빙판 위의 뜨거운 레이스 쇼트트랙

밀라노 동계올림픽 종목소개

쇼트트랙은 동계올림픽에서 한국의 대표적인 효자 종목으로 꼽힌다.

한국이 역대 동계올림픽에서 획득한 금메달 33개 중 26개가 쇼트트랙에서 나왔다. 여기에 은메달 16개, 동메달 11개를 합쳐 총 53개의 메달을 따냈다.

쇼트트랙은 스케이트를 타고 얼음 위를 달리는 스피드스케이팅에서 파생됐다.

기를 치르는 경쟁자들을 제치고 가장 먼저 결승선을 통과하는 것이 중요하다.

쇼트트랙은 여러 선수가 함께 출발하기 때문에 레이스 내내 신경전, 몸싸움 등 다양한 변수가 발생한다.

게다가 한순간에 순위를 뒤집을 수 있는 인코스와 아웃코스 공략이 승부에 큰 영향을 준다.

쇼트트랙에서는 마지막 바퀴에서도 접전 승부가 펼쳐지는 경우가 많아서 '날 들

한국 효자 종목 쇼트트랙…역대 금메달 26개

1992년 알베르빌 대회서 첫 정식 종목 채택

쇼트트랙 간판 최민정·김길리 금메달 사냥

쇼트트랙의 정식 명칭은 '쇼트트랙 스피드스케이팅'이고, 흔히 스피드스케이팅으로 불리는 것은 '롱트랙 스피드스케이팅'이다.

스피드스케이팅은 400m 트랙에서 레이스를 펼치고, 쇼트트랙은 이보다 훨씬 짧은 111.12m 트랙을 돌며 경쟁한다.

스피드스케이팅이 두 명씩 출발해 기록으로 순위를 정하는 것과 달리 쇼트트랙은 결승선을 통과한 순서대로 순위가 가려진다.

따라서 쇼트트랙은 기록보다는 함께 경

이밀기' 기술도 흔히 볼 수 있다. 선수들이 결승선 앞에서 다리를 쭉 뻗어 날이 조금이라도 빨리 통과하도록 하기 위한 것이다.

상대 선수를 밀치거나 고의로 방해하면 반칙이 주어지고, 부적절하게 코스를 가로질러 상대 주행에 피해를 주는 것도 반칙으로 판정한다.

선수는 몸을 보호하기 위한 헬멧과 장갑, 무릎 보호대, 정강이 보호대 등을 착용하고 경기에 나선다. 규정에 어긋나는 장비는 착용이 불가능하다.

임종언이 네덜란드 도르드레흐트의 스포르트불레바르에서 열린 2025-26 국제빙상경기연맹(ISU) 쇼트트랙 월드투어 4차 대회 남자 1000m 결승에서 1위로 골인한 후 세리머니하고 있다. 임종언은 1분25초877로 1위를 기록하며 금메달을 목에 걸었다. /뉴시스

쇼트트랙이 동계올림픽에 정식 종목으로 채택된 건 1992년 알베르빌 대회다.

1924년 제1회 샤모니 대회부터 열린 스피드스케이팅과 비교하면 한참 늦게 채택됐다.

1992년 대회에서 쇼트트랙 세부 종목은 남자 1000m, 5000m 계주, 여자 500m, 3000m 계주로 4개뿐이었다.

1994년 릴레함메르 대회에 남자 500m와 여자 1000m가 더해져 6개 종목으로 늘어났고, 2002년 슬트레이크시티 대회에 남녀 1500m가 추가됐다.

직전 대회인 2022 베이징 대회에서는 혼성 2000m 계주가 첫선을 보였다.

이번 밀라노·코르티나담페초 동계올림픽에서도 총 9개의 금메달이 걸려있다.

쇼트트랙 경기는 2월10일부터 20일까지 이틀 간격으로 열린다.

'쇼트트랙 강국' 한국은 동계올림픽에서 거침없이 금빛 질주를 펼쳤다.

정식 종목이 된 알베르빌 대회부터 남자 1000m에서 김기훈이 금메달, 이준호가 동메달을 수확했다. 남자 5000m 계주 금메달은 한국의 차지였다.

한국이 2022 베이징 대회에서 획득한 금메달 2개는 모두 쇼트트랙에서 나왔다. 쇼트트랙 대표팀은 금메달 2개와 은메달 3개를 손에 넣었다.

한국 쇼트트랙은 이번 밀라노·코르티나담페초 동계올림픽에서도 금맥 캐기에 나선다.

'쇼트트랙 여제' 최민정(성남시청)이 금메달 사냥 선봉에 선다.

지난 두 차례 올림픽에서 금메달 3개, 은메달 2개를 따낸 최민정은 1500m 3연패와 동시에 동계 올림픽 한국 선수단 최다 금메달 타이 기록에 도전한다.

