

2022년도 대회 성적

도민체전
2위

고양특례시의 활력소가 된 배드민턴팀

고양시는 전국에서 배드민턴 전용구장이 가장 많은 도시로 유명하다. 배드민턴 동호회 활동을 하면 배드민턴 전용구장에서 실감나는 경기를 즐길 수 있다. 1년 내내 날씨에 제약 받지 않고 전용구장에서 배드민턴을 치며 몸과 마음을 건강하게 관리할 수 있다. 강우겸 감독은 “배드민턴 동호인들이 사용하기 좋은 시설이 많다. 배드민턴팀도 동호회에서 전용구장을 편리하게 이용하며 배드민턴의 재미를 느낄 수 있도록 배려하고 있다”며 “서로 소통하며 교류하여 배드민턴으로 화합하는 고양시를 만들고 싶다”고 강조했다. 안상욱 선수는 “배드민턴은 유산소 운동이면서 근력을 키울 수 있는 운동이다. 고양 시민들이 배드민턴 운동으로 건강해지길 바란다”고 전했다. 김민재 선수는 “팀에서 꼭 필요한 선수가 되어 경기장에서 멋진 모습을 보여드리겠습니다. 저희의 경기 모습을 보러 많이 와주면 좋겠습니다. 많은 응원과 아낌없는 사랑을 부탁드립니다”고 덧붙였다. 2023년 계묘년을 맞이한 배드민턴팀의 각오는 남다르다. 올해는 고양시민들의 에너지 넘치는 응원을 벗 삼아, 코트를 중흥 무진 누비는 고양시 배드민턴팀의 모습을 볼 수 있을 것이다.



강우겸 감독

“고양시 배드민턴팀은 지금 상승세를 타고 있습니다. 저는 선수들에게 운동을 즐기는 환경을 만들어주고 팀을 투명하게 이끌기 위해 노력하고 있습니다. 선수들도 동료이자 경쟁자로 함께 운동하며 발전하고 있습니다. 믿음과 신뢰가 돈독한 팀으로 좋은 소식을 많이 들려드리겠습니다. 고양시민이 자랑스러워하는 배드민턴팀이 될 것을 약속드립니다.”



김민재 선수

“오랫동안 제가 은사로 생각한 강우겸 감독님의 제안을 받고 올해 고양시 배드민턴팀으로 이적했습니다. 새롭게 팀에 합류해서 부상당하지 않고 시합에 나가서 좋은 성적을 내는 것이 저의 목표입니다. 복식 선수로 팀에서 필요한 순간, 적재적소에 저의 능력을 발휘해 승리하겠습니다. 고양시 배드민턴팀이 멋지게 활약할 수 있도록 많이 응원해 주시고 사랑해 주세요.”



이현민 선수

“올해 고양시 배드민턴팀에 오게 됐습니다. 고양시는 배드민턴 인프리카 풍족한 도시로 유명해 꼭 오고 싶은 팀이었습니다. 저의 첫 번째 소망을 이루게 돼 기쁩니다. 선수들과 호흡도 잘 맞고 강우겸 감독님의 지도편달로 하루하루 저의 실력이 향상되고 있습니다. 단식 경기에서 안정적인 플레이로 도민체전 단체전과 전국대회에서 좋은 성적을 기록하고 싶습니다.”



안상욱 선수

“2023년 새해 목표는 경기도 도민체전 우승입니다. 제가 가장 자신 있는 배드민턴 경기에서 좋은 성적을 낼 수 있도록 최선을 다하겠습니다. 고양시에 배드민턴 열풍이 불어 많은 시민분들이 배드민턴을 배워 건강해지셨으면 좋겠습니다. 배드민턴은 유산소 운동이면서 몸의 근력과 밸런스 향상에 도움이 됩니다. 가까운 곳에 있는 전용구장에서 배드민턴 운동을 시작해 보세요.”



박민국 선수

“지난해 도민체전에서 2위를 기록하고 한편으로 아쉬움이 컸습니다. 올해는 꼭 우승해서 최고의 자리에 오르고 싶습니다. 고양시 배드민턴팀에 소속된 선수들 한 명, 한 명을 모두 기억해 주시고 응원에 주셨으면 좋겠습니다. 배드민턴은 화려한 퍼포먼스가 많은 종목입니다. 경기장에 오셔서 응원해 주신다면 힘내서 더욱 열심히 땀을 흘릴 수 있을 것 같아요.”

초보자도 할 수 있다! 원포인트 레슨

배드민턴 용어 사전

- 서브** 서브하는 사람이다.
- 서브 오버(서비스 오버)** 서브권이 상대방에게 넘어가는 것을 말한다.
- 센터 라인** 네트와 수직을 이루는 중앙선이다.
- 셋업 플레이어** 전략적이며 창의적인 선수를 말한다.
- 와이드** 셔틀콕이 사이드 바운더리 밖으로 나가는 것을 말한다.
- 온 라인** 셔틀콕이 라인 위에 떨어진 유효타를 말한다.
- 인터벌** 한 경기 중에 제1게임과 제2게임, 제2게임과 제3게임 사이의 휴식시간을 말한다.

배드민턴 경기 규칙

21점을 먼저 얻으면 1세트를 따내고 3세트 가운데 2세트를 먼저 따는 팀이 승리한다. 1명의 선수가 1명의 상대방 선수와 경기하는 단식경기, 2명이 1조가 되어 상대방 2명의 선수와 경기하는 복식경기, 남녀 각각 1명이 1조가 되어 경기하는 혼합복식이 있다.



백클리어 Back Clear

1. 낙후지점에 정확히 스텝을 진행한다.
2. 어깨 허리 팔까지 회전을 진행하여 타구 자세를 잡는다.
3. 스윙을 간결하게 진행하고 엄지 손가락에 힘을 주고 끝까지 밀어주는 것이 핵심이다.



스매싱 Smash

1. 허리 어깨를 회전하여 타구자세를 잡는다.
2. 뒤로 회전했던 허리 어깨를 앞으로 빠르게 회전하며 빠르게 스윙을 진행한다.
3. 타구가 진행되고 나서 몸의 중심을 앞으로 밀고 나와야 타구에 힘이 생긴다.



언더 Under

1. 낙후지점에 빠르고 정확하게 스텝을 진행한다.
2. 팔과 라켓을 뒤로 조금 빼서 타구를 위한 공간을 확보한다.
3. 스윙을 진행 팔에 힘을 빼고 최대한 가볍게 타구하며 손목 스냅을 이용한다.