



Årsberetning 2020 for Friskis&Svettis Drammen

Medlemmer

I 2020 hadde vi 119 medlemmer sammenlignet med 165 året før. Nedgangen skyldes sannsynligvis Korona-pandemien og at vi i store deler av året ikke har kunnet trene sammen eller møtes i grupper. I høst sa vi nei til nye medlemmer pga. antallsbegrensninger på trening. Snittalderen var 52 år (50 år i 2019).

Årsklasse	Antall
13-19	6 (18)
20-29	2 (6)
30-39	6 (2)
40-49	18 (25)
50-59	49 (66)
60-69	35 (44)
70-80	3 (4)
Hvorav gutter/menn	3 (7)

Fjoråret i parentes

Bosted	Antall
Konnerud	55 (61)
Tangen/Åskollen	18 (22)
Bragernes	10 (16)
Danvik/Fjell	9 (11)
Skoger	7 (11)
Åssiden	6 (9)
Strømsø	5 (12)
Krokstad/Solbergelva	2 (6)
Lier/Lierstranda	3 (5)
Annet/utenbys	4 (3)

Treningstimer

Vårterminen ble avkortet, og varte fra januar til mid-mars, og fra sen-mai til sen-juni.

Høstterminen ble avkortet, og varte fra sen-august til mid-november. Oversikten under viser oversikt over timeplan i hall.

Våren 2020	Høsten 2020
Mandag kl. 19.00 (middels) på Hallermoen	Mandag kl. 19.00 (middels) på Hallermoen
Tirsdag kl. 18.00 (middels) i Drammenshallen	Tirsdag kl. 18.00 (middels) i Drammenshallen
Onsdag kl. 18.00 (Dans Explode) på Hallermoen	Onsdag kl. 19.00 (Dans Explode) på Hallermoen
Onsdag kl. 20.00 (styrke og bevelighet) på Hallermoen	Onsdag kl. 20.00 (Coreflex soft) på Hallermoen
Torsdag kl. 19.00 (sirkel) i Drammenshallen	Torsdag kl. 19.00 (sirkel) i Drammenshallen
Fredag kl. 07.00 (Core) Brandengen Flerbrukshall	

Oppmøte

Antall personer på trening totalt ble betydelig redusert i pandemi-året 2020 pga. færre timer. Antall medlemmer på trening ble i perioder satt til maks 15 stk. på innetrening og maks 20 stk. på utetrening for å følge retningslinjer fra helsemyndighetene. I oktober sendte vi en SMS til alle medlemmer og bad om tilbakemelding dersom de trengte hjelp til Spond og/eller om de følte at det er utrygt å møtes pga. Korona. Flere oppgav egen helse eller arbeid i helsesektoren som grunn til at de ikke trener med oss nå.

Antall fysiske treningstimer gjennomført

Fjoråret i parentes.

	Tren. timer 2020	Totalt personer	Gj. snitt personer
Hallermoen vår	27 (40)	650 (891)	24 (22)
Hallermoen høst	22 (43)	314 (775)	14 (18)
SUM	49 (83)	964 (1665)	20 (20)



Drammenshallen vår	20 (50)	622 (856)	31 (17)
Drammenshallen høst	33 (46)	314 (954)	9 (21)
SUM	53 (96)	936 (1810)	17 (19)
Galterudhallen vår	3 (5)	*	*
SUM TOTALT	110 (189)		

* tall ikke tilgjengelig

Lokaler og tilgjengelighet

Vi har hatt et godt samarbeid med kommunen og hallene.

Våren/Høsten 2020 ble det arrangert utetreninger på Vestbygda skole og på Drammens museum da det ble åpnet for å trene ute i grupper. Det ble også organisert innetrening i Galterudhallen i mai. Alle treninger med fullt fokus på smittevern.

Satsningsområder for 2020

- 1. F&S-dagene** i februar for funksjonærene på Norges idrettshøyskole.
- 2. Smittevern fra mars og ut året 2020**
- 3. Utdanning av treningsledere:** Anne H og Anne Kathrin gjennomgikk Vektstang-utdanning.
- 4. Ung fokus:** Fokus på rekruttering av unge har vært redusert i 2020, 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, 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 2020 ble brukt til gratis trening for ungdom mellom 13 og 20 år alle dager, på alle treningssteder, hele skoleåret 2020/21.

Treningsledere	Verter
Anne Haugjord	Anne Lise Gundesø fram til mars 2020
Anne Kathrin Torgersen	Anne Rypaas
Gro Waage	Cathrine Henriksen Jørgensen
Ida Camilla Christensen fram til mai 2020	Dordi Formoe
Muna Taarland	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) fram til september 2020
- Dordi Formoe (styremedlem)
- Ole Anders (vara fram til juni 2020, styremedlem fra september 2020)

Styret har hatt 9 styremøter i 2020, hvorav 4 digitalt. Foruten styremøter, benytter vi mail og egen styregruppe på Facebook og Messenger for samhandling.



