



김준호가 네덜란드 헤이켄베인 타이플 아이스 아레나에서 열린 2024-25 국제빙상경기연맹(ISU) 스피드스케이팅 월드컵 6차 남자 500m 경기를 펼치고 있다. 김준호는 34초55의 기록으로 4위를 차지하며 메달은 따내지 못했다. /뉴시스



중국 베이징 국립 스피드스케이팅 오벌 경기장에서 열린 2022 베이징 동계올림픽 스피드스케이팅 남자 매스스타트 결승 경기에서 은메달 획득한 정재원(오른쪽)과 동메달 획득한 이승훈이 태극기를 들고 링크를 돌고 있다. /뉴시스

0.01초의 승부 스피드스케이팅

밀라노 동계올림픽 종목 소개 400m 트랙 질주...1924년 초대 대회부터 채택

스피드스케이팅은 미끄러운 빙판 위를 가장 빨리 질주한 선수가 승리하는 종목이다.

동계 올림픽에서는 쇼트트랙, 피겨스케이팅과 함께 3개 스케이팅 종목 중 하나로 분류된다.

쇼트트랙 트랙의 한 바퀴는 약 111.12m

지만, 스피드스케이팅 트랙의 한 바퀴는 400m다.

이에 스피드스케이팅을 '롱 트랙(long

track) 스피드스케이팅'이라 부르기도 한다.

스피드스케이팅은 지난 1924년 초대 대회인 샤모니 동계올림픽부터 지금까지 명맥을 이어오고 있다.

여자부 경기는 1960년 스쿼벨리 대회부터 정식 종목으로 채택됐다.

2006년 토리노 대회부터는 팀 추월 종

목, 2018 평창 대회부터는 매스스타트 종목이 추가됐다.

2026 밀라노·코르티나담페초 동계올림픽 스피드스케이팅은 총 14개 세부 종목으로 나뉘며, 개회식 이튿날인 7일부터 폐회식 전날인 21일까지 꾸준히 열린다.

남자부는 ▲500m ▲1000m ▲1500m ▲5000m ▲1만m, 여자부는 ▲500m ▲

1000m ▲1500m ▲3000m ▲5000m로 나뉘고, 남녀 매스스타트와 남녀 팀 추월까지 펼쳐진다.

스피드스케이팅은 선수 2명이 400m 트랙을 시계 반대 방향으로 질주, 빨리 결승선을 통과하는 선수가 승리한다.

단 두 선수는 한 바퀴를 돌 때마다 반드시 정해진 교차 구역에서 인코스과 아웃코스를 바꿔가며 타야 한다.

한국은 역대 동계올림픽 스피드스케이팅에서 금메달 5개, 은메달 10개, 동메달 5개로 총 20개의 메달을 수확했다.

레전드로는 2010 밴쿠버 대회와 2014 소치 대회에서 여자 500m 종목을 연달아 제패한 '빙속 여제' 이상화가 있다.

이번 대회 기대주로는 김민선(의정부시청), 이나현(한국체대), 김준호, 정재원(이상 강원도청) 등이 꼽힌다.

김민선은 2025-2026시즌 국제빙상경기연맹(ISU) 스피드스케이팅 월드컵 4차 대회 여자 500m 2차 레이스에서 37초835 기록으로 동메달을 땀다.

수 여러 명이 동시에 출발하는 게 큰 특징이다.

4바퀴, 8바퀴, 12바퀴, 결승선을 통과한 순위마다 포인트를 부여하며, 특히 결승선 점수가 매우 높게 책정돼 있다.

총 거리는 6400m로, 두 번째 바퀴부터 좋은 자리를 선점하기 위한 선수 간 몸싸움도 허용돼 보는 재미를 더한다.

한국은 역대 동계올림픽 스피드스케이팅에서 금메달 5개, 은메달 10개, 동메달 5개로 총 20개의 메달을 수확했다.

레전드로는 2010 밴쿠버 대회와 2014 소치 대회에서 여자 500m 종목을 연달아 제패한 '빙속 여제' 이상화가 있다.

이번 대회 기대주로는 김민선(의정부시청), 이나현(한국체대), 김준호, 정재원(이상 강원도청) 등이 꼽힌다.

김민선은 2025-2026시즌 국제빙상경기연맹(ISU) 스피드스케이팅 월드컵 4차 대회 여자 500m 2차 레이스에서 37초835 기록으로 동메달을 땀다.

이나현은 지난날 김민선을 제치고 제52회 전국남녀 스피드스케이팅 선수권대회에서 전 종목 1위를 달성했다. 스피드스케이팅 선수는 500m와 1000m 레이스를 두 차례씩 펼쳐 기록을 점수로 환산해 순위를 정한다.

김준호는 2025-2026시즌 스피드스케이팅 월드컵 2차 대회 남자 500m 1차 레이스에서 33초99로 금메달을 목에 걸었다.

매스스타트 정재원은 2024-2025시즌 스피드스케이팅 월드컵 6차 대회(7분48초432), 2025-2026시즌 스피드스케이팅 월드컵 3차 대회(7분25초568)에서 2위를 기록한 바 있다.

2006년 토리노 대회부터는 팀 추월 종목이 추가됐다.

2026 밀라노·코르티나담페초 동계올림픽 스피드스케이팅은 총 14개 세부 종목으로 나뉘며, 개회식 이튿날인 7일부터 폐회식 전날인 21일까지 꾸준히 열린다.

