



# Årsberetning 2019 for Friskis&Svette Drammen

## Medlemmer

I 2019 hadde vi 165 medlemmer sammenlignet med 133 i 2018. Snittalderen var 50 år.

Vi setter stor pris på alle nye medlemmer, og gleder oss over så mange trofaste medlemmer fra år til år.

Årsklasse	Antall
13-19	18
20-29	6
30-39	2
40-49	25
50-59	66
60-69	44
70-80	4
Sum (7 gutter/menn)	<b>165</b>

Sted	Antall	Sted	Antall
Konnerud	<b>61</b> (56)	Krokstad-/Solbergelva	<b>6</b> (5)
Tangen/Åskollen	<b>22</b> (11)	Gulskogen	<b>5</b> (4)
Bragernes	<b>16</b> (11)	Sande og Berger	<b>4</b> (1)
Strømsø	<b>12</b> (6)	Lier	<b>3</b> (0)
Danvik/Fjell	<b>11</b> (7)	Lierstranda	<b>2</b> (1)
Skoger	<b>11</b> (15)	Nordagutu og Svene	<b>2</b> (0)
Åssiden	<b>9</b> (14)	Hokksund	<b>1</b> (0)

## Treningstimer

Våren 2019	Høsten 2019
Mandag kl. 19.00 (middels) på Hallermoen	Mandag kl. 19.00 (middels) på Hallermoen
Tirsdag kl. 18.00 (sirkel) i Drammenshallen	Tirsdag kl. 18.00 (sirkel) i Drammenshallen
Onsdag kl. 18.00 (middels Ung) i Drammenshallen	Onsdag kl. 18.00 (middels Ung) i Drammenshallen
Onsdag kl. 20.00 (middels) på Hallermoen	Onsdag kl. 19.00 (middels) på Hallermoen
Torsdag kl. 19.00 (Flex Soft) på Aktivt Konnerud	Onsdag kl. 20.00 (Flex soft) på Hallermoen
Torsdag kl. 19.00 (middels) i Drammen VGS/Drammenshallen	Torsdag kl. 19.00 (middels) i Drammenshallen
	Fredag kl. 07.00 (Core) oppstart 1. november Brandengen Flerbrukshall

## Oppmøte

Hallermoen	Totalt personer	Antall treninger	Gj. snitt personer totalt	Gj. snitt personer mandag	Gj. snitt personer onsdag -1	Gj. snitt personer onsdag -2
Våren 2019	891	40	22	27	18	
Høsten 2019	775	43	22	26	19	16

Drammenshallen/ Drammen VGS	Totalt personer	Antall treninger	Gj. snitt personer totalt	Gj. snitt personer tirsdag	Gj. snitt personer onsdag	Gj. snitt personer torsdag
*Våren 2019	*856	*50	*17	25	11	*15
Høsten 2019	954	46	21	29	11	19

\* Mangler totale tall fra trening på Drammen videregående.



Øren Flerbrukshall/ Aktivt Konnerud	Totalt personer	Antall treninger	Gj. snitt personer totalt
*Våren 2019	*23	*5	*5

\* Mangler totale tall fra trening på Aktivt Konnerud.

Brandengen Flerbrukshall	Totalt personer	Antall treninger	Gj. snitt personer totalt
Høsten 2019	49	5	10

### Lokaler og tilgjengelighet

Vi har hatt et godt samarbeid med kommunen og hallene.

Våren 2019 ble det arrangert utetreninger på Konnerud når Hallermoen skole måtte bruke gymsalen til egne arrangementer.

Høsten 2019 ble vi kontaktet av Brandengen skole med tilbud om gratis hall-leie, og samarbeidet førte til gratis morgentrening på fredager fra november.

