

## Herwannan Hauiskääntö

Herwannan Hauiskääntö järjesti 13.-14.4.2019 jo kymmenettä kertaa opiskelijoiden painon- ja voimanoston SM-kilpailut yhdessä Tampereen Pyrinnön (TP) sekä Team Nordic Thunderin (TNT) kanssa Tampereen Hervannassa. Herwannan Hauiskääntö on vuonna 2008 perustettu kerho, jonka tarkoituksena on mahdollistaa Tampereen yliopiston ja Tampereen ammattikorkeakoulun voimailua harjoitteleville opiskelijoille edunvalvontaa tiloja koskevissa päätöksissä sekä järjestää voimailuaiheista toimintaa. Lisäksi Herwannan Hauiskääntö jakaa tietoa kuntosaliharjoittelusta, järjestää alkeis- ja jatkokursseja painonnostossa sekä voimanostossa ja pyrkii luomaan nykyään jo reilusti yli sadalle jäsenelleen mahdollisimman hyvät edellytykset opiskelun ja harjoittelun yhteensovittamiselle.

Herwannan Hauiskääntöön jäsenillä on hallussaan useita Suomen ennätyksiä, mitaleita sekä kansainvälisistä että kansallisista kilpailuista ja paljon osaamista liittyen etenkin painonnostoon sekä voimanostoon. Vuosittain järjestettävien kurssien, jäsenten välisten epävirallisten Ranking-kilpailuiden sekä opiskelijoiden SM-kisojen kautta on saatu useita kansainvälisen tason lisenssinostajia meille tärkeiden lajien pariin. Herwannan Hauiskääntöissä vallitsee erittäin vahva yhteisöllisyys, jonka avulla aktiivinen harjoittelu sekä toisaalta opintojen edistäminen on mahdollisimman mielekästä, eikä tavoitteellinenkaan kilpaurheilu ole mahdottomuus. Kerhon toiminta on Suomen korkeakouluissa tässä mittakaavassa tietyvästi ainutlaatuisia ja moni on viime vuosina varmasti nähnyt ja kuullut kerhon jäsenistöä sekä kannatusjoukkoja SM-kilpailuissa ympäri Suomen. Herwannan Hauiskääntöissä voidaan painonnostosta ja voimanostosta käyttää termiä joukkuelaji.

Vuosittain järjestettäviin opiskelijoiden painon- ja voimanoston SM-kilpailuihin (OSM) osallistuneiden opiskelijoiden määrä on kasvanut vuosittain. Tänä sekä viime vuonna osallistujia on kumpanakin ollut yli 100, joista osa kilpailee painonnostossa ja voimanostossa eli lajien yhdistelmä Supertotalissa. Kisat on järjestetty yhteistyössä valtakunnallisen opiskelija- ja korkeakoululiikunnan edunvalvonta- ja palvelujärjestö Opiskelijoiden Liikuntaliitto OLL:n kanssa.



Kilpailuissa on mahdollistettu kilpasarjassa kisaamisen lisäksi osallistumisen rentosarjaan, joka on tarkoitettu vain lisenssittömille opiskelijoille, jotka haluavat matalalla kynnyksellä päästä kokeilemaan yhtä tai vaikka molempia lajeja. Rentosarjaan osallistuvilla ei saa olla minkään voimanostoliiton lisenssiä ja kilpailu käydään kilpasarjasta erillään, jolloin molemmissa sarjoissa on muun muassa omat erilliset punnitukset, aikataulut sekä ryhmäjaot. Rentosarjassa kuitenkin esimerkiksi pukeutumista koskeva säännöstö ei ole yhtä tarkkaa kilpasarjaan verrattuna. Rentosarjaan osallistuneiden joukosta onkin saatu vuosittain useita myöhemmin lisenssin hankkineita nostajia kansalliselle sekä kansainväliselle tasolle. Tämä ponnahduslautamahdollisuus on saanut paljon kiitosta ja se on myös kasvattanut tietoisuutta Suomen Voimanostoliitosta ja sen toiminnasta voimanostourheilun eteen. OSMit ovatkin vakiinnuttaneet paikkansa usean opiskelijan kisakalenterissa. Se on yksi niistä keinoista, joilla me Herwannan Hauiskääntöissä pyrimme tuomaan lajiamme esiin ja saamaan uusia nuoria nostajia lajimme pariin.



