



Årsberetning

Friskis&Svettis Bergen

Organisert i Norges Fleridrettsforbund (NIF) og Friskis&Svettis Norge og Riks

2019

Styrets sammensetning

Leder:	Nils Øien
Nestleder:	Cathrine Nøttingnes
Styremedlemmer:	Solveig Rongved Linda Karin Forshaw Anita Hunsager
Varamedlemmer:	Mona V. Nilsen Vivi Nordahl
Valgkomité:	Lidveig Tjørve Borghild Rommetveit
Revisorer:	Edel Johannessen Perny Naterstad

Observatører til styret:

En representant fra *utdanningsgruppen*: Ingunn Bjåstad, Ane Thoresen.

En representant for *lederansvarlig*: Line Omland, Mona Kleppevik.

En representant for *vertsansvarlig*: Linda Johnsen, Sissel Skoge.

Ellers har Linda Johnsen vært klesansvarlig, Ane Thoresen har administrert Funknet og facebooksidene, Ane D. Eriksen Instagramkonto, Sissel Skoge websiden og funksjonærlisten.

Styrets arbeid

Styremøter

I 2019 har det vært avholdt 4 ordinære styremøter, samt arbeid med å forberede dokumenter til årsmøtet som ble holdt 6.mars 2019.

I alt er 39 sakspunkter behandlet. Vararepresentantene deltar på styremøtene på lik linje med styremedlemmene, men uten stemmerett. Ansvarlige for leder-, utdannings- og vertsfunksjonene har deltatt jevnlig som observatører.

Spesielle oppgaver

I 2019 gjennomførte Friskis&Svettis Norge et workshop-opplegg mot foreningene med tema 'Friskis inn i fremtiden'. Bakgrunnen er den synkende medlemsmassen, og om det er praktiske tiltak vi kan gjøre for å snu trenden og rekruttere medlemmer. F&S Bergen deltok i dette opplegget.

I 2019 ble også medlemstransport til idrettens eget system, Klubbadmin, gjennomført ved hjelp av Idrettens Support.

Aktivitet

Friskis&Svettis har som mål å tilby så mange som mulig trening av høy kvalitet.

Friskis&Svettis Bergen har for tiden fire treningssteder i Bergen; Fridalen skole, Lynghaug skole, Steinerskolen (fra 2019, midlertidig mens Storetveit skole renoveres), og Energisenteret på Haukeland (Enkeljympe).

På skolene er det tilbud om trening tre kvelder i uken, mens det på Energisenteret er en treningskveld i uken. Både i vårsemesteret og høstsemesteret hadde foreningen i alt 10 ordinære treningstimer ukentlig.

I tillegg ble det gjennomført lørdagstreninger med ambulerende treningsledere. Lørdagstreningen er et ekstra treningstilbud som gir anledning til å prøve ut partier som en vanligvis ikke deltar på, samt at det er et markeditiltak for rekruttering av mosjonister siden disse treningene er gratis og åpne for alle.

Det ble gjennomført flere sosiale og faglige samlinger for funksjonærene gjennom 2019. Aktiviteter for øvrig er oppsummert nedenfor under de enkelte arbeidsgruppene.

Treningsleder – ansvarlige:

Treningslederansvarlige for foreningen i 2019 har vært Line Omland og Mona Kleppevik. Treningsledere utvikler/tilrettelegger terminens timeplan. Det har blitt gjennomført tre lørdagstreninger på Steinerskolen våren 2019. Lørdagstreningene ble lagt opp som langtreninger, etterfulgt av mingling/utlodning, frukt og drikke. Høsten 2019 ble det gjennomført en inspirasjonsdag, en lørdag med to treningstimer. En time med leder fra egen forening, og en time med to gjesteledere fra Tysvær. Lørdagstreningene er et ledd i markedsføring og rekruttering. Disse treningene har vært åpne og gratis for alle og med godt oppmøte av mosjonister.

Det har vært arrangert leder og verts møte våren 2019 og høsten 2019. En treningsleder ble lisensiert høsten 2019. Det ble ikke rekruttert noen nye treningsledere for vårsemesteret 2020. Eventuell rekruttering/behov for nye treningsledere vurderes fortløpende.