### Satsningsområder for 2019

#### 1. Jubileum, F&S Drammen 20 år.

**2. Utdanning av treningsledere:** Ida ble lisensiert som Core-instruktør i januar.

**3. Ung fokus:** Fokus på rekruttering av unge har vært redusert i 2019, men tilbudet om gratis trening for ungdom har blitt sendt til Drammen Røde kors, Fellesverket, Rett Fram Opplevelser, Ute-teamet, Mangfoldhuset, Ungdomshuset, Oppvekstteamet i Drammen kommune, Frelsesarmeen Drammen, deltagende ungdomsskoler til Skoleløpet 2019, Ski- og Ballklubben Skiold ved Jenter'02, Buskerud Idrettskrets, Drammen idrettsråd, og Redd Barna.

### Støtte til trening for ungdom

Støtten vi mottok fra Bufdir (Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet) via Nasjonal tilskuddsordning mot barnefattigdom i mai 2019 ble brukt til gratis trening for ungdom mellom 13 og 20 år alle dager, på alle treningssteder, hele skoleåret 2019/20.

Treningsledere	Verter
Anne Haugjord	Anne Kristin Thorset
Anne Helene Opsahl Danielsen (fram til mars 2019)	Anne Lise Gundesø
Anne Kathrin Torgersen	Anne Rypaas
Gro Waage (permisjon, vikar ved behov)	Cathrine Henriksen Jørgensen
Ida Camilla Christensen	Dordi Formoe
Muna Taarland	Elisabeth Lindstrøm
Nina Midttun (fra mars til juni 2019)	Ingvild Mørk Madsen
Stine Mari Haugen	Stina Bellen Haflan
Sølvi Kaalstad	Turid Høybråten
	Wenche Haraldsen

### Styret

- Stina Bellen Haflan (styreleder)
- Muna Taarland (nestleder)



- Heidi Grøndahl (kasserer)
- Anne Lise Gundesø (styremedlem)
- Dordi Formoe (styremedlem)

Styret har hatt 7 styremøter i 2019, inkludert 2 med F&S Lier. Foruten fysiske møter, benytter vi mail og egen styregruppe på Facebook for samhandling.

### Valgkomiteen

- Cathrine Henriksen Jørgensen
- Elisabeth Lindstrøm

### Markedsføring

**Flyers og plakater** har blitt delt ut i nærområdet og på arbeidsplassene våre. I tillegg har vi hengt opp informasjon på offentlige plasser, butikker og skoler i nærområdet.

**Facebook** blir brukt aktivt, og vi har to grupper: "Samfunn" og en "Gruppe" med henholdsvis 313 (226 i 2018) og 254 (220 i 2018) følgere/medlemmer. Oppstarts-informasjon har blitt lagt inn på FB-sidene til: Drammens Tidende, Dagsavisen Fremtiden og Byavisa Drammen.

**"Det skjer" i Drammens Tidende (DT)** er en gratistjeneste i papirutgaven og på nett som vi benytter (vi har ikke annonsert i Drammens Tidende da det er kostbart).

**«Ung og aktiv» på nettsidene til Drammen kommune** og **«Kjøpe/selge Drammen og omegn»** har blitt brukt til annonsering av ungdomstilbudet vårt.

**E-post til alle brukere av Drammenshallen** med invitasjon til gratis trening de gangene hallen har vært stengt pga. håndballkamper.

**Frivillig.no** er et nettsted der vi annonserer for å tiltrekke oss potensielt nye Funksjonærer.

**SMS fra Klubbadmin** har blitt benyttet noen ganger til å informere om avlyste timer og invitasjoner til årsmøtet og jubileumsarrangement.

**Stand på Skoleløpet 2019** i august der F&S Modum og F&S Drammen samarbeidet om oppvarmingen før løpet. Dette er et løp for flesteparten av ungdomsskolene i Buskerud.

Intervju med DT om gratis trening for ungdom mellom 13 og 20 år.

