

| 번호<br>선수명<br>(기수/나이) | 기어<br>배수 | 200m<br>기록 | 훈련지  | 승<br>률    | 연<br>대<br>율 | 삼연<br>대율  | 입상/<br>출전<br>일수 | 입상전법     |          |          |          | 등급조정 |    | 최근3회<br>평균득점 |       | 최근3회<br>종합<br>순위 |
|----------------------|----------|------------|------|-----------|-------------|-----------|-----------------|----------|----------|----------|----------|------|----|--------------|-------|------------------|
|                      |          |            |      |           |             |           |                 | 선행       | 젓하기      | 추입       | 마크       | 현재   | 이전 | 창원           | 종합    |                  |
| ① 지중오<br>9기 54세      | 3.92     | 11"82      | 광명   | 0         | 0           | 10        | 2/21            | 0        | 0        | 0        | 2        | B2   | B3 | 83.05        | 83.60 | 500/576          |
| ② 이규봉<br>7기 51세      | 3.92     | 11"39      | 청평   | 16<br>(0) | 28<br>(0)   | 39<br>(0) | 1/28<br>(0/0)   | 0<br>(0) | 0<br>(0) | 0<br>(0) | 1<br>(0) | B2   | A3 | 87.57        | 86.99 | 423/576          |
| ③ 박태호<br>11기 46세     | 3.92     | 11"72      | 광주   | 0         | 2           | 4         | 0/29            | 0        | 0        | 0        | 0        | B3   | B3 | 81.90        | 80.87 | 572/576          |
| ④ 신영극<br>4기 54세      | 3.92     | 12"16      | 팔당   | 0         | 0           | 7         | 0/25            | 0        | 0        | 0        | 0        | B3   | B3 | 82.07        | 83.04 | 523/576          |
| ⑤ 이흥주<br>12기 49세     | 3.92     | 11"79      | 대전개인 | 0         | 33          | 33        | 17/27           | 8        | 0        | 1        | 8        | B1   | B1 | 85.99        | 87.55 | 408/576          |
| ⑥ 이범석<br>17기 39세     | 3.93     | 11"84      | 가평   | 0         | 14          | 26        | 4/9             | 0        | 0        | 1        | 3        | B2   | B2 | 85.51        | 85.88 | 454/576          |
| ⑦ 문성은<br>8기 50세      | 3.92     | 12"08      | 광주   | 0         | 7           | 17        | 4/24            | 1        | 0        | 0        | 3        | B2   | B2 | 83.94        | 85.82 | 457/576          |

| 선수명   | 훈련일수 | 훈련동참자 | 훈련내용                                                                    |
|-------|------|-------|-------------------------------------------------------------------------|
| ① 지중오 | 5    | 민상호   | 피스타에서 333m 스타트 및 200m 인터벌로 순발력과 회전력 보강에 중점을 두고 훈련하였습니다.                 |
| ② 이규봉 | 7    | 개인    | 피스타에서 짧은 인터벌로 컨디션 조절에 중점을 두었고, 실내에서 롤러 및 웨이트 트레이닝을 병행하였습니다.             |
| ③ 박태호 | 6    | 개인    | 지난주는 내리막 스피드 훈련과 지구력 향상을 위해 등판 훈련을 실시하였고, 이번주는 짧은 스타트위주로 훈련을 하였습니다.     |
| ④ 신영극 | 7    | 개인    | 실내에서 와트바이크훈련과 로라 인터벌 및 웨이팅 트레이닝을하였습니다.                                  |
| ⑤ 이흥주 | 7    | 이기호   | 도로에서 근지구력 강화 500m 인터벌 훈련과 스타트 훈련을 실시하였습니다. 몸 상태는 양호함                    |
| ⑥ 이범석 | 5    | 개인    | 추위로 인하여 실내에서 와트바이크로 짧은 스타트 훈련을 하였고, 웨이트 트레이닝을 병행 실시 하였습니다.              |
| ⑦ 문성은 | 8    | 개인    | 지난주는 도로에서 오르막 등판훈련과 스타트 훈련을 하였고 이번주는 도로에서 내리막 댕쉬 훈련을 하였습니다. 몸상태는 양호합니다. |

| 선수명   | 최근 3회전 성적 |      |             |           |             | 최근 2회전 성적 |      |             |             |             | 최근 1회전 성적 |      |           |             |             | 금회성적        |           |
|-------|-----------|------|-------------|-----------|-------------|-----------|------|-------------|-------------|-------------|-----------|------|-----------|-------------|-------------|-------------|-----------|
|       | 장소        | 날짜   | 1일차         | 2일차       | 3일차         | 장소        | 날짜   | 1일차         | 2일차         | 3일차         | 장소        | 날짜   | 1일차       | 2일차         | 3일차         | 1일차         | 2일차       |
| ① 지중오 | 부         | 1114 | 선발<br>3-4   | 선발<br>4-7 | 선발<br>3-3 마 | 광         | 1128 | 선발<br>1-5   | 선발<br>1-6   | 선발<br>1-4   | 광         | 1219 | 선발<br>1-5 | 선발<br>4-6   | 선발<br>1-5   | 선발<br>8-4   | 선발<br>7-5 |
| ② 이규봉 | 창         | 1114 | 우수<br>2-5   | 우수<br>2-7 | 우수<br>3-5   | 광         | 1205 | 우수<br>8-7   | 우수<br>9-7   | 우수<br>9-7   | 창         | 1219 | 우수<br>5-5 | 우수<br>1-6   | 우수<br>6-6   | 선발<br>8-3 마 | 선발<br>7-4 |
| ③ 박태호 | 부         | 1031 | 선발<br>2-7   | 선발<br>1-7 | 선발<br>2-7   | 광         | 1121 | 선발<br>1-6   | 선발<br>3-7   | 선발<br>3-6   | 광         | 1219 | 선발<br>4-5 | 선발<br>5-7   | 선발<br>2-5   | 선발<br>6-7   | 선발<br>7-7 |
| ④ 신영극 | 광         | 1024 | 선발<br>2-7   | 선발<br>1-6 | 선발<br>1-4   | 광         | 1114 | 선발<br>2-5   | 선발<br>3-5   | 선발<br>2-4   | 부         | 1219 | 선발<br>4-5 | 선발<br>3-6   | 선발<br>2-5   | 선발<br>7-7   | 선발<br>6-4 |
| ⑤ 이흥주 | 광         | 1107 | 선발<br>1-1 선 | 선발<br>2-4 | 선결<br>5-6   | 창         | 1128 | 선발<br>6-3 선 | 선발<br>5-2 마 | 선발<br>3-2 선 | 광         | 0102 | 선발<br>2-6 | 선발<br>1-2 마 | 선발<br>1-4   | 선발<br>6-4   | 선발<br>7-6 |
| ⑥ 이범석 | 창         | 1212 | 선발<br>1-3 마 | 선발<br>3-5 | 선발<br>1-3 추 | 광         | 1219 | 선발<br>2-6   | 선발<br>3-2 마 | 선발<br>2-4   | 창         | 1226 | 선발<br>1-5 | 선발<br>3-5   | 선발<br>1-2 마 | 선발<br>1-3 마 | 선발<br>8-7 |
| ⑦ 문성은 | 광         | 1205 | 선발<br>5-3 마 | 선발<br>2-4 | 선발<br>1-4   | 부         | 1219 | 선발<br>2-5   | 선발<br>3-4   | 선발<br>2-3 마 | 창         | 1226 | 선발<br>2-4 | 선발<br>2-4   | 선발<br>3-4   | 선발<br>8-6   | 선발<br>6-7 |

| 선수명   | 상대전적(승/횃수) |     |     |     |     |     |     | 동반입상전적(입상/횃수) |     |     |     |     |     |     | 규칙 위반 점수 |    |    |          |
|-------|------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|---------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----------|----|----|----------|
|       | 지중오        | 이규봉 | 박태호 | 신영극 | 이흥주 | 이범석 | 문성은 | 지중오           | 이규봉 | 박태호 | 신영극 | 이흥주 | 이범석 | 문성은 | 2회       | 1회 | 금회 | 잔여<br>점수 |
| ① 지중오 |            | 0/0 | 0/1 | 0/0 | 0/1 | 0/0 | 1/1 |               | 0/0 | 0/1 | 0/0 | 0/1 | 0/0 | 0/1 | 8        | 7  | 5  | 30       |
| ② 이규봉 | 0/0        |     | 1/1 | 1/1 | 3/4 | 2/2 | 0/0 |               |     | 0/1 | 0/1 | 0/4 | 1/2 | 0/0 | 5        | 0  | 4  | 41       |
| ③ 박태호 | 1/1        | 0/1 |     | 2/3 | 2/4 | 0/2 | 0/1 |               |     |     | 0/3 | 0/4 | 0/2 | 0/1 | 0        | 2  | 0  | 48       |
| ④ 신영극 | 0/0        | 0/1 | 1/3 |     | 0/0 | 0/1 | 0/2 |               |     |     |     | 0/0 | 0/1 | 0/2 | 4        | 0  | 0  | 46       |
| ⑤ 이흥주 | 1/1        | 0/4 | 2/4 | 0/0 |     | 3/3 | 0/0 |               |     |     |     |     | 0/3 | 0/0 | 0        | 0  | 9  | 41       |
| ⑥ 이범석 | 0/0        | 0/2 | 2/2 | 1/1 | 0/3 |     | 0/1 |               |     |     |     |     |     | 0/1 | 0        | 0  | 9  | 41       |
| ⑦ 문성은 | 0/1        | 0/0 | 1/1 | 2/2 | 0/0 | 1/1 |     |               |     |     |     |     |     |     | 10       | 0  | 0  | 40       |

※ ( ) 안의 수치는 승강급 변동 이후 현재 등급 정보임.

선 선행 추 추입 젓 젓하기 마 마크

| 번호<br>선수명<br>(기수/나이) | 기어<br>배수 | 200m<br>기록 | 훈련지  | 승<br>률     | 연<br>대<br>율 | 삼연<br>대율     | 입상/<br>출전<br>일수 | 입상전법     |          |          |          | 등급조정 |    | 최근3회<br>평균득점 |       | 최근3회<br>종합<br>순위 |
|----------------------|----------|------------|------|------------|-------------|--------------|-----------------|----------|----------|----------|----------|------|----|--------------|-------|------------------|
|                      |          |            |      |            |             |              |                 | 선행       | 젓하기      | 추입       | 마크       | 현재   | 이전 | 창원           | 종합    |                  |
| ① 박유찬<br>13기 45세     | 3.92     | 11"44      | 일산   | 0          | 4           | 30           | 8/23            | 0        | 0        | 0        | 8        | B2   | B2 | 85.14        | 84.56 | 478/576          |
| ② 김광석<br>10기 47세     | 3.92     | 12"20      | 부산   | 10         | 38          | 48           | 10/21           | 4        | 3        | 2        | 1        | B1   | B1 | 87.55        | 88.48 | 364/576          |
| ③ 김준빈<br>26기 33세     | 3.93     | 11"50      | 김해B  | 33<br>(33) | 67<br>(67)  | 100<br>(100) | 6/30<br>(3/3)   | 0<br>(0) | 0<br>(0) | 1<br>(1) | 5<br>(2) | B1   | A3 | 89.14        | 90.61 | 276/576          |
| ④ 한동현<br>30기 25세     | 3.92     | "          | 동서울  | 0          | 0           | 0            | 0/0             | 0        | 0        | 0        | 0        | B1   |    | 87.33        | 87.33 | 415/576          |
| ⑤ 김주원<br>12기 47세     | 3.93     | 11"45      | 창원의창 | 0<br>(0)   | 0<br>(0)    | 10<br>(0)    | 2/26<br>(0/0)   | 1<br>(0) | 0<br>(0) | 0<br>(0) | 1<br>(0) | B1   | A3 | 88.17        | 88.55 | 362/576          |
| ⑥ 최우성<br>30기 26세     | 3.92     | "          | 창원상남 | 0          | 0           | 0            | 0/0             | 0        | 0        | 0        | 0        | B1   |    | 88.20        | 88.20 | 376/576          |
| ⑦ 김재환<br>9기 48세      | 3.92     | 11"63      | 대구   | 11         | 28          | 53           | 14/33           | 0        | 0        | 3        | 11       | B2   | B2 | 87.96        | 85.80 | 458/576          |

| 선수명   | 훈련일수 | 훈련동참자 | 훈련내용                                                            |
|-------|------|-------|-----------------------------------------------------------------|
| ① 박유찬 | 5    | 개인    | 전주에는 피스타에서 스타트 및 도로 지구력 훈련을 하였으며 이주에는 피스타 짧은 인터벌 및 마크훈련을 하였습니다. |
| ② 김광석 | 7    | 개인    | 피스타에서 오토바이 유도훈련과 도로에세 내리막 훈련을 하였습니다                             |
| ③ 김준빈 | 3    | 김흥기   | 피스타에서 짧은 스타트 훈련과 팀스프린트 훈련으로 순발력 보강과 스피드 훈련을 실시하였습니다.            |
| ④ 한동현 | 7    | 정상민   | 피스타에서 선행력 강화를 위하여 고기어로 333m 뗏수 훈련을 하였고, 보조운동으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다. |
| ⑤ 김주원 | 7    | 박창순   | 피스타에서 200m, 300m 인터벌 및 스타트 훈련을 실시하였고, 컨디션 조절에 중점을 두었습니다.        |
| ⑥ 최우성 | 6    | 박건이   | 피스타에서 333m 스타트 및 200m 인터벌로 순발력과 회전력 보강에 중점을 두고 훈련하였습니다.         |
| ⑦ 김재환 | 7    | 임진섭   | 피스타에서 333m 뗏수 훈련을 하였고, 도로에서 차량 유도 훈련을 하였습니다.                    |

| 선수명   | 최근 3회전 성적 |      |             |             |             | 최근 2회전 성적 |      |             |              |             | 최근 1회전 성적 |      |             |             |             | 금회성적        |             |
|-------|-----------|------|-------------|-------------|-------------|-----------|------|-------------|--------------|-------------|-----------|------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
|       | 장소        | 날짜   | 1일차         | 2일차         | 3일차         | 장소        | 날짜   | 1일차         | 2일차          | 3일차         | 장소        | 날짜   | 1일차         | 2일차         | 3일차         | 1일차         | 2일차         |
| ① 박유찬 | 광         | 1114 | 선발<br>3-3 마 | 선발<br>1-2 마 | 선발<br>1-5   | 부         | 1205 | 선발<br>5-7   | 선발<br>5-5    | 선발<br>5-5   | 부         | 1219 | 선발<br>1-6   | 선발<br>1-3 마 | 선발<br>2-4   | 선발<br>1-2 추 | 선발<br>6-3 마 |
| ② 김광석 | 부         | 1205 | 선발<br>3-2 마 | 선발<br>5-2 선 | 선발<br>4-1 젓 | 광         | 1212 | 선발<br>1-2 젓 | 선발<br>1-6    | 선발<br>4-1 추 | 창         | 1226 | 선발<br>4-3 선 | 선발<br>3-4   | 선발<br>3-2 선 | 선발<br>1-1 추 | 선발<br>7-2 젓 |
| ③ 김준빈 | 부         | 1107 | 우수<br>5-6   | 우수<br>3-3 마 | 우수<br>2-3 마 | 광         | 1128 | 우수<br>10-6  | 우수<br>10-3 마 | 우수<br>6-7   | 창         | 0109 | 선발<br>8-2 마 | 선발<br>6-1 추 | 선결<br>1-3 마 | 선발<br>7-2 마 | 선발<br>1-2 마 |
| ④ 한동현 |           |      |             |             |             |           |      |             |              |             |           |      | 첫           | 출           | 전           | 선발<br>7-1 선 | 선발<br>1-1 선 |
| ⑤ 김주원 | 창         | 1121 | 우수<br>1-6   | 우수<br>4-6   | 우수<br>5-3 선 | 광         | 1212 | 우수<br>6-7   | 우수<br>6-7    | 우수<br>6-3 마 | 창         | 1219 | 우수<br>4-4   | 우수<br>3-6   | 우수<br>5-7   | 선발<br>8-1 젓 | 선발<br>6-2 젓 |
| ⑥ 최우성 |           |      |             |             |             |           |      |             |              |             |           |      | 첫           | 출           | 전           | 선발<br>6-1 선 | 선발<br>8-1 선 |
| ⑦ 김재환 | 부         | 1121 | 선발<br>4-7   | 선발<br>1-4   | 선발<br>3-6   | 부         | 1205 | 선발<br>5-3 마 | 선발<br>1-3 마  | 선발<br>3-5   | 광         | 1219 | 선발<br>1-1 추 | 선발<br>2-4   | 선결<br>5-6   | 선발<br>6-2 마 | 선발<br>7-1 추 |

| 선수명   | 상대전적(승/횃수) |     |     |     |     |     |     | 동반입상전적(입상/횃수) |     |     |     |     |     |     | 규칙 위반 점수 |    |    |          |
|-------|------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|---------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----------|----|----|----------|
|       | 박유찬        | 김광석 | 김준빈 | 한동현 | 김주원 | 최우성 | 김재환 | 박유찬           | 김광석 | 김준빈 | 한동현 | 김주원 | 최우성 | 김재환 | 2회       | 1회 | 금회 | 잔여<br>점수 |
| ① 박유찬 |            | 0/1 | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/2 |               | 0/1 | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 1/2 | 9        | 20 | 5  | 16       |
| ② 김광석 | 1/1        |     | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/0 |               |     | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 5        | 0  | 9  | 36       |
| ③ 김준빈 | 0/0        | 0/0 |     | 0/0 | 1/1 | 0/0 | 0/0 |               |     |     | 0/0 | 0/1 | 0/0 | 0/0 | 5        | 0  | 4  | 41       |
| ④ 한동현 | 0/0        | 0/0 | 0/0 |     | 0/0 | 0/0 | 0/0 |               |     |     |     | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0        | 0  | 0  | 50       |
| ⑤ 김주원 | 0/0        | 0/0 | 0/1 | 0/0 |     | 0/0 | 0/0 |               |     |     |     |     | 0/0 | 0/0 | 4        | 0  | 0  | 46       |
| ⑥ 최우성 | 0/0        | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/0 |     | 0/0 |               |     |     |     |     |     | 0/0 | 0        | 0  | 0  | 50       |
| ⑦ 김재환 | 2/2        | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/0 |     |               |     |     |     |     |     |     | 0        | 4  | 0  | 46       |

※ ( ) 안의 수치는 승강급 변동 이후 현재 등급 정보임.

선 선행 추 추입 젓 젓하기 마 마크

| 번호<br>선수명<br>(기수/나이) | 기어<br>배수 | 200m<br>기록 | 훈련지  | 승<br>률 | 연<br>대<br>율 | 삼연<br>대율 | 입상/<br>출전<br>일수 | 입상전법 |     |    |    | 등급조정 |    | 최근3회<br>평균득점 |       | 최근3회<br>종합<br>순위 |
|----------------------|----------|------------|------|--------|-------------|----------|-----------------|------|-----|----|----|------|----|--------------|-------|------------------|
|                      |          |            |      |        |             |          |                 | 선행   | 젓히기 | 추입 | 마크 | 현재   | 이전 | 창원           | 종합    |                  |
| ① 박윤하<br>23기 35세     | 3.93     | 11"02      | 대구   | 0      | 33          | 33       | 18/27           | 7    | 3   | 5  | 3  | A2   | A1 | 92.33        | 92.71 | 198/576          |
| ② 성정환<br>21기 38세     | 3.92     | 11"36      | 창원상남 | 3      | 25          | 48       | 19/40           | 0    | 0   | 5  | 14 | A2   | A2 | 93.36        | 93.02 | 182/576          |
| ③ 우성식<br>15기 42세     | 3.92     | 11"35      | 동서울  | 0      | 33          | 33       | 10/30           | 2    | 0   | 2  | 6  | A3   | A3 | 89.60        | 90.27 | 291/576          |
| ④ 고병수<br>8기 47세      | 3.92     | 11"41      | 가평   | 0      | 0           | 100      | 6/20            | 0    | 0   | 1  | 5  | A2   | A2 | 91.82        | 92.82 | 190/576          |
| ⑤ 황영근<br>15기 48세     | 3.92     | 11"55      | 미원   | 2      | 11          | 15       | 2/24            | 1    | 0   | 1  | 0  | A3   | A3 | 88.34        | 88.33 | 371/576          |
| ⑥ 김광근<br>27기 30세     | 3.92     | 11"31      | 청주   | 33     | 33          | 67       | 14/21           | 1    | 2   | 1  | 10 | A1   | A2 | 92.23        | 93.38 | 170/576          |
| ⑦ 함동주<br>10기 44세     | 3.92     | 11"41      | 청평   | 2      | 20          | 45       | 10/21           | 0    | 1   | 2  | 7  | A2   | A2 | 92.00        | 91.28 | 246/576          |

| 선수명   | 훈련일수 | 훈련동참자 | 훈련내용                                                                         |
|-------|------|-------|------------------------------------------------------------------------------|
| ① 박윤하 | 5    | 김재환   | 피스타에서 선행력 강화를 위하여 고기어로 333m 뎡쉬 훈련을 하였고, 보조운동으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.              |
| ② 성정환 | 7    | 안재용   | 피스타에서 333m 스타트 및 200m 인터벌로 순발력과 회전력 보강에 중점을 두고 훈련하였습니다.                      |
| ③ 우성식 | 5    | 김태완   | 피스타에서 짧은 인터벌로 컨디션 조절에 중점을 두었고, 실내에서 롤러 및 웨이트 트레이닝을 병행하였습니다.                  |
| ④ 고병수 | 7    | 개인    | 지난주는 내리막 스피드 훈련과 지구력 향상을 위해 등판 훈련을 실시하였고, 이번주는 짧은 스타트위주로 훈련을 하였습니다.          |
| ⑤ 황영근 | 6    | 엄지용   | 피스타에서 선행력 강화를 위하여 고기어로 333m 뎡쉬 훈련을 하였고, 보조운동으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.              |
| ⑥ 김광근 | 5    | 이찬우   | 도로에서 근지구력 보강을 위해 등판 훈련을 실시하였고, 피스타에서 인터벌 훈련을 하였습니다. 보조 훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다. |
| ⑦ 함동주 | 3    | 함명주   | 피스타에서 333m 스타트 및 200m 인터벌로 순발력과 회전력 보강에 중점을 두고 훈련하였습니다.                      |

| 선수명   | 최근 3회전 성적 |      |              |             |             | 최근 2회전 성적 |      |             |              |              | 최근 1회전 성적 |      |             |              |              | 금회성적        |             |
|-------|-----------|------|--------------|-------------|-------------|-----------|------|-------------|--------------|--------------|-----------|------|-------------|--------------|--------------|-------------|-------------|
|       | 장소        | 날짜   | 1일차          | 2일차         | 3일차         | 장소        | 날짜   | 1일차         | 2일차          | 3일차          | 장소        | 날짜   | 1일차         | 2일차          | 3일차          | 1일차         | 2일차         |
| ① 박윤하 | 광         | 1205 | 우수<br>11-1 추 | 우수<br>8-7   | 우결<br>12-6  | 부         | 1212 | 우수<br>2-3 선 | 우수<br>2-2 젓  | 우수<br>2-2 선  | 광         | 0102 | 우수<br>8-6   | 우수<br>7-2 젓  | 우수<br>8-4    | 우수<br>3-4   | 우수<br>2-7   |
| ② 성정환 | 부         | 1128 | 후 보          | 우수<br>1-4   | 우수<br>2-3 마 | 광         | 1212 | 우수<br>7-3 마 | 우수<br>6-4    | 우수<br>7-5    | 창         | 1219 | 우수<br>5-2 추 | 우수<br>4-3 마  | 우수<br>2-2 마  | 우수<br>2-5   | 우수<br>5-7   |
| ③ 우성식 | 광         | 1121 | 우수<br>12-6   | 우수<br>12-4  | 우수<br>9-2 마 | 창         | 1219 | 우수<br>5-7   | 우수<br>1-7    | 우수<br>5-2 마  | 광         | 0102 | 우수<br>9-2 마 | 우수<br>6-5    | 우수<br>9-6    | 우수<br>5-3 추 | 우수<br>3-6   |
| ④ 고병수 | 광         | 1205 | 우수<br>10-1 추 | 우수<br>11-4  | 우결<br>12-7  | 광         | 1219 | 우수<br>11-4  | 우수<br>10-2 마 | 우수<br>7-6    | 광         | 0102 | 후 보         | 후 보          | 우수<br>10-3 마 | 우수<br>5-7   | 우수<br>4-2 추 |
| ⑤ 황영근 | 창         | 1114 | 우수<br>5-5    | 우수<br>2-6   | 우수<br>1-5   | 광         | 1205 | 우수<br>8-5   | 우수<br>8-5    | 우수<br>10-6   | 창         | 1219 | 우수<br>3-6   | 우수<br>5-6    | 우수<br>1-5    | 우수<br>3-3 추 | 우수<br>5-4   |
| ⑥ 김광근 | 창         | 1017 | 우수<br>2-5    | 우수<br>1-3 선 | 우수<br>4-2 추 | 광         | 1024 | 우수<br>7-3 마 | 우수<br>9-3 마  | 우수<br>10-3 마 | 광         | 0102 | 우수<br>8-3 마 | 우수<br>11-4   | 우수<br>7-1 젓  | 우수<br>3-7   | 우수<br>2-1 추 |
| ⑦ 함동주 | 창         | 1017 | 우수<br>6-2 젓  | 우수<br>4-6   | 우수<br>2-3 마 | 부         | 1107 | 우수<br>3-4   | 우수<br>3-4    | 우수<br>3-6    | 광         | 1128 | 우수<br>9-6   | 우수<br>11-3 마 | 우수<br>7-2 마  | 우수<br>4-4   | 우수<br>3-3 마 |

| 선수명   | 상대전적(승/횃수) |     |     |     |     |     |     | 동반입상전적(입상/횃수) |     |     |     |     |     |     | 규칙 위반 점수 |    |    |          |
|-------|------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|---------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----------|----|----|----------|
|       | 박윤하        | 성정환 | 우성식 | 고병수 | 황영근 | 김광근 | 함동주 | 박윤하           | 성정환 | 우성식 | 고병수 | 황영근 | 김광근 | 함동주 | 2회       | 1회 | 금회 | 잔여<br>점수 |
| ① 박윤하 |            | 2/2 | 1/2 | 1/4 | 4/5 | 0/2 | 0/0 |               | 1/2 | 2/2 | 0/4 | 0/5 | 0/2 | 0/0 | 0        | 5  | 0  | 45       |
| ② 성정환 | 0/2        |     | 1/4 | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/0 |               |     | 1/4 | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 10       | 13 | 9  | 18       |
| ③ 우성식 | 1/2        | 3/4 |     | 0/1 | 1/3 | 0/1 | 0/1 |               |     |     | 0/1 | 1/3 | 0/1 | 0/1 | 9        | 4  | 2  | 35       |
| ④ 고병수 | 2/4        | 0/0 | 1/1 |     | 1/1 | 0/1 | 1/2 |               |     |     |     | 0/1 | 0/1 | 0/2 | 0        | 0  | 0  | 50       |
| ⑤ 황영근 | 1/5        | 0/0 | 2/3 | 0/1 |     | 0/2 | 0/2 |               |     |     |     | 0/2 | 0/2 |     | 0        | 8  | 0  | 42       |
| ⑥ 김광근 | 2/2        | 0/0 | 1/1 | 1/1 | 2/2 |     | 1/1 |               |     |     |     |     |     | 0/1 | 0        | 17 | 0  | 33       |
| ⑦ 함동주 | 0/0        | 0/0 | 1/1 | 1/2 | 2/2 | 0/1 |     |               |     |     |     |     |     |     | 0        | 0  | 10 | 40       |

※ ( ) 안의 수치는 승강급 변동 이후 현재 등급 정보임.

