

Årsmøte



Friskis & Svettis

Lillehammer

23.03.2023 kl. 18.00

Sakliste og saksdokumenter for årsmøtet

Styret viser til innkalling til årsmøte av 23.02.2023.

Under følger saklisten for årsmøtet:

Sak 1: Godkjenne de stemmeberettigede

Sak 2: Velge dirigent

Sak 3: Velge protokollfører

Sak 4: Velge to medlemmer til å underskrive protokollen

Sak 5: Godkjenne innkallingen

Sak 6: Godkjenne saklisten

Sak 7: Godkjenne forretningsorden

Sak 8: Behandle idrettslagets årsmelding

Sak 9: Behandle idrettslagets regnskap i revidert stand

Sak 10: Ung representant i styret

Sak 11: Fastsettelse av medlemskontingent og treningsavgift

Sak 12: Vedta idrettslagets budsjett

Sak 13: Behandle idrettslagets organisasjonsplan

Sak 14: Virksomhetsplan

Sak 15: Innmeldte saker:

- Honorering av styreleder

Sak 16: Foreta valg til styre, kontrollutvalg og valgkomité, samt representanter til møter og ting

Vedlagt følger følgende dokumenter:

- Styrets forslag til forretningsorden
- Årsmelding
- Regnskap i revidert stand
- Revisors beretning
- Styrets forslag til medlemskontingent, og treningsavgifter eller vedtak om fullmakt
- Styrets forslag til budsjett
- Valgkomiteens innstilling og styrets innstilling til ny valgkomité

Ved spørsmål om årsmøtet, kan styreleder Ragnhild Hjelmstad kontaktes på e-post:
ragnildhjemstad@gmail.com

Med vennlig hilsen

Styret i F&S Lillehammer

Styrets forslag til forretningsorden

1. Årsmøtet ledes av valgt dirigent.
2. Valgte sekretærer fører protokollen. Protokollen skal underskrives av valgte medlemmer senest 2 uker etter årsmøtet.
3. Ingen medlemmer må gis rett til ordet mer enn 3 ganger i samme sak. Med unntak av hovedinnlegg fra de forslagsstillere som har forslag på saklisten, settes taletiden til: - 5 min. første gang. - 2 min. andre og tredje gang. Medlemmer som forlanger ordet til forretningsorden har 1 (ett) min. taletid. Ønsker medlemmer å delta i debatten, rekkes hånden i været slik at dirigent/sekretariat kan oppdatere talelisten.
4. Dirigenten kan forkorte taletiden, samt sette strek for inntegnede talere etter behov.
5. Alle vedtak og valg avgjøres med alminnelig flertall, bortsett fra de unntak NIFs lov og idrettslagets lovnorm fastsetter. Alle valg der det foreligger flere enn ett forslag foregår skriftlig eller om det stilles krav om det. Blanke stemmesedler teller ikke, og stemmene regnes ikke som avgitt. Øvrige avstemminger foregår med håndsopprekking.
6. Forslag og vedtak føres inn i protokollen med antall avgitte stemmer - for og imot, samt hvem som har hatt ordet i saken.
7. Eventuelle forslag som fremmes under forhandlinger, må leveres dirigenten skriftlig og være underskrevet med medlemmets navn. Forslag kan bare fremmes i saker som står på saklisten. Tidligere forslag kan ikke trekkes tilbake, og nye forslag kan ikke fremmes, etter at strek er satt eller at saken er tatt opp til votering.

ÅRSMELDING 2022



Bilde friskiser på Friskis&Svettis-dager i oktober 22

Lillehammer

Friskis & Svettis



Generelt

Virksomhetens art og hvor den drives

Friskis&Svettis Lillehammer er et idrettslag som driver sin virksomhet på Lillehammer, Gausdal, Øyer og Fåvang.

Rettsvisende oversikt over utvikling og resultat

Idrettslaget har hatt en inntektsoppgang på 29,8 % fra 2021 til 2022. Dette skyldes at vi i år har kunnet kjøre våre aktiviteter nærmest som normalt. Det er gjort grep også i 2022 for å holde kostnadene nede. Driftskostnadene har gått opp til 1.270.859 mot fjoråret, da de var på 867.261. Driftsresultatet er positivt på kr. 138.016

Det har ikke vært noen nasjonale tiltaksmidler rettet mot F&S' virksomhet, og vi har derfor ikke fått statlig koronakompensasjon i 2022 heller. Lykken dette året er at vi ikke har hatt eget treningssenter og har måttet betale strømutfgifter som mange andre idrettslag med klubbhus og eget senter har måttet gjøre.

Egenkapitalen er på 1.215.601 mot 1.077.585 året før 13 % økning.

Styret mener at årsregnskapet gir et rettsvisende bilde av selskapets eiendeler og gjeld, finansielle stilling og resultat.

Idrettslagets drift

Idrettslaget har også i 2022 hatt fokus på å tilby lett tilgjengelig, lystbetont, variert trening av høy kvalitet på alle våre treningssteder. I starten av året hadde vi ingen innendørsaktivitet og vi startet året med å ha treninger ute. Ca. 75 funksjonærer har bidratt med en imponerende frivillig innsats for å få dette til.