Utdanningsgruppa:

Ane Thoresen og Ingunn Bjåstad har utgjort utdanningsgruppa i Bergen F&S i 2019. Det meste av organiseringa har skjedd via telefonmøter og epost, noko som har fungert bra. Ane har hatt ansvar for Funknet, Ingunn har vore observatør på styremøter og hatt hovudansvar i forhold til det som har med filming og lisensiering å gjere.

Rekruttering av nye ledere: Vi har rekruttert 2 nye ledere i Bergen F&S i 2019 – Sonia Faaland og Eli Lea. Sonia fullførte Ettan og Treningsform Jympa-kurs på våren, og har leia Middels time på Steinerskolen (Storetveit) frå hausten 2019. Dessverre vart det ei utfordring å finne kursdato som passa for Eli i fjor, men ho er no påmeldt Ettan 21.-24. mai 2020.

Kurs i oppfølging av ledere: Line og Ingunn var 9.-10. mars på kurs i Stavanger, og er godkjent for oppfølging av ledere for dei som ønsker det.

Enkeljympa, kurs: Inspirasjonskurs, Enkeljympa – Cathrine og Lidveig.

Inspirasjonstour: Denne tour'en kom ikkje til vestlandet i 2019 pga mangel på arrangørforening. Kun Line deltok frå Bergen F&S, i Bærum.

Inspirasjonsdag: 16. november hadde vi inspirasjonsdag for alle funksjonærar på Steinerskolen. Det var dobbel treningstime først, ope også for mosjonistar, og lunsj etterpå. Kjersti Glette og Irene Stangeland Knutsen frå Tysvær F&S leia den første treningsøkta og deltok på hyggelig lunsj. Vi hadde også ein god prat med utveksling av erfaringar rundt drifta av F&S i henholdvis Tysvær og Bergen.

Ved leiarmøtet 27.oktober 2019, vedtok utdannings- og leiargruppa å slå seg saman til ei felles gruppe.

Vertsansvarlige:

Linda Johnsen og Sissel Skoge har vært vertsansvarlige i 2019. I løpet av 2019 var det 17 aktive verter fordelt på de ulike treningsstedene. Det har kommet en del nye til det siste året, noe vi er glade for. Det ble arrangert et verts/ledermøte høsten 2019.

Nettsiden:

Sissel Skoge har vært ansvarlig for nettsiden, og oppdaterer jevnlig eventuelle endringer i timeplan på denne. Ane D Eriksen har oppdatert jevnlig foreningens instagramkonto.

Vurdering av aktivitet i forhold til mål

Styret har i 2019 konsolidert aktiviteten ved treningsstedene Fridalen skole, Lynghaug skole og Steinerskolen (erstatning for Storetveit skole i rehabiliteringstiden), og treningstilbudet Enkeljympa ved Energisenteret Haukeland har blitt godt mottatt med god og stabil deltagelse. Styret er rimelig fornøyd med oppslutningen blant mosjonistene; vi ser ut til å ha en trofast kjerne av medlemmer, men rekrutteringen ser ut til å være avgrenset til det alderssegmentet som allerede har avtegnet seg i foreningen. Vi skulle ønsket at medlemsutviklingen hadde vært bredere enn den vi har erfart, men rekrutteringsarbeidet er vanskelig. Styret har hele tiden store ambisjoner om å få rekruttert nye treningsledere da dette er en forutsetning for både å opprettholde og eventuelt kunne utvide tilbudet. Så langt har vi klart å videreføre aktiviteten, og styret vil alltid legge forholdene best mulig til rette for de som vil ta utfordringen – og gledene - med en treningsleder-utdanning, og vi retter en stor takk til de som har villet ta denne utfordringen.

Medlemstall

Det registrerte medlemstallet for 2019 er totalt 165 medlemmer. Dette er en nedgang på vel 15 % fra 2018 og viderefører dessverre den negative utviklingen over tid i medlemstallet.

