

아이치 나고야 아시안 게임 취재 정보 자료

1. 선수 프로필

	종 목	사격	세부 종목	50M 3자세	
	성 명	김지은 (영문 : KIM JI EUN) (한문: 金智恩)			
	소 속	IBK 기업은행			
	출생년도	2003	성별	여	
	출생사도	경기도 수원시			
	학력	중학교		천천중학교	
		고등학교		경기체육고등학교	
		대학교		한국체육대학교	

2. 국제대회 참가성적 및 세계랭킹

국제대회 참가성적 (2022-2026년)	• 2023년 FISU 하계 유니버시아드 금메달 • 2023년 쏘 주니어 월드컵 개인 동메달
세계랭킹(제출일 기준)	• 50M 3자세 세계 랭킹 69위

3. 스토리텔링 자료

1. 2026 아이치나고야아시안게임 목표와 출전 각오는 무엇인가요?
생애 첫 아시안게임이라는 설렘도 크지만 '첫 출전'이라는 타이틀에 흔들리지 않고 사선에서 만큼은 누구보다 대담하게 제 격발에만 집중하도록 하여서 꼭 금메달을 목에 걸어오도록 하겠습니다.
2. 해당 종목의 선수생활을 시작하게 된 동기와 시작 연령은?
중1 자유학기제때 우연히 접한 사격은 일상에서 쉽게 접할 수 없는 종목이라는 매력과 함께 사격 특유의 높은 몰입도와 정교한 매력에 매료 되어서 중2때 전문적으로 사격 선수의 길을 걷게 되었습니다.
3. 경기 전 나만의 루틴 또는 징크스가 있다면 무엇인가요?
경기 중 최상의 컨디션과 에너지를 쏟아내기 위해서 어떤 상황에서도 아침 식사는 간단하게라도 반드시 챙겨 먹고 있으며 긴장감으로 인한 신체 컨디션 조절을 위해서 아침 식사에 우유를 꼭 먹여주는 루틴을 가지고 있습니다. 시합장으로 이동할 때는 그날의 날씨에 어울리는 노래를 찾아서 들어주는 편입니다.

4. 선수 생활 중 가장 기억에 남는 순간은 무엇인가요?
이번 아시안게임 5차 선발전에서 사격을 끝내고 결과를 기다리던 순간이 가장 기억에 남습니다. 마지막 선발전에서 극한의 압박감을 많이 느꼈지만 이 부담감으로 인해서 저의 선발전을 망치고 싶지 않았기에 후회 없이 시합에 임하고 나와서 다른 선수들의 경기를 보던 중에 선발이 되었다는 소식을 들었을 때가 가장 기억에 남습니다.
5. 선수 생활 중 가장 힘들었던 순간과 이를 극복한 방법은 무엇인가요?
제가 대학교 4학년때 기록이 조금씩 떨어지고 있던 상황이었는데 당시 실업팀이 결정되는 때라서 심적으로 가장 힘들었던 순간인데, 그 당시에는 제가 할 수 있는 모든 방법을 다 동원해서 극복한 것 같습니다. 휴가 기간에도 하루도 빠짐없이 쉬지 않고 혼자서 체력 훈련을 하였고 결국 그 간절하였던 마음이 마지막 시합에서도 극적으로 저희 가치를 증명하면서 실업팀 입단에 성공할 수 있었습니다. 힘든 순간일 수록 기본에 충실하여 묵묵히 제 할 일을 하는 것이 극복할 수 있었던 방법이라고 생각합니다.
6. 선수생활에 가장 큰 영향을 준 사람(가족, 지도자, 멘토 등) 그 이유는?
제게 가장 큰 영향을 준 사람은 대학 시절의 조교선생님 이셨던 김영근 선생님입니다. 제가 사격을 포기하려 했던 가장 힘든 시기에 너는 총을 더 쏘야한다. 라는 한마디로 제 자신조차 저를 믿지 못할 때 끝까지 저의 가능성을 보시고 믿어주셨던 선생님이 있었기에 국가대표라는 영광스러운 자리까지 올 수 있었던 것 같습니다.
7. 운동 외에 즐기는 취미나 관심사는 무엇인가요?
최근 가장 큰 관심사는 반려견과의 시간을 보냄으로써 정서적인 안정감을 많이 얻고 있습니다. 취미는 음악 감상을 좋아해서 산책이나 드라이브를 통해 스트레스를 해소하는 편이며 요즘은 시합 준비로 인하여 외부 활동이 제한되는 편이다보니 미디어 콘텐츠(넷플릭스, 유튜브) 시청으로 훈련을 위한 에너지를 충전하는 편입니다.
8. 본인만의 특별한 이야기나 에피소드가 있다면 자유롭게 작성해 주세요. (부상 극복, 학업·직장 병행, 가족 이야기, 국가대표 선발 과정 등)
보통 사격이 부상과 거리가 먼 종목이라고 생각하지만 저는 고3때 과도한 열정으로 '발목 인대 파열' 이라는 큰 부상을 경험하였습니다. 중요한 시합을 앞두고 있던 상황이라 수술은 할 수 없었기에 발목 주변 근육을 집중적으로 강화하여 손상된 인대의 역할을 할 수 있도록 몸을 훈련시켰습니다. 무모해보일 수 있는 웃픈 극복기였지만 아직도 발목 인대 파열로 살아가고 있습니다.
9. 앞으로 어떤 선수로 기억되고 싶은가요?
스포츠에서 완벽이라는 것은 없기에 언제나 안주하지 않고 묵묵하게 끊임없이 성장하는 선수로 기억되고 싶습니다.
10. 나만의 좌우명 또는 철학이 있나요?
현재에 최선을 다해 내 자신에게 부끄럽지 않게 후회 없이 임하자.
11. 인생의 라이벌이라고 생각하는 선수/지인이 있나요?
사격을 처음 시작하였을 때는 저보다 실력이 좋은 선수를 라이벌 이라고 생각하고 훈련을 하고 시합에 임하였는데 현재의 저는 누군가를 특정해서 라이벌 이라고 생각하지는 않고 저는 제 자신이 라이벌 이라고 생각합니다.

12. 국민들에게 전하고 싶은 한마디를 작성해 주세요.

이번에 아시안게임이라는 큰 무대를 처음 나가게 되었는데 많이 설레기도 하고 떨리기도 하지만 처음 나가는 무대만큼 대담하고 후회 없는 경기를 하고 올 수 있도록 많은 응원과 관심 부탁드립니다. 대한민국 파이팅!!