Valgkomiteen

- Sølvi Kaalstad leder
- Cathrine H. Jørgensen medlem
- Anne Rypaas medlem
- Wenche Haraldsen varamedlem

Markedsføring

Flyers og plakater Grunnet Korona-pandemien har det ikke blitt delt ut reklamemateriell i fysisk form.

Facebook blir brukt aktivt, og vi har to grupper: "Samfunn" og en "Gruppe" med henholdsvis 350 (313 i 2019) og 302 (254 i 2019) følgere/medlemmer. Oppstarts-informasjon for Våren 2020 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 ble benyttet i starten av vår-terminen.

«Ung og aktiv» på nettsidene til Drammen kommune og «Kjøpe/selge Drammen og omegn» har blitt brukt til annonsering av ungdomstilbudet i starten av vår-terminen.

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

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.

Spond-appen for invitasjon til trening ble tatt i bruk Høsten 2020.

Vi har hatt følgende **gratis-perioder** i 2020:

- De 3 første ukene av året
- Gratis trening for en venn i Valentinuka
- Vinterferien
- Juni måned. Gratis trening
- De 3 første ukene etter skolestart
- Høstferien

Økonomi

Korona-året 2020 ble økonomisk langt unna budsjettet, men vi kom allikevel godt ut av det. Inntektene ble lavere fordi vi ikke kunne ta imot nye medlemmer hele høsten, og kostnadene til bl.a. leie av lokaler, idrettsutstyr og sosiale treff ble betydelig lavere enn beregnet.

	2020	2019	2018	2017	2016	2015
Inntekter	Kr. 128 193	Kr. 184 097	Kr. 168 975	Kr. 158 504	Kr. 132 557	Kr. 115 808
Kostnader	Kr. -148 291	Kr. -139 289	Kr. -179 128	Kr. -85 482	Kr. -77 920	Kr. -136 369
Resultat	Kr. -20 098	Kr. 44 808	Kr. -10 153	Kr. 73 022	Kr. 54 637	Kr. -20 561
Eiendeler	Kr. 443 004	Kr. 469 773	Kr. 427 990	Kr. 441 493	Kr. 354 717	Kr. 307 754
Gjeld	Kr. 0	Kr. -11 630	Kr. -14 655	Kr. -18 004	Kr. -4 250	Kr. -10 900
Egenkapital	Kr. 443 004	Kr. 457 897	Kr. 413 335	Kr. 423 489	Kr. 350 467	Kr. 296 854



Funksjonær-aktivitet

- **Mail og Facebook** blir aktivt brukt hele året for å sende informasjon til alle Funksjonærer.
- **Digitale funksjonærmøter**, Høsten 2020
- **Konstituerende årsmøte i Drammen idrettsråd**, februar: Anne Lise deltok.
- **Funksjonærtreff i Risør**, februar: 7 funksjonærer deltok.
- **F&S-dagene**, februar: F&S Norge arrangør, F&S Drammen deltok med 7 funksjonærer.
- **Digitalt årsmøte i F&S Drammen**, mai
- **Sommeravslutning for funksjonærene**, juni
- **Kontrollutvalgsmøte, NIF**, september: Anne Evans og Astri Botten Larsen deltok.
- **Digital spørreundersøkelse**, oktober: til alle funksjonærer i F&S Drammen.
- **NIF webinar om medlems håndtering**, oktober: Heidi deltok.
- **NIF faktureringskurs**, oktober: Heidi deltok
- **NIF kartlegging av lønns- og regnskapssystemer i idretten**, november: Heidi deltok.
- **Informasjonsmøte med Solfrid Bratland-Sanda**, Professor i fysisk aktivitet og helse, november: Styret deltok.
- **Digital jule-treningskalender**, desember: annonsert på Facebook.
- **Digital presentasjon av Friskis verdigrunnlag**, desember: Funksjonærene deltok.
- **2. juledagstrening**, desember: digital trening med F&S Lier i Tranbyhallen.

Samarbeid med andre foreninger

Samarbeidet med F&S Lier om EnkelJympa er videreført i 2020, der Lier stiller med treningsleder og verter. F&S Drammen deltok på F&S-dagene i regi av F&S Norge. F&S Drammen besøkte F&S Risør.

En representant fra styret har deltatt på 9 digital korona-møter i regi av F&S Norge.

F&S Drammen har benyttet seg av digitalt treningstilbud fra bl.a F&S Lier, F&S Modum og F&S Vestby.

Drammen, 11.februar 2021

Stina Bellen Haflan

Styreleder