*Kilpailupaikkana toimi tänäkin vuonna Tampereen yliopiston Tamppi Arena (kuva: Ville Vikman)*

OSMien voimanostossa kilpailu käydään pistekisana, jolloin sijoitukset ratkeavat IPF-pisteiden mukaan (painonnostossa kisataan vastaavasti Sinclair-pisteissä ja Supertotaliin osallistuvien pisteet molemmissa lajeissa lasketaan yhteen). Kisat on jaettu vielä toisen asteen (ammattikoulut ja lukiot) sekä korkea-asteen (ammattikorkeakoulut ja yliopistot) kesken siten, että toisen asteen opiskelijat kisaavat toisiaan vastaan ja korkea-asteen opiskelijat keskenään. Kaikki opiskelijat edustavat myös oppilaitostaan, jolloin kaikki osallistuvat oppilaitosten väliseen joukkuekilpailuun, jossa ratkaistaan kiertopalkinto Voimanpesän kohtalo. Vuonna 2019 painonnosto kisattiin lauantaina ja voimanoston vuoro oli sunnuntaina 14.4. Rentosarjalaiset kilpailivat aamupäivällä ja kilpasarjalaiset päästettiin irti iltpäivällä. Seuraavassa lyhyt raportti kilpasarjan osalta.



*Saara Laine (TNT) kuva: Jani Asikainen*



*Susanna Törrönen (S-V) kuva: Jani Asikainen*

Mitalitaisto oli tiukkaa sekä naisissa että miehissä ja sijoitukset ratkesivat pääasiassa vasta viimeisillä vedoilla. Naisten toisen asteen kilpasarjassa voiton vei IF Sibbo Vargarnan Susanna Törrönen 580,55:llä IPF-pisteellä. Keski-Uudenmaan koulutuskuntayhtymä Keudaa edustanut Törrönen penkkasi kisoissa naisten uuden avoimen Suomen ennätyksen 122,5 kg ja teki yhteistuloksen 352,5 kg. Toiseksi sijoittui Kankaanpään Voimailijoita ja Kiipulan ammattiopistoa edustanut Milka Kanerva IPF-pistein 491,53 (275 kg). Kolmas oli Tammelan Ryskettä ja Forssan yhteislyseota edustanut Nenna Asp 387,1:llä IPF-pisteellä (245 kg). Naisten korkea-asteen kilpasarjassa taistelu oli toista-astetta tiukempaa. Sarjan voiton vei Merikarvian Voimailijoiden sekä Satakunnan AMK:n Meri Kallio (657,14 IPF pistettä ja 395 kg). Toiseksi sijoittui useasti OSMeissa kisannut TNT:n ja Turun yliopiston Saara Laine, joka keräsi 654,62 IPF-pistettä (397,5 kg). Kolmas oli Salon Voimailijoiden ja Poliisiammattikorkeakoulun Anu Loponen (630,48 IPF-pistettä ja 362,5 kg).



*Jere Savolainen (KP) kuva: Jani Asikainen*



*Mikko Nuolioja (TVN) kuva: Jani Asikainen*



*Oscar Sandler (PV) kuva: Jani Asikainen*



*Meri Kallio (MeVo) kuva: Jani Asikainen*

Miesten toisen asteen kilpasarja oli tällä kertaa kahden opiskelijan taisto voitosta. Kultaa vei Pietarsaaren Voimailijoiden ja Jakobstads gymnasiumin Oscar Sandler, jonka tulos 482,5 kg toi 439,45 IPF-pistettä. Hopeaa sai Huittisten Voimailijoiden Ville Kursi (Vammalan lukio) IPF-pistein 413,08 (472,5 kg). Miesten korkea-asteen kilpasarjassa kovin taisto mitaleista käytiin useina vuosina OSMeihin osallistuneiden Mikko Nuoliojan (Tampereen AMK), Jere Savolaisen (Savonia AMK), Rickard Byggmästarin (Yrkeshögskolan Arcada) ja Ville

