손흥민 "1%의 가능성만 있어도 달려가겠다"

hm_son7 안녕하세요. 지난 한 주 동안 받은 응원과 격려의 메세지, 정말감사하다는 말씀을 드리고 싶습니다. 저는 많은분들께 응원과 격려의 메세지를 받았고 읽으면서 많은 힘을 얻었습니다. 월드컵에서 우리나라를 위해 뛰는 것은 많은 아이들이 축구선수로 성장하면서 꿈꾸는 일 일것입니다. 저 또한 그 꿈을 지금까지 변함없이 가지고 있습니다. 지난 2년여의 시간동안 여러분들이 참고 견디며 써오신 마스크를 생각하면 월드컵 경기에서 쓰게 될 저의 마스크는 아무것도 아닐것입니다. 단 1%의 가능성만 있다면 그 가능성을 보며 얼마 남지않은 시간 앞만 보며 달려가겠습니다.

아름다운 우리나라의 월드컵 대표선수가 되기 위해KR❤️
Sonny:)

Hi everyone. I just wanted to take a moment to say thank you all for the messages of support i have received over the last week. I have read so many of them and truly, truly appreciate you all. In a tough time I received a lot of strength from you! Playing for your country at the World Cup is the dream of so many children growing up, just as it was one of mine too. I won't miss this for the world. I can't wait to represent our beautiful country, see you soon. SonnyKR❤️

36분

▲ 한국축구대표팀 캡틴 손흥민이 자신의 인스타그램을 통해 카타르월드컵 출전 의지를 밝혔다. 사진=instagram(hm_son7)

손흥민이 자신의 SNS에 남긴 몇 마디가 2022 카타르 월드컵을 앞둔 한국 축구대표팀의 분위기를 끌어올렸다.

10일 '엑스포츠뉴스' 에 따르면 손흥민은 전날 SNS를 통해 월드컵 불참 가능성을 일축하며 벤투호에 힘을 불어넣었다.

손흥민은 "지난 한 주 동안 받은 응원과 격려의 메시지, 정말 감사하다는 말씀드리고 싶다. 많은 분들께 응원과 격려의 메시지를 받고 읽으면서 많은 힘을 얻었다." 라며 "월드컵에서 우리나라를 위해 뛰는 것은 많은 아이들이 축구선수로 성장하면서 꿈꾸는 일" 이라고 밝혔다.

이어 "저 또한 그 꿈을 변함없이 가지고 있다. 지난 2년여의 시간 동안 여러분이 참고 견디며 써오신 마스크를 생각하면 월드컵 경기에서 쓰게 될 저의 마스크는 아무 것도 아닐 것" 이라며 "단 1%의 가능성만 있다면 그 가능성을 보며 얼마 남지 않은 시간 앞만 보며 달려가겠다. 아름다운 우리나라의 월드컵 대표 선수가 되기 위해" 라고 보호 마스크를 착용하고서라도 월드컵에 참가하겠다는 강한 의지를 드러냈다.

손흥민은 지난 2일 올랭피크 마르세유와의 경기에서 상대 수비수와의 충돌로 안면부 골절상을 입어 수술대에 올랐다. 우루과이전이 열리는 24일까지 회복하기 힘들 것이라는 전망이 나오면서 벤투호에 비상이 걸렸다. 우루과이, 가나, 포르투갈 등 안 그래도 힘든 상대들을 줄줄이 만나는 상황에서 16강행 먹구름이 잔뜩 끼는 듯했다.

절친 김진수를 비롯해 권창훈 등 대표팀 동료들은 손흥민이 돌아올 것이라고 믿어 의심치 않았지만 유력 의사들이 손흥민의 대표팀 합류를 불투명하게 내다봤다. 대표팀 전력의 상당 부분을 차지하고 있는 손흥민이 자칫 불참하면 대표팀 전력은 물론 분위기까지 흔들릴 수밖에 없는 처지였다.

손흥민이 월드컵 참가에 강한 의지를 보인 만큼 나머지 대표팀 선수들의 사기도 크게 오를 것으로 예상된다.

■ 운동상식

뒤로 걷기, 이럴 때 효과적

뒤로 걷기는 다리 근육이 굳어져 많이 걷기 힘든 사람이나 무릎 수술 환자, 인대에 부상이 있는 사람에게 좋다. 특히 퇴행성 무릎 관절염을 앓고 있는 사람이 뒤로 걸으면 신체 앞 부분에 쏠려 있는 발목, 다리 근육, 인대 근육 외의 근육이 균형 있게 발달되고 무릎에 무리를 주지 않아 다리 통증이 완화되는 효과가 있다.

뒤로 걸을 때에는 먼저 몸에서 힘을 빼고 가슴과 어깨를 쭉 편 후 두 손은 살짝 계란을 쥔 모양을 하고 자연스럽게 걷도록 한다. 걸을 때는 발의 앞부리부터 살며시 내려놓고 무릎을 자연스럽게 구부린다. 뒤로 걸으면 치매가 예방된 다는 속설도 있지만 아직 과학적으로 입증된 바는 없다.