Vi har hatt følgende **gratis-perioder** i 2019:

- De 3 første ukene av året
- Gratis trening for en venn i valentinuka
- Vinterferien
- Mai for nye medlemmer som betalte for Høsten 2019
- Juni måned. Gratis trening.
- De 3 første ukene etter skolestart
- Høstferien
- Desember for nye medlemmer som betalte for Våren 2020 eller Året 2020



## Økonomi

2019 ble nok et godt år økonomisk for F&S Drammen. Inntektene ble høyere og kostnadene vesentlig lavere enn budsjettet, hovedsakelig fordi opplæring og innkjøp til Vektstang-trening og Flex ble utsatt, samt at vi ikke har leid lokaler på Drammen VGS og hos Aktivt Konnerud slik vi tok høyde for. I tillegg ble jubileumsfeiringen gjennomført til halvparten av beregnede kostnader.

	2019	2018	2017	2016	2015	2014
Inntekter	Kr. 184 097	Kr. 168 975	Kr. 158 504	Kr. 132 557	Kr. 115 808	Kr. 136 405
Kostnader	Kr. -139 289	Kr. -179 128	Kr. -85 482	Kr. -77 920	Kr. -136 369	Kr. -138 949
Resultat	Kr. 44 808	Kr. -10 153	Kr. 73 022	Kr. 54 637	Kr. -20 561	Kr. -2 544
Eiendeler	Kr. 469 773	Kr. 427 990	Kr. 441 493	Kr. 354 717	Kr. 307 754	Kr. 314 871
Gjeld	Kr. -11 630	Kr. -14 655	Kr. -18 004	Kr. -4 250	Kr. -10 900	Kr. -1 400
Egenkapital	Kr. 457 897	Kr. 413 335	Kr. 423 489	Kr. 350 467	Kr. 296 854	Kr. 313 471

## Funksjonær-aktivitet

- **Mail** blir aktivt brukt hele året for å sende informasjon til alle Funksjonærer.
- **Core**, januar: Ida lisensiert.
- **Vertemøte** hos F&S Bærum, februar: Anne Lise og Dordi deltok.
- **DT**, mars: deltar på trening og skriver om gratis trening for ungdom.
- **Årsmøte**, mars: F&S Drammen.
- **MØTEPLASSEN – Introduksjonsenteret**, mars: Stina deltok på stand.
- **Årsmøte F&S Norge**, mars: Anne Lise og Stina deltok.
- **Treningskonkurransen**, april: med premiering til medlemmene startet i april og varte fram til sommerferien.
- **Felles styremøte, mai**: med F&S Lier.
- **Sommeravslutning, juni**: for alle medlemmer og funksjonærer på Klopptjern i øsende regnvær.
- **Sommeravslutning, juni**: for alle funksjonærer.
- **Skoleløpet 2019**, august: Ida sto for oppvarmingen og Stina sto på stand.
- **Storkommunemøte, september**: Anne Lise og Dordi deltok på møte med alle idrettslag i «nye» Drammen.
- **20års jubileum, september**: Åpen dag i Brandengen Flerbrukshall.
- **Faktureringskurs** i Klubbadmin, oktober: Heidi deltok.
- **Felles styremøte**, oktober: med F&S Lier.
- **Morgentrening**, november: nytt treningstilbud i Brandengen Flerbrukshall.
- **Julebord**, november: for alle Funksjonærer.
- **Juleavslutninger**, desember: for Funksjonærer og medlemmer med utlodning og julegodterier på alle treningsstedene.
- **2. juledagstrening**, desember: med F&S Lier i Tranbyhallen.

## Samarbeid med andre foreninger

Samarbeidet med F&S Lier om EnkelJympa er videreført i 2019, der Lier stiller med treningsleder og verter. Styrene i F&S Lier og Drammen er enige om at medlemmer i Lier kan trene gratis i Drammen, og Drammen trene gratis i Lier. Vi har hatt god hjelp av F&S Modum i forbindelse med stand på Skoleløpet 2019.

F&S Drammen har benyttet seg av inspirasjonsdager i regi av F&S Bærum.

Drammen, 28. februar 2020

Stina Bellen Haflan

Styreleder