



Nordnes-Åsane

# Årsberetning Friskis&Svettis Nordnes-Åsane 2018

## **Organisasjonen.**

Friskis&Svettis Nordnes-Åsane er en del av idrettsforeninger i Europa som er tilknyttet Friskis&Svettis Riks i Sverige. Alle F&S foreninger i Norge følger Norges idrettsforbund sin lovnorm for idrettslag i NIF, og er en del av Fleridrettsforbundet.

## **Styret.**

Styret ble valgt på årsmøtet 15. mars 2018.

Leder: André Marandon

Nestleder: Terje Strømøy

Styremedlem og økonomiansvarlig: Karin Landschulze

Styremedlem: Lars Skorpen

Vara: Maria Udd

Revisor: Astrid Skipenes og Grethe-Karin Lysne.

Funksjonæransvarlig: Annette Marandon.

Utdannings- og treningsansvarlig: André Marandon.

## **Møtevirksomhet og styrets arbeid.**

Styret har i perioden avholdt 6 styremøter. Referat fra styremøter gjøres tilgjengelig på vår hjemmeside, <http://nordnesasane.friskissvettis.no>

Vara til styret og revisor var invitert til styremøtene.

Arbeidet i styret har fungert godt, og i henhold til intensjonen. Styret har arbeidet etter og videreutviklet et årshjul for foreningens virksomhet.

Stiftelsesmøte til F&S Nordnes-Åsane i 2016, ga styret i oppgave å reetablere treningstilbudet i Åsane, samt opprettholde og videreutvikle treningstilbudet i Nordneshallen, dette arbeidet er videreført også i 2018.

I løpet av året har Irene Otterlei gått ut i permisjon. Vi har utdannet en ny treningsleder for vektstang i Nordneshallen: Vetle Velle.

Vi har forsterket samarbeidet med NIL gjennom prosjekt UNG i regi av Friskis&Svettis Norge. F&S Nordnes-Åsane ble tildelt midler for satsning på ungdomsgruppen 13-18 år rettet

mot håndball- og fotballgruppen. André Marandon har vært kontaktperson. Vi har 26 ungdomsmedlemmer som følge av prosjektet.

### **Timeplaner og treningstilbud.**

Utarbeiding av timeplaner er gjort av treningsansvarlig André Marandon i samarbeid med treningsledergruppen. Vi har i perioden gitt et variert og godt treningstilbud, med inntil 7 treningstimer i Nordneshallen og 2 treningstimer på Kyrkjekrinsen skole.

### **Medlemskontingent og treningsavgift.**

Vi har hatt følgende satser i perioden:

Medlemskontingent 2018: 100 kr.

Treningsavgift semesterkort: Nordnes 900 kr. Åsane 450 kr.

Treningsavgift årskort: Nordnes 1600 kr. Åsane 800 kr.

Treningssavgift styrkerom: kr 250,- pr semester (under forutsetning av betalt treningsavgift).

Rabattert treningsavgift senior og student. Ungdomskort for ungdom mellom 13 og 18, er gratis. I tillegg tilbys kjøp av enkeltbillett, samt klippekort for medlemmer av NIL eller andre F&S foreninger.

Årsmøtet bestemmer kontingent, treningsavgiften reguleres av styret.

### **Foreningens økonomi.**

Friskis&Svettis Nordnes-Åsane har driftskonto i Sparebanken Vest, kontonummer 3633.43.56692.

Vipps-nummer: 88887 (Friskis&Svettis Nordnes-Åsane).

Foreningens inntekter kommer hovedsakelig fra kontingent og treningsavgift.

Vi har også lånt ut spinningssykler og rom til bedriftsidrettslaget Fisken, som har gitt oss litt inntekt (halvparten av inntekten gis videre til stiftelsen i form av husleie).

Utgiftene til foreningen fordeler seg hovedsakelig til husleie Nordneshallen, samt reise og utgifter i forbindelse med utdanning av nye ledere.

Et mål for foreningen bør være å styrke økonomien gjennom økt medlemsmasse for å kunne gi rom for helt nødvendige utgiftsposter som videreutdanning, innkjøp av treningsklær og leieutgifter.

### **Funksjonærer.**

Annette M har vært funksjonæransvarlig i perioden.

Treningsledere: Bård Ø (spinn 45, spinn intervall), Aud L (vektstang), André M (spinn soft, flex soft, spinn intervall), Karin L (stasjon/basis, basis), Irene O (basis), Annette M (spinn soft, flex soft, basis), Vetle V (vektstang soft).

LOF (lederoppfølging): Lederne har blitt lederoppfulgt av André M eller med kompisloffing.

Bård Ø deltok på Friskis&Svettis dagene 2018 i Oslo.

Verter: Astrid S (spinn soft, spinn 45), Vigdis H og Ane N (spinn 45, vektstang, flex soft), Kari Britt O og Karianne V (flex soft), Lars S (basis, spinn soft), Marit R A (basis), May Britt (spinn soft), Per Henrik M V (vektstang soft) og Jane N og Mona W (stasjon/basis, basis).

Treningsstilbudet har vært godt og variert, og våre treningsledere holder høyt faglig nivå. Treningsåret er gjennomført uten store endringer, og med få avlysninger.

Verter og vertsansvarlig har levert godt arbeid gjennom hele året.

### **Medlemmer.**

Vi har i perioden flyttet vårt medlemsregister til KlubbAdmin, som er gratis og NIF sitt eget register. Vi var registrert med 94 medlemmer i 2018.

For en trygg og bærekraftig drift bør vi sikte mot et medlemsantall på ca. 150 personer.

### **Sosiale aktiviteter.**

Det ble arrangert medlems- og funksjonærfest i Klosteret 6. i november.

### **Kommunikasjon.**

Vi har gått over til ny nettside Vår nettside er [www.friskissvettis.no/NordnesAsane.no](http://www.friskissvettis.no/NordnesAsane.no)  
Webansvarlig André Marandon har sørget for løpende oppdateringer med aktuell informasjon. Vi har også videreført facebooksidene Friskis&Svettis Nordnes-Åsane. Bård Økland oppdaterer denne.

Styret benytter anledningen til å takke alle for bidrag og et godt år med trening i Åsane og på Nordnes.

Bergen, 1. mars 2018

André Marandon, Terje Strømøy, Karin Landschulze, Lars Skorpen og Maria Udd.