Fortsatt drift

Budsjettet for 2023 er satt opp under forutsetning av normal drift. I 2022 som i 2021 har vi drevet med begrenset antall deltakere, etter hvert kom det lettelse og vi kunne drive med ubegrenset antall deltakere. Med lettelse i restriksjon håpet vi på økt antall medlemmer. De lot vente på seg, og vi har fortsatt stort frafall i antall medlemmer sammenlignet med før pandemien. Selv med forsøk på å sette opp både utendørstreninger og tilby tilgang til online treninger har vi tapt medlemmer. Mange fikk kanskje andre vaner, eller har droppet trening helt. Daglig leder søkte permisjon i 30 %, og siste halvdel i 50%.

Vi fikk gjort noen investeringer i treningsutstyr, og vi fikk kjøpt nytt vektstangutstyr til 20 personer i Gausdal. Det ble også behov for å kjøpe nye høyttalere til spinningrom i Håkons hall.

Arbeidsmiljø

Styret mener arbeidsmiljøet i idrettslaget er godt. Det har ikke vært skader eller ulykker i 2022.

Likestilling

Idrettslaget har en overrepresentasjon av kvinnelige medlemmer, og dette gjenspeiles i styret. Styret har i 2022 bestått av 4 kvinner og 1 mann. Det har vært en kvinnelig og 1 mannlig vararepresentanter.

Ytre miljø

Virksomheten i idrettslaget forurensrer ikke det ytre miljø, men transporten til og fra trening gjør det. Mosjonistene oppfordres til å gå/sykle til trening, bruke kollektiv transport eller samkjøre.

Disponering av resultat

Idrettslaget hadde i 2022 et overskudd på kr 138 016 som godskrives annen egenkapital.

Lillehammer 23.03.2023

Ragnhild Hjelmstad
Styrets leder

Visjoner og planer

Vår visjon

Friskis&Svettis Lillehammer skal tilby lystbetont og lett tilgjengelig trening av høy kvalitet – for alle.

Våre verdier

- Smil og begeistring
- Kvalitet
- Treningsglede
- Inkludering og tilhørighet

Virksomhetsplan

Gjeldende virksomhetsplan ble vedtatt på årsmøte i 2021, og gjelder for perioden 2021-2024. I 2022 er det styrt etter planens hovedmål som er fokus på:

Medlemmer

Vi er ingen ting uten medlemmene våre. Vi skal ha stort fokus både på å beholde de vi har og rekruttere nye.

I 2023 vil fokuset være på funksjonærer

Engasjerte funksjonærer

Den største kapitalen i en organisasjon som Friskis&Svettis er menneskene, og vi skal jobbe for å ha dyktige, serviceinnstilte og engasjerte ledere og verter på alle treningssteder. Også her gjelder det å holde på de som vi allerede har, og i tillegg klare å rekruttere inn nye fortløpende.

Treningstilbudet

Vi skal hele tiden jobbe for å opprettholde et bra og bredt treningstilbud, både mht. treningsform, intensitet, geografi og tidspunkt. I tillegg til å opprettholde grunntilbudet, skal vi hele tiden jobbe for å kunne tilby våre medlemmer noe nytt på timeplanen hver termin. Kvalitet er et grunnleggende element i vår idé, og det leveres gjennom engasjerte ledere og verter, på alle treningssteder. I tillegg til å ha en dyktig administrasjon og et engasjert styre.

Synlighet

God og tydelig kommunikasjon er viktige elementer i jobben med synlighet. Vi jobber fortløpende for å bli enda mer synlige i media, i sosiale medier og ved å samarbeide med andre foreninger og arrangement i vårt nærområde.

Ung (Inkluderende og utfordrende)

Vi fortsetter jobben med å rekruttere flere unge inn i organisasjonen, både som funksjonærer og medlemmer. Det er fortsatt stort potensiale.

Senior – tilpasset trening

Vi har fått inn et nytt punkt i denne periodens virksomhetsplan. Det er en økt andel seniorer i

samfunnet, og de må få et treningstilbud. Vi er et godt tilbud, og har mange varierte treninger de kan delta på.

Informasjon om driften

Styret

Styret har bestått av:

- Styreleder: Ragnhild Hjelmstad
- Nestleder: Lene Nustad
- Øvrige styremedlemmer: Geir Tore Land, Anne Miklavic og Lotta Systad
- Vararepresentanter: Ole Thy og Marianne Brun
- Fra administrasjonen møter daglig leder Randi Hoff i styremøtene.

Styret har avholdt møter og behandlet saker. Det ble bl.a. utarbeidet handlingsplan under Virksomhetsplanen med fokusområde Medlemmer.

Administrasjonen

Administrasjonen har i 2022 bestått av:

- Randi Hoff, daglig leder i 70% stilling til 50% stilling fra 1. juli. Hun har selv søkt permisjon.