선 선행 추 추입 젓 젓히기 마 마크

| 번호<br>선수명<br>(기수/나이) | 기어<br>배수 | 200m<br>기록 | 훈련지  | 승<br>률    | 연<br>대<br>율 | 삼연<br>대율  | 입상/<br>출전<br>일수 | 입상전법      |          |           |          | 등급조정 |    | 최근3회<br>평균득점 |       | 최근3회<br>종합<br>순위 |
|----------------------|----------|------------|------|-----------|-------------|-----------|-----------------|-----------|----------|-----------|----------|------|----|--------------|-------|------------------|
|                      |          |            |      |           |             |           |                 | 선행        | 젓히기      | 추입        | 마크       | 현재   | 이전 | 창원           | 종합    |                  |
| ① 김민수<br>25기 31세     | 3.93     | 11"66      | 금정   | 4         | 12          | 21        | 9/48            | 4         | 0        | 2         | 3        | A1   | A1 | 94.89        | 93.66 | 162/576          |
| ② 양기원<br>20기 36세     | 3.92     | 11"40      | 전주   | 33        | 33          | 100       | 24/33           | 6         | 7        | 5         | 6        | A1   | A1 | 93.51        | 95.49 | 95/576           |
| ③ 김종현<br>15기 45세     | 3.92     | 11"01      | 청평   | 0         | 0           | 33        | 10/27           | 1         | 0        | 2         | 7        | A3   | A3 | 91.08        | 89.94 | 298/576          |
| ④ 권정국<br>7기 50세      | 3.92     | 11"14      | 대전학하 | 6         | 11          | 17        | 5/29            | 1         | 0        | 2         | 2        | A3   | A3 | 91.79        | 90.60 | 278/576          |
| ⑤ 심상훈<br>24기 33세     | 3.93     | 11"64      | 경남개인 | 0<br>(0)  | 0<br>(0)    | 0<br>(0)  | 35/41<br>(0/3)  | 23<br>(0) | 4<br>(0) | 6<br>(0)  | 2<br>(0) | A2   | B1 | 89.75        | 92.48 | 205/576          |
| ⑥ 최성국<br>12기 47세     | 3.93     | 11"00      | 팔당   | 0         | 33          | 33        | 7/23            | 2         | 0        | 2         | 3        | A3   | A3 | 91.26        | 90.04 | 297/576          |
| ⑦ 박성순<br>8기 48세      | 3.92     | 11"40      | 청평   | 58<br>(0) | 68<br>(0)   | 81<br>(0) | 43/53<br>(0/0)  | 6<br>(0)  | 7<br>(0) | 24<br>(0) | 6<br>(0) | A2   | B1 | 91.49        | 92.25 | 216/576          |

| 선수명   | 훈련일수 | 훈련동참자 | 훈련내용                                                                         |
|-------|------|-------|------------------------------------------------------------------------------|
| ① 김민수 | 5    | 박진철   | 도로에서 근지구력 보강을 위해 등판 훈련을 실시하였고, 피스타에서 인터벌 훈련을 하였습니다. 보조 훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다. |
| ② 양기원 | 7    | 개인    | 실내에서 와트바이크로 500m 333m 인터발 훈련과 보조 훈련으로 웨이트 트레이닝을 실시함                          |
| ③ 김종현 | 7    | 개인    | 지난주는 내리막 스피드 훈련과 지구력 향상을 위해 등판 훈련을 실시하였고, 이번주는 짧은 스타트 위주로 훈련을 하였습니다.         |
| ④ 권정국 | 7    | 이동근   | 도로에서 평지 스타트 및 순발력 훈련을 하였고, 금주는 근파워 강화 500m 인터벌 대시에 중점적으로 훈련 하였습니다.           |
| ⑤ 심상훈 | 6    | 개인    | 피스타에서 333m 스타트 및 200m 인터벌로 순발력과 회전력 보강에 중점을 두고 훈련하였습니다.                      |
| ⑥ 최성국 | 7    | 하수용   | 실내에서 로라훈련과 웨이트훈련을 하였습니다                                                      |
| ⑦ 박성순 | 5    | 김근영   | 도로에서 스타트 훈련 및 내리막 회전력 훈련을 하였습니다                                              |

| 선수명   | 최근 3회전 성적 |      |             |             |             | 최근 2회전 성적 |      |             |             |             | 최근 1회전 성적 |      |              |              |             | 금회성적        |             |
|-------|-----------|------|-------------|-------------|-------------|-----------|------|-------------|-------------|-------------|-----------|------|--------------|--------------|-------------|-------------|-------------|
|       | 장소        | 날짜   | 1일차         | 2일차         | 3일차         | 장소        | 날짜   | 1일차         | 2일차         | 3일차         | 장소        | 날짜   | 1일차          | 2일차          | 3일차         | 1일차         | 2일차         |
| ① 김민수 | 광         | 1121 | 우수<br>6-4   | 우수<br>9-6   | 우수<br>7-2 추 | 부         | 1128 | 우수<br>2-1 선 | 우수<br>1-3 선 | 우결<br>6-4   | 광         | 1205 | 우수<br>12-3 추 | 우수<br>12-4   | 우수<br>8낙차   | 후 보         | 우수<br>5-3 선 |
| ② 양기원 | 창         | 1205 | 우수<br>3-4   | 우수<br>6-3 젓 | 우수<br>3-3 마 | 부         | 1212 | 우수<br>4-1 추 | 우수<br>3-3 선 | 우결<br>6-2 마 | 광         | 0102 | 우수<br>9-3 마  | 우수<br>11-3 젓 | 우수<br>6-1 젓 | 우수<br>5-5   | 우수<br>2-2 마 |
| ③ 김종현 | 창         | 1114 | 우수<br>4-7   | 우수<br>3-6   | 우수<br>4-3 마 | 광         | 1205 | 우수<br>11-4  | 우수<br>11-6  | 우수<br>6-3 추 | 광         | 0102 | 우수<br>10-3 마 | 우수<br>9-5    | 우수<br>10-6  | 우수<br>5-6   | 우수<br>2-4   |
| ④ 권정국 | 부         | 1128 | 후 보         | 우수<br>5-4   | 우수<br>3-6   | 광         | 1205 | 우수<br>6-6   | 우수<br>11-7  | 우수<br>8-1 선 | 창         | 1219 | 우수<br>1-5    | 우수<br>4-1 추  | 우수<br>6-5   | 우수<br>5-4   | 우수<br>5-6   |
| ⑤ 심상훈 | 부         | 1121 | 선발<br>1-2 선 | 선준<br>2-3 선 | 선결<br>4-2 젓 | 창         | 1212 | 선발<br>1-1 선 | 선발<br>6-1 선 | 선결<br>4-1 선 | 광         | 0102 | 우수<br>6-6    | 우수<br>7-6    | 우수<br>7-4   | 우수<br>2-6   | 우수<br>3-4   |
| ⑥ 최성국 | 부         | 1107 | 우수<br>1-5   | 우수<br>4-5   | 우수<br>1-3 마 | 광         | 1128 | 우수<br>9-4   | 우수<br>9-7   | 우수<br>6-4   | 광         | 0102 | 우수<br>7-2 마  | 우수<br>7-7    | 우수<br>8-5   | 우수<br>2-4   | 우수<br>2-5   |
| ⑦ 박성순 | 창         | 1212 | 선발<br>6-1 선 | 선발<br>1-1 선 | 선결<br>4-5   | 광         | 1219 | 선발<br>2-1 젓 | 선발<br>4-1 추 | 선결<br>5-1 추 | 창         | 1226 | 선발<br>1-1 젓  | 선발<br>4-1 선  | 선결<br>4-4   | 우수<br>2-3 마 | 우수<br>4-1 추 |

| 선수명   | 상대전적(승/횡수) |     |     |     |     |     |     | 동반입상전적(입상/횡수) |     |     |     |     |     |     | 규칙 위반 점수 |    |    |          |
|-------|------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|---------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----------|----|----|----------|
|       | 김민수        | 양기원 | 김종현 | 권정국 | 심상훈 | 최성국 | 박성순 | 김민수           | 양기원 | 김종현 | 권정국 | 심상훈 | 최성국 | 박성순 | 2회       | 1회 | 금회 | 잔여<br>점수 |
| ① 김민수 |            | 0/0 | 0/0 | 0/1 | 0/0 | 0/0 | 0/0 |               | 0/0 | 0/0 | 0/1 | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0        | 10 | 0  | 40       |
| ② 양기원 | 0/0        |     | 2/4 | 1/1 | 1/1 | 3/3 | 0/0 |               |     | 2/4 | 0/1 | 0/1 | 0/3 | 0/0 | 0        | 4  | 4  | 42       |
| ③ 김종현 | 0/0        | 2/4 |     | 2/2 | 0/0 | 1/4 | 0/0 |               |     |     | 0/2 | 0/0 | 0/4 | 0/0 | 4        | 8  | 0  | 38       |
| ④ 권정국 | 1/1        | 0/1 | 0/2 |     | 0/0 | 1/1 | 0/0 |               |     |     |     | 0/0 | 0/1 | 0/0 | 2        | 0  | 4  | 44       |
| ⑤ 심상훈 | 0/0        | 0/1 | 0/0 | 0/0 |     | 1/2 | 1/2 |               |     |     |     |     | 0/2 | 1/2 | 0        | 11 | 2  | 37       |
| ⑥ 최성국 | 0/0        | 0/3 | 3/4 | 0/1 | 1/2 |     | 0/0 |               |     |     |     |     |     | 0/0 | 0        | 4  | 0  | 46       |
| ⑦ 박성순 | 0/0        | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 1/2 | 0/0 |     |               |     |     |     |     |     |     | 0        | 0  | 0  | 50       |

※ ( ) 안의 수치는 승강급 변동 이후 현재 등급 정보임.

선 선행 추 추입 젓 젓히기 마 마크

| 번호<br>선수명<br>(기수/나이) | 기어<br>배수 | 200m<br>기록 | 훈련지  | 승<br>률   | 연<br>대<br>율 | 삼연<br>대율   | 입상/<br>출전<br>일수 | 입상전법     |          |           |          | 등급조정 |    | 최근3회<br>평균득점 |       | 최근3회<br>종합<br>순위 |
|----------------------|----------|------------|------|----------|-------------|------------|-----------------|----------|----------|-----------|----------|------|----|--------------|-------|------------------|
|                      |          |            |      |          |             |            |                 | 선행       | 젓히기      | 추입        | 마크       | 현재   | 이전 | 창원           | 종합    |                  |
| ① 정해권<br>9기 46세      | 3.92     | 11"51      | 경기개인 | 0<br>(0) | 0<br>(0)    | 33<br>(33) | 24/33<br>(2/6)  | 3<br>(0) | 6<br>(1) | 11<br>(0) | 4<br>(1) | A3   | B1 | 91.66        | 90.31 | 288/576          |
| ② 정 관<br>7기 48세      | 3.92     | 11"51      | 광주   | 0<br>(0) | 0<br>(0)    | 0<br>(0)   | 19/35<br>(0/3)  | 2<br>(0) | 2<br>(0) | 8<br>(0)  | 7<br>(0) | A3   | B1 | 88.15        | 89.29 | 323/576          |
| ③ 박지영<br>20기 40세     | 3.92     | 11"49      | 서울한남 | 33       | 33          | 33         | 11/30           | 2        | 2        | 4         | 3        | A1   | A1 | 95.16        | 94.49 | 133/576          |
| ④ 이수원<br>12기 46세     | 3.93     | 11"71      | 수성   | 10       | 32          | 49         | 20/40           | 0        | 1        | 7         | 12       | A2   | A2 | 93.29        | 92.45 | 208/576          |
| ⑤ 박진철<br>22기 39세     | 3.92     | 11"09      | 금정   | 18       | 46          | 68         | 30/47           | 4        | 3        | 12        | 11       | A1   | A1 | 95.24        | 93.40 | 169/576          |
| ⑥ 곽훈신<br>15기 43세     | 3.93     | 11"10      | 미원   | 0<br>(0) | 0<br>(0)    | 0<br>(0)   | 28/42<br>(0/3)  | 9<br>(0) | 6<br>(0) | 7<br>(0)  | 6<br>(0) | A3   | B1 | 89.64        | 87.88 | 392/576          |
| ⑦ 김영곤<br>12기 45세     | 3.92     | 11"42      | 가평   | 33       | 33          | 33         | 16/29           | 0        | 0        | 6         | 10       | A2   | A1 | 93.57        | 93.00 | 184/576          |

| 선수명   | 훈련일수 | 훈련동참자 | 훈련내용                                                                         |
|-------|------|-------|------------------------------------------------------------------------------|
| ① 정해권 | 3    | 개인    | 도로에서 근지구력 보강을 위해 등판 훈련을 실시하였고, 피스타에서 인터벌 훈련을 하였습니다. 보조 훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다. |
| ② 정 관 | 6    | 개인    | 도로에서 오르막 근지구력훈련과 내리막 회전력훈련을 하였습니다.                                           |
| ③ 박지영 | 7    | 정재완   | 트랙에서 스타트 및 순발력 강화 훈련 실시 컨디션 양호함                                              |
| ④ 이수원 | 6    | 김민욱   | 트랙에서 스타트 및 순발력 강화 훈련을 하였고,웨이트 및 계단뛰기로 체력 향상 훈련을 하였습니다.몸 상태는 양호함              |
| ⑤ 박진철 | 6    | 이진웅   | 도로에서 근지구력 보강을 위해 등판 훈련을 실시하였고, 피스타에서 인터벌 훈련을 하였습니다. 보조 훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다. |
| ⑥ 곽훈신 | 6    | 개인    | 도로에서 지구력훈련을 하였고 내려막에서 스피드 훈련을 하였습니다. 컨디션은 양호 합니다.                            |
| ⑦ 김영곤 | 5    | 정현호   | 지난주는 실내에서 인도어 훈련과 웨이트훈련을 병행하였습니다.                                            |

| 선수명   | 최근 3회전 성적 |      |                                               |                                               |                                             | 최근 2회전 성적 |      |                                               |                                              |                                              | 최근 1회전 성적 |      |            |                                             |                                               | 금회성적                                          |                                             |
|-------|-----------|------|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------|---------------------------------------------|-----------|------|-----------------------------------------------|----------------------------------------------|----------------------------------------------|-----------|------|------------|---------------------------------------------|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------|---------------------------------------------|
|       | 장소        | 날짜   | 1일차                                           | 2일차                                           | 3일차                                         | 장소        | 날짜   | 1일차                                           | 2일차                                          | 3일차                                          | 장소        | 날짜   | 1일차        | 2일차                                         | 3일차                                           | 1일차                                           | 2일차                                         |
| ① 정해권 | 창         | 1212 | 선발<br>5-2 <span style="color:red">선</span>    | 선발<br>2-1 <span style="color:blue">추</span>   | 선결<br>4-4                                   | 광         | 0102 | 우수<br>10-4                                    | 우수<br>7-3 <span style="color:green">젓</span> | 우수<br>7-5                                    | 광         | 0109 | 우수<br>8-7  | 우수<br>10-7                                  | 우수<br>6-3 <span style="color:purple">마</span> | 우수<br>3-6                                     | 우수<br>4-5                                   |
| ② 정 관 | 창         | 1107 | 선발<br>2-2 <span style="color:purple">마</span> | 선발<br>3-2 <span style="color:red">선</span>    | 선발<br>5-1 <span style="color:blue">추</span> | 광         | 1128 | 선발<br>1-4                                     | 선발<br>3-1 <span style="color:blue">추</span>  | 선발<br>4-1 <span style="color:blue">추</span>  | 광         | 0102 | 우수<br>6-5  | 우수<br>9-7                                   | 우수<br>9-4                                     | 후 보                                           | 우수<br>3-7                                   |
| ③ 박지영 | 창         | 1114 | 우수<br>2-1 <span style="color:red">선</span>    | 우수<br>1-2 <span style="color:green">젓</span>  | 우결<br>6-1 <span style="color:blue">추</span> | 광         | 1205 | 우수<br>7-5                                     | 우수<br>6-4                                    | 우수<br>7-1 <span style="color:green">젓</span> | 광         | 0102 | 우수<br>11-6 | 우수<br>6-4                                   | 우수<br>11-1 <span style="color:blue">추</span>  | 우수<br>4-5                                     | 우수<br>3-5                                   |
| ④ 이수원 | 창         | 1114 | 우수<br>3-1 <span style="color:blue">추</span>   | 우수<br>4-1 <span style="color:green">젓</span>  | 우결<br>6-6                                   | 광         | 1121 | 우수<br>6-3 <span style="color:purple">마</span> | 우수<br>11-4                                   | 우수<br>8-5                                    | 광         | 1205 | 우수<br>11-7 | 우수<br>9-1 <span style="color:blue">추</span> | 우수<br>7-6                                     | 우수<br>3-5                                     | 우수<br>2-6                                   |
| ⑤ 박진철 | 부         | 1128 | 우수<br>1-4                                     | 우수<br>2-4                                     | 우수<br>5-1 <span style="color:blue">추</span> | 창         | 1219 | 우수<br>6-1 <span style="color:blue">추</span>   | 우수<br>1-4                                    | 우결<br>4-4                                    | 광         | 1226 | 특선<br>15-6 | 특선<br>6-6                                   | 특선<br>1-7                                     | 우수<br>5-2 <span style="color:purple">마</span> | 우수<br>4-3 <span style="color:blue">추</span> |
| ⑥ 곽훈신 | 부         | 1205 | 선발<br>2-2 <span style="color:red">선</span>    | 선발<br>2-2 <span style="color:purple">마</span> | 선발<br>3-1 <span style="color:blue">추</span> | 부         | 1219 | 선발<br>4-3 <span style="color:purple">마</span> | 선발<br>5-6                                    | 선발<br>5-2 <span style="color:red">선</span>   | 광         | 0102 | 우수<br>10-7 | 우수<br>11-7                                  | 우수<br>10-5                                    | 우수<br>2-7                                     | 우수<br>4-7                                   |
| ⑦ 김영곤 | 광         | 1205 | 우수<br>8-2 <span style="color:purple">마</span> | 우수<br>7-3 <span style="color:purple">마</span> | 우수<br>8실격                                   | 광         | 1219 | 후 보                                           | 우수<br>12-4                                   | 우수<br>8-3 <span style="color:blue">추</span>  | 광         | 0102 | 우수<br>6-4  | 우수<br>8-6                                   | 우수<br>10-1 <span style="color:blue">추</span>  | 우수<br>4-3 <span style="color:purple">마</span> | 우수<br>5-5                                   |

| 선수명   | 상대전적(승/횡수) |     |     |     |     |     |     | 동반입상전적(입상/횡수) |     |     |     |     |     |     | 규칙 위반 점수 |    |    |          |
|-------|------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|---------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----------|----|----|----------|
|       | 정해권        | 정 관 | 박지영 | 이수원 | 박진철 | 곽훈신 | 김영곤 | 정해권           | 정 관 | 박지영 | 이수원 | 박진철 | 곽훈신 | 김영곤 | 2회       | 1회 | 금회 | 잔여<br>점수 |
| ① 정해권 |            | 0/0 | 0/0 | 1/4 | 0/0 | 4/4 | 0/0 |               | 0/0 | 0/0 | 0/4 | 0/0 | 0/4 | 0/0 | 5        | 9  | 0  | 36       |
| ② 정 관 | 0/0        |     | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 1/6 | 0/1 |               |     | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 3/6 | 0/1 | 10       | 0  | 0  | 40       |
| ③ 박지영 | 0/0        | 0/0 |     | 2/4 | 0/0 | 0/0 | 0/0 |               |     |     | 0/4 | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 16       | 0  | 10 | 24       |
| ④ 이수원 | 3/4        | 0/0 | 2/4 |     | 0/0 | 0/0 | 0/0 |               |     |     |     | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0        | 9  | 0  | 41       |
| ⑤ 박진철 | 0/0        | 0/0 | 0/0 | 0/0 |     | 0/0 | 0/0 |               |     |     |     |     | 0/0 | 0/0 | 10       | 5  | 0  | 35       |
| ⑥ 곽훈신 | 0/4        | 5/6 | 0/0 | 0/0 | 0/0 |     | 0/1 |               |     |     |     |     |     | 0/1 | 0        | 5  | 8  | 37       |
| ⑦ 김영곤 | 0/0        | 1/1 | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 1/1 |     |               |     |     |     |     |     |     | 0        | 5  | 15 | 30       |

※ ( ) 안의 수치는 승강급 변동 이후 현재 등급 정보임.

선 선행 젓 추입 추 젓히기 마 마크

| 번호<br>선수명<br>(기수/나이) | 기어<br>배수 | 200m<br>기록 | 훈련지  | 승<br>률   | 연<br>대<br>율 | 삼연<br>대율  | 입상/<br>출전<br>일수 | 입상전법     |          |          |          | 등급조정 |    | 최근3회<br>평균득점 |       | 최근3회<br>종합<br>순위 |
|----------------------|----------|------------|------|----------|-------------|-----------|-----------------|----------|----------|----------|----------|------|----|--------------|-------|------------------|
|                      |          |            |      |          |             |           |                 | 선행       | 젓히기      | 추입       | 마크       | 현재   | 이전 | 창원           | 종합    |                  |
| ① 박성현<br>16기 41세     | 3.92     | 10"68      | 세종   | 10       | 24          | 37        | 20/33           | 2        | 2        | 9        | 7        | A1   | A1 | 94.88        | 94.90 | 118/576          |
| ② 엄희태<br>23기 35세     | 3.92     | 11"35      | 김포   | 37       | 55          | 65        | 14/23           | 0        | 0        | 9        | 5        | A1   | A1 | 96.54        | 94.89 | 119/576          |
| ③ 정상민<br>23기 37세     | 3.92     | 10"88      | 동서울  | 2<br>(0) | 13<br>(0)   | 27<br>(0) | 7/32<br>(0/0)   | 0<br>(0) | 0<br>(0) | 1<br>(0) | 6<br>(0) | A1   | S3 | 96.07        | 96.52 | 70/576           |
| ④ 안재용<br>27기 30세     | 3.93     | 10"97      | 창원상남 | 67       | 67          | 67        | 29/44           | 16       | 12       | 1        | 0        | A1   | A1 | 96.30        | 96.11 | 82/576           |
| ⑤ 류재민<br>15기 41세     | 3.93     | 11"03      | 수성   | 57       | 64          | 71        | 23/33           | 6        | 13       | 3        | 1        | A1   | A1 | 95.75        | 96.20 | 79/576           |
| ⑥ 오기호<br>24기 32세     | 3.92     | 11"69      | 대전도안 | 33       | 33          | 100       | 27/33           | 17       | 6        | 2        | 2        | A1   | A2 | 89.72        | 94.78 | 123/576          |
| ⑦ 이인우<br>26기 29세     | 3.93     | 11"20      | 세종   | 22       | 55          | 59        | 17/25           | 0        | 4        | 4        | 9        | A1   | A1 | 95.28        | 94.81 | 122/576          |

| 선수명   | 훈련일수 | 훈련동참자 | 훈련내용                                                                    |
|-------|------|-------|-------------------------------------------------------------------------|
| ① 박성현 | 8    | 개인    | 10. 지난주는 롤러 훈련과 웨이트 트레이닝을 하였고, 이번 주는 도로에서 스타트 훈련과 내리막 회전력 보강 훈련을 하였습니다. |
| ② 엄희태 | 8    | 정종진   | 근력향상을 위해 도로에서 등판훈련을 하였고, 보조훈련으로는 웨이트 트레이닝을 하였습니다.                       |
| ③ 정상민 | 6    | 조영환   | 피스타에서 짧은 스타트 훈련과 팀스프린트 훈련으로 순발력 보강과 스피드 훈련을 실시하였습니다.                    |
| ④ 안재용 | 7    | 개인    | 피스타에서 333m 스타트 및 200m 인터벌로 순발력과 회전력 보강에 중점을 두고 훈련하였습니다.                 |
| ⑤ 류재민 | 4    | 이수원   | 피스타에서 333m 스타트 및 200m 인터벌로 순발력과 회전력 보강에 중점을 두고 훈련하였습니다.                 |
| ⑥ 오기호 | 7    | 김주한   | 피스타에서 선행력 강화를 위하여 고기어로 333m 댕쉬 훈련을 하였고, 보조운동으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.         |
| ⑦ 이인우 | 7    | 김홍일   | 피스타에서 333m 스타트 및 200m 인터벌로 순발력과 회전력 보강에 중점을 두고 훈련하였습니다.                 |