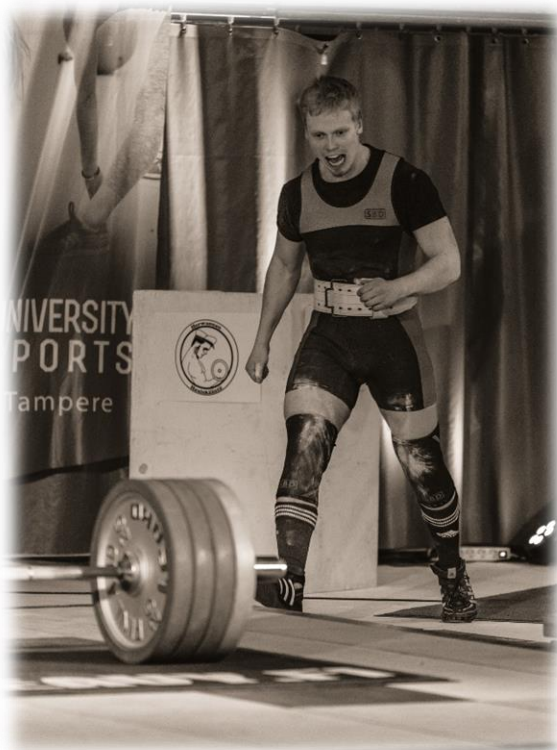
Vikmanin (Tampereen yliopisto) lisäksi David Liljekvistin (Yrkeshögskolan Arcada) kesken. Kulta meni Tampereen Voimannostajien Mikko Nuolijalle (655,96 IPF-pistettä ja 670 kg). Sijoille 2-5 päätyneet urheilijat olivat kaikki alle viiden IPF-pisteen sisällä toisistaan. Hopealle itsensä kairasi Kuopion Painonnostajien Jere Savolainen (641,29 IPF-pistettä ja 677,5 kg) ja pronssille Pietarsaaren Voimailijoiden Rickard Byggmästar (640,83 IPF-pistettä ja 680 kg). Mitaleiden kohtalot ratkesivat vasta viimeisillä maastavedoilla ja myös miesten kisa sisälsi paljon tunteita sekä onnistumisia.



*Ville Vikman (S-V) kuva: Jani Asikainen*



*Tuulia Viljanen (TNT) kuva: Jani Asikainen*



*Jan Lipponen (TNT) kuva: Jani Asikainen*



*Henrik Alenius (TNT) kuva: Jani Asikainen*

Opiskelijoiden SM-kilpailut olivat tänäkin vuonna opiskelijakerhon resursseihin nähden suuri ponnistus, mutta myös samalla taidonnäyte osaamisesta. Kaksipäiväisten kisojen läpiviemiseen tarvitaan erittäin paljon talkoolaisia, mikä ei Herwannan Hauiskäännön yhteisössä ole ollut ongelma ja josta kerholaiset voivat myös itse olla ylpeitä. Laadukkaat kilpailut pitäneet seurat varmasti tietävät mitä kisojen järjestäminen vaatii. Onkin hienoa, että pitkälti nuorista koostuvassa kerhossamme on tahtotila ja kyky toteuttaa OSMien kaltaisia tapahtumia vuodesta toiseen. Me Herwannan Hauiskäännössä toivoisimme, että tulevaisuudessa myös jokin muu opinahjo

(tai opinahjot) järjestäisi kyseiset kisat, jotta mekin pääsisimme kisamatkalle. Toistaiseksi kuitenkin me Tampereella olemme pitäneet perinnettä yllä ja pyrimme pitämään sitä myös jatkossa.

Vahvaa kesää ja opiskelijoille ansaittua kesälomaa toivottaa

Ville Vikman

Varapuheenjohtaja & tapahtumavastaava

Herwannan Hauiskääntö (IF Sibbo Vargarna)



*Herwannan Hauiskääntöön jäsenistöä 14.4.2019 (kuva: Jani Asikainen)*