Funksjonærene i Friskis&Svettis Lillehammer

Funksjonærene er frivillige i foreningen som stiller sin tid til rådighet for å tilby fysisk aktivitet til alle som ønsker å benytte seg av tilbudet vårt. Noen stiller opp på timer flere ganger i uken, og er ofte stand-in og vikar. Alle stiller opp for hverandre og trår til når jobben eller andre ting kommer i veien for funksjonen som frivillig i Friskis. Funksjonærene tar ansvar for hver sine timer, og sørger selv for å skaffe vikarer slik at timene ikke blir avlyst.

Noen har andre roller enn å være treningsleder og vert. Disse sitter f.eks. i styret, valgkomité, er revisor, sykkelreparatører eller oppfølgere.

Arbeidsgrupper

Hver arbeidsgruppe har en representant fra ledere og verter. Representantene har ansvar for å innkalle til møter, lede møter, avstemme mot årshjul, arrangere aktiviteter til medlemmer, komme med forslag til timeplaner, sette opp ambulerende timeplaner, se på muligheter for å tilby sommertreninger, ha vaskedugnader av treningsutstyr med mer. De må også påse at treningstilbudet står i samsvar med foreningens handlingsplan og målsettinger.

Freskus

Freskus har en sal-gruppe og en spinning-gruppe. Gruppen har en egen facebook-side. Her legges det ut informasjon om hva som skjer på treningsstedet, endringer i timeplan, tips til

trening, samt bilder og videosnutter fra treninger. De planlegger og gjennomfører møter og vaskedugnader, stands og arrangementer.

På vår- og høst-semesteret 2022 hadde Freskus 6 treningstimer. De har 7 ledere, 8 verter og en sykkelreparatør.

Øyer/Tretten

Gruppen tilbyr kun saltimer. De har en egen facebookgruppe, og er aktive med å spre tilbudet sitt. De arrangerer maraton og andre happenings, har planleggingsmøter, stand og dugnader.

Våren og høsten 2022 tilbød Øyer 2 treningstimer i uken. Øyer hadde 1 leder og 3 verter.

Gausdal

Gausdal har en salgruppe og en spinninggruppe. Gruppen har egen facebook-gruppe slik at de lett kan informere medlemmene om ting som skjer i arenaen. Her gis det informasjon om endringer i timeplanen, tips til trening, og det legges ut bilder og videosnutter.. De planlegger møter og vaskedugnader, stand og arrangementer.

Her fikk de merke sårbarheten når noen treningsledere slutter. 3 spinningledere valgte å avslutte samtidig, og dette ga en skikkelig knekk i spinning-tilbudet i Gausdal.

Våren 2022 tilbød Gausdal 8 treningstimer i uka, både vår- og høst-semesteret. Gausdal hadde 8 ledere og 12 verter.

Håkons hall

Håkonshall har en salgruppe og en spinninggruppe. Gruppen har egen facebookside hvor medlemmene informeres om hva som skjer i hallen, endringer i timeplanen, tips til trening, samt bilder og videosnutter.. Det planlegges møter og vaskedugnader, stand og arrangementer.

Våren 2022 ble det tilbudt 19 treningstimer i uka, og 17 timer i høstsemesteret. Håkons hall hadde 15 ledere og 21 verter.

Rekrutteringsgruppen

Rekrutteringsgruppen består av oppfølgere og erfarne ledere. Gruppen er ansvarlig for rekrutteringsarbeid, auditions og oppfølging av verter og ledere. De skal gjennomføre informasjonsmøter slik at de som ønsker å bli frivillige i foreningen vår får vite litt om hva de ulike funksjonene innebærer, og hvordan veien er for å bli leder og vert.

Audition/testgym er vår måte å teste ut lederkandidater på. Der testes det om de som ønsker å bli ledere har fysisk kapasitet, har takt og rytme, og er egnet til å lede andre.

I året 2022 hadde vi 2 informasjonsmøter for å se om noen kunne være interessert i å bli treningsleder. Vi rekrutterte 1 nye vert. På våren rekrutterte vi 1 ny leder som var klar til høstens timeplan. Vi rekrutterte 2 ledere på høsten, som stod klar i salen i starten av januar 2023.

Året 2022**Medlemmer**

Det har vært en oppgang i antall medlemmer fra 2021 til 2022. Dette er noe daglig leder og styret gleder seg over, men arbeid med rekruttering er likevel en kontinuerlig jobb.

Kurs

Noen kurs ble digitale, og kunne gjennomføres hjemme. Vi rekrutterte derfor 4 stykker til multitrening på høsten.

I tillegg hadde vi mange digitale møter med Friskis&Svettis Norge i regionen, som inviterte alle Friskis-foreningene til informasjon, og erfaringsdelinger. Dette har vært veldig nyttig, og dette inkluderer flere foreninger til å delta.