| 선수명   | 최근 3회전 성적 |      |              |             |             | 최근 2회전 성적 |      |              |              |              | 최근 1회전 성적 |      |              |              |             | 금회성적        |             |
|-------|-----------|------|--------------|-------------|-------------|-----------|------|--------------|--------------|--------------|-----------|------|--------------|--------------|-------------|-------------|-------------|
|       | 장소        | 날짜   | 1일차          | 2일차         | 3일차         | 장소        | 날짜   | 1일차          | 2일차          | 3일차          | 장소        | 날짜   | 1일차          | 2일차          | 3일차         | 1일차         | 2일차         |
| ① 박성현 | 창         | 1205 | 우수<br>6-2 마  | 우준<br>4-6   | 우수<br>1-4   | 광         | 1212 | 우수<br>11-3 추 | 우수<br>12-1 추 | 우수<br>10-1 젓 | 광         | 1226 | 특선<br>14-5   | 특선<br>3-6    | 특선<br>9-3 마 | 우수<br>4-1 젓 | 우수<br>2-3 젓 |
| ② 엄희태 | 광         | 1017 | 우수<br>8-2 마  | 우수<br>6실격   | 결 장         | 창         | 1219 | 우수<br>3-1 추  | 우수<br>4-4    | 우결<br>4-3 마  | 광         | 1226 | 특선<br>11-6   | 특선<br>3-3 마  | 특선<br>9-6   | 우수<br>3-2 마 | 우수<br>5-2 마 |
| ③ 정상민 | 광         | 1128 | 특선<br>13-5   | 특선<br>14-6  | 특선<br>15-4  | 광         | 1212 | 특선<br>15-5   | 특선<br>16-5   | 특선<br>13-2 마 | 광         | 1226 | 특선<br>13-4   | 특선<br>3-2 마  | 특선<br>11-4  | 우수<br>4-2 마 | 우수<br>5-1 추 |
| ④ 안재용 | 창         | 1205 | 후 보          | 우수<br>1-2 젓 | 우수<br>3-2 선 | 광         | 1212 | 우수<br>9-1 선  | 우수<br>11-2 선 | 우결<br>12-5   | 광         | 0102 | 우수<br>10-1 젓 | 우수<br>12-1 선 | 우결<br>12-7  | 우수<br>3-1 선 | 우수<br>4-4   |
| ⑤ 류재민 | 창         | 1205 | 우수<br>3-1 젓  | 우준<br>4-7   | 우수<br>5-2 젓 | 창         | 1219 | 우수<br>2-3 젓  | 우수<br>6-1 추  | 우수<br>1-1 젓  | 광         | 1226 | 특선<br>14-6   | 특선<br>7-2 젓  | 특선<br>8-2 선 | 우수<br>2-1 젓 | 우수<br>3-1 젓 |
| ⑥ 오기호 | 광         | 1114 | 우수<br>10-3 선 | 우수<br>6-3 선 | 우수<br>9-2 마 | 부         | 1212 | 우수<br>5-3 마  | 우수<br>1-1 선  | 우수<br>5-2 선  | 광         | 0102 | 우수<br>12-3 젓 | 우수<br>9-1 선  | 우수<br>6-3 추 | 우수<br>5-1 젓 | 우수<br>3-2 마 |
| ⑦ 이인우 | 광         | 1031 | 우수<br>9-2 마  | 우준<br>10-4  | 우수<br>6-2 젓 | 창         | 1205 | 우수<br>4-7    | 우수<br>1-4    | 우수<br>6-2 마  | 광         | 1226 | 특선<br>12-6   | 특선<br>5-2 마  | 특선<br>4-4   | 우수<br>2-2 마 | 우수<br>4-6   |

| 선수명   | 상대전적(승/횃수) |     |     |     |     |     |     | 동반입상전적(입상/횃수) |     |     |     |     |     |     | 규칙 위반 점수 |       |    |          |
|-------|------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|---------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----------|-------|----|----------|
|       | 박성현        | 엄희태 | 정상민 | 안재용 | 류재민 | 오기호 | 이인우 | 박성현           | 엄희태 | 정상민 | 안재용 | 류재민 | 오기호 | 이인우 | 2회       | 1회    | 금회 | 잔여<br>점수 |
| ① 박성현 |            | 1/2 | 2/6 | 0/1 | 2/2 | 0/0 | 0/0 |               | 0/2 | 0/6 | 0/1 | 0/2 | 0/0 | 0/0 | 20       | 13    | 12 | 5        |
| ② 엄희태 | 1/2        |     | 0/1 | 1/1 | 0/1 | 0/0 | 0/0 |               |     | 1/1 | 0/1 | 0/1 | 0/0 | 0/0 | 18       | 14(1) | 10 | 39       |
| ③ 정상민 | 4/6        | 1/1 |     | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/0 |               |     |     | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0        | 0     | 0  | 50       |
| ④ 안재용 | 1/1        | 0/1 | 0/0 |     | 0/2 | 0/0 | 1/2 |               |     |     |     | 1/2 | 0/0 | 0/2 | 12       | 10    | 14 | 14       |
| ⑤ 류재민 | 0/2        | 1/1 | 0/0 | 2/2 |     | 1/1 | 2/2 |               |     |     |     |     | 1/1 | 2/2 | 0        | 0     | 0  | 50       |
| ⑥ 오기호 | 0/0        | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/1 |     | 0/2 |               |     |     |     |     |     | 0/2 | 4        | 10    | 0  | 36       |
| ⑦ 이인우 | 0/0        | 0/0 | 0/0 | 1/2 | 0/2 | 2/2 |     |               |     |     |     |     |     |     | 0        | 11    | 10 | 29       |

※ ( ) 안의 수치는 승강급 변동 이후 현재 등급 정보임.

선 선행 추 추입 젓 젓히기 마 마크



| 번호<br>선수명<br>(기수/나이) | 기어<br>배수 | 200m<br>기록 | 훈련지  | 승<br>률    | 연<br>대<br>율 | 삼연<br>대율  | 입상/<br>출전<br>일수 | 입상전법     |          |          |          | 등급조정 |    | 최근3회<br>평균득점 |       | 최근3회<br>종합<br>순위 |
|----------------------|----------|------------|------|-----------|-------------|-----------|-----------------|----------|----------|----------|----------|------|----|--------------|-------|------------------|
|                      |          |            |      |           |             |           |                 | 선행       | 젓히기      | 추입       | 마크       | 현재   | 이전 | 창원           | 종합    |                  |
| ① 박종현<br>6기 58세      | 3.92     | 11"39      | 충남계룡 | 2<br>(0)  | 5<br>(0)    | 15<br>(0) | 2/24<br>(0/0)   | 0<br>(0) | 0<br>(0) | 1<br>(0) | 1<br>(0) | B1   | A3 | 88.71        | 87.78 | 396/576          |
| ② 김용대<br>1기 59세      | 3.92     | 11"60      | 광주   | 0         | 0           | 0         | 4/23            | 0        | 0        | 1        | 3        | B3   | B3 | 83.59        | 82.45 | 542/576          |
| ③ 민상호<br>6기 51세      | 3.92     | 11"70      | 광명   | 5         | 37          | 61        | 15/24           | 1        | 2        | 1        | 11       | B2   | B2 | 89.53        | 86.74 | 430/576          |
| ④ 이종필<br>11기 49세     | 3.92     | 11"41      | 인천   | 2         | 11          | 28        | 6/27            | 0        | 1        | 0        | 5        | B3   | B3 | 82.98        | 83.57 | 502/576          |
| ⑤ 권우주<br>10기 46세     | 3.92     | 12"18      | 금정   | 5         | 18          | 41        | 3/9             | 0        | 0        | 1        | 2        | B2   | B2 | 86.50        | 84.20 | 485/576          |
| ⑥ 이일수<br>12기 45세     | 3.92     | 11"88      | 청평   | 3         | 3           | 18        | 6/26            | 1        | 1        | 0        | 4        | B2   | B2 | 81.60        | 85.39 | 466/576          |
| ⑦ 한상진<br>12기 46세     | 3.92     | 11"23      | 인천   | 13<br>(0) | 17<br>(0)   | 17<br>(0) | 0/18<br>(0/0)   | 0<br>(0) | 0<br>(0) | 0<br>(0) | 0<br>(0) | B2   | A3 | 87.90        | 86.88 | 427/576          |

| 선수명   | 훈련일수 | 훈련동참자 | 훈련내용                                                                         |
|-------|------|-------|------------------------------------------------------------------------------|
| ① 박종현 | 7    | 박제원   | 스피드 훈련으로 300m 파워훈련으로 웨이트를 실시하였습니다                                            |
| ② 김용대 | 8    | 임섭    | 도로에서 근지구력 보강을 위해 등판 훈련을 실시하였고, 피스타에서 인터벌 훈련을 하였습니다. 보조 훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다. |
| ③ 민상호 | 7    | 지종오   | 피스타에서 333m 스타트 및 200m 인터벌로 순발력과 회전력 보강에 중점을 두고 훈련하였습니다.                      |
| ④ 이종필 | 6    | 김용목   | 피스타에서 짧은 스타트 훈련과 팀스프린트 훈련으로 순발력 보강과 스피드 훈련을 실시하였습니다.                         |
| ⑤ 권우주 | 5    | 김중성   | 피스타에서 짧은 스타트 훈련과 팀스프린트 훈련으로 순발력 보강과 스피드 훈련을 실시하였습니다.                         |
| ⑥ 이일수 | 7    | 이규봉   | 피스타에서 200m,333m,스타트 훈련을 하였습니다. 보조운동으로 로라 훈련을 하였음                             |
| ⑦ 한상진 | 7    | 홍석한   | 도로에서 스타트및 스피드훈련과. 오후에는 웨이트 트레이닝을 하였습니다                                       |

| 선수명   | 최근 3회전 성적 |      |             |             |             | 최근 2회전 성적 |      |              |             |             | 최근 1회전 성적 |      |            |            |             | 금회성적        |             |
|-------|-----------|------|-------------|-------------|-------------|-----------|------|--------------|-------------|-------------|-----------|------|------------|------------|-------------|-------------|-------------|
|       | 장소        | 날짜   | 1일차         | 2일차         | 3일차         | 장소        | 날짜   | 1일차          | 2일차         | 3일차         | 장소        | 날짜   | 1일차        | 2일차        | 3일차         | 1일차         | 2일차         |
| ① 박종현 | 광         | 1107 | 우수<br>11-6  | 우수<br>9-5   | 우수<br>8-6   | 광         | 1121 | 우수<br>12-3 추 | 우수<br>10-7  | 우수<br>7-6   | 광         | 1219 | 우수<br>11-7 | 우수<br>6-7  | 우수<br>8-5   | 선발<br>8-5   | 선발<br>8-2 마 |
| ② 김용대 | 창         | 1107 | 선발<br>4-3 마 | 선발<br>5-6   | 선발<br>2-2 마 | 광         | 1205 | 선발<br>2-7    | 선발<br>3-7   | 선발<br>4-5   | 광         | 0102 | 선발<br>5-7  | 선발<br>3-5  | 선발<br>3-7   | 선발<br>1-5   | 선발<br>8-5   |
| ③ 민상호 | 부         | 1031 | 선발<br>6-3 젓 | 선발<br>3-3 마 | 선발<br>2-3 마 | 광         | 1128 | 선발<br>4-3 마  | 선발<br>4-2 마 | 선발<br>3-3 선 | 광         | 1219 | 선발<br>4-4  | 선발<br>4-5  | 선발<br>3-5   | 선발<br>6-3 추 | 선발<br>8-3 마 |
| ④ 이종필 | 창         | 1107 | 선발<br>3-5   | 선발<br>5-4   | 선발<br>2-6   | 광         | 1205 | 선발<br>1-6    | 선발<br>2-7   | 선발<br>2-4   | 부         | 1219 | 선발<br>6-5  | 선발<br>1-5  | 선발<br>1-2 젓 | 선발<br>7-5   | 선발<br>6-6   |
| ⑤ 권우주 | 광         | 1205 | 선발<br>3-5   | 선발<br>4-6   | 선발<br>1-7   | 창         | 1212 | 선발<br>5-3 마  | 선발<br>1-2 마 | 선발<br>2-6   | 창         | 1226 | 선발<br>3-6  | 선발<br>1-4  | 선발<br>2-3 추 | 선발<br>6-6   | 선발<br>1-6   |
| ⑥ 이일수 | 부         | 1031 | 선발<br>6-1 선 | 선발<br>6-5   | 선결<br>4-7   | 광         | 1128 | 선발<br>1-3 마  | 선발<br>1-3 젓 | 선발<br>1-3 마 | 부         | 1219 | 선발<br>5-4  | 선발<br>1-7  | 선발<br>2-7   | 선발<br>7-6   | 선발<br>8-4   |
| ⑦ 한상진 | 광         | 1205 | 우수<br>12-6  | 우수<br>7-6   | 우수<br>6-6   | 부         | 1212 | 우수<br>6-7    | 우수<br>5-7   | 우수<br>1-5   | 광         | 1219 | 우수<br>8-6  | 우수<br>11-6 | 우수<br>6-7   | 선발<br>1-4   | 선발<br>1-3 마 |

| 선수명   | 상대전적(승/횃수) |     |     |     |     |     |     | 동반입상전적(입상/횃수) |     |     |     |     |     |     | 규칙 위반 점수 |    |    |          |
|-------|------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|---------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----------|----|----|----------|
|       | 박종현        | 김용대 | 민상호 | 이종필 | 권우주 | 이일수 | 한상진 | 박종현           | 김용대 | 민상호 | 이종필 | 권우주 | 이일수 | 한상진 | 2회       | 1회 | 금회 | 잔여<br>점수 |
| ① 박종현 |            | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/0 |               | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 5        | 9  | 0  | 36       |
| ② 김용대 | 0/0        |     | 3/4 | 1/5 | 0/0 | 2/2 | 0/0 |               |     | 0/4 | 0/5 | 0/0 | 0/2 | 0/0 | 0        | 10 | 0  | 40       |
| ③ 민상호 | 0/0        | 1/4 |     | 5/5 | 0/0 | 6/7 | 0/1 |               |     |     | 1/5 | 0/0 | 2/7 | 1/1 | 5        | 14 | 5  | 26       |
| ④ 이종필 | 0/0        | 4/5 | 0/5 |     | 1/1 | 1/2 | 0/1 |               |     |     |     | 0/1 | 0/2 | 1/1 | 0        | 0  | 0  | 50       |
| ⑤ 권우주 | 0/0        | 0/0 | 0/0 | 0/1 |     | 1/1 | 0/0 |               |     |     |     |     | 0/1 | 0/0 | 4        | 9  | 5  | 32       |
| ⑥ 이일수 | 0/0        | 0/2 | 1/7 | 1/2 | 0/1 |     | 0/0 |               |     |     |     |     |     | 0/0 | 4        | 0  | 0  | 46       |
| ⑦ 한상진 | 0/0        | 0/0 | 1/1 | 1/1 | 0/0 | 0/0 |     |               |     |     |     |     |     |     | 10       | 0  | 0  | 40       |

※ ( ) 안의 수치는 승강급 변동 이후 현재 등급 정보임.

선 선행 추 추입 젓 젓히기 마 마크

| 번호<br>선수명<br>(기수/나이) | 기어<br>배수 | 200m<br>기록 | 훈련지  | 승<br>률     | 연<br>대<br>율 | 삼연<br>대율     | 입상/<br>출전<br>일수 | 입상전법     |          |          |          | 등급조정 |    | 최근3회<br>평균득점 |       | 최근3회<br>종합<br>순위 |
|----------------------|----------|------------|------|------------|-------------|--------------|-----------------|----------|----------|----------|----------|------|----|--------------|-------|------------------|
|                      |          |            |      |            |             |              |                 | 선행       | 젓히기      | 추입       | 마크       | 현재   | 이전 | 창원           | 종합    |                  |
| ① 박경태<br>18기 43세     | 3.92     | 11"75      | 팔당   | 0          | 0           | 0            | 4/27            | 0        | 0        | 2        | 2        | B3   | B2 | 82.96        | 82.86 | 529/576          |
| ② 김광록<br>10기 48세     | 3.92     | 11"73      | 광주   | 0          | 0           | 12           | 2/23            | 0        | 0        | 0        | 2        | B2   | B3 | 82.75        | 83.57 | 501/576          |
| ③ 박정욱<br>10기 45세     | 3.92     | 12"21      | 전주   | 11         | 20          | 40           | 22/33           | 5        | 4        | 6        | 7        | B2   | B2 | 89.03        | 86.03 | 451/576          |
| ④ 김준호<br>10기 52세     | 3.92     | 11"39      | 대전   | 0          | 0           | 0            | 7/27            | 0        | 0        | 0        | 7        | B2   | B3 | 82.62        | 83.70 | 497/576          |
| ⑤ 임 섭<br>5기 52세      | 3.92     | 11"03      | 광주   | 24<br>(0)  | 33<br>(0)   | 40<br>(0)    | 0/26<br>(0/0)   | 0<br>(0) | 0<br>(0) | 0<br>(0) | 0<br>(0) | B1   | A3 | 89.01        | 87.30 | 417/576          |
| ⑥ 서한글<br>18기 41세     | 3.93     | 11"58      | 미원   | 0          | 0           | 0            | 10/37           | 7        | 1        | 0        | 2        | B3   | B2 | 86.40        | 83.21 | 512/576          |
| ⑦ 이한성<br>6기 51세      | 3.92     | 11"44      | 광주개인 | 33<br>(33) | 33<br>(33)  | 100<br>(100) | 3/27<br>(3/3)   | 0<br>(0) | 0<br>(0) | 1<br>(1) | 2<br>(2) | B1   | A3 | 88.46        | 87.95 | 386/576          |

| 선수명   | 훈련일수 | 훈련동참자 | 훈련내용                                                                |
|-------|------|-------|---------------------------------------------------------------------|
| ① 박경태 | 4    | 개인    | 도로에서 근지구력운동을 하였고 웨이트 트레이닝을 하였습니다                                    |
| ② 김광록 | 6    | 개인    | 지난주는 도로에서 지구력 훈련과 웨이트를 병행하였으며, 이번주는 짧은 스타트 훈련을 하였습니다                |
| ③ 박정욱 | 3    | 임세윤   | 피스타에서 333m 스타트 및 200m 인터벌로 순발력과 회전력 보강에 중점을 두고 훈련하였습니다.             |
| ④ 김준호 | 10   | 개인    | 선행승부를 대비하여 300m 인터벌훈련을 실시하였습니다                                      |
| ⑤ 임 섭 | 7    | 개인    | 도로에서 내리막 스피드훈련 및 등판 스타트훈련을 하였습니다                                    |
| ⑥ 서한글 | 3    | 개인    | 지난주는 롤러 훈련과 웨이트 트레이닝을 하였고, 이번 주는 도로에서 스타트 훈련과 내리막 회전력 보강 훈련을 하였습니다. |
| ⑦ 이한성 | 7    | 개인    | 도로에서 가벼운 기어로 스타트 및 회전력훈련실시 보조훈련으로 웨이트훈련실시                           |

| 선수명   | 최근 3회전 성적 |      |             |             |             | 최근 2회전 성적 |      |             |            |            | 최근 1회전 성적 |      |             |             |             | 금회성적        |             |
|-------|-----------|------|-------------|-------------|-------------|-----------|------|-------------|------------|------------|-----------|------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
|       | 장소        | 날짜   | 1일차         | 2일차         | 3일차         | 장소        | 날짜   | 1일차         | 2일차        | 3일차        | 장소        | 날짜   | 1일차         | 2일차         | 3일차         | 1일차         | 2일차         |
| ① 박경태 | 광         | 1114 | 선발<br>5-6   | 선발<br>2-3 마 | 선발<br>3-6   | 부         | 1205 | 선발<br>3-3 마 | 선발<br>3-4  | 선발<br>4-6  | 광         | 0102 | 선발<br>3-7   | 선발<br>3-6   | 선발<br>2-7   | 선발<br>8-7   | 선발<br>1-5   |
| ② 김광록 | 광         | 1121 | 선발<br>4-5   | 선발<br>2-5   | 선발<br>1-6   | 부         | 1205 | 선발<br>6-4   | 선발<br>5-4  | 선발<br>2-4  | 부         | 1219 | 선발<br>5-7   | 선발<br>5-5   | 선발<br>5-4   | 선발<br>1-6   | 선발<br>1-7   |
| ③ 박정욱 | 부         | 1205 | 선발<br>1-1 추 | 선발<br>2-7   | 선결<br>6-3 마 | 광         | 1212 | 선발<br>5-3 마 | 선발<br>1-4  | 선발<br>3-6  | 부         | 1219 | 선발<br>1-2 선 | 선발<br>1-6   | 선발<br>1-6   | 선발<br>7-4   | 선발<br>1-4   |
| ④ 김준호 | 부         | 1114 | 선발<br>1-3 마 | 선발<br>5-6   | 선발<br>2-4   | 창         | 1212 | 선발<br>2-6   | 선발<br>6-5  | 선발<br>2-5  | 광         | 0102 | 후 보         | 후 보         | 선발<br>4-5   | 선발<br>8-2 추 | 선발<br>7-3 마 |
| ⑤ 임 섭 | 부         | 1107 | 우수<br>3-5   | 우수<br>1-7   | 우수<br>6-6   | 광         | 1128 | 우수<br>12-6  | 우수<br>7-7  | 우수<br>11-6 | 광         | 1219 | 우수<br>9-6   | 우수<br>8-5   | 우수<br>11-6  | 선발<br>7-3 추 | 선발<br>6-1 추 |
| ⑥ 서한글 | 창         | 1107 | 선발<br>6-3 선 | 선발<br>5-2 선 | 선발<br>4-3 선 | 광         | 1128 | 선발<br>2-6   | 선발<br>5-7  | 선발<br>2-5  | 광         | 0102 | 선발<br>4-7   | 선발<br>3-7   | 선발<br>1-6   | 선발<br>6-5   | 선발<br>8-6   |
| ⑦ 이한성 | 창         | 1114 | 우수<br>1-7   | 우수<br>2-4   | 우수<br>5-7   | 광         | 1128 | 우수<br>6-5   | 우수<br>10낙차 | 우수<br>10-7 | 광         | 0102 | 선발<br>4-3 마 | 선발<br>2-1 추 | 선발<br>4-3 마 | 선발<br>1-7   | 선발<br>6-4   |

| 선수명   | 상대전적(승/횃수) |     |     |     |     |     |     | 동반입상전적(입상/횃수) |     |     |     |     |     |     | 규칙 위반 점수 |    |    |          |
|-------|------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|---------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----------|----|----|----------|
|       | 박경태        | 김광록 | 박정욱 | 김준호 | 임 섭 | 서한글 | 이한성 | 박경태           | 김광록 | 박정욱 | 김준호 | 임 섭 | 서한글 | 이한성 | 2회       | 1회 | 금회 | 잔여<br>점수 |
| ① 박경태 |            | 0/0 | 0/1 | 0/1 | 0/1 | 2/4 | 0/0 |               | 0/0 | 0/1 | 0/1 | 0/1 | 0/4 | 0/0 | 0        | 0  | 0  | 50       |
| ② 김광록 | 0/0        |     | 0/0 | 0/1 | 0/0 | 0/0 | 0/0 |               |     | 0/0 | 0/1 | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0        | 5  | 0  | 45       |
| ③ 박정욱 | 1/1        | 0/0 |     | 1/1 | 0/0 | 0/0 | 0/0 |               |     |     | 0/1 | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 4        | 0  | 0  | 46       |
| ④ 김준호 | 1/1        | 1/1 | 0/1 |     | 0/0 | 0/0 | 1/5 |               |     |     |     | 0/0 | 0/0 | 1/5 | 4        | 0  | 0  | 46       |
| ⑤ 임 섭 | 1/1        | 0/0 | 0/0 | 0/0 |     | 0/0 | 0/2 |               |     |     |     |     | 0/0 | 0/2 | 0        | 0  | 0  | 50       |
| ⑥ 서한글 | 2/4        | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/0 |     | 0/1 |               |     |     |     |     |     | 0/1 | 2        | 5  | 0  | 43       |
| ⑦ 이한성 | 0/0        | 0/0 | 0/0 | 4/5 | 2/2 | 1/1 |     |               |     |     |     |     |     |     | 0        | 4  | 5  | 41       |

※ ( ) 안의 수치는 승강급 변동 이후 현재 등급 정보임.