남자부는 ▲500m ▲1000m ▲1500m ▲5000m ▲1만m, 여자부는 ▲500m ▲

동·호지정 계약 중

3,214세대 거대한 움직임이 시작되다.

운암자이포레나 퍼스티체

X1 | FORENA

방문예약시
스타벅스 기프트카드 증정!

※ 상기 CG는 소비자의 이해를 돕기 위한 것으로 실제와 상이할 수 있습니다.

PREMIUM6

NO.1 BRAND	총 3,214세대 대단지의 품격	원스톱 도보 학세권	일상을 높인 특화설계	다채로운 커뮤니티	쾌적한 에코라이프
대한민국 대표 브랜드 자이와 포레나의 합작	복구를 대표할 대규모 브랜드 타운	단지내 어린이집 및 단지 앞 경양초, 운암중 등 리안간 적용, 세대 전용 창안실 학세권	채광과 조망을 고려한 남향 위주 단지 배치, 조망형 유선 타워, 세대 전용 창고 등	교보문고 북 큐레이션, 오픈 카페스테이션, 전 타석 GDR골프연습장 및 스크린골프 등	약5.5만㎡ 규모의 단지 조경과 운암산, 종의공원 등 힐링 자연환경

발코니
무상

중도금
무이자

일부 품목
무상

+

파격적
혜택

총 3,214세대 중 일반분양 1,192세대 [전용 59㎡ / 75㎡ / 84㎡]

062) 607-8338

시흥 운암 3단지 재건축정비사업조합 | 시흥 GS건설 | (주)한화/건설 | HDC현대산업개발

스피드스케이팅 국가대표 김민선이 지난 7일 충북 진천 국가대표선수촌에서 열린 밀라노·코르티나 동계올림픽 D-30 미디어데이에서 취재진 질문에 답하고 있다. /뉴시스

‘포스트 이상화’ 김민선, 스피드스케이팅 금빛 사냥

밀라노 동계올림픽 스타

한국 스피드스케이팅 여자 단거리 ‘에이스’ 김민선(27·의정부시청)이 2026 밀라노·코르티나담페초 동계 올림픽서 금빛 사냥에 나선다.

역대 동계 올림픽에서 한국의 쇼트트랙이 금메달 26개, 은메달 16개, 동메달 11개를 합쳐 총 53개의 메달을 수확하며 ‘쇼트 종목’으로 불린다.

금메달 5개, 은메달 10개, 동메달 5개 등 총 20개의 올림픽 메달을 수확한 스피드스케이팅도 주목할 만한 종목이다.

밀라노·코르티나담페초 대회에서도 기대가 집중되는데, ‘간판’ 김민선이 출격을 앞두고 있다.

그는 10대 시절부터 ‘전설’ 이상화의 뒤를 이을 한국 스피드스케이팅 여자 단거리의 이글 재목으로 평가받았다.

본격적으로 두각을 나타낸 건 2022-2023시즌부터다.

ISU 월드컵 1~6차 대회 여자 500m

에서 금메달 5개, 은메달 1개를 수확하며 월드컵 랭킹 1위를 차지, 세계적인 강자로 입지를 굳혔다.

이번 대회는 김민선의 개인 통산 세 번째 올림픽이다.

만 19세의 나이로 출전한 2018년 평창 동계올림픽에서는 대회 개막을 열흘 앞두고 허리 부상을 당해 여자 500m 16위에 만족해야 했다.

4년 뒤 베이징 대회에서는 500m 7위에 오르며 ‘톱10’ 진입에 성공했다.

김민선은 이번 대회의 전조전격이었던 2025 하얼빈 동계 아시안게임에서 여자 500m와 팀 스피드에서 모두 우승을 차지하며 기대를 높였다.

시즌 초반 나선 국제빙상경기연맹(ISU) 빙속 월드컵 경기 내내 다소 부진했으나, 서서히 상승세를 그리며 지난해 12월 진행된 국제빙상경기연맹(ISU) 스피드스케이팅 월드컵 4차 대회 여자 500m 2차 레이스에서는 3위에 오르며 시즌 첫 메달이자 첫 톱5에 진입했다.

농익은 실력에 여러 경험까지 덧붙인 김민선이다.

그는 지난 7일 충북 진천 국가대표선수촌에서 진행된 밀라노·코르티나담페초 동계올림픽 D-30 미디어데이를 통해 “올림픽이 꿈의 무대인 만큼 메달을 향한 간절함은 항상 있었다. 다만 평창 때는 자국 올림픽이라는 특수성이 있었고, 베이징 때는 코로나19로 무관중 경기를 펼친 새로운 올림픽이었다”고 또 한 번의 올림픽 출전을 앞둔 소감을 밝혔다.

이어 “그래서 밀라노 올림픽이 어쩌면 가장 전형적인 올림픽이 되지 않을까 싶다”면서도 “스피드 종목 같은 경우, 국내 대회에 관중이 거의 없는 것이 현실이다 보니 많은 관중의 뜨거운 열기 속에서 경기할 수 있는 게 4년에 한 번이다. 이번엔 8년에 한 번이다. 그런 부분에서 실렌 마음이 크고, 좋은 경험을 하고 왔으면 좋겠다”는 기대감을 보였다. /뉴시스