År	Kvinner	Menn	Totalt
2021 til sammenligning	558	136	694
2022	646	159	875

Antall treningstimer i uka

Vår 2022		Høst 2022	
Yoga	2	Yoga	3
Yoga soft	1	Yoga soft	1
Yoga energy	1	Yoga energy	1
Jympa Basis	2	Jympa soft	1
Coreflex	2	Coreflex	2
Dekktrening	1	Dekktrening	1
Jympa Middels	3	Jympa	2
Modus	2	Modus	2
Enkeljympa	1	Enkeljympa	1
Power Hour	1	Power Hour	1
Sirkeltrening	2	Sirkeltrening	2
Vektstang soft	1	Vektstang soft	1
Vektstang	1	Vektstang	2
Vektstang intervall	2	Vektstang intervall	2
Sirkel soft	1	Sirkel soft	1
Step	1	Step	1
Spinn soft	2	Spinn soft	1
Spinn spurt	1		
Spinn distanse	4	Spinn distanse	4
Birkenspinn 90	1	Birkenspinn 90	1
Spinn intervall	2	Spinn intervall	2
Ambulerende spinn	1	Ambulerende spinn	1
TOTALT	35	TOTALT	33

Aktiviteter og begivenheter i 2022

Vi startet året med restriksjoner, og var nedstengt til midten av januar. Alle restriksjoner forsvant 12. februar, og vi kunne kjøre våre aktiviteter som normalt. Vi satte opp alle timer på timeplanen

Friskis&Svettis-dager.

Våre funksjonærer er vår største ressurs, og alle er frivillige. For å holde på engasjement er det viktig å tilby inspirasjon. Høsten 2022 kunne over 20 personer dra på Friskis-dager i Oslo. Vi inntar idrettshøyskolen med treninger og gode foredrag. Da kommer mange inspiratorer fra Sverige for å vise oss nyheter.

Rubic

Høsten 2021 gikk vi i gang med implementering av et nytt medlemsregister. Innen oktober var vi nødt til å ha et godkjent medlemsregister. Friskis&Svettis Norge kom på banen og vi fikk ca. 20 foreninger med i det nye systemet.

Rubic har gjort mange endringer for å dekke våre behov for booking, mm. og tidligere styreleder Trine Gladhaug har vært med hele vegen for å utvikle systemet.

Mange synes kjøpsvegen er kronglete og vanskelig, og vi har nok mistet en del medlemmer da de har gitt opp på vegen til kjøp. Vi har prøvd å hjelpe til på treninger og være tilgjengelige, vise veiledning på hjemmesiden, med mer, men er usikre på om det har vært nok. Det har vært mange telefoner til kontoret for å hjelpe.

Senior

Senior står som eget punkt i virksomhetsplanen vår. Vi ønsker å sette fokus på denne treningsgruppen. I 2022 kunne vi tilby 4 timer på dagtid. Vi har også benyttet den digitale muligheten for å tilby trening til denne gruppen. Gjennom Friskis&Svettis Sverige sitt digitale treningstilbud kunne vi vise både Yoga, og Coreflex på storskjerm i Basisrom 1.

Handlingsplaner

Innenfor virksomhetsplanen har vi fokusområder for hvert år. For 2022 var fokusområde medlemmer. Styret satte opp handlingsplan med tiltak for å prøve å beholde og nå nye medlemmer med vårt tilbud. Vi hadde planer for kampanjer, bruke merkedager, vervekampanjer mm.

Jubileumsåret 2022

Det var 29. Oktober 30 år siden F&S Lillehammer ble stiftet. Vi satte ned en jubileumskomite som skulle jobbe fram forslag til tiltak for 2022. De lagde en julekalender for desember 2021 med tanke på å få inn inntekter til ulike aktiviteter for året. De kom med et årshjul for hvordan de så for seg markeringer i hver måned. Det var alt fra happenings, kampanjer, ekstra treninger, gode tilbud mm.

Det ble også laget en julekalender for julen 2022, og dette har vært gode inntekter for oss. I forbindelse med kalenderen var vi ute og innhentet gaver/premier, og vi har ikke brukt penger på det.

Vi avsluttet jubileums-markeringene i oktober med en funksjonærfest oppe på Kanten Kro. Der fikk vi innslag av fiolinspilling, nordlys og gode taler.

Leie av haller

- *Lillehammer:* Håkons Hall
- *Gausdal:* Gausdal Arena
- *Gausdal:* Fjerdum skole
- *Øyer:* Øyer idrettshall
- *Øyer:* Øyer ungdomsskole
- *Ringebu:* Freskus Frisklivsenter

Samarbeidspartnere

Vi benytter anledningen til å takke alle våre samarbeidspartnere for godt samarbeid i 2022

Det er gjennom årene etablert og utviklet et godt samarbeid med flere organisasjoner og bedrifter. Noen av samarbeidspartnerne ønsker å profilere seg mot våre medlemmer. De gir et sponsorbidrag eller yter varer/tjenester som kommer våre medlemmer til gode. Deres ansatte får til gjengjeld rabatt på trening hos oss.

Samarbeidspartnere 2022

Annes Klær

Birken

Belsvik

Dekk 1

Freskus Frisklivsenter

Gudbrandsdølen Dagingen

Håkons hall Sportssenter

Kiwi Fåvang

Kiwi Gausdal

Kiwi Stampa

Kiwi Tretten

Kiwi Øyer

Kontorleverandøren

Kronen frisør

Lillehammer Kvinnefotballklubb

Lillehammer Skiklub

Mesna Fargehandel AS

S&O Grimstad AS

Sparebank 1 Gudbrandsdal

Sport 1 Gausdal

Sport 1 Lillehammer

Sport 1 Ringebu

Sport 1 Strandtorget

Sak 8: Årsmelding

Legges frem av styreleder Ragnhild Hjeltnad og daglig leder Randi Hoff

Vedlegg: Årsmelding 2022

Forslag til vedtak:

"Årsmøtet godkjenner årsmelding for 2022"

Sak 9: Regnskap

Legges frem av styreleder Ragnhild Hjeltnad

Vedlegg: Regnskap 2022, samt Revisjonsberetning.

