



“만리장성 넘겠다” 신유빈 ‘작심 출격’

10~15일 충청 'WTT 챔프' 출전
우승 상금 6만 달러 '특급대회'
세계 1·2·3위 중 선수 총출동
前 대회 왕만위에 선전 자신감
주천희·이은혜도 단식 출사표

WTT 한국 여자 탁구
에이스 신유빈(사
진·대한항공)이 2026 월드테이블테니스
(WTT) 챔피언스 총칭에서 세계 최강 중
국의 벽 넘기에 다시 도전한다.
신유빈은 10일부터 15일까지 중국 충칭
에서 열리는 WTT 챔피언스 총칭 여자 단
식에 주천희(삼성생명), 이은혜(대한항공)
와 함께 출전한다.

남녀 단식 경기만 열리는 챔피언스 총칭
에는 중국의 세계 정상급 선수들이 총출
동한다.
우승 상금 6만 달러를 포함해 총 상금 80
만 달러가 걸려 있고, 랭킹 포인트도 △우
승 1000점 △결승 진출 700점 △4강 진출
450점 △8강 진출 300점 등을 준다.
올해 10주 차 세계랭킹이 14위로 한 계
단 하락한 신유빈은 지난 달 WTT 싱가포르 스매시 16강에서 세계 2위 왕만위(중국)를 상대로 첫 게임을 듀스 랠리 끝에 따내고도 1-3으로 역전패한 아쉬움이 남아 있다.
왕만위와 상대 전적 4전 전패의 절대적 열세에 놓였으나, 주눅 들지 않고 과감한 공격을 펼쳐 강한 인상을 남겼다.
이번 대회에는 왕만위 외에 싱가포르 스매시 여자 단식 챔피언인 세계 1위 쑨잉사

와 3위 천싱통, 5위 콰이만 등 중국의 대표
급 선수와 일본의 간판 하리모토 미와(8
위)도 출전한다.
남자 단식에는 세계 1위 왕추천(중국)과
2위 트롤스 피레고르(스웨덴), 4위 우고 칼
데라노(브라질), 5위 하리모토 도모카즈
(일본)가 출전자 명단에 포함됐다.
한국 선수로는 안재현(한국거래소)이 유
일하게 참가한다.

한편 남자 간판 장우진(세아)과 남자 대
표팀 주축인 오준성(한국거래소)은 당초
참가 대상자 명단에 이름을 올렸으나, 컨
디션 저하와 부상 등 여파로 출전하지 않
기로 했다.
장우진은 앞서 싱가포르 스매시 남자 단
식 8강에 올랐지만, 세계 최강자 왕추천에
게 0-4로 완패했다.

글·사진=연합뉴스

“작년 이미 은퇴 결심... 팀에 부담 주기 싫었다”

배구코트 떠나는 양효진



프로배구에
큰 족적을 남
긴 양효진(36·
현대건설)이 '은퇴'라는 단어를 머릿속에
떠올린 건 2024-2025시즌이 끝난 뒤였다.
양쪽 무릎 부상과 체력 저하에 부딪힌
그는 구단에 은퇴 의사를 밝혔지만, 구단
의 만류로 선수 생활을 1년 더 연장하기로
했다.
양효진은 일찌감치 2025-2026시즌을 선
수 인생의 마지막 장으로 마음먹었다.
그러나 그는 시즌 전은 물론, 시즌 막판
까지도 은퇴 사실을 밝히지 않았다가 지
난 3일 구단을 통해 '조용히' 은퇴 의사를
발표했다.
갑작스러운 은퇴 발표로 은퇴 투어는 진
행하지 못하게 됐고, 은퇴와 관련한 각종
행사도 최소화됐다.
양효진은 2025-2026시즌 정규리그 홈 마
지막 경기인 8일 경기도 수원체육관에서
열린 페퍼저축은행전에서 은퇴식을 열고
홈 팬들과 석별의 정을 나눴다.

부상에 체력 저하 겹쳐 고민
목표 대부분 이뤄 은퇴 결심

앞으로 두 차례 원정경기를 뒀 뒤 포스
트시즌을 끝으로 코트와 작별할 예정이
다. 프로배구 V리그 여자부 역대 최다 득
점, 최다 블로킹 기록을 보유한 '역대 최고
의 미들블로커' 양효진의 마지막 페이지는
다소 소박하게 장식될 전망이다.
양효진은 은퇴 결심 배경을 묻는 기자
질문에 “무릎을 비롯한 여러 부상이 은
퇴 결심에 영향을 미쳤지만, 결정적인 이
유는 아니었다”며 “내가 목표로 했던 것
을 대부분 이뤄냈다는 생각이 컸고, 체력이
하루가 다르게 떨어지고 있다는 것을 느
꼈다. 선수 생활을 이어간다면 결국 '버티
는 것'밖에 되지 않을 것 같았다”고 털어
놨다.
가장 멋진 모습으로, 밝게 웃으며 팬들과
작별하는 것이 낫다고 판단했다는 것이
다. 은퇴 투어를 마다한 이유도 밝혔다.
양효진은 “사실 작년에 은퇴 결심을 했
으나 은퇴 투어 등은 따로 생각하지 않았

