

# Herwannan Hauiskääntö



Kiinnostaako sinua painonnosto, voimannosto tai ylipäänsä kuntosaliharjoittelu?



Tuntuuko, ettei kuntosalitreeneissä ole tapahtunut kehitystä aikoihin?



Haluaisitko aloittaa uuden harrastuksen, ryhtyä kenties kilpailemaan, parantaa vain kyykkYTEKNIikkaa tai saada edes jotain järkeä saliharjoitteluun?



Herwannan Hauiskääntö on kaikkien kuntosaliharjoittelusta kiinnostuneiden SportUnin alaisten Tampereen korkeakouluopiskelijoiden kuntosaliharjoitteluun suuntautunut lajijaosto, joka on perustettu vuonna 2008. Herwannan Hauiskääntö on erikoistunut erityisesti painonnostoon ja voimannostoon. Me järjestämme muun muassa erilaisia kursseja, tapahtumia sekä kilpailuja niin aloittelijoille kuin kokeneemmillekin nostajille. Tehtävänäme on tarjota jäsenistöllemme tietoa kuntosaliharjoittelusta sekä mahdollistaa opiskelun ja kilpailemisen yhteensovittaminen mahdollisimman vaivattomasti. Herwannan Hauiskääntöön jäsenistö koostuu niin tavallisista kuntoilijoista kuin kymmenistä kansallisen sekä kansainvälisen tason urheilijoista. Pääasiallisena harjoituspaikkanamme toimii Tampereen yliopiston Herwannan kampuksen Tamppi Areenan alasali, joka tarjoaa SportUnin jäsenille mahtavat puitteet kuntosali- sekä voimaharjoittelulle.

Haluaisitko käydä salilla, jossa magnesiumin käyttö on sallittu ja jossa maastavetoa voi tehdä ilman pelkoa potkituksi pois tulemisesta ja tangon hajoamisesta?

Haluaisitko olla osa opiskelijoiden treeniyhteisöä, jossa vapaa-aikaa vietetään muutenkin kuin juhlien ja johon pääsee mukaan hyvin matalalla kynnyksellä?

Löydät ohjeet jäseneksi liittymiseen kotisivuiltamme. Jäsenmaksun suuruus SportUnin opiskelijoille on 10 euroa kalenterivuodessa.

Lue lisää kotisivuiltamme [hkaanto.fi](http://hkaanto.fi) tai laita meille viestiä [hkaanto@lists.tuni.fi](mailto:hkaanto@lists.tuni.fi).



Herwannan Hauiskääntö (@hkaanto)



herwannanhauiskaanto (@hkaanto)



Hauiskääntö



[www.hkaanto.fi](http://www.hkaanto.fi)