Forslag til vedtak:

"Årsmøtet godkjenner regnskapet for 2022"



Årsregnskap for 2022

Friskis & Sveltis Lillehammer
2618 LILLEHAMMER

Innhold:

Utarbeidet av Azets Insight AS



Addo Sign identifikasjonsnummer: a87e9ca8-ac59-46bb-b040-ddf19d5a6cc4

Resultatregnskap for 2022

Friskis & Sveltis Lillehammer

	Note	2022	2021
Salgsinntekt		1 123 658	731 346
Annen driftsinntekt		276 096	346 752
Sum driftsinntekter		1 399 754	1 078 098
Varekostnad		13 799	(6 765)
Lønnskostnad	1	(407 749)	(353 721)
Annen driftskostnad		(876 909)	(506 775)
Sum driftskostnader		(1 270 859)	(867 261)
Driftsresultat		128 895	210 836
Annen renteinntekt		7 294	1 847
Annen finansinntekt		2 667	2 446
Sum finansinntekter		9 961	4 294
Annen finanskostnad		(840)	(446)
Sum finanskostnader		(840)	(446)
Netto finans		9 121	3 847
Resultat før skattekostnad	2	138 016	214 683
Årsresultat	2	138 016	214 683
Overføringer			
Annen egenkapital	2	138 016	214 683
Sum		138 016	214 683

Balanse pr. 31. desember 2022
Friskis & Svette Lillehammer

	Note	2022	2021
EIENDELER			
Anleggsmidler			
Finansielle anleggsmidler			
Andre fordringer		8 195	8 195
Sum finansielle anleggsmidler		8 195	8 195
Sum anleggsmidler		8 195	8 195
Omløpsmidler			
Varer			
Varer	3	18 247	21 882
Sum varer		18 247	21 882
Fordringer			
Kundefordringer	4	3 950	2 568
Andre fordringer		109 799	0
Sum fordringer		113 749	2 568
Bankinnskudd, kontanter og lignende	5	1 229 176	1 174 651
Sum bankinnskudd, kontanter og lignende	5	1 229 176	1 174 651
Sum omløpsmidler		1 361 172	1 199 102
Sum eiendeler		1 369 367	1 207 297

Addo Sign identifikasjonsnummer: a87e9c-a8-ac-59-46bb-b040-dff19d5aecc4

Balanse pr. 31. desember 2022
Friskis & Svettis Lillehammer

	Note	2022	2021
EGENKAPITAL OG GJELD			
Egenkapital			
Opptjent egenkapital			
Annen egenkapital		1 215 601	1 077 585
Sum opptjent egenkapital		1 215 601	1 077 585
Sum egenkapital		1 215 601	1 077 585
Gjeld			
Kortsiktig gjeld			
Leverandørgjeld	6	95 662	48 642
Skyldige offentlige avgifter	6	22 078	24 323
Annen kortsiktig gjeld	6	36 026	56 747
Sum kortsiktig gjeld	6	153 766	129 712
Sum gjeld		153 766	129 712
Sum egenkapital og gjeld	2	1 369 367	1 207 297

Lillehammer 23.03.2022

 Ragnhild Hjelmstad
 Styrets leder

 Lene Nustad Klophus
 Nestleder

 Geir Tore Land
 Styremedlem

 Lotta Systad
 Styremedlem

 Anne Miklavic
 Styremedlem

 Randi Berit Hoff
 Daglig leder

Addo Sign identifikasjonsnummer: a87e9ca8-ac59-46bb-b040-ddf19d5aeccc4

Noter 2022**Friskis & Svettis Lillehammer**

Årsregnskapet er satt opp i samsvar med regnskapsloven og god regnskapsskikk for små foretak.

Salgsinntekter

Inntektsføring ved salg av varer skjer på leveringstidspunktet. Tjenester inntektsføres etter hvert som de leveres.

Klassifisering og vurdering av balanseposter

Omløpsmidler og kortsiktig gjeld omfatter poster som knytter seg til varekretsløpet. For andre poster enn kundefordringer omfattes poster som forfaller til betaling innen ett år etter transaksjonsdagen. Anleggsmidler er eiendeler bestemt til varig eie og bruk. Langsiktig gjeld er gjeld som forfaller senere enn ett år etter transaksjonsdagen.

Omløpsmidler vurderes til laveste av anskaffelseskost og virkelig verdi. Kortsiktig gjeld balanseføres til nominelt beløp på etableringstidspunktet.

