금메달 2개가 나왔던 터라 이번에는 쇼트트랙과 다른 종목을 포함해 금메달을 1개 이상 더 따면 좋겠다는 바람을 담은 목표다. 이번 금메달 목표에서 ‘탈(脫) 쇼트트랙’의 선두 주자는 단연 스피드 스케이팅이다. 한국은 2010년 밴쿠버 대회 때 모태범(은퇴)이 남자 500m에서 깜짝 우승하면서 ‘동계 올림픽 스피드 스케이팅 역대 1호’ 금메달을 품었다.



**女500·1000m서 금빛 낭보 기대**  
**金, 월드컵500m銅·자신감 회복**  
**최강 펌케 록과 0.87초 차 박빙**  
**李, 주니어 세계新 이룬 기대주**  
**꾸준한 성장... 메달후보로 부상**

모태범의 금빛 소식 이틀 뒤 이상화가 여자 500m에서 금메달을 추가하더니 ‘장거리 전문’ 이승훈이 남자 1만m에서 금메달을 추가하며 한국은 단숨에 스피드 스케이팅 강국으로 떠올랐다. 2014년 소치 대회에선 이상화가 여자 500m 2연패를 달성했고, 2018년 평창 대회에선 이승훈이 남자 매스스타트 금메달을 차지하며 금맥을 이었다. 한국 스피드 스케이팅은 이번 밀라노-코르티나 동계 대회를 맞아 8년 만의 ‘금빛 질주’ 재현을 노린다. 기대받는 대표 주자는 세 번째 올림픽

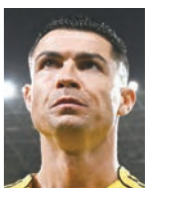
무대에 도전하는 김민선(26·의정부시청)과 생애 첫 올림픽을 앞둔 이나현(20·한국체대)이다. 둘 다 단거리 종목인 여자 500m와 1000m에서 시상대를 꿈꾼다. 김민선은 ‘포스트 이상화’의 핵심 주자로 2022-2023시즌 국제빙상경기연맹(ISU) 월드컵 시리즈 여자 500m 랭킹 1위, 1000m 랭킹 4위에 오르면서 밀라노-코르티나 동계 대회 무대를 빛낼 스타로 일찌감치 두각을 나타냈다. 이번 올림픽을 내다보며 훈련 방식에 변화를 추구한 김민선은 컨디션 조절에 애를 먹으며 이후 월드컵 시리즈에서 다소

고전했다. 하지만 김민선은 올림픽 시즌을 맞아 성적을 끌어올리더니 마침내 지난해 12월 월드컵 4차 대회 500m에서 동메달을 따내며 자신감을 되찾았다. 김민선의 500m 최고 기록은 36초96이다. 최근 세계기록을 작성한 펌케 록(네덜란드·36초09)과는 0.87초나 차이 나지만 충분히 경쟁력이 있는 기록이다. 2018년 평창 대회를 통해 올림픽에 데뷔했던 김민선은 공동 16위로 부진했지만 2022 베이징 대회에선 7위로 순위를 끌어 올렸고, 이제 세 번째 올림픽에선 당당히 포디움에 오르겠다는 각오다. 2025 하얼빈 동계 아시안게임에서 전 종목 메달(100m 금, 500m 동, 1000m 동, 팀 스피드 금)을 따내며 ‘깜짝 스타’로 발돋움한 이나현도 유력한 메달 후보로 손꼽힌다. 이나현은 이에 앞서 2024년 1월 2023-2024 ISU 월드컵 5차 대회 여자 500m에서 37초43의 주니어 세계기록을 작성하며 일찌감치 ‘될성부른 떡잎’으로 인정받았다. 성장을 거듭하는 이나현은 2025-2026 ISU 월드컵 1-4차 대회를 통틀어 여자 500m 랭킹 포인트 4위를 기록, 김민선(11위)을 앞서며 밀라노-코르티나 동계 대회 유력한 ‘메달 후보’로 자리매김하고 있다.

글·사연·연습스

호날두, 통산 960호골  
1000골까지 40골

‘골잡이’ 크리스티아누 호날두(알나스르·사진)가 통산 960호골을 터트리며 1000골 달성에 40골을 남겼다. 호날두는 22일(한국시간) 사우디아라비아 아브하의 프린스 سلطان 빈 압둘 아지즈 스타디움에서 열린 다막FC와의 사우디 프로리그 17라운드 원정에서 1-0으로 앞서던 후반 5분 득점포를 터트렸다. 알나스르는 이날 전반 5분 만에 압둘라흐만 가레브의 선제골에 이어 후반 5분 호날두의 추가골로 2-0으로 앞서다가 후반 23분 추격골을 내줬지만, 추가 실점을 막고 2-1로 이겼다. 다막FC를 꺾은 알나스르(승점 37)는 한 경기를 덜 치른 선두 알 힐랄(승점 41)을 승점 4차로 압박하며 2위로 올라섰다. 3위 알야흐리(승점 37)에 골 득실에서 앞섰다. 호날두는 ‘포르투갈 대표팀 후배’ 주앙 펠리시의 침투 패스를 받아 골 지역 오른쪽에서 오른발 슈팅으로 득점포를 가동했다. 이번 득점으로 호날두는 통산 960호골(프로 817골·A매치 143골)을 터뜨려 대망의 1000골에 40골만 남겼다.