선 선행 추 추입 젓 젓히기 마 마크



| 번호<br>선수명<br>(기수/나이) | 기어<br>배수 | 200m<br>기록 | 훈련지  | 승<br>률   | 연<br>대<br>율 | 삼연<br>대율  | 입상/<br>출전<br>일수 | 입상전법     |          |          |          | 등급조정 |    | 최근3회<br>평균득점 |       | 최근3회<br>종합<br>순위 |
|----------------------|----------|------------|------|----------|-------------|-----------|-----------------|----------|----------|----------|----------|------|----|--------------|-------|------------------|
|                      |          |            |      |          |             |           |                 | 선행       | 젓히기      | 추입       | 마크       | 현재   | 이전 | 광명           | 종합    |                  |
| ① 이정운<br>2기 54세      | 3.92     | 11"88      | 충남계룡 | 0        | 2           | 7         | 3/43            | 0        | 1        | 0        | 2        | B2   | B2 | 83.51        | 84.03 | 490/576          |
| ② 구동훈<br>12기 47세     | 3.92     | 11"24      | 창원A  | 9<br>(0) | 19<br>(0)   | 33<br>(0) | 2/33<br>(0/0)   | 0<br>(0) | 0<br>(0) | 0<br>(0) | 2<br>(0) | B1   | A3 | 87.56        | 87.12 | 421/576          |
| ③ 김재훈<br>23기 36세     | 3.92     | 11"22      | 창원성산 | 0        | 33          | 67        | 11/21           | 4        | 0        | 2        | 5        | B1   | B2 | 86.41        | 87.73 | 400/576          |
| ④ 신주현<br>30기 24세     | 3.92     |            | 수성   | 0        | 0           | 0         | 0/0             | 0        | 0        | 0        | 0        | B2   |    | 84.79        | 84.79 | 475/576          |
| ⑤ 주성민<br>11기 47세     | 3.92     | 11"86      | 창원A  | 0        | 0           | 0         | 0/9             | 0        | 0        | 0        | 0        | B3   | B3 | 80.46        | 80.47 | 575/576          |
| ⑥ 최종태<br>10기 52세     | 3.92     | 11"90      | 대구   | 8        | 14          | 24        | 11/45           | 1        | 2        | 2        | 6        | B1   | B1 | 85.84        | 88.00 | 382/576          |
| ⑦ 임권빈<br>2기 57세      | 3.92     | 11"66      | 충남개인 | 2        | 3           | 8         | 2/28            | 0        | 0        | 0        | 2        | B3   | B3 | 81.69        | 81.53 | 562/576          |

| 선수명   | 훈련일수 | 훈련동참자 | 훈련내용                                                                              |
|-------|------|-------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| ① 이정운 | 3    | 개인    | 피스타에서 회전력 보강을 위해 가벼운 기어로 200m 댕쉬훈련을 하였고, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.                  |
| ② 구동훈 | 7    | 주성민   | 지난 주는 피스타에서 긴 거리 댕쉬훈련과 근력 강화를 위해 웨이트 트레이닝 훈련을 병행하였으며, 이번 주는 피스타에서 경주 적응훈련을 하였습니다. |
| ③ 김재훈 | 4    | 차봉수   | 피스타에서 200m, 333m 인터벌로 스피드를 보강하였으며, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.                        |
| ④ 신주현 | 8    | 손제용   | 피스타에서 333m 자력댕쉬훈련으로 선행력을 강화하였고, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.                           |
| ⑤ 주성민 | 6    | 구동훈   | 피스타에서 마크 및 추입전법 향상을 위해 순발력과 회전력을 보강하는 훈련을 실시하였습니다.                                |
| ⑥ 최종태 | 6    | 개인    | 도로에서 오르막 등판훈련과 내리막 훈련을 하였고, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.                               |
| ⑦ 임권빈 | 2    | 개인    | 실내에서 롤러 및 웨이트 트레이닝을 실시하였습니다.                                                      |

| 선수명   | 최근 3회전 성적 |      |           |             |             | 최근 2회전 성적 |      |             |             |             | 최근 1회전 성적 |      |             |             |             | 금회성적        |             |
|-------|-----------|------|-----------|-------------|-------------|-----------|------|-------------|-------------|-------------|-----------|------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
|       | 장소        | 날짜   | 1일차       | 2일차         | 3일차         | 장소        | 날짜   | 1일차         | 2일차         | 3일차         | 장소        | 날짜   | 1일차         | 2일차         | 3일차         | 1일차         | 2일차         |
| ① 이정운 | 광         | 1121 | 후 보       | 후 보         | 선발<br>2-2 마 | 창         | 1212 | 선발<br>5-5   | 선발<br>4-7   | 선발<br>3-5   | 광         | 1219 | 선발<br>1-3 젓 | 선발<br>4-7   | 선발<br>1-4   | 선발<br>1-5   | 선발<br>2-5   |
| ② 구동훈 | 광         | 1121 | 우수<br>6-6 | 우수<br>12-6  | 우수<br>6-7   | 광         | 1205 | 우수<br>9-7   | 우수<br>6-7   | 우수<br>8-4   | 부         | 1212 | 우수<br>5-6   | 우수<br>4-6   | 우수<br>5-6   | 선발<br>1-2 마 | 선발<br>5-2 추 |
| ③ 김재훈 | 창         | 1010 | 후 보       | 선발<br>3-2 선 | 선발<br>1-6   | 광         | 1107 | 선발<br>3-2 선 | 선발<br>2-3 선 | 선발<br>2-2 선 | 광         | 0102 | 선발<br>5-2 추 | 선발<br>1-3 마 | 선결<br>5-6   | 선발<br>2-6   | 선발<br>1-2 선 |
| ④ 신주현 |           |      |           |             |             |           |      |             |             |             |           |      | 첫           | 출           | 전           | 선발<br>4-2 젓 | 선발<br>3-3 선 |
| ⑤ 주성민 | 광         | 1205 | 선발<br>3-7 | 선발<br>5-6   | 선발<br>3-6   | 창         | 1212 | 선발<br>6-6   | 선발<br>2-7   | 선발<br>2-7   | 창         | 1226 | 선발<br>1-7   | 선발<br>4-6   | 선발<br>2-7   | 선발<br>4-6   | 선발<br>3-6   |
| ⑥ 최종태 | 부         | 1205 | 선발<br>1-4 | 선발<br>3-5   | 선발<br>1-1 추 | 광         | 1219 | 선발<br>4-2 마 | 선발<br>1-4   | 선발<br>3-1 젓 | 창         | 1226 | 선발<br>2-3 마 | 선발<br>4-4   | 선발<br>1-1 추 | 선발<br>2-4   | 선발<br>4-4   |
| ⑦ 임권빈 | 창         | 1107 | 선발<br>6-6 | 선발<br>3-7   | 선발<br>5-4   | 광         | 1128 | 선발<br>1-6   | 선발<br>2-7   | 선발<br>2-6   | 부         | 1219 | 선발<br>6-6   | 선발<br>6-6   | 선발<br>3-5   | 선발<br>5-7   | 선발<br>5-6   |

| 선수명   | 상대전적(승/횃수) |     |     |     |     |     |     | 동반입상전적(입상/횃수) |     |     |     |     |     |     | 규칙 위반 점수 |    |    |          |
|-------|------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|---------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----------|----|----|----------|
|       | 이정운        | 구동훈 | 김재훈 | 신주현 | 주성민 | 최종태 | 임권빈 | 이정운           | 구동훈 | 김재훈 | 신주현 | 주성민 | 최종태 | 임권빈 | 2회       | 1회 | 금회 | 잔여<br>점수 |
| ① 이정운 |            | 0/0 | 0/1 | 0/0 | 2/3 | 1/2 | 0/1 |               | 0/0 | 0/1 | 0/0 | 0/3 | 0/2 | 0/1 | 0        | 0  | 0  | 50       |
| ② 구동훈 | 0/0        |     | 1/1 | 0/0 | 1/1 | 0/0 | 1/1 |               |     | 0/1 | 0/0 | 0/1 | 0/0 | 0/1 | 10       | 0  | 0  | 40       |
| ③ 김재훈 | 1/1        | 0/1 |     | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 2/3 |               |     |     | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/3 | 29 (1)   | 21 | 10 | 18       |
| ④ 신주현 | 0/0        | 0/0 | 0/0 |     | 0/0 | 0/0 | 0/0 |               |     |     |     | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0        | 0  | 0  | 50       |
| ⑤ 주성민 | 0/3        | 0/1 | 0/0 | 0/0 |     | 0/1 | 0/0 |               |     |     |     |     | 0/1 | 0/0 | 0        | 0  | 0  | 50       |
| ⑥ 최종태 | 1/2        | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 1/1 |     | 1/2 |               |     |     |     |     |     | 0/2 | 34       | 4  | 0  | 12       |
| ⑦ 임권빈 | 1/1        | 0/1 | 1/3 | 0/0 | 0/0 | 1/2 |     |               |     |     |     |     |     |     | 9        | 0  | 9  | 32       |

※ ( ) 안의 수치는 승강급 변동 이후 현재 등급 정보임.

선 선행 추 추입 젓 젓히기 마 마크

| 번호<br>선수명<br>(기수/나이) | 기어<br>배수 | 200m<br>기록 | 훈련지  | 승<br>률 | 연<br>대<br>율 | 삼연<br>대율 | 입상/<br>출전<br>일수 | 입상전법 |     |    |    | 등급조정 |    | 최근3회<br>평균득점 |       | 최근3회<br>종합<br>순위 |
|----------------------|----------|------------|------|--------|-------------|----------|-----------------|------|-----|----|----|------|----|--------------|-------|------------------|
|                      |          |            |      |        |             |          |                 | 선행   | 젓하기 | 추입 | 마크 | 현재   | 이전 | 광명           | 종합    |                  |
| ① 채평주<br>12기 48세     | 3.92     | 11"58      | 부산   | 0      | 5           | 15       | 3/30            | 0    | 0   | 0  | 3  | B2   | B3 | 84.01        | 83.70 | 496/576          |
| ② 박종열<br>13기 45세     | 3.92     | 11"72      | 창원B  | 11     | 19          | 30       | 3/36            | 0    | 0   | 1  | 2  | B2   | B2 | 87.92        | 86.19 | 447/576          |
| ③ 박일영<br>14기 46세     | 3.92     | 11"57      | 의정부  | 7      | 25          | 43       | 17/29           | 7    | 5   | 1  | 4  | B1   | B1 | 87.53        | 88.94 | 338/576          |
| ④ 임병창<br>3기 55세      | 3.92     | 11"88      | 경북개인 | 3      | 3           | 11       | 6/29            | 0    | 0   | 3  | 3  | B2   | B3 | 82.22        | 83.71 | 495/576          |
| ⑤ 허은희<br>1기 61세      | 3.85     | 11"67      | 팔당   | 2      | 11          | 26       | 6/30            | 0    | 0   | 3  | 3  | B3   | B3 | 84.82        | 81.22 | 568/576          |
| ⑥ 정휘성<br>11기 47세     | 3.92     | 11"32      | 창원B  | 5      | 21          | 35       | 21/37           | 0    | 2   | 2  | 17 | B2   | B2 | 87.09        | 85.69 | 461/576          |
| ⑦ 최원재<br>12기 45세     | 3.92     | 12"05      | 전주   | 0      | 67          | 100      | 13/28           | 3    | 1   | 3  | 6  | B1   | B1 | 88.37        | 88.18 | 377/576          |

| 선수명   | 훈련일수 | 훈련동참자 | 훈련내용                                                                   |
|-------|------|-------|------------------------------------------------------------------------|
| ① 채평주 | 6    | 조성래   | 지난 주는 긴 거리 지구력 훈련 및 오르막 등판 근력훈련을 하였고, 이번 주는 피스타에서 짧은 거리 스타트 훈련을 하였습니다. |
| ② 박종열 | 7    | 김계현   | 피스타에서 200m, 333m 인터벌로 스피드를 보강하였으며, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.             |
| ③ 박일영 | 5    | 홍석현   | 도로에서 긴 거리 평지 댁쉬훈련으로 근지구력을 강화하였고, 내리막에서 짧은거리 댁쉬훈련으로 스피드를 보강하였습니다.       |
| ④ 임병창 | 5    | 개인    | 도로에서 오르막 등판훈련과 내리막 훈련을 하였으며, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.                   |
| ⑤ 허은희 | 7    | 하수용   | 도로에서 오르막 등판훈련과 내리막 훈련을 하였으며, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.                   |
| ⑥ 정휘성 | 5    | 개인    | 피스타에서 마크 및 추입전법 향상을 위해 순발력과 회전력을 보강하는 훈련을 실시하였습니다.                     |
| ⑦ 최원재 | 5    | 임세윤   | 도로에서 오르막 등판훈련과 내리막 훈련을 하였으며, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.                   |

| 선수명   | 최근 3회전 성적 |      |          |          |          | 최근 2회전 성적 |      |          |          |          | 최근 1회전 성적 |      |          |          |          | 금회성적     |          |
|-------|-----------|------|----------|----------|----------|-----------|------|----------|----------|----------|-----------|------|----------|----------|----------|----------|----------|
|       | 장소        | 날짜   | 1일차      | 2일차      | 3일차      | 장소        | 날짜   | 1일차      | 2일차      | 3일차      | 장소        | 날짜   | 1일차      | 2일차      | 3일차      | 1일차      | 2일차      |
| ① 채평주 | 창         | 1128 | 후 보      | 후 보      | 선발 3-6   | 부         | 1205 | 선발 4-4   | 선발 1-4   | 선발 5-4   | 부         | 1219 | 선발 4-7   | 선발 4-5   | 선발 4-4   | 선발 2-5   | 선발 3-5   |
| ② 박종열 | 창         | 1114 | 우수 3-6   | 우수 6-7   | 우수 5-6   | 광         | 1121 | 우수 11-6  | 우수 8-6   | 우수 10-7  | 창         | 1212 | 선발 1-5   | 선발 5-3 마 | 선발 6-5   | 선발 3-4   | 선발 2-3 마 |
| ③ 박일영 | 창         | 1107 | 선발 2-3 선 | 선발 6-1 젓 | 선발 4-1 추 | 광         | 1128 | 선발 4-2 선 | 선발 3-3 선 | 선발 1-1 젓 | 광         | 1219 | 후 보      | 선발 2-5   | 선발 2-2 선 | 선발 5-3 마 | 선발 3-4   |
| ④ 임병창 | 부         | 1031 | 선발 4-5   | 선발 4-5   | 선발 6-4   | 광         | 1128 | 선발 5-7   | 선발 2-6   | 선발 2-4   | 부         | 1219 | 선발 1-7   | 선발 6-5   | 선발 1-1 추 | 선발 3-7   | 선발 4-6   |
| ⑤ 허은희 | 창         | 1107 | 선발 4-7   | 선발 1-7   | 선발 4-6   | 창         | 1128 | 선발 5-5   | 선발 3-3 마 | 선발 3-7   | 광         | 1219 | 선발 3-6   | 선발 3-7   | 선발 2-7   | 선발 3-6   | 선발 1-6   |
| ⑥ 정휘성 | 부         | 1121 | 선발 4-6   | 선발 5-7   | 선발 2-7   | 광         | 1205 | 선발 2-2 추 | 선발 4-4   | 선발 3-2 마 | 광         | 1219 | 선발 3-2 마 | 선발 5-3 마 | 선발 4-4   | 선발 4-3 마 | 선발 4-7   |
| ⑦ 최원재 | 창         | 1107 | 후 보      | 선발 2-2 추 | 선발 1-1 젓 | 부         | 1121 | 선발 5-4   | 선발 5-4   | 선발 1-4   | 광         | 0102 | 선발 1-3 선 | 선발 3-2 마 | 선발 2-2 선 | 선발 4-5   | 선발 1-1 추 |

| 선수명   | 상대전적(승/횡수) |     |     |     |     |     |     | 동반입상전적(입상/횡수) |     |     |     |     |     |     | 규칙 위반 점수 |    |    |       |
|-------|------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|---------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----------|----|----|-------|
|       | 채평주        | 박종열 | 박일영 | 임병창 | 허은희 | 정휘성 | 최원재 | 채평주           | 박종열 | 박일영 | 임병창 | 허은희 | 정휘성 | 최원재 | 2회       | 1회 | 금회 | 잔여 점수 |
| ① 채평주 |            | 0/0 | 0/2 | 3/5 | 1/3 | 0/0 | 0/1 |               | 0/0 | 0/2 | 0/5 | 0/3 | 0/0 | 0/1 | 5        | 0  | 0  | 45    |
| ② 박종열 | 0/0        |     | 0/0 | 0/1 | 0/0 | 0/0 | 0/0 |               |     | 0/0 | 0/1 | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0        | 19 | 10 | 21    |
| ③ 박일영 | 2/2        | 0/0 |     | 1/2 | 3/4 | 0/0 | 0/0 |               |     |     | 0/2 | 0/4 | 0/0 | 0/0 | 0        | 0  | 4  | 46    |
| ④ 임병창 | 2/5        | 1/1 | 1/2 |     | 1/3 | 0/2 | 0/1 |               |     |     |     | 0/3 | 0/2 | 0/1 | 15       | 8  | 5  | 22    |
| ⑤ 허은희 | 2/3        | 0/0 | 1/4 | 2/3 |     | 0/1 | 0/0 |               |     |     |     |     | 0/1 | 0/0 | 0        | 9  | 0  | 41    |
| ⑥ 정휘성 | 0/0        | 0/0 | 0/0 | 2/2 | 1/1 |     | 0/1 |               |     |     |     |     |     | 0/1 | 4        | 4  | 0  | 42    |
| ⑦ 최원재 | 1/1        | 0/0 | 0/0 | 1/1 | 0/0 | 1/1 |     |               |     |     |     |     |     |     | 0        | 20 | 10 | 20    |

※ ( ) 안의 수치는 승강급 변동 이후 현재 등급 정보임.

선 선행 추 추입 젓 젓하기 마 마크

| 번호<br>선수명<br>(기수/나이) | 기어<br>배수 | 200m<br>기록 | 훈련지  | 승<br>률     | 연<br>대<br>율 | 삼연<br>대율   | 입상/<br>출전<br>일수 | 입상전법     |          |          |          | 등급조정 |    | 최근3회<br>평균득점 |       | 최근3회<br>종합<br>순위 |
|----------------------|----------|------------|------|------------|-------------|------------|-----------------|----------|----------|----------|----------|------|----|--------------|-------|------------------|
|                      |          |            |      |            |             |            |                 | 선행       | 젓하기      | 추입       | 마크       | 현재   | 이전 | 광명           | 종합    |                  |
| ① 송대호<br>6기 50세      | 3.93     | 11"60      | 금정   | 13<br>(0)  | 38<br>(0)   | 44<br>(0)  | 1/24<br>(0/0)   | 0<br>(0) | 0<br>(0) | 1<br>(0) | 0<br>(0) | B1   | A3 | 88.34        | 88.58 | 359/576          |
| ② 김도현<br>30기 29세     | 3.92     |            | 동서울  | 0          | 0           | 0          | 0/0             | 0        | 0        | 0        | 0        | B1   |    | 87.64        | 87.64 | 403/576          |
| ③ 주광일<br>4기 55세      | 3.92     | 11"72      | 팔당   | 67<br>(67) | 67<br>(67)  | 67<br>(67) | 4/25<br>(2/3)   | 0<br>(0) | 3<br>(2) | 0<br>(0) | 1<br>(0) | B1   | A3 | 90.12        | 89.90 | 299/576          |
| ④ 박석기<br>8기 51세      | 3.92     | 11"54      | 경기개인 | 0          | 33          | 33         | 18/30           | 0        | 0        | 3        | 15       | B1   | B1 | 86.81        | 89.12 | 332/576          |
| ⑤ 전영조<br>20기 39세     | 3.92     | 12"31      | 부산   | 9          | 20          | 33         | 16/25           | 0        | 3        | 3        | 10       | B1   | B1 | 88.31        | 88.30 | 374/576          |
| ⑥ 김대영<br>30기 24세     | 3.92     |            | 서울한남 | 0          | 0           | 0          | 0/0             | 0        | 0        | 0        | 0        | B1   |    | 87.33        | 87.33 | 416/576          |
| ⑦ 오유민<br>29기 24세     | 3.93     | 12"06      | 청평   | 33         | 33          | 67         | 15/27           | 11       | 0        | 2        | 2        | B1   | B1 | 87.98        | 88.48 | 365/576          |

| 선수명   | 훈련일수 | 훈련동참자 | 훈련내용                                                                              |
|-------|------|-------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| ① 송대호 | 5    | 박철성   | 피스타에서 오토바이 유도훈련으로 스피드 보강을 하였고, 보조훈련으로 산악 뛰기 체력훈련을 하였습니다.                          |
| ② 김도현 | 5    | 김태완   | 피스타에서 긴 거리 댕쉬로 지구력 및 선행력 보강을 하였습니다.                                               |
| ③ 주광일 | 2    | 개인    | 지난 주는 피스타에서 긴 거리 댕쉬훈련과 근력 강화를 위해 웨이트 트레이닝 훈련을 병행하였으며, 이번 주는 피스타에서 경주 적응훈련을 하였습니다. |
| ④ 박석기 | 4    | 개인    | 도로에서 오르막 등판훈련과 내리막 훈련을 하였으며, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.                              |
| ⑤ 전영조 | 7    | 장우준   | 피스타에서 마크 및 추입전법 향상을 위해 순발력과 회전력을 보강하는 훈련을 실시하였습니다.                                |
| ⑥ 김대영 | 7    | 정재완   | 피스타에서 333m, 500m 인터벌로 선행력 보강을 하였습니다.                                              |
| ⑦ 오유민 | 2    | 임경수   | 피스타에서 짧은 스타트와 300m 댕쉬훈련을 병행하여 실시하였습니다.                                            |

| 선수명   | 최근 3회전 성적 |      |             |             |             | 최근 2회전 성적 |      |             |             |             | 최근 1회전 성적 |      |             |             |             | 금회성적        |             |
|-------|-----------|------|-------------|-------------|-------------|-----------|------|-------------|-------------|-------------|-----------|------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
|       | 장소        | 날짜   | 1일차         | 2일차         | 3일차         | 장소        | 날짜   | 1일차         | 2일차         | 3일차         | 장소        | 날짜   | 1일차         | 2일차         | 3일차         | 1일차         | 2일차         |
| ① 송대호 | 광         | 1017 | 우수<br>8-3 추 | 우수<br>8-5   | 우수<br>9-4   | 광         | 1114 | 우수<br>9-7   | 우수<br>9-5   | 우수<br>10-7  | 부         | 1212 | 우수<br>3-5   | 우수<br>1-5   | 우수<br>3-7   | 선발<br>3-1 추 | 선발<br>3-1 추 |
| ② 김도현 |           |      |             |             |             |           |      |             |             |             |           |      | 첫           | 출           | 전           | 선발<br>3-2 선 | 선발<br>5-4   |
| ③ 주광일 | 광         | 1017 | 우수<br>8-4   | 우수<br>8-3 젓 | 우수<br>9-7   | 창         | 1031 | 우수<br>6-7   | 우수<br>2-3 마 | 우수<br>2-4   | 광         | 0109 | 선발<br>5-1 젓 | 선발<br>3-1 젓 | 선결<br>5-6   | 선발<br>2-1 추 | 선발<br>5-1 추 |
| ④ 박석기 | 부         | 1114 | 선발<br>6-3 마 | 선발<br>2-2 마 | 선발<br>5-2 마 | 광         | 1212 | 선발<br>2-2 추 | 선발<br>3-3 마 | 선발<br>3-2 마 | 창         | 0109 | 선발<br>1-2 마 | 선발<br>7-4   | 선결<br>1-4   | 선발<br>4-1 추 | 선발<br>2-6   |
| ⑤ 전영조 | 광         | 1212 | 선발<br>4-2 마 | 선발<br>3-5   | 선결<br>5-7   | 부         | 1219 | 선발<br>6-1 추 | 선발<br>2-2 마 | 선결<br>6-5   | 창         | 1226 | 후 보         | 후 보         | 선발<br>1-3 젓 | 선발<br>5-2 선 | 선발<br>5-3 마 |
| ⑥ 김대영 |           |      |             |             |             |           |      |             |             |             |           |      | 첫           | 출           | 전           | 선발<br>5-1 선 | 선발<br>2-1 선 |
| ⑦ 오유민 | 광         | 1121 | 선발<br>5-1 선 | 선발<br>2-6   | 선결<br>5-2 선 | 광         | 1212 | 선발<br>2-4   | 선발<br>2-6   | 선발<br>3-1 추 | 창         | 0109 | 선발<br>1-1 선 | 선발<br>6-3 선 | 선결<br>1-6   | 선발<br>1-1 젓 | 선발<br>2-2 마 |

| 선수명   | 상대전적(승/횡수) |     |     |     |     |     |     | 동반입상전적(입상/횡수) |     |     |     |     |     |     | 규칙 위반 점수 |    |    |          |
|-------|------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|---------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----------|----|----|----------|
|       | 송대호        | 김도현 | 주광일 | 박석기 | 전영조 | 김대영 | 오유민 | 송대호           | 김도현 | 주광일 | 박석기 | 전영조 | 김대영 | 오유민 | 2회       | 1회 | 금회 | 잔여<br>점수 |
| ① 송대호 |            | 0/0 | 3/4 | 3/3 | 0/0 | 0/0 | 0/0 |               | 0/0 | 0/4 | 3/3 | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 19       | 0  | 4  | 27       |
| ② 김도현 | 0/0        |     | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/0 |               |     | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0        | 0  | 0  | 50       |
| ③ 주광일 | 1/4        | 0/0 |     | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/0 |               |     |     | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0        | 0  | 5  | 45       |
| ④ 박석기 | 0/3        | 0/0 | 0/0 |     | 1/1 | 0/0 | 4/8 |               |     |     |     | 0/1 | 0/0 | 2/8 | 4        | 0  | 0  | 46       |
| ⑤ 전영조 | 0/0        | 0/0 | 0/0 | 0/1 |     | 0/0 | 0/0 |               |     |     |     |     | 0/0 | 0/0 | 0        | 0  | 0  | 50       |
| ⑥ 김대영 | 0/0        | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/0 |     | 0/0 |               |     |     |     |     |     | 0/0 | 0        | 0  | 4  | 46       |
| ⑦ 오유민 | 0/0        | 0/0 | 0/0 | 4/8 | 0/0 | 0/0 |     |               |     |     |     |     |     |     | 12       | 0  | 0  | 38       |

※ ( ) 안의 수치는 승강급 변동 이후 현재 등급 정보임.