Anleggsmidler vurderes til anskaffelseskost. Varige anleggsmidler avskrives etter en fornuftig avskrivningsplan. Anleggsmidlene nedskrives til virkelig verdi ved verdifall som ikke forventes å være forbigående. Langsiktig gjeld med unntak av andre avsetninger balanseføres til nominelt beløp på etableringstidspunktet.

Fordringer

Kundefordringer og andre fordringer er oppført i balansen til pålydende etter fradrag for avsetning til forventet tap. Avsetning til tap gjøres på grunnlag av individuelle vurderinger av de enkelte fordringene. I tillegg gjøres det for øvrige kundefordringer en uspesifisert avsetning for å dekke antatt tap.

Varebeholdninger

Lager av innkjøpte varer er verdsatt til laveste av anskaffelseskost etter FIFO- prinsippet og virkelig verdi. Egentilvirkede ferdigvarer og varer under tilvirkning er vurdert til variabel tilvirkningskost. Det foretas nedskrivning for påregnelig ukurans.

Varige driftsmidler

Varige driftsmidler balanseføres og avskrives over driftsmidlenes levetid dersom de har antatt levetid over 3 år og har en kostpris som overstiger kr 15.000. Direkte vedlikehold av driftsmidler kostnadsføres løpende under driftskostnader, mens påkostninger eller forbedringer tillegges driftsmidlets kostpris og avskrives i takt med driftsmidlet.

Selskapet har ikke endret regnskapsprinsipp fra 2021 til 2022.

Note 1 - Lønnskostnader etc

	2022	2021
Lønn	314 780	296 358
Arbeidsgiveravgift	47 332	43 347
Pensjonskostnader	16 487	13 483
Andre ytelser	29 150	534
Sum	407 749	353 722

Note 2 - Egenkapital

	Annen EK	Sum
Egenkapital 01.01.2022	1 077 585	1 077 585
Årets resultat	138 016	138 016
Egenkapital 31.12.2022	1 215 601	1 215 601

Note 3 - Varer

	2022	2021
Lager av innkjøpte varer	18 247	21 882
Sum	18 247	21 882

Note 4 - Kundefordringer

Kundefordringer er vurdert til pålydende, nedskrevet med forventet tap på fordringer. Det er ikke tapsført kundefordringer i løpet av 2022.

	2022	2021
Kundefordringer til pålydende	3 950	2 568
Avsatt til dekning av usikre fordringer		
Netto oppførte kundefordringer	3 950	2 568

Note 5 - Bankinnskudd

I posten for bankinnskudd inngår egen konto for bundne skattetreksmidler med kr 13 600. Skyldig skattetrekk er kr 8 903.

	2022	2021
Foreningskonto	514 801	464 315
Skattetrekskonto	13 599	16 131
Sparekonto	700 776	694 206
Kontanter	0	0
Sum	1 229 176	1 174 651

Note 6 - Annen kortsiktig gjeld

	2022	2021
Leverandørgjeld	(95 662)	(48 642)
Forskuddstrekk, AGA, og AGA av Feriepenger	(22 078)	(24 323)
Skyldige feriepenger	(33 726)	(31 217)
Forskuddsbetalt Medlemskontigent	0	(21 030)
Pålepte kostnader	0	0
Annen kortsiktig gjeld	(2 300)	(4 500)
SUM	(153 766)	(129 712)







Styret

Lillehammer 23.03.2022

<hr/> Ragnhild Hjeltnes Styrets leder	<hr/> Lene Nustad Klophus Nestleder	<hr/> Geir Tore Land Styremedlem
<hr/> Lotta Systad Styremedlem	<hr/> Anne Miklavic Styremedlem	<hr/> Randi Berit Hoff Daglig leder

Signaturene i dette dokumentet er juridisk bindende. Dokumentet er signert med Addo Sign sin sikre digitale signatur. Underskrivernes identitet er fysisk registrert i det elektroniske PDF-dokumentet og er vist nedenfor.

Underskrivere

 <p>Ragnhild Hjeltnes Styrets leder</p> <p>9578-5999-4-1250161 14.03.2023 13:21</p>	 <p>Anne Miklavic Styremedlem</p> <p>9578-5999-4-2029520 14.03.2023 19:23</p>
 <p>Lene Nustad Klophus Nestleder</p> <p>9578-5999-4-1619235 14.03.2023 19:36</p>	 <p>Randi Berit Hoff Daglig Leder</p> <p>9578-5999-4-4038865 15.03.2023 17:15</p>
 <p>Geir Tore Land Styremedlem</p> <p>9578-5994-4-486124 15.03.2023 17:34</p>	 <p>Lotta Systad Styremedlem</p> <p>9578-5999-4-4791648 15.03.2023 18:04</p>

Dokumenter i transaksjonen

17368_1_Årsregnskap til signering 2022 NY.PDF

Dette dokumentet



Dokumentet er digitalt signert med Addo Sign sikker signeringstjeneste. Signaturbeviset i dokumentet er sikret og validert ved å bruke den matematiske hash-verdien til originaldokumentet.

Dokumentet er låst for endringer og tidsstempelt med et sertifikat fra en klarert tredjepart. Alle kryptografiske signeringsbevis er innebygd i PDF-dokumentet i tillegg de skal brukes til validering i fremtiden.

