

남해 노르딕워킹 행사 인기

허귀용 기자 | 승인 2023.09.04

제1회 남해바래길 노르딕워킹 작은소풍 지난 2일 성황리 열려

남해군에서 주기적으로 열리는 노르딕워킹 행사가 인기를 끌고 있다.

남해관광문화재단이 주최하고, 남해바래길탐방안내센터가 주관한 제1회 남해바래길 노르딕워킹 작은소풍이 지난 2일 이순신호국길에서 성황리에 열렸다.

이날 행사에는 선착순으로 접수한 60명이 참가했다.

국내에서 아직 생소한 노르딕워킹은 유럽에서 잘 알려진 건강 걷기법이다. 노르딕워킹은 전용 폴(스틱)을 이용해서 마치 네 발로 걷는 듯한 사족보행법이다. 걸을 때 무릎에 걸리는 하중을 최대 40%까지 줄여줘 노인들에게 적합한 걷기법으로 알려졌다.



남해바래길탐방안내센터는 지난 2일 이순신호국길에서 노르딕워킹 작은소풍 행사를 열었다. /남해군

남해바래길 노르딕워킹 작은소풍은 매월 첫째 주 주말 정기적으로 열린다. 남해바래길 자원봉사자 조직인 '바래길 지킴이'들이 매회 스태프로 참여해 안전하고 편안한 걷기행사를 이끈다.

아울러 남해바래길탐방안내센터는 매월 셋째 주 주말 남해바래길 1개 코스 전체를 걷는 프리워킹 작은소풍을 선착순 160명 규모로 온라인 모집해 진행한다. 9월 프리워킹 작은소풍은 16일 남해바래길 5코스 말발굽길에서 열리며, 현재 참가자를 모집하고 있다.

말발굽길 작은소풍에서는 국도 3호선 보행 위험구간 개선을 위해 새롭게 조성 중인 추섬~창선교 1.5km 구간을 임시로 걸어볼 수 있을 것으로 보인다. 세계중요농업유산 등재를 앞둔 죽방렴을 조망하며 발걸음을 이어갈 수 있는 구간이어서 더욱 기대된다.

남해바래길 작은소풍 참가는 남해바래길 누리집(baraeroad.or.kr) 게시물을 참고하거나, 남해바래길탐방안내센터(055-863-8778)로 문의하면 된다.

/허귀용 기자

저작권자 ©경남도민일보 무단전재 및 재배포 금지



허귀용 기자