선 선행 추 추입 젓 젓하기 마 마크

| 번호<br>선수명<br>(기수/나이) | 기어<br>배수 | 200m<br>기록 | 훈련지  | 승<br>률    | 연<br>대<br>율 | 삼연<br>대율  | 입상/<br>출전<br>일수 | 입상전법     |          |           |          | 등급조정 |    | 최근3회<br>평균득점 |       | 최근3회<br>종합<br>순위 |
|----------------------|----------|------------|------|-----------|-------------|-----------|-----------------|----------|----------|-----------|----------|------|----|--------------|-------|------------------|
|                      |          |            |      |           |             |           |                 | 선행       | 젓히기      | 추입        | 마크       | 현재   | 이전 | 광명           | 종합    |                  |
| ① 오정석<br>8기 46세      | 3.92     | 11"54      | 충남개인 | 0         | 33          | 67        | 16/33           | 0        | 2        | 3         | 11       | A2   | A2 | 91.88        | 91.72 | 232/576          |
| ② 김 현<br>20기 35세     | 3.92     | 11"72      | 경기개인 | 11<br>(0) | 33<br>(0)   | 38<br>(0) | 20/27<br>(0/0)  | 0<br>(0) | 2<br>(0) | 10<br>(0) | 8<br>(0) | A2   | B1 | 90.98        | 92.41 | 212/576          |
| ③ 박지웅<br>26기 31세     | 3.92     | 11"50      | 신사   | 0         | 33          | 67        | 23/33           | 6        | 4        | 6         | 7        | A1   | A1 | 95.17        | 94.88 | 120/576          |
| ④ 문인재<br>24기 34세     | 3.93     | 11"92      | 부산개인 | 29<br>(0) | 47<br>(0)   | 68<br>(0) | 22/25<br>(0/0)  | 4<br>(0) | 4<br>(0) | 11<br>(0) | 3<br>(0) | A2   | B1 | 89.91        | 91.53 | 237/576          |
| ⑤ 이창용<br>11기 47세     | 3.92     | 11"28      | 창원성산 | 0<br>(0)  | 0<br>(0)    | 0<br>(0)  | 20/26<br>(0/3)  | 0<br>(0) | 4<br>(0) | 11<br>(0) | 5<br>(0) | A3   | B1 | 89.77        | 90.61 | 276/576          |
| ⑥ 이성록<br>27기 29세     | 3.92     | 11"37      | 수성   | 35        | 54          | 65        | 9/20            | 6        | 1        | 2         | 0        | A2   | A2 | 91.11        | 91.11 | 255/576          |
| ⑦ 최민호<br>17기 41세     | 3.92     | 11"41      | 세종   | 5         | 24          | 34        | 11/28           | 0        | 1        | 0         | 10       | A3   | A3 | 91.35        | 89.41 | 319/576          |

| 선수명   | 훈련일수 | 훈련동참자 | 훈련내용                                                             |
|-------|------|-------|------------------------------------------------------------------|
| ① 오정석 | 3    | 개인    | 도로에서 내리막 및 오르막 인터벌과 스타트 훈련을 하였습니다.                               |
| ② 김 현 | 5    | 개인    | 피스타에서 마크 및 추입전법 향상을 위해 순발력과 회전력을 보강하는 훈련을 실시하였습니다.               |
| ③ 박지웅 | 2    | 정현수   | 피스타에서 짧은 닷쉬 및 스타트 훈련으로 컨디션 조절에 중점점을 두었습니다.                       |
| ④ 문인재 | 8    | 개인    | 피스타에서 짧은 거리 순발력 훈련 및 긴 거리 지구력 훈련을 병행하였고, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다. |
| ⑤ 이창용 | 7    | 개인    | 도로에서 오르막 등판훈련과 내리막 훈련을 하였으며, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.             |
| ⑥ 이성록 | 9    | 류재열   | 도로에서 오르막 등판훈련과 내리막 훈련을 하였으며, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.             |
| ⑦ 최민호 | 7    | 개인    | 도로에서 긴 거리 평지 닷쉬훈련으로 근지구력을 강화하였고, 내리막에서 짧은거리 닷쉬훈련으로 스피드를 보강하였습니다. |

| 선수명   | 최근 3회전 성적 |      |              |              |             | 최근 2회전 성적 |      |             |             |             | 최근 1회전 성적 |      |             |             |              | 금회성적         |             |
|-------|-----------|------|--------------|--------------|-------------|-----------|------|-------------|-------------|-------------|-----------|------|-------------|-------------|--------------|--------------|-------------|
|       | 장소        | 날짜   | 1일차          | 2일차          | 3일차         | 장소        | 날짜   | 1일차         | 2일차         | 3일차         | 장소        | 날짜   | 1일차         | 2일차         | 3일차          | 1일차          | 2일차         |
| ① 오정석 | 광         | 1205 | 우수<br>11-6   | 우수<br>6-3 마  | 우수<br>6-4   | 광         | 1219 | 우수<br>12-4  | 우수<br>9-2 마 | 우수<br>9-4   | 창         | 0109 | 우수<br>3-6   | 우수<br>5-3 추 | 우수<br>2-2 마  | 우수<br>11-4   | 우수<br>12-6  |
| ② 김 현 | 광         | 1031 | 선발<br>2-3 마  | 선준<br>4-1 추  | 선결<br>5-6   | 부         | 1121 | 선발<br>2-2 마 | 선준<br>2-2 추 | 선결<br>4-4   | 부         | 1219 | 선발<br>2-1 추 | 선발<br>1-2 마 | 선결<br>6-6    | 우수<br>11-6   | 우수<br>7-7   |
| ③ 박지웅 | 광         | 1205 | 우수<br>10-2 선 | 우수<br>12-1 젓 | 우수<br>9-1 선 | 광         | 1219 | 우수<br>8-4   | 우수<br>8-1 젓 | 우수<br>7-2 젓 | 창         | 0109 | 우수<br>5-4   | 우수<br>2-3 마 | 우수<br>3-2 마  | 우수<br>8-4    | 우수<br>11-6  |
| ④ 문인재 | 광         | 1024 | 선발<br>2-2 선  | 선발<br>4-1 추  | 선결<br>5-3 마 | 부         | 1121 | 선발<br>6-1 젓 | 선준<br>3-4   | 선발<br>3-2 선 | 부         | 1219 | 선발<br>2-2 마 | 선발<br>6-1 추 | 선발<br>3-1 선  | 우수<br>10-2 마 | 우수<br>8-3 마 |
| ⑤ 이창용 | 부         | 1031 | 선발<br>1-1 추  | 선발<br>4-1 추  | 선결<br>4-1 추 | 광         | 1121 | 선발<br>5-3 마 | 선발<br>4-1 추 | 선발<br>4-1 추 | 창         | 0102 | 우수<br>4-7   | 우수<br>5-4   | 우수<br>2-6    | 우수<br>8-6    | 우수<br>9-7   |
| ⑥ 이성록 | 광         | 1031 | 우수<br>12-6   | 우수<br>9-5    | 우수<br>11-5  | 광         | 1121 | 우수<br>8-3 선 | 우수<br>9-5   | 우수<br>6-2 선 | 광         | 1226 | 특선<br>8-5   | 특선<br>10-7  | 특선<br>5-7    | 우수<br>6-4    | 우수<br>9-2 마 |
| ⑦ 최민호 | 창         | 1114 | 우수<br>5-6    | 우수<br>6-6    | 우수<br>2-5   | 부         | 1128 | 우수<br>3-7   | 우수<br>3-5   | 우수<br>4-4   | 광         | 1219 | 우수<br>9-4   | 우수<br>6-5   | 우수<br>10-3 마 | 우수<br>7-5    | 우수<br>11-7  |

| 선수명   | 상대전적(승/횃수) |     |     |     |     |     |     | 동반입상전적(입상/횃수) |     |     |     |     |     |     | 규칙 위반 점수 |    |    |          |
|-------|------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|---------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----------|----|----|----------|
|       | 오정석        | 김 현 | 박지웅 | 문인재 | 이창용 | 이성록 | 최민호 | 오정석           | 김 현 | 박지웅 | 문인재 | 이창용 | 이성록 | 최민호 | 2회       | 1회 | 금회 | 잔여<br>점수 |
| ① 오정석 |            | 0/0 | 1/2 | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/1 |               | 0/0 | 0/2 | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/1 | 25       | 5  | 5  | 15       |
| ② 김 현 | 0/0        |     | 0/0 | 1/1 | 0/0 | 0/1 | 2/5 |               |     | 0/0 | 1/1 | 0/0 | 0/1 | 0/5 | 0        | 0  | 0  | 50       |
| ③ 박지웅 | 1/2        | 0/0 |     | 0/0 | 1/1 | 0/0 | 0/1 |               |     |     | 0/0 | 0/1 | 0/0 | 0/1 | 4        | 0  | 0  | 46       |
| ④ 문인재 | 0/0        | 0/1 | 0/0 |     | 3/3 | 0/0 | 0/0 |               |     |     |     | 1/3 | 0/0 | 0/0 | 8        | 0  | 0  | 42       |
| ⑤ 이창용 | 0/0        | 0/0 | 0/1 | 0/3 |     | 0/0 | 0/0 |               |     |     |     |     | 0/0 | 0/0 | 14       | 7  | 20 | 9        |
| ⑥ 이성록 | 0/0        | 1/1 | 0/0 | 0/0 | 0/0 |     | 1/1 |               |     |     |     |     |     | 1/1 | 5        | 0  | 0  | 45       |
| ⑦ 최민호 | 1/1        | 3/5 | 1/1 | 0/0 | 0/0 | 0/1 |     |               |     |     |     |     |     |     | 4        | 0  | 0  | 46       |

※ ( ) 안의 수치는 승강급 변동 이후 현재 등급 정보임.

선 선행 추 추입 젓 젓히기 마 마크

| 번호<br>선수명<br>(기수/나이) | 기어<br>배수 | 200m<br>기록 | 훈련지  | 승<br>률    | 연<br>대<br>율 | 삼연<br>대율  | 입상/<br>출전<br>일수 | 입상전법      |          |           |           | 등급조정 |    | 최근3회<br>평균득점 |       | 최근3회<br>종합<br>순위 |
|----------------------|----------|------------|------|-----------|-------------|-----------|-----------------|-----------|----------|-----------|-----------|------|----|--------------|-------|------------------|
|                      |          |            |      |           |             |           |                 | 선행        | 젓히기      | 추입        | 마크        | 현재   | 이전 | 광명           | 종합    |                  |
| ① 박민오<br>19기 41세     | 3.92     | 11"53      | 인천   | 33        | 67          | 67        | 16/25           | 0         | 1        | 8         | 7         | A1   | A2 | 93.00        | 93.47 | 168/576          |
| ② 류근철<br>21기 37세     | 3.93     | 11"85      | 충남계룡 | 0         | 33          | 33        | 9/38            | 7         | 0        | 1         | 1         | A3   | A3 | 89.32        | 89.27 | 325/576          |
| ③ 김상근<br>13기 46세     | 3.92     | 11"79      | 경남진해 | 0<br>(0)  | 0<br>(0)    | 0<br>(0)  | 16/31<br>(0/3)  | 10<br>(0) | 2<br>(0) | 2<br>(0)  | 2<br>(0)  | A3   | B1 | 87.99        | 87.89 | 390/576          |
| ④ 이기호<br>12기 44세     | 3.92     | 11"43      | 대전개인 | 33        | 33          | 33        | 28/43           | 0         | 3        | 12        | 13        | A1   | A1 | 93.59        | 94.37 | 139/576          |
| ⑤ 하동성<br>18기 40세     | 3.92     | 11"42      | 창원상남 | 0         | 33          | 67        | 6/33            | 2         | 3        | 0         | 1         | A2   | A3 | 89.04        | 91.14 | 254/576          |
| ⑥ 박동수<br>4기 53세      | 3.92     | 11"40      | 창원A  | 10<br>(0) | 25<br>(0)   | 43<br>(0) | 23/30<br>(0/0)  | 0<br>(0)  | 1<br>(0) | 10<br>(0) | 12<br>(0) | A3   | B1 | 89.73        | 89.54 | 314/576          |
| ⑦ 전장윤<br>13기 43세     | 3.92     | 11"65      | 월평   | 0         | 33          | 67        | 7/26            | 0         | 0        | 0         | 7         | A3   | A3 | 90.46        | 90.71 | 274/576          |

| 선수명   | 훈련일수 | 훈련동참자 | 훈련내용                                                                      |
|-------|------|-------|---------------------------------------------------------------------------|
| ① 박민오 | 5    | 고요한   | 피스타에서 200m, 333m 인터벌로 스피드를 보강하였으며, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.                |
| ② 류근철 | 7    | 박종현   | 도로에서 오르막 등판훈련과 내리막 훈련을 하였으며, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.                      |
| ③ 김상근 | 6    | 개인    | 도로에서 오르막 등판훈련과 내리막 훈련을 하였으며, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.                      |
| ④ 이기호 | 6    | 이홍주   | 피스타에서 마크 및 추입전법 향상을 위해 순발력과 회전력을 보강하는 훈련을 실시하였습니다.                        |
| ⑤ 하동성 | 8    | 주석진   | 피스타에서 333m, 500m 뎃쉬훈련으로 선행력 보강을 하였으며, 도로에서 내리막 및 등판훈련으로 스피드와 근력을 강화하였습니다. |
| ⑥ 박동수 | 7    | 구동훈   | 피스타에서 마크 및 추입전법 향상을 위해 순발력과 회전력을 보강하는 훈련을 실시하였습니다.                        |
| ⑦ 전장윤 | 5    | 개인    | 도로에서 긴 거리 평지 뎃쉬훈련으로 근지구력을 강화하였고, 내리막에서 짧은거리 뎃쉬훈련으로 스피드를 보강하였습니다.          |

| 선수명   | 최근 3회전 성적 |      |             |             |             | 최근 2회전 성적 |      |             |              |             | 최근 1회전 성적 |      |             |             |             | 금회성적        |             |
|-------|-----------|------|-------------|-------------|-------------|-----------|------|-------------|--------------|-------------|-----------|------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
|       | 장소        | 날짜   | 1일차         | 2일차         | 3일차         | 장소        | 날짜   | 1일차         | 2일차          | 3일차         | 장소        | 날짜   | 1일차         | 2일차         | 3일차         | 1일차         | 2일차         |
| ① 박민오 | 부         | 1107 | 우수<br>1-2 마 | 우수<br>1-3 마 | 우수<br>6-1 추 | 창         | 1121 | 우수<br>5-3 마 | 우수<br>3-3 마  | 우수<br>4-6   | 창         | 0102 | 우수<br>6-2 추 | 우수<br>5-5   | 우수<br>3-1 추 | 우수<br>7-2 젓 | 우수<br>7-2 마 |
| ② 류근철 | 부         | 1128 | 우수<br>6-6   | 우수<br>2-5   | 우수<br>4-3 선 | 광         | 1212 | 우수<br>7-7   | 우수<br>6-6    | 우수<br>9-6   | 창         | 0102 | 우수<br>4-6   | 우수<br>2-2 마 | 우수<br>3-5   | 우수<br>10-4  | 우수<br>12-4  |
| ③ 김상근 | 창         | 1128 | 선발<br>1-2 선 | 선발<br>2-1 추 | 선발<br>5-2 선 | 광         | 1212 | 선발<br>5-4   | 선발<br>4-1 젓  | 선발<br>4-4   | 창         | 0102 | 우수<br>6-7   | 우수<br>5-7   | 우수<br>1-7   | 우수<br>10-7  | 우수<br>6-7   |
| ④ 이기호 | 부         | 1128 | 우수<br>1-3 추 | 우수<br>1-2 마 | 우수<br>4-1 추 | 광         | 1212 | 우수<br>9-5   | 우수<br>7-3 마  | 우수<br>7-4   | 창         | 0102 | 우수<br>2-1 추 | 우수<br>4-4   | 우결<br>5-4   | 우수<br>9-3 마 | 우수<br>6-3 마 |
| ⑤ 하동성 | 창         | 1121 | 우수<br>2-6   | 우수<br>5-5   | 우수<br>2-2 선 | 부         | 1212 | 우수<br>2-6   | 우수<br>5-6    | 우수<br>4-1 젓 | 창         | 0102 | 우수<br>3-2 선 | 우수<br>4-3 마 | 우수<br>1-6   | 우수<br>6-6   | 우수<br>7-3 선 |
| ⑥ 박동수 | 광         | 1031 | 선발<br>3-3 마 | 선발<br>1-1 추 | 선발<br>4-2 마 | 부         | 1121 | 선발<br>3-3 추 | 선준<br>2-5    | 선발<br>3-3 마 | 광         | 1205 | 선발<br>1-2 마 | 선발<br>2-2 추 | 선발<br>3-3 추 | 우수<br>9-5   | 우수<br>7-5   |
| ⑦ 전장윤 | 부         | 1107 | 우수<br>4-5   | 우수<br>2-6   | 우수<br>3-5   | 광         | 1128 | 우수<br>12-5  | 우수<br>10-2 마 | 우수<br>10-5  | 창         | 0102 | 우수<br>2-2 마 | 우수<br>2-6   | 우수<br>6-3 마 | 우수<br>7-4   | 우수<br>10-4  |

| 선수명   | 상대전적(승/횃수) |     |     |     |     |     |     | 동반입상전적(입상/횃수) |     |     |     |     |     |     | 규칙 위반 점수 |    |    |          |
|-------|------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|---------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----------|----|----|----------|
|       | 박민오        | 류근철 | 김상근 | 이기호 | 하동성 | 박동수 | 전장윤 | 박민오           | 류근철 | 김상근 | 이기호 | 하동성 | 박동수 | 전장윤 | 2회       | 1회 | 금회 | 잔여<br>점수 |
| ① 박민오 |            | 1/1 | 2/2 | 1/3 | 1/3 | 2/2 | 0/0 |               | 0/1 | 0/2 | 1/3 | 0/3 | 0/2 | 0/0 | 0        | 5  | 4  | 41       |
| ② 류근철 | 0/1        |     | 0/0 | 2/6 | 0/0 | 1/1 | 1/2 |               |     | 0/0 | 1/6 | 0/0 | 0/1 | 1/2 | 4        | 5  | 4  | 37       |
| ③ 김상근 | 0/2        | 0/0 |     | 0/0 | 0/1 | 0/0 | 0/0 |               |     |     | 0/0 | 0/1 | 0/0 | 0/0 | 14       | 0  | 17 | 19       |
| ④ 이기호 | 2/3        | 4/6 | 0/0 |     | 2/4 | 0/0 | 1/1 |               |     |     |     | 0/4 | 0/0 | 1/1 | 5        | 18 | 5  | 22       |
| ⑤ 하동성 | 2/3        | 0/0 | 1/1 | 2/4 |     | 1/1 | 0/2 |               |     |     |     |     | 0/1 | 0/2 | 0        | 0  | 0  | 50       |
| ⑥ 박동수 | 0/2        | 0/1 | 0/0 | 0/0 | 0/1 |     | 0/0 |               |     |     |     |     |     | 0/0 | 0        | 0  | 4  | 46       |
| ⑦ 전장윤 | 0/0        | 1/2 | 0/0 | 0/1 | 2/2 | 0/0 |     |               |     |     |     |     |     |     | 4        | 5  | 5  | 36       |

※ ( ) 안의 수치는 승강급 변동 이후 현재 등급 정보임.

선 선행 추 추입 젓 젓히기 마 마크

| 번호<br>선수명<br>(기수/나이) | 기어<br>배수 | 200m<br>기록 | 훈련지  | 승<br>률   | 연<br>대<br>율 | 삼연<br>대율   | 입상/<br>출전<br>일수 | 입상전법     |          |           |          | 등급조정 |    | 최근3회<br>평균득점 |       | 최근3회<br>종합<br>순위 |
|----------------------|----------|------------|------|----------|-------------|------------|-----------------|----------|----------|-----------|----------|------|----|--------------|-------|------------------|
|                      |          |            |      |          |             |            |                 | 선행       | 젓히기      | 추입        | 마크       | 현재   | 이전 | 광명           | 종합    |                  |
| ① 김지훈<br>16기 40세     | 3.93     | 11"72      | 인천   | 0<br>(0) | 0<br>(0)    | 0<br>(0)   | 23/33<br>(0/3)  | 3<br>(0) | 3<br>(0) | 14<br>(0) | 3<br>(0) | A2   | B1 | 93.20        | 91.07 | 256/576          |
| ② 차봉수<br>12기 46세     | 3.92     | 11"71      | 창원성산 | 0<br>(0) | 33<br>(33)  | 67<br>(67) | 32/39<br>(2/3)  | 9<br>(1) | 6<br>(0) | 10<br>(0) | 7<br>(1) | A2   | B1 | 91.06        | 92.90 | 188/576          |
| ③ 정연교<br>16기 41세     | 3.92     | 11"39      | 가평   | 20       | 45          | 66         | 20/31           | 1        | 3        | 7         | 9        | A2   | A2 | 94.10        | 92.61 | 201/576          |
| ④ 강재원<br>15기 48세     | 3.92     | 11"42      | 광주   | 5        | 30          | 52         | 18/29           | 0        | 1        | 7         | 10       | A2   | A2 | 93.81        | 92.40 | 213/576          |
| ⑤ 김계현<br>10기 47세     | 3.92     | 11"51      | 창원B  | 0        | 0           | 33         | 6/49            | 0        | 0        | 1         | 5        | A3   | A3 | 90.06        | 88.82 | 347/576          |
| ⑥ 김지식<br>23기 36세     | 3.92     | 11"83      | 미원   | 0        | 67          | 67         | 11/22           | 1        | 0        | 5         | 5        | A1   | A1 | 94.36        | 95.09 | 114/576          |
| ⑦ 조동우<br>17기 40세     | 3.92     | 11"36      | 부산   | 12       | 36          | 55         | 4/24            | 0        | 0        | 1         | 3        | A3   | A3 | 86.24        | 86.97 | 425/576          |

| 선수명   | 훈련일수 | 훈련동참자 | 훈련내용                                                                              |
|-------|------|-------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| ① 김지훈 | 7    | 문영윤   | 도로에서 오르막 등판훈련과 내리막 훈련을 하였으며, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.                              |
| ② 차봉수 | 4    | 개인    | 지난 주는 피스타에서 긴 거리 뎃쉬훈련과 근력 강화를 위해 웨이트 트레이닝 훈련을 병행하였으며, 이번 주는 피스타에서 경주 적응훈련을 하였습니다. |
| ③ 정연교 | 6    | 김주석   | 피스타에서 333m, 200m 짧은 뎃쉬훈련을 하였고, 이번 주는 경주적응훈련을 하였습니다.                               |
| ④ 강재원 | 7    | 개인    | 도로에서 오르막 등판훈련과 내리막 훈련을 하였으며, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.                              |
| ⑤ 김계현 | 7    | 이진국   | 피스타에서 200m, 333m 인터벌로 스피드를 보강하였으며, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.                        |
| ⑥ 김지식 | 6    | 최종근   | 피스타에서 마크 및 추입전법 향상을 위해 순발력과 회전력을 보강하는 훈련을 실시하였습니다.                                |
| ⑦ 조동우 | 6    | 개인    | 피스타에서 짧은 스타트와 300m 뎃쉬훈련을 병행하여 실시하였습니다.                                            |

| 선수명   | 최근 3회전 성적 |      |             |              |             | 최근 2회전 성적 |      |              |             |             | 최근 1회전 성적 |      |             |             |              | 금회성적         |             |
|-------|-----------|------|-------------|--------------|-------------|-----------|------|--------------|-------------|-------------|-----------|------|-------------|-------------|--------------|--------------|-------------|
|       | 장소        | 날짜   | 1일차         | 2일차          | 3일차         | 장소        | 날짜   | 1일차          | 2일차         | 3일차         | 장소        | 날짜   | 1일차         | 2일차         | 3일차          | 1일차          | 2일차         |
| ① 김지훈 | 부         | 1121 | 선발<br>4-1 추 | 선준<br>4-2 추  | 선결<br>4-7   | 광         | 1205 | 선발<br>3-1 젓  | 선발<br>3-2 마 | 선결<br>5-4   | 창         | 0102 | 우수<br>5-6   | 우수<br>2-4   | 우수<br>1-5    | 우수<br>10-5   | 우수<br>11-4  |
| ② 차봉수 | 부         | 1205 | 선발<br>4-1 추 | 선발<br>3-2 선  | 선결<br>6-1 추 | 광         | 1212 | 선발<br>4-1 추  | 선발<br>2-1 선 | 선결<br>5-1 추 | 창         | 0102 | 우수<br>1-7   | 우수<br>3-3 마 | 우수<br>6-2 선  | 우수<br>7-7    | 우수<br>10-6  |
| ③ 정연교 | 광         | 1031 | 우수<br>7-3 추 | 우준<br>12-4   | 우수<br>10-7  | 창         | 1205 | 우수<br>4-6    | 우수<br>6-4   | 우수<br>2-6   | 광         | 1219 | 우수<br>8-3 추 | 우수<br>6-1 젓 | 우수<br>11-3 마 | 우수<br>9-2 마  | 우수<br>9-3 마 |
| ④ 강재원 | 창         | 1114 | 우수<br>5-1 추 | 우수<br>5-1 추  | 우결<br>6-4   | 광         | 1128 | 우수<br>10-2 마 | 우수<br>6-7   | 우수<br>7-4   | 창         | 1205 | 후 보         | 우수<br>5-6   | 우수<br>6-7    | 우수<br>10-3 추 | 우수<br>11-5  |
| ⑤ 김계현 | 부         | 1212 | 우수<br>1-4   | 우수<br>2-7    | 우수<br>2-4   | 광         | 1219 | 우수<br>7-7    | 우수<br>8-6   | 우수<br>9-5   | 창         | 0109 | 우수<br>5-7   | 우수<br>4-4   | 우수<br>3-3 마  | 우수<br>7-6    | 우수<br>9-5   |
| ⑥ 김지식 | 광         | 1114 | 우수<br>8-1 추 | 우수<br>10-2 추 | 우결<br>12-6  | 광         | 1128 | 후 보          | 후 보         | 우수<br>8-2 마 | 창         | 0102 | 우수<br>5-2 마 | 우수<br>6-2 추 | 우결<br>5-7    | 우수<br>6-2 마  | 우수<br>10-5  |
| ⑦ 조동우 | 광         | 0919 | 우수<br>7-7   | 우수<br>10-7   | 결 장         | 부         | 1212 | 우수<br>1-7    | 우수<br>2-3 마 | 우수<br>4-6   | 광         | 1219 | 우수<br>12-7  | 우수<br>7-7   | 우수<br>9-6    | 우수<br>12-7   | 우수<br>8-5   |

| 선수명   | 상대전적(승/횃수) |     |     |     |     |     |     | 동반입상전적(입상/횃수) |     |     |     |     |     |     | 규칙 위반 점수 |    |    |          |
|-------|------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|---------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----------|----|----|----------|
|       | 김지훈        | 차봉수 | 정연교 | 강재원 | 김계현 | 김지식 | 조동우 | 김지훈           | 차봉수 | 정연교 | 강재원 | 김계현 | 김지식 | 조동우 | 2회       | 1회 | 금회 | 잔여<br>점수 |
| ① 김지훈 |            | 1/4 | 0/1 | 0/1 | 0/0 | 0/2 | 0/0 |               | 1/4 | 0/1 | 0/1 | 0/0 | 0/2 | 0/0 | 46(18)   | 4  | 0  | 28       |
| ② 차봉수 | 3/4        |     | 0/2 | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/0 |               |     | 0/2 | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 5        | 0  | 0  | 45       |
| ③ 정연교 | 1/1        | 2/2 |     | 0/1 | 2/2 | 1/1 | 1/1 |               |     |     | 1/1 | 0/2 | 1/1 | 0/1 | 8        | 0  | 9  | 33       |
| ④ 강재원 | 1/1        | 0/0 | 1/1 |     | 0/0 | 0/0 | 0/0 |               |     |     |     | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 29       | 0  | 4  | 17       |
| ⑤ 김계현 | 0/0        | 0/0 | 0/2 | 0/0 |     | 1/4 | 2/3 |               |     |     |     |     | 0/4 | 0/3 | 25(2)    | 5  | 5  | 38       |
| ⑥ 김지식 | 2/2        | 0/0 | 0/1 | 0/0 | 3/4 |     | 0/0 |               |     |     |     |     |     | 0/0 | 0        | 30 | 12 | 8        |
| ⑦ 조동우 | 0/0        | 0/0 | 0/1 | 0/0 | 1/3 | 0/0 |     |               |     |     |     |     |     |     | 5        | 2  | 0  | 43       |

※ ( ) 안의 수치는 승강급 변동 이후 현재 등급 정보임.