Hvordan verifisere ektheten til dokumentet

Dokumentet er beskyttet med et Adobe CDS-sertifikat. Når dokumentet åpnes i Adobe Reader, vil det se ut til å være signert med Addo Sign signeringstjeneste.

Fullstendighetserklæring

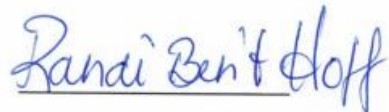
Undertegnede bekrefter å ha gått gjennom årsregnskap og noter for Friskis & Svettis Lillehammer, org.nr. 978 708 935.

Undertegnede bekrefter at Azets Insight AS avd LillehammerAzets Insight AS avd Lillehammer er gitt all relevant dokumentasjon og opplysninger om vesentlige forhold av betydning, herunder hendelser oppstått etter balansedato.

Undertegnede er ikke kjent med feil, misligheter eller brudd på krav gitt i, eller i medhold av lov, knyttet til virksomheten. Oppgavene gir så langt undertegnede er kjent med et reelt, fullstendig og nøyaktig bilde av resultatet og den økonomiske stillingen i virksomheten.

LILLEHAMMER, 23.03.2023

for Friskis & Svettis Lillehammer



Randi Berit Hoff

Daglig leder

Kontrollutvalgets beretning for 2022.

I henhold til NIFs lov § 2-12 avgjør herved Kontrollutvalget i Friskis og Svettis Lillehammer sin beretning.

Vi har utført følgende handlinger:

Vi har gjennomgått protokoll for årsmøtet, et utvalg av styrets protokoller, samt annen dokumentasjon utvalget har funnet det nødvendig å gjennomgå. Vi har fått alle opplysninger som vi har bedt om fra idrettslagets styre. Vi har gjennomgått styrets årsberetning for 2022 og det styrebehandlete årsregnskapet for 2022.

Vi har foretatt regnskapsrevisjon og kontrollert resultatregnskap, balanse og noter. Kostnader er stikkprøvemessig kontrollert, og vesentlige inntekter er kontrollert mot avtaler og annen dokumentasjon. Kontrollerte kostnader og inntekter gjelder for inneværende regnskapsår, og periodisering er vurdert.

Balansen og balanseverdier er kontrollert mot underliggende dokumentasjon. Alle balanseverdier vurderes som reelle pr 31.12. Vi har vurdert at notene gir de opplysninger som er nødvendig for å bedømme idrettslagets stilling og resultat.

Regnskapet viser et overskudd på kr 138 016, og ved årsavslutning 2022 økte den frie egenkapitalen med tilsvarende beløp.

Kontrollutvalget har følgende merknader til forvaltningen av idrettslaget og det fremlagte regnskapet:

Det vurderes at Friskis og Svettis Lillehammer har en tilfredsstillende økonomisk oppfølging og kontroll. På grunn av pandemien i 2021 og 2022 har gitt en lavere aktivitet, både på inntekts og kostnadssiden.

Når det gjelder salg og/eller sponing, så mener vi dette bør føres som inntekt, og ikke som reduksjon av varekostnad.

Konklusjon

Kontrollutvalget anbefaler at styrets beretning og årsregnskap for 2022 godkjennes av årsmøtet.

Lillehammer, 17.03.2022

Ingebjørg Boye
Ingebjørg Boye

Elisabeth Grændsen
Elisabeth Grændsen

Øystein Windingstad
Øystein Windingstad

Sak 10: Sak Ung-representant i styret.

F&S Lillehammer har siden 2009 hatt en ung-representant i styret, valgt av årsmøtet. De unge er ofte i en situasjon hvor de må flytte, på grunn av studier/jobb. Flere av våre ung-representanter har som et resultat av dette måttet si fra seg sitt verv midt i en årsmøteperiode. Dermed har vi over lengre perioder vært uten ung-representant. Styret ønsker fullmakt til å kunne erstatte ung-representanten uten å innkalle til ekstraordinært årsmøte. Med ung mener vi person under 30 år.

Forslag til vedtak:

'' Årsmøtet gir styret fullmakt til å finne en egnet erstatter for styrets ung-representant dersom ung-representanten må si fra seg sitt verv midt i en årsmøteperiode. For å fortsette i påfølgende årsmøteperiode må erstatteren velges på ordinært vis av årsmøtet''

Sak 11: Medlemskontingent og treningsavgift

Forslag til vedtak:

'' Medlemskontingenten settes til kr 200,- for 2024.

Årsmøtet gir styret fullmakt til å fastsette treningsavgift for H-23 og V-24, samt vurdere antall forskjellige aktivitetskort''

Sak 12: Vedta idrettslagets budsjett

Forslag til Budsjett for 2023 legges frem av styreleder Ragnhild Hjelmstad og daglig leder Randi Hoff.