Aktiviteten vår fordeler seg på treningslokaler på Fridalen og Lynghaug skoler, samt Steinerskolen som erstatningslokale i påvente av nybygg på Storetveit skole. Dessuten tilbyr vi Enkeljympa på Energisenteret, Haukeland, og 24 av medlemmene våre er tilknyttet dette tilbudet.

De fleste registrerte medlemmene (93 %) er 26 år eller eldre, og aldersfordelingen har helt klart en veldig voksen profil idet nesten 80 % av medlemmene er 50 år eller eldre. Alle medlemmene under 26 år, bortsett fra to, er deltakere på Enkeljympa. Blant medlemmene er 90 % kvinner (mot 93 % i 2018!).

Antall registrerte medlemmer i 2019 fordelt på kjønn og aldersgruppe:

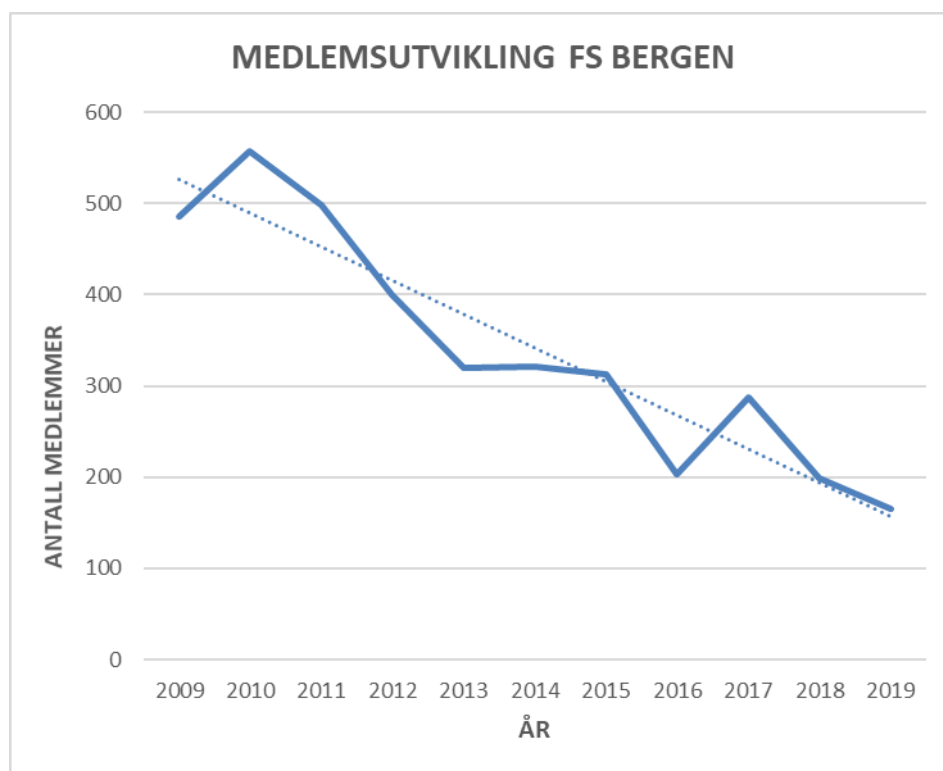
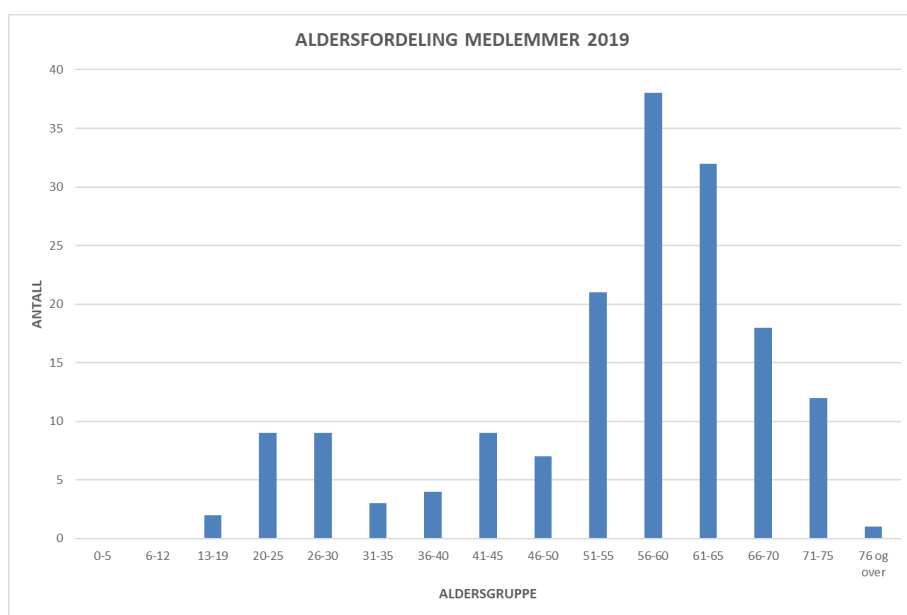
	0-5 år	6-12 år	13-19 år	20-25 år	26 år og eldre	Totalt
Kvinner	0	0	2	5	141	148
Menn	0	0	0	4	13	17
Totalt	0	0	2	9	154	165