선 선행 추 추입 젓 젓히기 마 마크



| 번호<br>선수명<br>(기수/나이) | 기어<br>배수 | 200m<br>기록 | 훈련지 | 승<br>률   | 연<br>대<br>율 | 삼연<br>대율  | 입상/<br>출전<br>일수 | 입상전법     |          |          |          | 등급조정 |    | 최근3회<br>평균득점 |       | 최근3회<br>종합<br>순위 |
|----------------------|----------|------------|-----|----------|-------------|-----------|-----------------|----------|----------|----------|----------|------|----|--------------|-------|------------------|
|                      |          |            |     |          |             |           |                 | 선행       | 젓하기      | 추입       | 마크       | 현재   | 이전 | 광명           | 종합    |                  |
| ① 김우영<br>25기 34세     | 3.92     | 11"28      | 수성  | 0<br>(0) | 0<br>(0)    | 12<br>(0) | 6/47<br>(0/0)   | 0<br>(0) | 2<br>(0) | 1<br>(0) | 3<br>(0) | A2   | S3 | 92.67        | 92.67 | 199/576          |
| ② 문영윤<br>14기 43세     | 3.93     | 11"64      | 인천  | 33       | 67          | 67        | 16/27           | 2        | 3        | 6        | 5        | A1   | A1 | 93.18        | 93.59 | 164/576          |
| ③ 공태욱<br>21기 36세     | 3.92     | 11"67      | 김해B | 0        | 0           | 67        | 12/27           | 0        | 0        | 2        | 10       | A2   | A3 | 91.06        | 91.16 | 253/576          |
| ④ 김영진<br>20기 36세     | 3.92     | 11"47      | 미원  | 0        | 33          | 67        | 8/33            | 0        | 0        | 0        | 8        | A2   | A3 | 92.11        | 92.11 | 220/576          |
| ⑤ 최창훈<br>19기 40세     | 3.92     | 11"30      | 인천  | 0        | 0           | 0         | 6/26            | 0        | 0        | 1        | 5        | A3   | A2 | 90.17        | 90.17 | 293/576          |
| ⑥ 송경방<br>13기 44세     | 3.92     | 11"51      | 동광주 | 0<br>(0) | 0<br>(0)    | 0<br>(0)  | 23/33<br>(0/3)  | 3<br>(0) | 6<br>(0) | 9<br>(0) | 5<br>(0) | A3   | B1 | 90.28        | 89.64 | 311/576          |
| ⑦ 손진철<br>13기 44세     | 3.92     | 11"38      | 월평  | 9        | 19          | 32        | 6/45            | 0        | 0        | 1        | 5        | A3   | A3 | 88.32        | 88.32 | 372/576          |

| 선수명   | 훈련일수 | 훈련동참자 | 훈련내용                                                       |
|-------|------|-------|------------------------------------------------------------|
| ① 김우영 | 3    | 류재열   | 도로에서 오르막 등판훈련과 내리막 훈련을 하였으며, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.       |
| ② 문영윤 | 8    | 양희천   | 피스타에서 200m, 333m 인터벌로 스피드를 보강하였으며, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다. |
| ③ 공태욱 | 8    | 박용범   | 피스타에서 짧은 스타트와 300m 뎡쉬훈련을 병행하여 실시하였습니다.                     |
| ④ 김영진 | 3    | 최종근   | 도로에서 오르막 등판훈련과 내리막 훈련을 하였으며, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.       |
| ⑤ 최창훈 | 5    | 개인    | 도로에서 오르막 등판훈련과 내리막 훈련을 하였으며, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.       |
| ⑥ 송경방 | 5    | 개인    | 도로에서 가벼운 기어로 컨디션 조절에 집중하였고, 실내에서 롤러훈련을 하였습니다.              |
| ⑦ 손진철 | 5    | 고재필   | 도로에서 오르막 등판훈련과 내리막 훈련을 하였으며, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.       |

| 선수명   | 최근 3회전 성적 |      |              |              |              | 최근 2회전 성적 |      |             |              |             | 최근 1회전 성적 |      |            |             |             | 금회성적         |              |
|-------|-----------|------|--------------|--------------|--------------|-----------|------|-------------|--------------|-------------|-----------|------|------------|-------------|-------------|--------------|--------------|
|       | 장소        | 날짜   | 1일차          | 2일차          | 3일차          | 장소        | 날짜   | 1일차         | 2일차          | 3일차         | 장소        | 날짜   | 1일차        | 2일차         | 3일차         | 1일차          | 2일차          |
| ① 김우영 | 광         | 1212 | 특선<br>15-7   | 특선<br>16-7   | 특선<br>15-3 마 | 광         | 1219 | 특선<br>16-7  | 특선<br>14-7   | 특선<br>14-5  | 광         | 1226 | 후 보        | 특선<br>8-5   | 특선<br>4-7   | 우수<br>9-4    | 우수<br>8-1 젓  |
| ② 문영윤 | 광         | 1107 | 우수<br>9-1 추  | 우수<br>6-4    | 우결<br>12-7   | 창         | 1121 | 우수<br>2-3 마 | 우수<br>1-4    | 우수<br>5-1 젓 | 광         | 0102 | 우수<br>8-7  | 우수<br>6-1 추 | 우수<br>9-2 추 | 우수<br>12-2 선 | 우수<br>9-4    |
| ③ 공태욱 | 광         | 1121 | 우수<br>12-2 마 | 우수<br>11-6   | 우수<br>11-6   | 부         | 1212 | 우수<br>4-3 추 | 우수<br>1-7    | 우수<br>5-3 마 | 창         | 0102 | 우수<br>3-4  | 우수<br>5-3 마 | 우수<br>2-3 마 | 우수<br>11-5   | 우수<br>11-2 마 |
| ④ 김영진 | 광         | 1121 | 우수<br>10-7   | 우수<br>11-3 마 | 우수<br>10-3 마 | 광         | 1205 | 우수<br>7-2 마 | 우수<br>11-2 마 | 우수<br>7-4   | 광         | 0109 | 우수<br>10-7 | 우수<br>7-2 마 | 우수<br>7-3 마 | 우수<br>8-3 마  | 우수<br>8-7    |
| ⑤ 최창훈 | 광         | 1121 | 우수<br>12-5   | 우수<br>6-2 마  | 우수<br>7-3 마  | 광         | 1212 | 우수<br>9-3 마 | 우수<br>6-5    | 우수<br>8-4   | 광         | 0102 | 우수<br>11-7 | 우수<br>8-7   | 우수<br>6-6   | 우수<br>11-7   | 우수<br>12-7   |
| ⑥ 송경방 | 부         | 1121 | 선발<br>2-5    | 선발<br>5-1 추  | 선발<br>5-1 추  | 광         | 1205 | 선발<br>3-2 추 | 선발<br>5-1 추  | 선발<br>1-1 젓 | 창         | 0109 | 우수<br>5-6  | 우수<br>2-5   | 우수<br>4-5   | 우수<br>12-4   | 우수<br>9-6    |
| ⑦ 손진철 | 광         | 1107 | 우수<br>9-5    | 우수<br>12-6   | 우수<br>9-7    | 광         | 1121 | 우수<br>7-7   | 우수<br>7-6    | 우수<br>7-4   | 광         | 1212 | 우수<br>12-5 | 우수<br>8-5   | 우수<br>10-5  | 우수<br>9-7    | 우수<br>7-4    |

| 선수명   | 상대전적(승/횃수) |     |     |     |     |     |     | 동반입상전적(입상/횃수) |     |     |     |     |     |     | 규칙 위반 점수 |    |    |          |
|-------|------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|---------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----------|----|----|----------|
|       | 김우영        | 문영윤 | 공태욱 | 김영진 | 최창훈 | 송경방 | 손진철 | 김우영           | 문영윤 | 공태욱 | 김영진 | 최창훈 | 송경방 | 손진철 | 2회       | 1회 | 금회 | 잔여<br>점수 |
| ① 김우영 |            | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/0 |               | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0        | 0  | 5  | 45       |
| ② 문영윤 | 0/0        |     | 1/1 | 0/0 | 0/0 | 1/1 | 3/3 |               |     | 0/1 | 0/0 | 0/0 | 0/1 | 0/3 | 0        | 9  | 0  | 41       |
| ③ 공태욱 | 0/0        | 0/1 |     | 1/2 | 2/2 | 0/1 | 0/0 |               |     |     | 0/2 | 0/2 | 0/1 | 0/0 | 10       | 8  | 20 | 12       |
| ④ 김영진 | 0/0        | 0/0 | 1/2 |     | 1/1 | 0/0 | 0/0 |               |     |     |     | 0/1 | 0/0 | 0/0 | 10       | 4  | 0  | 36       |
| ⑤ 최창훈 | 0/0        | 0/0 | 0/2 | 0/1 |     | 1/1 | 1/1 |               |     |     |     |     | 0/1 | 0/1 | 24 (1)   | 4  | 0  | 45       |
| ⑥ 송경방 | 0/0        | 0/1 | 1/1 | 0/0 | 0/1 |     | 0/0 |               |     |     |     |     |     | 0/0 | 8        | 9  | 0  | 33       |
| ⑦ 손진철 | 0/0        | 0/3 | 0/0 | 0/0 | 0/1 | 0/0 |     |               |     |     |     |     |     |     | 0        | 4  | 0  | 46       |

※ ( ) 안의 수치는 승강급 변동 이후 현재 등급 정보임.

선 선행 추 추입 젓 젓하기 마 마크

| 번호<br>선수명<br>(기수/나이) | 기어<br>배수 | 200m<br>기록 | 훈련지  | 승<br>률   | 연<br>대<br>율 | 삼연<br>대율  | 입상/<br>출전<br>일수 | 입상전법     |          |          |           | 등급조정 |    | 최근3회<br>평균득점 |       | 최근3회<br>종합<br>순위 |
|----------------------|----------|------------|------|----------|-------------|-----------|-----------------|----------|----------|----------|-----------|------|----|--------------|-------|------------------|
|                      |          |            |      |          |             |           |                 | 선행       | 젓히기      | 추입       | 마크        | 현재   | 이전 | 광명           | 종합    |                  |
| ① 송정욱<br>28기 26세     | 3.93     | 11"40      | 동서울  | 10       | 41          | 57        | 14/24           | 4        | 3        | 4        | 3         | A2   | A2 | 91.73        | 92.42 | 210/576          |
| ② 최해용<br>12기 47세     | 3.92     | 11"41      | 부산   | 0        | 0           | 0         | 15/29           | 0        | 1        | 9        | 5         | A3   | A3 | 93.66        | 90.36 | 286/576          |
| ③ 김태형<br>30기 26세     | 3.93     |            | 동서울  | 0        | 0           | 0         | 0/0             | 0        | 0        | 0        | 0         | A3   |    | 89.74        | 89.74 | 304/576          |
| ④ 김용태<br>22기 36세     | 3.92     | 11"53      | 경기개인 | 0        | 33          | 33        | 5/27            | 0        | 1        | 2        | 2         | A2   | A2 | 92.30        | 91.61 | 235/576          |
| ⑤ 신동인<br>29기 32세     | 3.92     | 11"40      | 김포   | 0        | 0           | 0         | 15/30           | 8        | 4        | 3        | 0         | A2   | A1 | 91.45        | 91.45 | 241/576          |
| ⑥ 김경갑<br>10기 48세     | 3.92     | 11"45      | 김해A  | 33       | 33          | 33        | 14/30           | 0        | 0        | 4        | 10        | A1   | A2 | 93.26        | 93.90 | 151/576          |
| ⑦ 김경록<br>10기 47세     | 3.92     | 11"46      | 부산   | 5<br>(0) | 27<br>(0)   | 38<br>(0) | 20/26<br>(0/0)  | 0<br>(0) | 1<br>(0) | 6<br>(0) | 13<br>(0) | A3   | B1 | 88.43        | 89.34 | 322/576          |

| 선수명   | 훈련일수 | 훈련동참자 | 훈련내용                                                                              |
|-------|------|-------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| ① 송정욱 | 6    | 임재연   | 웨이트 트레이닝으로 근력 보강에 중점을 두었고, 피스타에서 순발력 보강을 위해 짧은 댕쉬훈련을 하였습니다.                       |
| ② 최해용 | 6    | 개인    | 도로에서 오르막 등판훈련과 내리막 훈련을 하였으며, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.                              |
| ③ 김태형 | 5    | 김태완   | 피스타에서 짧은 거리 댕쉬를 중점으로 순발력 보강을 하였습니다.                                               |
| ④ 김용태 | 8    | 김도완   | 도로에서 긴 거리 평지 댕쉬훈련으로 근지구력을 강화하였고, 내리막에서 짧은거리 댕쉬훈련으로 스피드를 보강하였습니다.                  |
| ⑤ 신동인 | 3    | 공태민   | 지난 주는 피스타에서 긴 거리 댕쉬훈련과 근력 강화를 위해 웨이트 트레이닝 훈련을 병행하였으며, 이번 주는 피스타에서 경주 적응훈련을 하였습니다. |
| ⑥ 김경갑 | 6    | 개인    | 도로에서 오르막 등판훈련과 내리막 훈련을 하였으며, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.                              |
| ⑦ 김경록 | 6    | 채평주   | 피스타에서 마크 및 추입전법 향상을 위해 순발력과 회전력을 보강하는 훈련을 실시하였습니다.                                |

| 선수명   | 최근 3회전 성적 |      |                           |                           |                           | 최근 2회전 성적 |      |                          |                           |                           | 최근 1회전 성적 |      |                          |                          |                          | 금회성적                      |                           |
|-------|-----------|------|---------------------------|---------------------------|---------------------------|-----------|------|--------------------------|---------------------------|---------------------------|-----------|------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|---------------------------|---------------------------|
|       | 장소        | 날짜   | 1일차                       | 2일차                       | 3일차                       | 장소        | 날짜   | 1일차                      | 2일차                       | 3일차                       | 장소        | 날짜   | 1일차                      | 2일차                      | 3일차                      | 1일차                       | 2일차                       |
| ① 송정욱 | 광         | 1114 | 우수<br>11-4                | 우수<br>11-3 <span>선</span> | 우수<br>11-6                | 광         | 1205 | 우수<br>12-5               | 우수<br>11-3 <span>추</span> | 우수<br>11-2 <span>마</span> | 창         | 1219 | 우수<br>2-4                | 우수<br>4-2 <span>추</span> | 우수<br>6-2 <span>선</span> | 우수<br>6-7                 | 우수<br>12-5                |
| ② 최해용 | 창         | 1205 | 우수<br>5-7                 | 결 장                       | 결 장                       | 부         | 1212 | 우수<br>3-2 <span>마</span> | 우수<br>3-2 <span>마</span>  | 우수<br>1-7                 | 창         | 0102 | 우수<br>2-4                | 우수<br>4-6                | 우수<br>4-5                | 우수<br>6-3 <span>마</span>  | 우수<br>6-2 <span>선</span>  |
| ③ 김태형 |           |      |                           |                           |                           |           |      |                          |                           |                           |           |      | 첫                        | 출                        | 전                        | 우수<br>11-3 <span>선</span> | 우수<br>11-3 <span>선</span> |
| ④ 김용태 | 광         | 1114 | 우수<br>12-4                | 우수<br>6-4                 | 우수<br>11-1 <span>추</span> | 부         | 1212 | 우수<br>6-6                | 우수<br>5-5                 | 우수<br>1-1 <span>젓</span>  | 창         | 0102 | 우수<br>3-5                | 우수<br>4-7                | 우수<br>1-2 <span>마</span> | 우수<br>12-5                | 우수<br>6-6                 |
| ⑤ 신동인 | 광         | 1114 | 우수<br>11-1 <span>선</span> | 우수<br>8-4                 | 우결<br>12-7                | 광         | 1205 | 우수<br>7-7                | 우수<br>8-1 <span>추</span>  | 우수<br>11-1 <span>추</span> | 광         | 0102 | 우수<br>12-7               | 우수<br>12-4               | 우수<br>7-7                | 우수<br>7-3 <span>마</span>  | 우수<br>8-6                 |
| ⑥ 김경갑 | 광         | 1128 | 우수<br>6-3 <span>마</span>  | 우수<br>8-4                 | 우수<br>8-3 <span>마</span>  | 광         | 1219 | 우수<br>6-1 <span>추</span> | 우수<br>6-4                 | 우결<br>12-5                | 창         | 0102 | 우수<br>1-1 <span>추</span> | 우수<br>4-5                | 우결<br>5-6                | 우수<br>10-6                | 우수<br>6-4                 |
| ⑦ 김경록 | 광         | 1128 | 선발<br>1-2 <span>추</span>  | 선발<br>5-4                 | 선결<br>5-4                 | 부         | 1205 | 선발<br>6-2 <span>마</span> | 선발<br>6-3 <span>마</span>  | 선발<br>3-2 <span>마</span>  | 광         | 1219 | 선발<br>2-3 <span>마</span> | 선발<br>5-2 <span>마</span> | 선발<br>2-1 <span>추</span> | 우수<br>8-5                 | 우수<br>7-6                 |

| 선수명   | 상대전적(승/횃수) |     |     |     |     |     |     | 동반입상전적(입상/횃수) |     |     |     |     |     |     | 규칙 위반 점수 |    |    |          |
|-------|------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|---------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----------|----|----|----------|
|       | 송정욱        | 최해용 | 김태형 | 김용태 | 신동인 | 김경갑 | 김경록 | 송정욱           | 최해용 | 김태형 | 김용태 | 신동인 | 김경갑 | 김경록 | 2회       | 1회 | 금회 | 잔여<br>점수 |
| ① 송정욱 |            | 0/0 | 0/0 | 2/4 | 0/2 | 2/2 | 3/3 |               | 0/0 | 0/0 | 0/4 | 1/2 | 0/2 | 0/3 | 0        | 0  | 2  | 48       |
| ② 최해용 | 0/0        |     | 0/0 | 1/2 | 1/1 | 1/3 | 0/0 |               |     | 0/0 | 0/2 | 0/1 | 1/3 | 0/0 | 4        | 0  | 8  | 38       |
| ③ 김태형 | 0/0        | 0/0 |     | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/0 |               |     |     | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0        | 0  | 0  | 50       |
| ④ 김용태 | 2/4        | 1/2 | 0/0 |     | 0/1 | 0/2 | 0/0 |               |     |     |     | 0/1 | 0/2 | 0/0 | 8        | 2  | 4  | 36       |
| ⑤ 신동인 | 2/2        | 0/1 | 0/0 | 1/1 |     | 0/1 | 0/0 |               |     |     |     |     | 0/1 | 0/0 | 17       | 5  | 5  | 23       |
| ⑥ 김경갑 | 0/2        | 2/3 | 0/0 | 2/2 | 1/1 |     | 2/2 |               |     |     |     |     | 0/2 |     | 14       | 0  | 18 | 18       |
| ⑦ 김경록 | 0/3        | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/2 |     |               |     |     |     |     |     |     | 0        | 9  | 0  | 41       |

※ ( ) 안의 수치는 승강급 변동 이후 현재 등급 정보임.

선 선행 추 추입 젓 젓히기 마 마크

| 번호<br>선수명<br>(기수/나이) | 기어<br>배수 | 200m<br>기록 | 훈련지 | 승<br>률   | 연<br>대<br>율 | 삼연<br>대율 | 입상/<br>출전<br>일수 | 입상전법     |          |          |          | 등급조정 |    | 최근3회<br>평균득점 |       | 최근3회<br>종합<br>순위 |
|----------------------|----------|------------|-----|----------|-------------|----------|-----------------|----------|----------|----------|----------|------|----|--------------|-------|------------------|
|                      |          |            |     |          |             |          |                 | 선행       | 젓히기      | 추입       | 마크       | 현재   | 이전 | 광명           | 종합    |                  |
| ① 유연우<br>28기 28세     | 3.93     | 11"20      | 가평  | 33       | 67          | 67       | 15/25           | 7        | 4        | 2        | 2        | A1   | A2 | 94.79        | 94.58 | 128/576          |
| ② 이성민<br>22기 36세     | 3.92     | 11"10      | 동서울 | 28       | 44          | 59       | 26/39           | 2        | 11       | 8        | 5        | A2   | A2 | 93.07        | 93.18 | 175/576          |
| ③ 이진국<br>12기 46세     | 3.92     | 11"54      | 창원B | 33       | 33          | 67       | 16/29           | 1        | 1        | 1        | 13       | A2   | A3 | 91.24        | 90.83 | 268/576          |
| ④ 최병길<br>7기 48세      | 3.92     | 11"23      | 동광주 | 0<br>(0) | 0<br>(0)    | 0<br>(0) | 15/33<br>(0/3)  | 4<br>(0) | 4<br>(0) | 3<br>(0) | 4<br>(0) | A3   | B1 | 86.78        | 88.59 | 358/576          |
| ⑤ 박일호<br>10기 52세     | 3.92     | 11"81      | 구미  | 0        | 0           | 0        | 10/24           | 0        | 1        | 3        | 6        | A3   | A2 | 92.01        | 89.75 | 303/576          |
| ⑥ 여민호<br>5기 54세      | 3.92     | 11"77      | 창원A | 0        | 7           | 27       | 12/36           | 0        | 0        | 3        | 9        | A2   | A2 | 91.21        | 90.91 | 262/576          |
| ⑦ 김근영<br>11기 45세     | 3.92     | 11"64      | 청평  | 0        | 0           | 0        | 12/26           | 0        | 0        | 0        | 12       | A2   | A2 | 92.68        | 91.46 | 239/576          |

| 선수명   | 훈련일수 | 훈련동참자 | 훈련내용                                                                              |
|-------|------|-------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| ① 유연우 | 5    | 김주석   | 지난 주는 피스타에서 긴 거리 댕쉬훈련과 근력 강화를 위해 웨이트 트레이닝 훈련을 병행하였으며, 이번 주는 피스타에서 경주 적응훈련을 하였습니다. |
| ② 이성민 | 8    | 김태완   | 도로에서 내리막훈련으로 스피드를 보강했으며 피스타에선 경주운영능력을 보강하기위해 500m 전술훈련을 실시 하였습니다.                 |
| ③ 이진국 | 7    | 박종열   | 도로에서 오르막 등판훈련과 내리막 훈련을 하였으며, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.                              |
| ④ 최병길 | 6    | 개인    | 도로에서 오르막 등판훈련과 내리막 훈련을 하였으며, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.                              |
| ⑤ 박일호 | 5    | 개인    | 도로에서 오르막 등판훈련과 내리막 훈련을 하였으며, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.                              |
| ⑥ 여민호 | 6    | 주효진   | 피스타에서 200m, 333m 인터벌로 스피드를 보강하였으며, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.                        |
| ⑦ 김근영 | 6    | 이우정   | 도로에서 오르막 등판훈련과 내리막 훈련을 하였으며, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.                              |

| 선수명   | 최근 3회전 성적 |      |                          |                           |                           | 최근 2회전 성적 |      |                           |                           |                          | 최근 1회전 성적 |      |                          |                          |            | 금회성적                      |                           |
|-------|-----------|------|--------------------------|---------------------------|---------------------------|-----------|------|---------------------------|---------------------------|--------------------------|-----------|------|--------------------------|--------------------------|------------|---------------------------|---------------------------|
|       | 장소        | 날짜   | 1일차                      | 2일차                       | 3일차                       | 장소        | 날짜   | 1일차                       | 2일차                       | 3일차                      | 장소        | 날짜   | 1일차                      | 2일차                      | 3일차        | 1일차                       | 2일차                       |
| ① 유연우 | 광         | 1128 | 우수<br>9-1 <span>선</span> | 우수<br>12-3 <span>마</span> | 우결<br>12-6                | 창         | 1205 | 우수<br>1-6                 | 우수<br>5-3 <span>선</span>  | 우수<br>6-4                | 광         | 0102 | 우수<br>7-1 <span>선</span> | 우수<br>9-2 <span>마</span> | 우결<br>12-5 | 우수<br>11-2 <span>마</span> | 우수<br>8-2 <span>선</span>  |
| ② 이성민 | 광         | 1128 | 우수<br>9-5                | 우수<br>8-2 <span>젓</span>  | 우수<br>10-1 <span>추</span> | 창         | 1205 | 우수<br>4-4                 | 우준<br>2-3 <span>마</span>  | 우수<br>3-4                | 광         | 1226 | 특선<br>14-7               | 특선<br>4-7                | 특선<br>4-6  | 우수<br>8-2 <span>추</span>  | 우수<br>6-1 <span>젓</span>  |
| ③ 이진국 | 부         | 1107 | 우수<br>6-7                | 우수<br>6-7                 | 우수<br>6-2 <span>선</span>  | 창         | 1121 | 우수<br>1-4                 | 우수<br>6-7                 | 우수<br>3-3 <span>젓</span> | 창         | 0102 | 우수<br>4-3 <span>마</span> | 우수<br>3-1 <span>추</span> | 우수<br>2-4  | 우수<br>12-3 <span>마</span> | 우수<br>12-2 <span>마</span> |
| ④ 최병길 | 부         | 1121 | 선발<br>6-3 <span>마</span> | 선준<br>4-5                 | 선발<br>5-4                 | 광         | 1212 | 선발<br>3-3 <span>젓</span>  | 선발<br>5-2 <span>선</span>  | 선발<br>1-1 <span>젓</span> | 창         | 0102 | 우수<br>1-6                | 우수<br>6-5                | 우수<br>2-7  | 우수<br>6-5                 | 우수<br>10-7                |
| ⑤ 박일호 | 광         | 1031 | 우수<br>7-6                | 우수<br>8-6                 | 우수<br>10-6                | 창         | 1121 | 우수<br>5-4                 | 우수<br>4-3 <span>마</span>  | 우수<br>2-4                | 창         | 0102 | 우수<br>3-6                | 우수<br>5-6                | 우수<br>1-4  | 우수<br>9-6                 | 우수<br>8-4                 |
| ⑥ 여민호 | 광         | 1107 | 우수<br>8-4                | 우수<br>8-5                 | 우수<br>6-3 <span>마</span>  | 광         | 1121 | 우수<br>10-2 <span>추</span> | 우수<br>6-5                 | 우수<br>8-6                | 부         | 1212 | 우수<br>4-4                | 우수<br>5-4                | 우수<br>5-5  | 우수<br>8-7                 | 우수<br>6-5                 |
| ⑦ 김근영 | 광         | 1205 | 우수<br>9-4                | 우수<br>6-2 <span>마</span>  | 우수<br>7-3 <span>마</span>  | 광         | 1212 | 우수<br>8-4                 | 우수<br>11-3 <span>마</span> | 우수<br>6-6                | 창         | 0102 | 우수<br>6-6                | 우수<br>2실격                | 결 장        | 우수<br>12-6                | 우수<br>10-3 <span>마</span> |

| 선수명   | 상대전적(승/횃수) |     |     |     |     |     |     | 동반입상전적(입상/횃수) |     |     |     |     |     |     | 규칙 위반 점수 |    |    |          |
|-------|------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|---------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----------|----|----|----------|
|       | 유연우        | 이성민 | 이진국 | 최병길 | 박일호 | 여민호 | 김근영 | 유연우           | 이성민 | 이진국 | 최병길 | 박일호 | 여민호 | 김근영 | 2회       | 1회 | 금회 | 잔여<br>점수 |
| ① 유연우 |            | 1/1 | 1/2 | 0/0 | 2/2 | 1/1 | 2/2 |               | 0/1 | 2/2 | 0/0 | 0/2 | 1/1 | 0/2 | 5        | 20 | 15 | 10       |
| ② 이성민 | 0/1        |     | 2/3 | 0/0 | 1/1 | 1/1 | 2/2 |               |     | 0/3 | 0/0 | 0/1 | 0/1 | 1/2 | 0        | 5  | 5  | 40       |
| ③ 이진국 | 1/2        | 1/3 |     | 1/1 | 0/2 | 1/2 | 1/1 |               |     |     | 0/1 | 0/2 | 0/2 | 0/1 | 13       | 0  | 15 | 22       |
| ④ 최병길 | 0/0        | 0/0 | 0/1 |     | 0/0 | 0/0 | 0/0 |               |     |     |     | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 5        | 0  | 5  | 40       |
| ⑤ 박일호 | 0/2        | 0/1 | 2/2 | 0/0 |     | 2/2 | 2/2 |               |     |     |     |     | 0/2 | 0/2 | 0        | 37 | 15 | 48       |
| ⑥ 여민호 | 0/1        | 0/1 | 1/2 | 0/0 | 0/2 |     | 0/0 |               |     |     |     |     |     | 0/0 | 5        | 0  | 0  | 45       |
| ⑦ 김근영 | 0/2        | 0/2 | 0/1 | 0/0 | 0/2 | 0/0 |     |               |     |     |     |     |     |     | 4        | 5  | 15 | 26       |

※ ( ) 안의 수치는 승강급 변동 이후 현재 등급 정보임.

