



감귤 익어가는 이 계절, ‘가을의 전설’이 열린다

감귤이 익어가는 제주의 늦가을, 이 계절만큼이나 풍성한 축제가 돌아왔다. 올해로 17회째를 맞은 ‘제주감귤 국제마라톤대회’다. 이번 대회에는 달림이 4000여명이 한 데 모여 ‘가을의 전설’을 다시 쓴다.

이번 대회도 어김없이 ‘오감만족 축제’로 펼쳐진다. 다양한 볼거리에 먹거리를 더해 모두가 함께하는 장으로 준비됐다. 코스를 달리지 않더라도 즐길거리가 풍성해 주말 나들이로도 제격이다.

▶모두가 함께 즐기는 마라톤축제=대회는 오는 10일 제주시 조천운동장을 중심으로 진행된다. 개막식에 앞서 오전 8시 30분부터 길잡이 태권도 시범단이 태권 체조를, 4인조 트로트 걸그룹 ‘오로라’가 신나는 공연으로 축제의 흥을 더한다.

왕복항공권과 호텔숙박권이 제공된다. 17번째 대회를 기념해 각 부문별 남녀 완주자 중 17위에겐 특별상이 주어지고 연령대별 특별시상, 가족화합상도 마련됐다. 참가자를 위한 깜짝 선물인 경품으로는 김치냉장고, 밥솥, 정수기, 비데 등이 준비됐다.

참가자들의 교통 편의를 위해 행사장을 잇는 무료 셔틀버스도 운행된다. 제주시에선 제주종합경기장 실내수영장에서 오전 7시20분, 7시40분, 8시에 출발하며 서귀포에선 제주월드컵경기장 대형주차장에서 오전 6시50분, 7시, 7시10분에 출발해 서귀중앙여자중학교를 경유한다. 대회가 끝난 뒤엔 출발지로 돌아가는 셔틀버스도 운행될 예정이다. 자세한 내용은 제주감귤국제마라톤 조직위원회 사무국(064-750-2291)으로 문의하면 된다.

올해 17회째 제주감귤국제마라톤대회 모두가 함께 즐길 수 있는 축제 장으로 참가자 특전 ‘풍성’… 셔틀버스도 운행

행사장에선 다채로운 체험 행사도 만날 수 있다. 남녀 노소 누구나 즐길 수 있는 환경액자 만들기과 브레인 명상, 제주산 화훼 체험 등이 마련됐다. 아이들의 재미를 더할 전통 놀이와 풍선아트, 타투스티커 체험도 이어진다. 다양한 먹거리도 준비됐다. 제주시산림조합이 표고버섯 죽 시식코너를 운영하고 대한한돈협회 제주지부가 우리 돼지 홍보에 나선다. 제키스의 감귤초콜릿, 어피니티의 드립커피, 담라에일의 맥주, 제주팜이십일의 감귤칩 등도 맛볼 수 있다. 고성1리 부녀회는 따끈한 어묵으로 이른 아침 대회를 찾는 달림이들의 몸을 녹일 예정이다.

대회 참가자를 위한 특전도 풍성하다. 마스터스 부문 폴코스 남녀 1위와 클럽대항전 참가자 중 최고기록자에겐 일본 아오모리현 애플마라톤대회에 참가할 수 있는

▶“사전 준비 필수… 준비운동 충분히 해야”=달림이들의 축제인 마라톤대회를 신나게 즐기 위해선 사전 준비는 필수다. 대회 하루 전부터 출발선에 선 모습을 그리며 부담감 대신 긍정적인 생각을 하는 게 좋다. 운동화와 양말, 유니폼, 장갑, 모자 등 대회에서 사용할 물품을 미리 가방에 챙겨두면 대회 날 마음에 여유를 더할 수 있다.

대회 당일엔 경기 출발 1시간 전에 운동장에 도착해 충분한 준비운동으로 몸을 따뜻하게 하는 게 도움이 된다. 출발 전 준비운동은 부상과 갑작스런 사고를 예방할 수 있어 매우 중요하다. 기록 향상을 위한 레이스에선 충분히 워밍업을 한 뒤 출발지점에 서야 한다. 무엇보다 마지막까지 안전하게 경기를 치르는 것이 축제를 제대로 즐기는 길이다.



사건은 지난해 열린 2018 감귤국제마라톤대회. 한라일보 DB

40년 전통 수제 신사복 전문

골덴라사

맞춤 양복은 명품(名品)입니다.

맞춤 양복은 오직 한사람만을 위한 예술품입니다.

↑ 광양

소방공사

←오현단

남문로타리

→ 서사로

남초등학교

중앙로 ↓

중앙성당

추동복 신제품 대량입하

저렴한 가격으로 모시겠습니다.

골덴라사 | 제주시 남성로 166(남문로터리 서쪽) T. 722-3679, H,P 010-7622-3679