인생 2막 구체 계획 없지만
무엇이든 도전에 나서볼 것

다”며 “올 시즌 팀 성적이 어찌 될지 모르
는 상황에서 개인적인 욕심을 내고 싶지
않았다”고 말했다. 이어 “은퇴 발표를 너
무 일찍 하면 동료들에게 부담이 될 것 같
았다”며 “지금 시점이 가장 적절하다고 판
단했다”고 설명했다.
그는 “구단을 통해 은퇴 사실을 알린 뒤
에도 평소와 똑같이 경기를 준비했고, 남
은 경기에서도 변함없이 최선을 다할 것”
이라며 “마지막 순간까지 최선을 다한 선
수로 남고 싶다”고 밝혔다.
이제 양효진에게 남은 경기는 많지 않다.
유니폼을 입고 팬들의 응원 속에 코트에
서는 매 순간이 소중한다.
양효진은 “이제 매 순간이 특별하지만,
평소처럼 마음을 다잡으려고 노력하고 있
다”며 “선수로서는 마지막 경기도 평소
처럼 뛰고, 평소처럼 마무리하고 싶다”고
담담하게 말했다.
그는 “우승하면 물론 좋겠지만, 우승하

지 못하더라도 만족할 것 같다”며
“우리 선수들이 모두 최선을 다해 올 시
즌을 준비했다는 것을 잘 알고 있기 때문”
이라고 했다. 이어 “현재 우리 팀이 선두
경쟁을 펼치고 있는데, 마지막을 좋은 기
역으로 남을 수 있도록 도와준 (강성형)
감독님과 동료들에게 정말 고맙다”며 “참
행복하다”고 전했다.
절친한 선배이자 먼저 은퇴한 '배구 여
제' 김연경에게도 감사 인사를 빼놓지 않
았다.
양효진은 “언니는 1년 전 내가 은퇴 고
민을 털어냈을 때 기를 쓰고 말했다”며
“오랫동안 선수 생활을 하라고 했는데, 그
런 말 한마디 한마디가 큰 힘이 됐다”고
말했다.
인생 2막에 관해선 아직 깊이 생각하지
않았다고 했다.
그는 “내가 원한다고 해서 지도자가 될
수 있는 건 아니다”라며 “아직 구체적인
계획은 없다. 무엇이든 도전해 보는 건 좋
은 일이라고 생각한다”고 말했다.
‘김연경처럼 유튜브 활동을 하는 것 아
닌가’라는 다소 짓웃은 질문엔 “사람 일은
모르는 거죠”라며 미소 지었다.



최동훈, 내달 19일 UFC 옥타곤 데뷔

로드 투 UFC 시즌 3 우승자 최동훈
(27)이 마침내 옥타곤에 오른다.
최동훈은 다음 달 19일(한국시간) 캐
나다 매니토바주 위니펙의 캐나다 라
이프 센터에서 열리는 'UFC 파이트
나이트: 번즈 vs 팰릿' 대회 플라이트급
경기에서 안드레 리마(27·브라질)와
데뷔전을 치른다.
2024년 11월 로드 투 UFC 결승전에
서 승리하며 UFC와 정식 계약한 최동
훈은 코뼈 부상과 결혼 등의 이유로 17
개월 만에 데뷔전을 갖게 됐다.
유도 청소년 국가대표 출신인 그는
해군 부사관 전역 후 종합격투기에 뛰
어들어 9전 전승을 달리고 있다.
상대인 리마 역시 11전 전승인 무패
파이터다. 브라질 킥복싱 챔피언 출신
으로 UFC 입성 후 좌족의 4연승이다.
무패 신성 간의 맞대결인 만큼, 최동
훈이 UFC에서 이미 검증된 강자인 리
마를 꺾는다면 단숨에 체급 내 상위권
도약의 발판을 마련할 수 있다.
이 대회 메인 이벤트에서는 웰터급
랭킹 11위 길버트 번즈(브라질)와 마
이크 맥렛(캐나다)이 격돌한다.

1월25일 강원 춘천시 호반체육관에서 열린 프로배구 '진에어 2025~2026 V-리그 올스타전'에서 현대건설 양효진이 주심을 보고 있다. 연합뉴스

비쁜 일상 속, 당신을 토닥여줄 요가 에세이

느려도 괜찮아

아사나(요가 자세)를 할 때 찾아오는 고통은 말할 수 없이 아팠지만 몸을 늘리고 비틀고 거꾸로 서는 과정에서 마음이 말을 걸었다.

너무 애쓰지 마라.

괜찮다.

일만 하지 말고 좋아하는 것도 하고 살아라.

한영임 지음 | 272쪽 | 15,000원 | 도서출판행복에너지