선 선행 추 추입 젓 젓히기 마 마크

| 번호<br>선수명<br>(기수/나이) | 기어<br>배수 | 200m<br>기록 | 훈련지  | 승<br>률    | 연<br>대<br>율 | 삼연<br>대율  | 입상/<br>출전<br>일수 | 입상전법     |          |          |          | 등급조정 |    | 최근3회<br>평균득점 |       | 최근3회<br>종합<br>순위 |
|----------------------|----------|------------|------|-----------|-------------|-----------|-----------------|----------|----------|----------|----------|------|----|--------------|-------|------------------|
|                      |          |            |      |           |             |           |                 | 선행       | 젓히기      | 추입       | 마크       | 현재   | 이전 | 광명           | 종합    |                  |
| ① 이차현<br>27기 30세     | 3.93     | 10"89      | 서울개인 | 23<br>(0) | 35<br>(0)   | 49<br>(0) | 2/23<br>(0/0)   | 0<br>(0) | 0<br>(0) | 0<br>(0) | 2<br>(0) | A2   | S3 | 93.15        | 93.15 | 177/576          |
| ② 김시후<br>20기 38세     | 3.92     | 10"75      | 청평   | 13        | 21          | 36        | 19/30           | 6        | 2        | 7        | 4        | A2   | A2 | 93.60        | 93.08 | 180/576          |
| ③ 구본광<br>27기 27세     | 3.92     | 10"83      | 청평   | 2<br>(0)  | 19<br>(0)   | 46<br>(0) | 10/30<br>(0/0)  | 0<br>(0) | 4<br>(0) | 0<br>(0) | 6<br>(0) | A1   | S3 | 96.35        | 96.35 | 73/576           |
| ④ 조봉철<br>14기 47세     | 3.93     | 11"72      | 진주   | 67        | 100         | 100       | 22/32           | 15       | 3        | 3        | 1        | A1   | A2 | 92.42        | 93.98 | 147/576          |
| ⑤ 김준철<br>28기 30세     | 3.93     | 10"81      | 청주   | 37<br>(0) | 44<br>(0)   | 49<br>(0) | 6/33<br>(0/0)   | 1<br>(0) | 1<br>(0) | 1<br>(0) | 3<br>(0) | A1   | S2 | 97.34        | 97.34 | 56/576           |
| ⑥ 배민구<br>12기 44세     | 3.92     | 10"84      | 금정   | 23<br>(0) | 34<br>(0)   | 45<br>(0) | 0/30<br>(0/0)   | 0<br>(0) | 0<br>(0) | 0<br>(0) | 0<br>(0) | A2   | S3 | 93.29        | 93.29 | 173/576          |
| ⑦ 김태완<br>29기 30세     | 3.93     | 11"21      | 동서울  | 36        | 66          | 80        | 32/36           | 23       | 4        | 3        | 2        | A1   | A1 | 94.79        | 96.66 | 67/576           |

| 선수명   | 훈련일수 | 훈련동참자 | 훈련내용                                                                              |
|-------|------|-------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| ① 이차현 | 4    | 김태범   | 피스타에서 200m, 333m 인터벌로 스피드를 보강하였으며, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.                        |
| ② 김시후 | 7    | 개인    | 도로에서 오르막 등판훈련과 내리막 훈련을 하였으며, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.                              |
| ③ 구본광 | 3    | 손재우   | 지난 주는 피스타에서 긴 거리 댕쉬훈련과 근력 강화를 위해 웨이트 트레이닝 훈련을 병행하였으며, 이번 주는 피스타에서 경주 적응훈련을 하였습니다. |
| ④ 조봉철 | 4    | 김경태   | 피스타에서 333m, 500m 댕쉬훈련으로 선행력 보강을 하였으며, 도로에서 내리막 및 등판훈련으로 스피드와 근력을 강화하였습니다.         |
| ⑤ 김준철 | 7    | 양승원   | 도로에서 긴 거리 평지 댕쉬훈련으로 근지구력을 강화하였고, 내리막에서 짧은거리 댕쉬훈련으로 스피드를 보강하였습니다.                  |
| ⑥ 배민구 | 7    | 박철성   | 도로에서 오르막 등판훈련과 내리막 훈련을 하였으며, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.                              |
| ⑦ 김태완 | 4    | 김정우   | 피스타에서 짧은 스타트와 300m 댕쉬훈련을 병행하여 실시하였습니다.                                            |

| 선수명   | 최근 3회전 성적 |      |              |             |              | 최근 2회전 성적 |      |              |              |              | 최근 1회전 성적 |      |              |             |              | 금회성적         |              |
|-------|-----------|------|--------------|-------------|--------------|-----------|------|--------------|--------------|--------------|-----------|------|--------------|-------------|--------------|--------------|--------------|
|       | 장소        | 날짜   | 1일차          | 2일차         | 3일차          | 장소        | 날짜   | 1일차          | 2일차          | 3일차          | 장소        | 날짜   | 1일차          | 2일차         | 3일차          | 1일차          | 2일차          |
| ① 이차현 | 광         | 1205 | 특선<br>14-7   | 특선<br>15-6  | 특선<br>14-6   | 광         | 1219 | 특선<br>15-4   | 특선<br>13-7   | 특선<br>14-7   | 광         | 1226 | 특선<br>3-4    | 특선<br>7-4   | 특선<br>11-6   | 우수<br>6-1 추  | 우수<br>11-1 추 |
| ② 김시후 | 광         | 1114 | 후 보          | 우수<br>8-3 선 | 우수<br>10-3 선 | 창         | 1205 | 우수<br>4-2 마  | 우준<br>2-5    | 우수<br>1-7    | 광         | 1226 | 특선<br>16-7   | 특선<br>5-3 마 | 특선<br>2-6    | 우수<br>8-1 추  | 우수<br>10-2 젓 |
| ③ 구본광 | 광         | 1128 | 특선<br>16-3 마 | 특선<br>15-5  | 특선<br>13-7   | 광         | 1219 | 특선<br>15-2 마 | 특선<br>14-3 젓 | 특결<br>16-7   | 광         | 1226 | 특선<br>12-3 마 | 특선<br>8-3 젓 | 특선<br>7-7    | 우수<br>10-1 추 | 우수<br>9-1 선  |
| ④ 조봉철 | 부         | 1128 | 우수<br>1-1 선  | 우수<br>3-2 추 | 우결<br>6-6    | 창         | 1205 | 우수<br>6-6    | 우수<br>6-7    | 우수<br>5-7    | 창         | 0102 | 우수<br>5-1 선  | 우수<br>1-2 선 | 우결<br>5-1 선  | 우수<br>9-1 선  | 우수<br>12-1 선 |
| ⑤ 김준철 | 광         | 1212 | 특선<br>16-7   | 특선<br>13-6  | 특선<br>13-7   | 광         | 1219 | 특선<br>13-6   | 특선<br>15-5   | 특선<br>15-1 추 | 광         | 1226 | 특선<br>15-1 젓 | 준결<br>13-4  | 특우<br>13-3 마 | 우수<br>7-1 젓  | 우수<br>12-3 젓 |
| ⑥ 배민구 | 광         | 1205 | 특선<br>16-7   | 특선<br>13낙차  | 특선<br>14-7   | 광         | 1219 | 특선<br>14-6   | 특선<br>16-6   | 특선<br>13-5   | 광         | 1226 | 특선<br>13-5   | 특선<br>8-4   | 특선<br>5-4    | 우수<br>11-1 추 | 우수<br>10-1 추 |
| ⑦ 김태완 | 창         | 1205 | 우수<br>1-3 선  | 우준<br>2-7   | 우수<br>6-1 선  | 광         | 1212 | 우수<br>7-2 선  | 우수<br>12-2 선 | 우수<br>11-1 선 | 광         | 1226 | 특선<br>7-3 마  | 특선<br>6-2 젓 | 특선<br>1-2 선  | 우수<br>12-1 선 | 우수<br>7-1 젓  |

| 선수명   | 상대전적(승/횡수) |     |     |     |     |     |     | 동반입상전적(입상/횡수) |     |     |     |     |     |     | 규칙 위반 점수 |    |    |          |
|-------|------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|---------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----------|----|----|----------|
|       | 이차현        | 김시후 | 구본광 | 조봉철 | 김준철 | 배민구 | 김태완 | 이차현           | 김시후 | 구본광 | 조봉철 | 김준철 | 배민구 | 김태완 | 2회       | 1회 | 금회 | 잔여<br>점수 |
| ① 이차현 |            | 0/0 | 0/2 | 0/0 | 2/3 | 2/2 | 0/0 |               | 0/0 | 0/2 | 0/0 | 0/3 | 0/2 | 0/0 | 5        | 0  | 17 | 28       |
| ② 김시후 | 0/0        |     | 1/3 | 0/1 | 0/0 | 0/0 | 1/1 |               |     | 0/3 | 0/1 | 0/0 | 0/0 | 0/1 | 0        | 0  | 14 | 36       |
| ③ 구본광 | 2/2        | 2/3 |     | 1/1 | 1/3 | 1/1 | 0/0 |               |     |     | 0/1 | 0/3 | 0/1 | 0/0 | 23       | 15 | 8  | 4        |
| ④ 조봉철 | 0/0        | 1/1 | 0/1 |     | 0/0 | 0/0 | 0/0 |               |     |     |     | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0        | 0  | 5  | 45       |
| ⑤ 김준철 | 1/3        | 0/0 | 2/3 | 0/0 |     | 1/3 | 0/0 |               |     |     |     |     | 1/3 | 0/0 | 0        | 5  | 5  | 40       |
| ⑥ 배민구 | 0/2        | 0/0 | 0/1 | 0/0 | 2/3 |     | 0/0 |               |     |     |     |     |     | 0/0 | 5        | 5  | 5  | 35       |
| ⑦ 김태완 | 0/0        | 0/1 | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/0 |     |               |     |     |     |     |     |     | 0        | 20 | 0  | 30       |

※ ( ) 안의 수치는 승강급 변동 이후 현재 등급 정보임.

선 선행 추 추입 젓 젓히기 마 마크

| 번호<br>선수명<br>(기수/나이) | 기어<br>배수 | 200m<br>기록 | 훈련지  | 승<br>률    | 연<br>대<br>율 | 삼연<br>대율   | 입상/<br>출전<br>일수 | 입상전법      |           |          |           | 등급조정 |    | 최근3회<br>평균득점 |        | 최근3회<br>종합<br>순위 |
|----------------------|----------|------------|------|-----------|-------------|------------|-----------------|-----------|-----------|----------|-----------|------|----|--------------|--------|------------------|
|                      |          |            |      |           |             |            |                 | 선행        | 젓히기       | 추입       | 마크        | 현재   | 이전 | 광명           | 종합     |                  |
| ① 김태범<br>25기 33세     | 3.92     | 10"72      | 서울개인 | 21        | 54          | 73         | 29/36           | 18        | 2         | 4        | 5         | S1   | S1 | 103.50       | 103.50 | 8/576            |
| ② 장우준<br>24기 33세     | 3.92     | 11"22      | 부산   | 31<br>(0) | 56<br>(0)   | 65<br>(0)  | 16/21<br>(0/0)  | 0<br>(0)  | 3<br>(0)  | 6<br>(0) | 7<br>(0)  | S2   | A1 | 97.70        | 96.98  | 61/576           |
| ③ 김주호<br>23기 35세     | 3.92     | 10"99      | 동서울  | 33        | 33          | 33         | 19/28           | 4         | 4         | 10       | 1         | S3   | S2 | 96.32        | 96.32  | 75/576           |
| ④ 황정연<br>21기 35세     | 3.92     | 11"14      | 경기양주 | 0<br>(0)  | 0<br>(0)    | 0<br>(0)   | 23/34<br>(0/1)  | 1<br>(0)  | 4<br>(0)  | 8<br>(0) | 10<br>(0) | S3   | A1 | 93.48        | 93.48  | 166/576          |
| ⑤ 이명현<br>16기 42세     | 3.93     | 10"87      | 북광주  | 0<br>(0)  | 0<br>(0)    | 0<br>(0)   | 20/35<br>(0/3)  | 7<br>(0)  | 2<br>(0)  | 8<br>(0) | 3<br>(0)  | S3   | A1 | 93.72        | 91.92  | 224/576          |
| ⑥ 권혁진<br>21기 36세     | 3.92     | 10"96      | 청주   | 0         | 0           | 33         | 23/27           | 0         | 4         | 15       | 4         | S2   | S1 | 98.79        | 98.79  | 34/576           |
| ⑦ 정현수<br>26기 36세     | 3.93     | 10"65      | 신사   | 0<br>(0)  | 0<br>(0)    | 67<br>(67) | 34/39<br>(2/3)  | 16<br>(0) | 11<br>(1) | 7<br>(1) | 0<br>(0)  | S2   | A1 | 97.58        | 97.58  | 51/576           |

| 선수명   | 훈련일수 | 훈련동참자 | 훈련내용                                                                              |
|-------|------|-------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| ① 김태범 | 3    | 이차현   | 도로에서 오르막 등판훈련과 내리막 훈련을 하였으며, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.                              |
| ② 장우준 | 5    | 개인    | 도로에서 오르막 등판훈련과 내리막 훈련을 하였으며, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.                              |
| ③ 김주호 | 5    | 전원규   | 지난 주는 피스타에서 긴 거리 댁쉬훈련과 근력 강화를 위해 웨이트 트레이닝 훈련을 병행하였으며, 이번 주는 피스타에서 경주 적응훈련을 하였습니다. |
| ④ 황정연 | 4    | 개인    | 도로에서 오르막 등판훈련과 내리막 훈련을 하였으며, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.                              |
| ⑤ 이명현 | 7    | 개인    | 도로에서 오르막 등판훈련과 내리막 훈련을 하였으며, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.                              |
| ⑥ 권혁진 | 7    | 양승원   | 도로에서 오르막 등판훈련 및 내리막 회전력 훈련을 하였고, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.                          |
| ⑦ 정현수 | 2    | 이성용   | 피스타에서 짧은 스타트와 300m 댁쉬훈련을 병행하여 실시하였습니다.                                            |

| 선수명   | 최근 3회전 성적 |      |              |              |              | 최근 2회전 성적 |      |              |              |              | 최근 1회전 성적 |      |              |              |              | 금회성적         |              |
|-------|-----------|------|--------------|--------------|--------------|-----------|------|--------------|--------------|--------------|-----------|------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
|       | 장소        | 날짜   | 1일차          | 2일차          | 3일차          | 장소        | 날짜   | 1일차          | 2일차          | 3일차          | 장소        | 날짜   | 1일차          | 2일차          | 3일차          | 1일차          | 2일차          |
| ① 김태범 | 광         | 1205 | 특선<br>16-1 추 | 특선<br>14-1 선 | 특결<br>16-4   | 광         | 1212 | 특선<br>15-1 선 | 특선<br>16-2 선 | 특결<br>16-2 젓 | 광         | 1226 | 특선<br>14-2 마 | 준결<br>13-3 마 | 특우<br>16실격   | 특선<br>15-3 선 | 특선<br>15-3 선 |
| ② 장우준 | 부         | 1212 | 우수<br>1-1 젓  | 우수<br>5-2 추  | 우결<br>6-3 마  | 광         | 1219 | 우수<br>9-1 추  | 우수<br>7-2 마  | 우결<br>12-4   | 광         | 1226 | 특선<br>11-5   | 특선<br>12-4   | 특선<br>2-1 추  | 특선<br>15-7   | 특선<br>13-7   |
| ③ 김주호 | 광         | 1212 | 우수<br>6-1 선  | 우수<br>8-1 추  | 우결<br>12-1 추 | 광         | 1226 | 특선<br>5-4    | 특선<br>5-6    | 특선<br>4-5    | 광         | 0102 | 특선<br>13-7   | 특선<br>15-6   | 특선<br>13-1 젓 | 특선<br>14-6   | 특선<br>16-7   |
| ④ 황정연 | 광         | 1219 | 우수<br>11-2 마 | 우수<br>11-5   | 우수<br>9-2 선  | 광         | 1226 | 특선<br>9-5    | 특선<br>6-3 마  | 특선<br>6-6    | 광         | 0102 | 후 보          | 후 보          | 특선<br>14-6   | 특선<br>14-5   | 특선<br>15-7   |
| ⑤ 이명현 | 창         | 1205 | 우수<br>3-6    | 우수<br>1-1 추  | 우수<br>2-7    | 광         | 1226 | 특선<br>9-6    | 특선<br>4-4    | 특선<br>3-7    | 광         | 0102 | 특선<br>14-6   | 특선<br>13-6   | 특선<br>14-7   | 특선<br>15-5   | 특선<br>16-4   |
| ⑥ 권혁진 | 광         | 1128 | 우수<br>8-1 추  | 우수<br>12-2 마 | 우결<br>12-1 추 | 광         | 1226 | 특선<br>11-4   | 특선<br>10-1 젓 | 특우<br>14-3 마 | 광         | 0102 | 특선<br>16-6   | 특선<br>16-4   | 특선<br>13-3 추 | 특선<br>13-3 마 | 특선<br>14-3 마 |
| ⑦ 정현수 | 광         | 1219 | 우수<br>12-2 추 | 우수<br>10-1 선 | 우결<br>12-3 선 | 광         | 1226 | 특선<br>5-5    | 특선<br>6-5    | 특선<br>12-1 젓 | 광         | 0109 | 특선<br>13-4   | 특선<br>13-3 추 | 특선<br>13-3 젓 | 특선<br>13-5   | 특선<br>16-6   |

| 선수명   | 상대전적(승/횡수) |     |     |      |      |     |      | 동반입상전적(입상/횡수) |     |     |     |      |     |      | 규칙 위반 점수 |         |    |          |
|-------|------------|-----|-----|------|------|-----|------|---------------|-----|-----|-----|------|-----|------|----------|---------|----|----------|
|       | 김태범        | 장우준 | 김주호 | 황정연  | 이명현  | 권혁진 | 정현수  | 김태범           | 장우준 | 김주호 | 황정연 | 이명현  | 권혁진 | 정현수  | 2회       | 1회      | 금회 | 잔여<br>점수 |
| ① 김태범 |            | 0/0 | 0/0 | 0/0  | 2/2  | 1/2 | 1/1  |               | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/2  | 0/2 | 0/1  | 4        | 22      | 4  | 20       |
| ② 장우준 | 0/0        |     | 0/0 | 0/0  | 0/3  | 0/2 | 0/3  |               |     | 0/0 | 0/0 | 1/3  | 0/2 | 1/3  | 20       | 53 (23) | 29 | 48       |
| ③ 김주호 | 0/0        | 0/0 |     | 1/2  | 0/0  | 1/3 | 1/2  |               |     |     | 0/2 | 0/0  | 1/3 | 0/2  | 4        | 0       | 4  | 42       |
| ④ 황정연 | 0/0        | 0/0 | 1/2 |      | 9/11 | 1/5 | 2/6  |               |     |     |     | 1/11 | 2/5 | 1/6  | 13 (2)   | 10      | 0  | 38       |
| ⑤ 이명현 | 0/2        | 3/3 | 0/0 | 2/11 |      | 2/4 | 2/10 |               |     |     |     |      | 2/4 | 0/10 | 0        | 10      | 0  | 40       |
| ⑥ 권혁진 | 1/2        | 2/2 | 2/3 | 4/5  | 2/4  |     | 0/1  |               |     |     |     |      |     | 0/1  | 15       | 9       | 4  | 22       |
| ⑦ 정현수 | 0/1        | 3/3 | 1/2 | 4/6  | 8/10 | 1/1 |      |               |     |     |     |      |     |      | 37       | 0       | 0  | 13       |

※ ( ) 안의 수치는 승강급 변동 이후 현재 등급 정보임.