Note: Det er 7 kvinner og 4 menn der fødselsdata ikke er angitt; disse blir lagt til i kategorien 26+.

Medlemsutvikling:

	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019
Totalt	485	557	498	400	320	321	313	203*	288**	199	165

Noter: * Antallet er for lavt. **Første år etter atskillelsen fra FS Nordnes-Åsane.



Årsregnskap

I 2019 har foreningen gått med et overskudd på i underkant av kr 60 000. Dette er mer enn dobbelt så mye som overskuddet i 2018. En vesentlig del av forklaringen her ligger i utleggene til deltakelse i Friskis&Svettis-dagene i 2018. Disse dagene arrangeres annet hvert år slik at de utgiftene best sees i en to-års sammenheng: Tilsvarende utgifter vil igjen dukke opp når vi kommer til 2020-regnskapet.

Foreningen vår har hatt en betydelig nedgang i antall medlemmer og dette er noe vi har til felles med svært mange av Friskis-foreningene i Norge. Imidlertid er en del av utgiftene våre relatert til medlemstallet og derfor ikke av stor bekymring. Noen av postene, som for eksempel husleie, er imidlertid faste. For 2019 kan vi konstatere at treningsavgift/medlemskontingent om lag balanserer de reelle utgiftene vi hadde. Overskuddet vi har for 2019 i forhold til budsjettet skyldes for en stor del underforbruket til utdanning og kan direkte relateres til bedre uttelling på momskompensasjonen og diverse tilskudd fra fleridrettsforbundet.

Det er en del variasjon i de enkelte postene mellom budsjett og forbruk, men slik vil det nødvendigvis være i foreningen når ikke all aktivitet lett lar seg planlegge. Dessuten er vi også et samfunn i endring på flere måter, noe som gjenspeiles i at digitale plattformer har blitt de viktigste medieformidlerne også for oss, og for en stor del bragt post og trykksaker over i historien.

Grunnutdanningen av en treningsleder har en kostnad på om lag kr 25 000, og vi har vanligvis budsjettert med tre nye treningsledere per år. I 2019 hadde vi en treningsleder med gjennomført utdanning, og gledeligvis var det i tillegg flere som tok videreutdanning og ellers kastet seg over tilrettelagte kursmoduler. Men vi har behov og ressurser til å utdanne flere!

Styret konkluderer med at aktiviteten vår i 2019 har vært i god overensstemmelse med planene og intensjonene våre, selv om vi har måttet ta inn over oss en betydelig medlemsnedgang. Vi er veldig godt fornøyde med at Enkeljympa har blitt godt mottatt av brukerne. Med en solid økonomi i ryggen kan vi fortsatt drifte foreningen på en god måte og ha midler til medlemsstyrkende tiltak.

Bergen, 10.mars 2020

_____	_____	_____	_____	_____
Nils Øien	Cathrine Nøttingnes	Solveig Rongved	Linda Karin Forshaw	Anita Hunsager
<i>styreleder</i>	<i>nestleder</i>	<i>styremedlem</i>	<i>styremedlem</i>	<i>styremedlem</i>