## 키움 안우진 “전반기 복귀... 잘 던지면 미국 갈 기회 올 것”

프로야구 키움 히어로즈의 에이스 안우진(사진)이 2026시즌 전반기 안에는 돌아오겠다는 의지를 내비쳤다. 안우진은 22일 대만으로 스프링캠프를 떠나기에 앞서 기자들과 만나 “현재 공을 30m까지 던지고 있다”며 “대만에서 롱 토스까지 하고 (재활 속도가) 빠르면 하프 피칭까지 하고 올 계획”이라고 현재 몸 상태를 설명했다. 2023시즌 9승 7패, 평균자책점 2.39를 기록한 안우진은 그해 9월 팔꿈치 수술을 받고서 사회복무요원 근무를 시작하며 마운드를 떠났다. 지난해 9월 병역을

**23시즌 9승 7패, 평균자책 2.39**  
**지난해 9월 전역, 수술대 올라**  
**“대만서 몸 상태 만들기 집중”**

마친 안우진은 그러나 8월에 어깨를 다쳐 다시 수술대에 올랐고 이후 재활과 치료에 전념하며 몸을 만들고 있다. 안우진은 복귀 시기를 묻는 말에 “아직 확실히 답하기 어렵다”며 “안전하게 하면서 최대한 빠르게 오고 싶다”고 답했다.

그러면서 “30m 투구까지 통증은 없었다”며 “전반기 안에는 돌아오려고 노력하고 있다”고 덧붙였다. 이날 함께 출국한 설종진 키움 감독은 “보고 받기로는 5월 말에서 6월 초라고 했다”고 복귀 시기를 조금 더 구체적으로 밝혔다. 안우진은 “아무래도 따뜻한 나라에 가서 훈련하면 위험 요소도 더 줄어들 것”이라며 “몸 상태를 끌어올리기도 더 쉬울 것”이라고 스프링캠프에 임하는 각오를 전했다. 최근 3년 연속 팀이 최하위에 머문 것에 대해 그는 “당연히 저도 복귀해서 팀에 도움이 되고 싶은 마음”이라며 “이제

더 내려갈 곳도 없기 때문에 당장 우승보다는 가을 야구 정도를 목표로 열심히 준비하겠다”고 다짐했다. 2년 동안 실전 경험이 없는 안우진은 “(어깨를 다치기 전에) 청백전으로 1이닝 정도 던져보니 괜찮았다”며 “팔꿈치 수술 후에도 재활해본 경험이 있고, 또 재활하는 것이 힘들지만 그래도 한 번 해봤기 때문에 그때와 비슷하게 하려고 준비 중”이라고 말했다. 그러면서 “신인들도 있고 처음 만나는 선수들도 있지만, 다 잘 준비해서 왔을 것”이라며 “저만 빨리 준비하면 될 것”이라고 덧붙였다.

지난 시즌 1순위 신인 박준현을 두고는 “던지는 것을 제대로 본 적은 없다”며 “1순위 선수이기 때문에 팀에서도 당연히 기대치가 있을 것”이라고 격려했다. 지난 시즌까지 키움에서 뛰다가 올해 미국프로야구 메이저리그(MLB)로 진출한 송성문이 안우진의 미국 진출 가능성을 높이 평가한 것에 대해 “그렇게 얘기해준 형이 너무 감사하다”고 몸을 낮춘 안우진은 “저도 (미국 진출의) 꿈이 있지만 우선 마운드에서 잘 던지면 기회도 있을 수 있는 정도로만 생각하겠다”고 조심스러운 입장을 내보냈다.

**연예인**  
Entertainers  
신경애 지음

Chapter 1. 연예인의 정체성  
Chapter 2. 연예인의 인기와 성공  
Chapter 3. 연예인의 인성교육

## 연예인 위한 교과서를 본 적 있나요?

성공과 대중의 사랑 오랫동안 받을 수 있는 비법 명쾌하게 제시  
단순한 ‘스타’ 아닌 시대의 리더·문화창조자로 성장시키는 지침서

‘이상한 알베르제’ 작가 **연예인** Entertainers  
신경애 신간

신경애 문화예술평론가·칼럼니스트

작가는 ‘인기는 순간이지만 인성은 영원하다’는 메시지를 전하며, 혼자만 잘해서는 오래가기 힘든 연예계에서 원팀 정신이야말로 꼭 필요한 덕목이라는 것을 다양한 사례와 이야기로 설명한다.