선 선행 추 추입 젓 젓히기 마 마크

| 번호<br>선수명<br>(기수/나이) | 기어<br>배수 | 200m<br>기록 | 훈련지  | 승<br>률    | 연<br>대<br>율 | 삼연<br>대율  | 입상/<br>출전<br>일수 | 입상전법      |           |           |          | 등급조정 |    | 최근3회<br>평균득점 |        | 최근3회<br>종합<br>순위 |
|----------------------|----------|------------|------|-----------|-------------|-----------|-----------------|-----------|-----------|-----------|----------|------|----|--------------|--------|------------------|
|                      |          |            |      |           |             |           |                 | 선행        | 젓히기       | 추입        | 마크       | 현재   | 이전 | 광명           | 종합     |                  |
| ① 김주석<br>26기 33세     | 3.92     | 10"91      | 가평   | 0<br>(0)  | 0<br>(0)    | 0<br>(0)  | 15/24<br>(0/3)  | 1<br>(0)  | 4<br>(0)  | 8<br>(0)  | 2<br>(0) | S3   | A1 | 93.08        | 93.08  | 181/576          |
| ② 조영환<br>22기 39세     | 3.93     | 10"95      | 동서울  | 0         | 0           | 100       | 36/45           | 0         | 0         | 13        | 23       | S1   | S1 | 101.89       | 101.89 | 14/576           |
| ③ 민선기<br>28기 30세     | 3.93     | 10"96      | 세종   | 0<br>(0)  | 0<br>(0)    | 0<br>(0)  | 30/39<br>(0/3)  | 13<br>(0) | 12<br>(0) | 5<br>(0)  | 0<br>(0) | S3   | A1 | 96.58        | 96.58  | 69/576           |
| ④ 최종근<br>20기 35세     | 3.92     | 11"19      | 미원   | 19        | 30          | 55        | 14/22           | 0         | 2         | 6         | 6        | S2   | S2 | 97.91        | 97.91  | 48/576           |
| ⑤ 김영섭<br>8기 51세      | 3.93     | 11"01      | 서울개인 | 0         | 33          | 67        | 20/32           | 0         | 1         | 1         | 18       | S2   | S2 | 97.82        | 97.82  | 50/576           |
| ⑥ 손성진<br>28기 30세     | 3.93     | 11"30      | 금정   | 22<br>(0) | 32<br>(0)   | 38<br>(0) | 16/22<br>(0/0)  | 1<br>(0)  | 2<br>(0)  | 10<br>(0) | 3<br>(0) | S3   | A1 | 96.86        | 95.70  | 90/576           |
| ⑦ 이육동<br>15기 43세     | 3.93     | 11"31      | 신사   | 14<br>(0) | 28<br>(0)   | 42<br>(0) | 19/30<br>(0/0)  | 1<br>(0)  | 3<br>(0)  | 6<br>(0)  | 9<br>(0) | S3   | A2 | 95.10        | 92.81  | 191/576          |

| 선수명   | 훈련일수 | 훈련동참자 | 훈련내용                                                       |
|-------|------|-------|------------------------------------------------------------|
| ① 김주석 | 6    | 정연교   | 피스타에서 짧은 스타트와 300m 뎃쉬훈련을 병행하여 실시하였습니다.                     |
| ② 조영환 | 3    | 개인    | 피스타에서 200m, 333m 인터벌로 스피드를 보강하였으며, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다. |
| ③ 민선기 | 3    | 김영수   | 피스타에서 마크 및 추입전법 향상을 위해 순발력과 회전력을 보강하는 훈련을 실시하였습니다.         |
| ④ 최종근 | 7    | 김지식   | 도로에서 오르막 등판훈련과 내리막 훈련을 하였으며, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.       |
| ⑤ 김영섭 | 8    | 개인    | 피스타에서 200m, 333m 인터벌을 실시하였습니다.                             |
| ⑥ 손성진 | 8    | 이진웅   | 피스타에서 짧은 거리 뎃쉬훈련으로 순발력 및 스피드 보강을 하였습니다.                    |
| ⑦ 이육동 | 3    | 개인    | 도로에서 오르막 등판훈련과 내리막 훈련을 하였으며, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.       |

| 선수명   | 최근 3회전 성적 |      |              |              |              | 최근 2회전 성적 |      |              |              |              | 최근 1회전 성적 |      |              |              |              | 금회성적         |              |
|-------|-----------|------|--------------|--------------|--------------|-----------|------|--------------|--------------|--------------|-----------|------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
|       | 장소        | 날짜   | 1일차          | 2일차          | 3일차          | 장소        | 날짜   | 1일차          | 2일차          | 3일차          | 장소        | 날짜   | 1일차          | 2일차          | 3일차          | 1일차          | 2일차          |
| ① 김주석 | 광         | 1219 | 후 보          | 후 보          | 우수<br>6-2 젓  | 광         | 1226 | 특선<br>6-6    | 특선<br>9-6    | 특선<br>10-6   | 광         | 0102 | 특선<br>13-5   | 특선<br>13-7   | 특선<br>15-4   | 특선<br>13-4   | 특선<br>15-6   |
| ② 조영환 | 광         | 1219 | 특선<br>14-2 마 | 특선<br>13-1 추 | 특결<br>16-5   | 광         | 1226 | 특선<br>10-2 마 | 준결<br>16-3 마 | 특우<br>16-2 마 | 광         | 0109 | 후 보          | 특선<br>16-3 마 | 특선<br>15-3 마 | 특선<br>14-3 마 | 특선<br>15-2 마 |
| ③ 민선기 | 광         | 1219 | 우수<br>8-1 선  | 우수<br>9-1 선  | 우결<br>12-1 젓 | 광         | 1226 | 특선<br>4-3 선  | 특선<br>7-5    | 특선<br>4-1 선  | 광         | 0109 | 특선<br>13-5   | 특선<br>15-7   | 특선<br>15-7   | 특선<br>16-6   | 특선<br>16-5   |
| ④ 최종근 | 광         | 1031 | 특선<br>13-5   | 특선<br>13-6   | 특선<br>15-5   | 광         | 1121 | 특선<br>13-3 마 | 특선<br>15-1 추 | 특선<br>14-3 마 | 광         | 1226 | 특선<br>11-3 마 | 특선<br>7-1 추  | 특우<br>13-7   | 특선<br>14-4   | 특선<br>13-2 마 |
| ⑤ 김영섭 | 광         | 1212 | 특선<br>13-6   | 특선<br>15-3 마 | 특선<br>15-1 추 | 광         | 1226 | 특선<br>4-4    | 특선<br>4-2 마  | 특선<br>5-3 마  | 광         | 0102 | 특선<br>16-7   | 특선<br>13-3 마 | 특선<br>14-2 마 | 특선<br>15-4   | 특선<br>13-4   |
| ⑥ 손성진 | 광         | 1128 | 우수<br>7-1 선  | 우수<br>9-1 추  | 우결<br>12-2 마 | 창         | 1205 | 우수<br>5-5    | 결 장          | 결 장          | 광         | 1226 | 특선<br>2-6    | 특선<br>5-7    | 특선<br>6-2 마  | 특선<br>15-6   | 특선<br>14-6   |
| ⑦ 이육동 | 창         | 1121 | 우수<br>1-2 마  | 우수<br>6-2 마  | 우수<br>2-1 추  | 창         | 1205 | 우수<br>6-5    | 우수<br>5-5    | 우수<br>2-5    | 광         | 1226 | 특선<br>7-7    | 특선<br>12-5   | 특선<br>12-5   | 특선<br>14-7   | 특선<br>15-5   |

| 선수명   | 상대전적(승/횃수) |     |     |     |     |     |     | 동반입상전적(입상/횃수) |     |     |     |     |     |     | 규칙 위반 점수 |        |    |          |
|-------|------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|---------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----------|--------|----|----------|
|       | 김주석        | 조영환 | 민선기 | 최종근 | 김영섭 | 손성진 | 이육동 | 김주석           | 조영환 | 민선기 | 최종근 | 김영섭 | 손성진 | 이육동 | 2회       | 1회     | 금회 | 잔여<br>점수 |
| ① 김주석 |            | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/1 | 0/0 | 0/0 |               | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/1 | 0/0 | 0/0 | 0        | 10     | 13 | 27       |
| ② 조영환 | 0/0        |     | 1/1 | 1/3 | 1/2 | 1/1 | 0/0 |               |     | 0/1 | 1/3 | 1/2 | 0/1 | 0/0 | 13       | 9      | 8  | 20       |
| ③ 민선기 | 0/0        | 0/1 |     | 1/4 | 2/5 | 0/3 | 5/6 |               |     |     | 0/4 | 1/5 | 0/3 | 2/6 | 5        | 11     | 0  | 34       |
| ④ 최종근 | 0/0        | 2/3 | 3/4 |     | 2/2 | 0/0 | 1/1 |               |     |     |     | 0/2 | 0/0 | 0/1 | 5        | 33 (6) | 25 | 19       |
| ⑤ 김영섭 | 1/1        | 1/2 | 3/5 | 0/2 |     | 4/4 | 2/2 |               |     |     |     |     | 0/4 | 0/2 | 4        | 5      | 13 | 28       |
| ⑥ 손성진 | 0/0        | 0/1 | 3/3 | 0/0 | 0/4 |     | 0/1 |               |     |     |     |     |     | 0/1 | 0        | 10     | 0  | 40       |
| ⑦ 이육동 | 0/0        | 0/0 | 1/6 | 0/1 | 0/2 | 1/1 |     |               |     |     |     |     |     |     | 0        | 5      | 17 | 28       |

※ ( ) 안의 수치는 승강급 변동 이후 현재 등급 정보임.

선 선행 추 추입 젓 젓히기 마 마크



| 번호<br>선수명<br>(기수/나이) | 기어<br>배수 | 200m<br>기록 | 훈련지  | 승<br>률   | 연<br>대<br>율 | 삼연<br>대율   | 입상/<br>출전<br>일수 | 입상전법     |          |          |          | 등급조정 |    | 최근3회<br>평균득점 |       | 최근3회<br>종합<br>순위 |
|----------------------|----------|------------|------|----------|-------------|------------|-----------------|----------|----------|----------|----------|------|----|--------------|-------|------------------|
|                      |          |            |      |          |             |            |                 | 선행       | 젓하기      | 추입       | 마크       | 현재   | 이전 | 광명           | 종합    |                  |
| ① 정재원<br>19기 40세     | 3.92     | 11"06      | 김포   | 0        | 50          | 50         | 19/34           | 0        | 1        | 7        | 11       | S1   | S2 | 99.28        | 99.28 | 29/576           |
| ② 강동규<br>26기 32세     | 3.93     | 11"10      | 김해B  | 0<br>(0) | 0<br>(0)    | 33<br>(33) | 20/32<br>(1/3)  | 9<br>(1) | 8<br>(0) | 1<br>(0) | 2<br>(0) | S3   | A1 | 95.29        | 95.25 | 107/576          |
| ③ 이진웅<br>18기 41세     | 3.92     | 11"18      | 금정   | 20       | 24          | 33         | 18/48           | 2        | 4        | 9        | 3        | S3   | S3 | 93.71        | 93.71 | 158/576          |
| ④ 엄정일<br>19기 39세     | 3.92     | 10"71      | 김포   | 0        | 0           | 33         | 11/33           | 0        | 1        | 2        | 8        | S3   | S2 | 96.79        | 96.79 | 65/576           |
| ⑤ 손제용<br>28기 32세     | 3.93     | 10"92      | 수성   | 33       | 67          | 67         | 23/33           | 3        | 4        | 9        | 7        | S2   | S2 | 98.27        | 98.27 | 43/576           |
| ⑥ 강민성<br>28기 29세     | 3.92     | 10"67      | 서울개인 | 0<br>(0) | 0<br>(0)    | 0<br>(0)   | 17/38<br>(0/3)  | 7<br>(0) | 6<br>(0) | 3<br>(0) | 1<br>(0) | S3   | A1 | 94.41        | 94.41 | 137/576          |
| ⑦ 조주현<br>23기 32세     | 3.92     | 10"94      | 세종   | 15       | 28          | 49         | 15/31           | 7        | 1        | 6        | 1        | S1   | S1 | 99.92        | 99.92 | 26/576           |

| 선수명   | 훈련일수 | 훈련동참자 | 훈련내용                                                                              |
|-------|------|-------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| ① 정재원 | 4    | 왕지현   | 지난 주는 피스타에서 긴 거리 댕쉬훈련과 근력 강화를 위해 웨이트 트레이닝 훈련을 병행하였으며, 이번 주는 피스타에서 경주 적응훈련을 하였습니다. |
| ② 강동규 | 2    | 공태욱   | 피스타에서 200m, 333m 인터벌로 스피드를 보강하였으며, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.                        |
| ③ 이진웅 | 7    | 손성진   | 피스타에서 오토바이 유도로 500m 댕쉬훈련을 하였고, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.                            |
| ④ 엄정일 | 7    | 신동인   | 피스타에서 긴 거리 댕쉬 및 짧은 거리 댕쉬훈련을 병행하였습니다. 몸 상태는 이상없습니다.                                |
| ⑤ 손제용 | 5    | 신주현   | 피스타에서 짧은 댕쉬훈련을 하였고, 실내에서 롤러훈련을 실시하였습니다.                                           |
| ⑥ 강민성 | 3    | 개인    | 피스타에서 200m, 333m 인터벌로 스피드를 보강하였으며, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.                        |
| ⑦ 조주현 | 7    | 방극산   | 도로에서 긴 거리 평지 댕쉬훈련으로 근지구력을 강화하였고, 내리막에서 짧은거리 댕쉬훈련으로 스피드를 보강하였습니다.                  |

| 선수명   | 최근 3회전 성적 |      |              |              |              | 최근 2회전 성적 |      |              |              |              | 최근 1회전 성적 |      |              |              |              | 금회성적         |              |
|-------|-----------|------|--------------|--------------|--------------|-----------|------|--------------|--------------|--------------|-----------|------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
|       | 장소        | 날짜   | 1일차          | 2일차          | 3일차          | 장소        | 날짜   | 1일차          | 2일차          | 3일차          | 장소        | 날짜   | 1일차          | 2일차          | 3일차          | 1일차          | 2일차          |
| ① 정재원 | 광         | 1226 | 특선<br>8-1 추  | 준결<br>16-7   | 특선<br>9-2 추  | 광         | 0102 | 후 보          | 후 보          | 특선<br>15-2 마 | 광         | 0109 | 특선<br>16기권   | 특선<br>14-2 추 | 특선<br>14-4   | 특선<br>16-3 마 | 특선<br>14-2 마 |
| ② 강동규 | 창         | 1219 | 우수<br>1-2 선  | 우수<br>6-2 젓  | 우결<br>4-1 선  | 광         | 1226 | 특선<br>3-5    | 특선<br>1-5    | 특선<br>1-5    | 광         | 0109 | 특선<br>16-3 선 | 특선<br>16-7   | 특선<br>14-7   | 특선<br>16-7   | 특선<br>13-6   |
| ③ 이진웅 | 광         | 1205 | 특선<br>15-4   | 특선<br>15-7   | 특선<br>15-4   | 광         | 1219 | 특선<br>13-7   | 특선<br>16-5   | 특선<br>13-7   | 광         | 1226 | 특선<br>6-5    | 특선<br>11-7   | 특선<br>2-3 마  | 특선<br>16-5   | 특선<br>14-5   |
| ④ 엄정일 | 광         | 1212 | 특선<br>13-5   | 특선<br>16-4   | 특선<br>14-7   | 광         | 1226 | 특선<br>1-2 마  | 준결<br>15-6   | 특선<br>12-2 추 | 광         | 0102 | 특선<br>14-5   | 특선<br>16-3 마 | 특선<br>13-5   | 특선<br>13-6   | 특선<br>14-4   |
| ⑤ 손제용 | 광         | 1219 | 특선<br>16-5   | 특선<br>15-7   | 특선<br>14-1 추 | 광         | 1226 | 특선<br>10-3 선 | 특선<br>3-1 추  | 특우<br>14-7   | 광         | 0102 | 특선<br>15-5   | 특선<br>16-2 마 | 특선<br>14-1 젓 | 특선<br>16-4   | 특선<br>15-4   |
| ⑥ 강민성 | 광         | 1219 | 우수<br>11-1 선 | 우수<br>7-1 선  | 결 장          | 광         | 1226 | 특선<br>1-4    | 특선<br>10-6   | 특선<br>7-5    | 광         | 0109 | 특선<br>14-7   | 특선<br>13-7   | 특선<br>14-4   | 특선<br>13-7   | 특선<br>13-5   |
| ⑦ 조주현 | 광         | 1114 | 특선<br>15-4   | 특선<br>16-3 선 | 특선<br>15-1 젓 | 광         | 1219 | 특선<br>14-3 선 | 특선<br>14-3 선 | 특선<br>15-5   | 광         | 1226 | 특선<br>2-3 추  | 특선<br>5-1 추  | 특우<br>13-1 추 | 특선<br>14-2 선 | 특선<br>16-2 추 |

| 선수명   | 상대전적(승/횃수) |     |     |     |     |     |     | 동반입상전적(입상/횃수) |     |     |     |     |     |     | 규칙 위반 점수 |    |    |          |
|-------|------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|---------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----------|----|----|----------|
|       | 정재원        | 강동규 | 이진웅 | 엄정일 | 손제용 | 강민성 | 조주현 | 정재원           | 강동규 | 이진웅 | 엄정일 | 손제용 | 강민성 | 조주현 | 2회       | 1회 | 금회 | 잔여<br>점수 |
| ① 정재원 |            | 1/2 | 5/5 | 3/3 | 4/8 | 1/2 | 7/8 |               | 0/2 | 0/5 | 0/3 | 3/8 | 0/2 | 3/8 | 9        | 5  | 4  | 32       |
| ② 강동규 | 1/2        |     | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/1 | 0/0 |               |     | 0/0 | 0/0 | 0/0 | 0/1 | 0/0 | 0        | 7  | 0  | 43       |
| ③ 이진웅 | 0/5        | 0/0 |     | 0/1 | 0/3 | 0/0 | 1/3 |               |     |     | 0/1 | 0/3 | 0/0 | 0/3 | 0        | 15 | 0  | 35       |
| ④ 엄정일 | 0/3        | 0/0 | 1/1 |     | 0/5 | 5/6 | 2/6 |               |     |     |     | 2/5 | 1/6 | 2/6 | 10       | 15 | 0  | 25       |
| ⑤ 손제용 | 4/8        | 0/0 | 3/3 | 5/5 |     | 3/3 | 3/4 |               |     |     |     |     | 0/3 | 1/4 | 0        | 15 | 0  | 35       |
| ⑥ 강민성 | 0/2        | 1/1 | 0/0 | 1/6 | 0/3 |     | 1/3 |               |     |     |     |     |     | 2/3 | 0        | 0  | 0  | 50       |
| ⑦ 조주현 | 1/8        | 0/0 | 2/3 | 4/6 | 0/4 | 2/3 |     |               |     |     |     |     |     |     | 32 (9)   | 17 | 0  | 24       |

※ ( ) 안의 수치는 승강급 변동 이후 현재 등급 정보임.

선 선행 추 추입 젓 젓하기 마 마크

| 번호<br>선수명<br>(기수/나이) | 기어<br>배수 | 200m<br>기록 | 훈련지  | 승<br>률 | 연<br>대<br>율 | 삼연<br>대율 | 입상/<br>출전<br>일수 | 입상전법 |     |    |    | 등급조정 |    | 최근3회<br>평균득점 |        | 최근3회<br>종합<br>순위 |
|----------------------|----------|------------|------|--------|-------------|----------|-----------------|------|-----|----|----|------|----|--------------|--------|------------------|
|                      |          |            |      |        |             |          |                 | 선행   | 젓히기 | 추입 | 마크 | 현재   | 이전 | 광명           | 종합     |                  |
| ① 정하늘<br>21기 36세     | 3.93     | 10"69      | 동서울  | 20     | 47          | 67       | 22/30           | 6    | 2   | 7  | 7  | S1   | S1 | 103.59       | 103.59 | 7/576            |
| ② 황승호<br>19기 40세     | 3.93     | 11"09      | 서울개인 | 42     | 69          | 81       | 25/30           | 0    | 2   | 11 | 12 | S1   | SS | 102.50       | 102.50 | 11/576           |
| ③ 양승원<br>22기 36세     | 3.93     | 10"97      | 청주   | 54     | 73          | 82       | 18/24           | 0    | 4   | 10 | 4  | SS   | SS | 104.54       | 104.54 | 5/576            |
| ④ 정재완<br>18기 41세     | 3.92     | 10"87      | 서울한남 | 6      | 31          | 56       | 19/34           | 0    | 0   | 7  | 12 | S2   | S2 | 98.14        | 98.14  | 45/576           |
| ⑤ 성낙송<br>21기 36세     | 3.92     | 11"14      | 창원상남 | 67     | 67          | 67       | 18/27           | 4    | 5   | 9  | 0  | S1   | S1 | 100.90       | 100.90 | 17/576           |
| ⑥ 왕지현<br>24기 32세     | 3.93     | 10"98      | 김포   | 0      | 33          | 33       | 15/36           | 2    | 2   | 4  | 7  | S2   | S3 | 98.16        | 98.16  | 44/576           |
| ⑦ 류재열<br>19기 39세     | 3.93     | 10"76      | 수성   | 58     | 81          | 89       | 27/30           | 4    | 1   | 16 | 6  | SS   | SS | 105.26       | 105.26 | 3/576            |

| 선수명   | 훈련일수 | 훈련동참자 | 훈련내용                                                                              |
|-------|------|-------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| ① 정하늘 | 9    | 원준오   | 지난 주는 피스타에서 긴 거리 댁쉬훈련과 근력 강화를 위해 웨이트 트레이닝 훈련을 병행하였으며, 이번 주는 피스타에서 경주 적응훈련을 하였습니다. |
| ② 황승호 | 8    | 개인    | 도로에서 오르막 근력훈련을 하였고, 내리막 회전력 훈련을 병행하였습니다. 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.                  |
| ③ 양승원 | 7    | 권혁진   | 지난 주는 피스타에서 500m 자력훈련과 200m 횡L력 훈련을 병행하였고, 이번 주는 도로에서 컨디션 조절에 중점을 두었습니다.          |
| ④ 정재완 | 7    | 박지영   | 피스타에서 333m 댁쉬훈련을 하였으며, 보조훈련으로 웨이트 트레이닝을 하였습니다.                                    |
| ⑤ 성낙송 | 2    | 성정환   | 지난 주는 피스타에서 긴 거리 댁쉬훈련과 근력 강화를 위해 웨이트 트레이닝 훈련을 병행하였으며, 이번 주는 피스타에서 경주 적응훈련을 하였습니다. |
| ⑥ 왕지현 | 2    | 신동인   | 피스타에서 짧은 스타트와 300m 댁쉬훈련을 병행하여 실시하였습니다.                                            |
| ⑦ 류재열 | 8    | 임유섭   | 피스타에서 짧은 스타트와 300m 댁쉬훈련을 병행하여 실시하였습니다.                                            |

| 선수명   | 최근 3회전 성적 |      |              |              |              | 최근 2회전 성적 |      |              |              |              | 최근 1회전 성적 |      |              |              |                | 금회성적         |              |
|-------|-----------|------|--------------|--------------|--------------|-----------|------|--------------|--------------|--------------|-----------|------|--------------|--------------|----------------|--------------|--------------|
|       | 장소        | 날짜   | 1일차          | 2일차          | 3일차          | 장소        | 날짜   | 1일차          | 2일차          | 3일차          | 장소        | 날짜   | 1일차          | 2일차          | 3일차            | 1일차          | 2일차          |
| ① 정하늘 | 광         | 1121 | 특선<br>15-1 추 | 특선<br>16-1 추 | 특결<br>16-4   | 광         | 1219 | 특선<br>16-1 선 | 특선<br>16-2 마 | 특결<br>16-4   | 광         | 1226 | 특선<br>11-1 젓 | 준결<br>13-2 추 | 그랑프리<br>15-5   | 특선<br>16-1 추 | 특선<br>16-1 추 |
| ② 황승호 | 광         | 1121 | 특선<br>16-1 추 | 특선<br>13-1 추 | 특결<br>16-2 마 | 광         | 1212 | 특선<br>15-2 마 | 특선<br>15-4   | 특결<br>16-3 마 | 광         | 1226 | 특선<br>5-1 젓  | 준결<br>16-5   | 특선<br>7-1 추    | 특선<br>16-2 마 | 특선<br>13-1 추 |
| ③ 양승원 | 광         | 1024 | 특선<br>16-1 젓 | 특선<br>14-1 추 | 특결<br>16-2 마 | 광         | 1114 | 특선<br>13-1 젓 | 특선<br>14-1 젓 | 특결<br>16-2 추 | 광         | 1226 | 특선<br>1-1 추  | 준결<br>14-1 젓 | 그랑프리<br>15-7   | 특선<br>14-1 추 | 특선<br>14-1 선 |
| ④ 정재완 | 광         | 1205 | 후 보          | 후 보          | 특선<br>13-3 마 | 광         | 1219 | 특선<br>13-4   | 특선<br>13-2 마 | 특선<br>14-3 추 | 광         | 1226 | 특선<br>3-3 마  | 특선<br>11-2 마 | 특선<br>3-4      | 특선<br>13-1 추 | 특선<br>13-3 추 |
| ⑤ 성낙송 | 광         | 1031 | 특선<br>14-5   | 특선<br>14-2 추 | 특선<br>15-2 추 | 광         | 1226 | 특선<br>15-3 젓 | 특선<br>12-1 추 | 특우<br>14-1 추 | 광         | 0102 | 특선<br>15-6   | 특선<br>14-1 추 | 특선<br>15-1 선   | 특선<br>15-2 마 | 특선<br>16-3 마 |
| ⑥ 왕지현 | 광         | 1205 | 특선<br>15-3 선 | 특선<br>13-3 선 | 특선<br>15-1 추 | 광         | 1226 | 특선<br>14-4   | 특선<br>2-5    | 특선<br>7-2 마  | 광         | 0109 | 특선<br>13-2 마 | 특선<br>13-4   | 특선<br>15-5     | 특선<br>15-1 추 | 특선<br>14-7   |
| ⑦ 류재열 | 광         | 1128 | 특선<br>15-1 추 | 특선<br>13-1 추 | 특결<br>16-2 마 | 광         | 1219 | 특선<br>13-1 추 | 특선<br>14-2 추 | 특결<br>16-1 추 | 광         | 1226 | 특선<br>7-2 선  | 준결<br>16-1 추 | 그랑프리<br>15-3 마 | 특선<br>13-2 젓 | 특선<br>15-1 추 |

| 선수명   | 상대전적(승/횡수) |         |       |       |       |       |        | 동반입상전적(입상/횡수) |        |       |       |       |       |        | 규칙 위반 점수 |    |    |          |
|-------|------------|---------|-------|-------|-------|-------|--------|---------------|--------|-------|-------|-------|-------|--------|----------|----|----|----------|
|       | 정하늘        | 황승호     | 양승원   | 정재완   | 성낙송   | 왕지현   | 류재열    | 정하늘           | 황승호    | 양승원   | 정재완   | 성낙송   | 왕지현   | 류재열    | 2회       | 1회 | 금회 | 잔여<br>점수 |
| ① 정하늘 |            | 0 / 14  | 1 / 6 | 5 / 5 | 1 / 7 | 4 / 4 | 0 / 12 |               | 9 / 14 | 2 / 6 | 3 / 5 | 1 / 7 | 0 / 4 | 4 / 12 | 18       | 4  | 4  | 24       |
| ② 황승호 | 14 / 14    |         | 1 / 5 | 4 / 4 | 5 / 6 | 5 / 5 | 3 / 13 |               |        | 2 / 5 | 2 / 4 | 2 / 6 | 1 / 5 | 3 / 13 | 27       | 8  | 0  | 15       |
| ③ 양승원 | 5 / 6      | 4 / 5   |       | 2 / 2 | 3 / 4 | 2 / 2 | 3 / 9  |               |        |       | 0 / 2 | 1 / 4 | 1 / 2 | 3 / 9  | 34 (2)   | 35 | 4  | 9        |
| ④ 정재완 | 0 / 5      | 0 / 4   | 0 / 2 |       | 0 / 1 | 2 / 3 | 0 / 2  |               |        |       |       | 0 / 1 | 1 / 3 | 0 / 2  | 15       | 14 | 17 | 4        |
| ⑤ 성낙송 | 6 / 7      | 1 / 6   | 1 / 4 | 1 / 1 |       | 5 / 7 | 0 / 3  |               |        |       |       |       | 1 / 7 | 1 / 3  | 20       | 10 | 8  | 12       |
| ⑥ 왕지현 | 0 / 4      | 0 / 5   | 0 / 2 | 1 / 3 | 2 / 7 |       | 0 / 8  |               |        |       |       |       | 3 / 8 |        | 0        | 0  | 8  | 42       |
| ⑦ 류재열 | 12 / 12    | 10 / 13 | 6 / 9 | 2 / 2 | 3 / 3 | 8 / 8 |        |               |        |       |       |       |       |        | 28       | 12 | 0  | 10       |

※ ( ) 안의 수치는 승강급 변동 이후 현재 등급 정보임.

선 선행 추 추입 젓 젓히기 마 마크