최민정이 이번 대회에서 금메달을 따면 전이경(4개)과 어깨를 나란히 한다.

최민정과 함께 여자 쇼트트랙 '쌍두마차'로 불리는 김길리(성남시청)도 금메달 후보로 꼽힌다.

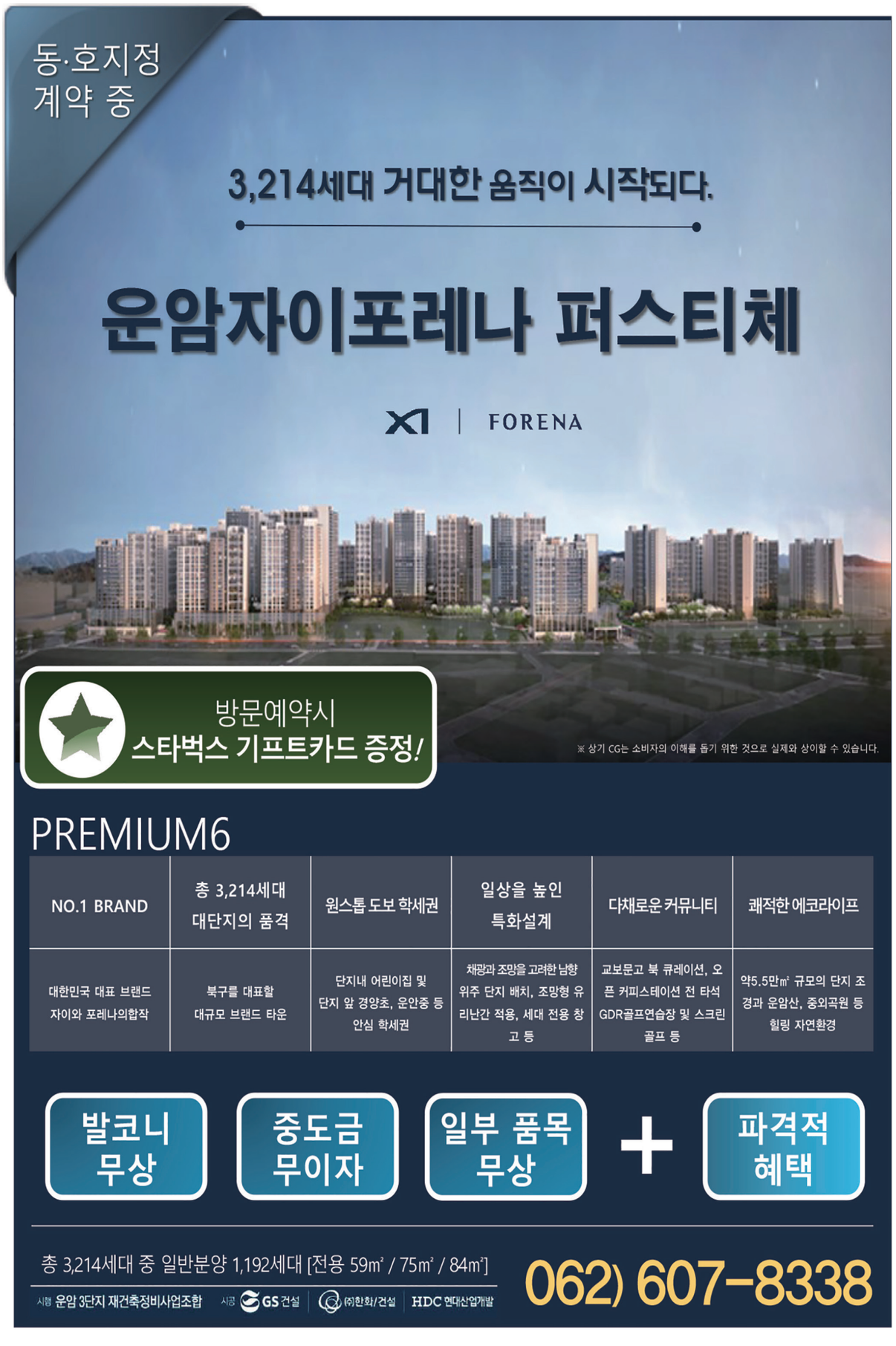
쇼트트랙 최민정과 대표팀 선수들이 충북 진천 국가대표선수촌에서 열린 밀라노코르티나 동계올림픽 D-30 미디어데이에서 훈련하고 있다. /뉴시스

그는 지난해 2월 하얼빈 아시안게임 여자 1500m와 혼성 계주에서 정상에 오르면서 2관왕을 차지했다.

남자부에서는 '차세대 에이스'로 꼽히는 임종언(고양시청)과 2년 만에 대표팀에 복귀한 황대헌(강원도청)이 금메달을 노린다.

황대헌은 동계 올림픽 남자 1500m에서 2연패에 도전장을 내민다.

/뉴시스



쇼트트랙 최민정, 최다 금메달 타이기록 도전

밀라노 동계올림픽 스타

한국 여자 쇼트트랙 '간판' 최민정(28·성남시청)이 다가올 2026 밀라노·코르티나담페초 동계올림픽에서 새로운 역사에 도전한다.

최민정이 2018 평창, 2022 베이징에 이어 개인 통산 세 번째 동계 올림픽 무대를 밟는다.

지난 두 차례 올림픽에서 금메달 3개와 은메달 2개를 딴 최민정은 내달 밀라노에서 한국 빙상의 새 역사를 쓴다는 각오다.

최민정은 2018 평창 대회에서 금메달 2개, 2022 베이징 대회에서 금메달 1개, 은메달 2개 등 총 5개의 메달을 목에 걸었다.

그는 밀라노·코르티나담페초 동계올림픽에서 금메달을 추가하면 전이경(4개)과 함께 동계 올림픽 최다 금메달 타이 기록을 쓴다.

동·하계 올림픽을 통틀어 한국인 최다 메달은 하계 올림픽의 진종오(사격)와 김수녕(양궁), 동계 올림픽의 이승훈(스피드스케이팅)이 획득한 6개로, 이 기록도 가시권 안에 들어와 있다.

아울러 여자 1500m에서 금메달을 따면 올림픽 사상 최초로 쇼트트랙 개인 종목 3연패라는 역사도 쓴다.

물론 넘어야 할 산이 적지 않다.

세계 최강으로 자리매김하던 한국 쇼트트랙은 최근 캐나다 선수들의 급격한 기량 발전으로 입지가 좁아졌다.

덩달아 여자 쇼트트랙을 이끌어온 최민정의 어깨도 더 무거워졌다.

일각에선 한국 쇼트트랙이 이번 동계올림픽에서 노메달에 그칠 거란 어두운 전망도 내놓는다.

특히 여자부에선 캐나다의 코트니 사로의 독주가 매섭다. 사로는 지난해 월드투어 1~4차 대회에서 개인 종목 금메달만 5개를 독차지했다.

하지만 최민정은 그동안의 올림픽 경험을 살려 또 한 번 금빛 질주를 완성한다는 각오다.

2023~2024시즌 태극마크를 반납한 뒤 휴식과 훈련 등 재정비의 시간을 마치고 복귀한 최민정은 2025 하얼빈 동계 아시안게임에서 쇼트트랙 최초로 3관왕에 오르며 화려하게 돌아왔다.

2025~2026시즌 국제빙상경기연맹(ISU) 쇼트트랙 월드투어 1차 대회에선 금메달을 따지 못했지만, 2차 대회에선 주 종목인 1500m 금메달에 여자 1000m 은메달을 거머쥐었다.

3차 대회에선 여자 1500m 은메달, 여자 500m 동메달을 획득했다. 마지막 4차 대회에선 여자 1500m 동메달을 목에 걸었다.

전성기 시절만큼의 파괴력은 아니지만, 서서히 옛 기량을 되찾아가는 모습이다.

최민정은 이번 밀라노·코르티나담페초 동계올림픽에서 주 종목인 여자 1000m와 1500m뿐만 아니라 한국 쇼트트랙 취약 종목인 500m에서도 입상을 목표로 한다.

이를 위해 월드투어 3, 4차 대회에서 단거리 종목을 집중적으로 연구했다.

실제로 해당 대회에서 여자 500m 모두 결승 진출에 성공했고, 마지막 4차 대회에선 동메달을 땄다.

올 시즌 월드투어 1~4차 대회 500m 종목에서 메달을 획득한 건 남녀 대표팀 모든 선수를 통틀어 최민정이 유일하다.

최민정은 올림픽을 앞두고 치른 동계체전에서도 여자 일반부 500m를 우승하며 예열을 마쳤다.

단체 종목에서의 설욕도 노린다. 지난 베이징 대회에서 네덜란드에 내준 여자 3000m 계주 금메달을 되찾는 게 목표다.

이를 위해 평창 대회 때 고의 충돌 의혹으로 갈등을 빚었던 심석희(서울시청)와도 다시 합을 맞춘다.

또 베이징 대회 때 처음 채택된 혼성 2000m 계주에서도 첫 메달을 노린다. 한국은 4년 전 터치 실수로 예선에서 탈락한 바 있다.

이번에는 김길리(성남시청), 임종언(고양시청), 황대헌(강원도청)과 함께 각오를 다지고 있다. /뉴시스