Forslag til vedtak:

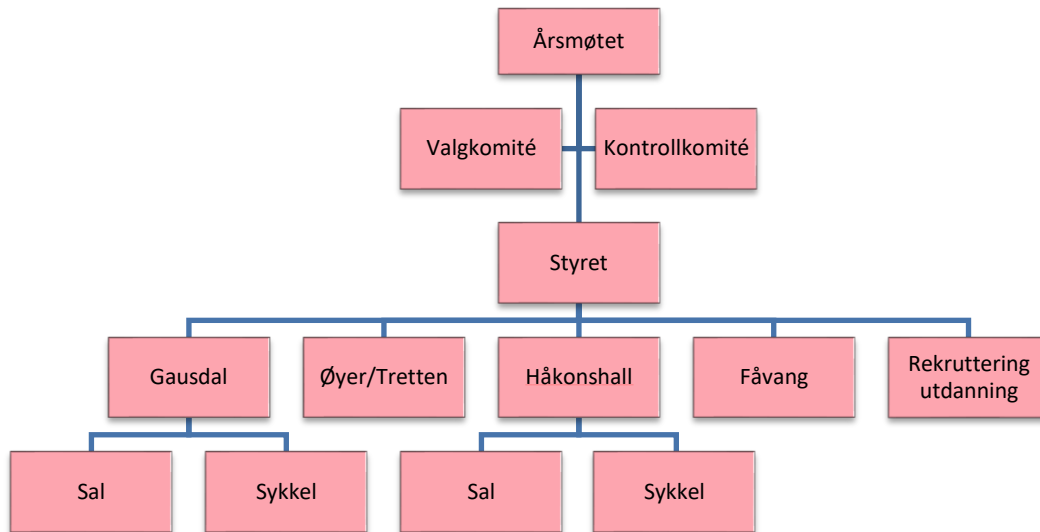
'' Årsmøtet vedtar forslag til Budsjett 2023''

.

Budsjett 2023 Friskis&Svettis Lillehammer

	Budsjett	Regnskap	Budsjett
NOK	2023	2022	2022
Salgsinntekter	1 200 000	1 123 658	870 000
Andre inntekter	300 000	276 096	431 000
Sum driftsinntekter	1 500 000	1 399 754	1 301 000
Varekjøp	15 000	13799	10 000
Sum varekostnader	15 000	13799	10 000
Bruttofortjeneste	1 485 000	1 413 553	1 291 000
Lønnskostnad	450 000	314 780	385 000
Arb. Giver avg.	55 000	47 332	50 000
Andre personalkostnader	40 000	46 345	27 000
Sum personalkostnader	545 000	408 457	461 600
Fraktkostnader	5 000	5 664	1 000
Kostnader lokaler	360 000	323 641	339 500
Leie maskiner, inventar	15 000	10 802	26 000
Kostnadsførte anskaffelser	50 000	125 836	25 600
Reparasjon og vedlikehold	0	0	4 000
Fremmede tjenester	110 000	108 827	105 000
Kontorkostnad	100 000	52 461	130 600
Telefon, porto o.l.	3 000	2 948	4 500
Kostnad og godtgjørelse for reiser	10 000	3 950	40 000
Salgs- og reklamekostnader	100 000	115 600	16 000
Kontingenter og gaver	80 000	73 115	101 000
Forsikring	13 000	8 924	13 000
Annen kostnad	50 000	44 183	19 500
Tap og lignende		0	0
Sum driftkostnader	896 000	875 951	1 287 300
Driftsresultat	1 441 000	129 144	3 700
Finansinntekter	10 000	9 961	4 000
Finanskostnader	800	840	450
Sum finans	9 000	9 121	3 550
Resultat før skatt	44 000	138 265	7 250
Årsresultat	44 000	138 265	7 250

13. Vedta idrettslagets organisasjonsplan



Det er ingen endringer i idrettslagets organisasjonsplan.

Forslag til vedtak:

«Årsmøtet vedtar organisasjonsplan slik den er fremstilt ovenfor»

14. Virksomhetsplan

Den som finnes nå går fra 2021 – 2024. Innenfor virksomhetsplanen jobber styret fram handlingsplaner for hvert år. Handlingsplan for 2022 var medlemmer. Fokus for 2023 er funksjonærer. Det er satt opp en gruppe med styret og 3 medlemmer, som skal jobbe fram handlingsplan for 2023.

15. Innmeldte saker:

Marianne Brun har fremmet sak om at styreleder bør honoreres for sin innsats. Styreleder har mange arbeidsoppgaver og stort ansvar. Eks. arbeidsgiveransvar med tanke på lønnsforhandlinger for ansatte, medarbeidersamtale, ansvar for å legge og følge budsjett, og har oversikt over regnskap sammen med daglig leder.

Forslag er å honorere med 10 000 pr. år.

Vedtak: Årsmøte vedtar å honorere styreleder med 10 000 pr. år

16. Valg

16.1 Valgkomiteen legger frem følgende forslag til valg:

- Styreleder Ragnhild Hjelmstad – 1 år
- Nestleder Lene Nustad Klophus 1 år igjen

- Styremedlem Geir Tore Land 1 år igjen
- Styremedlem ung Lotta Systad 2 år
- Styremedlem June Ruud 2 år
- Varamedlem Ole Lindahl Thy 1 år igjen
- Varamedlem Agnes Cimarolli 2 år

Kontrollkomitéen velges for 2 år i 2023 og består av:

- Revisor Ingeborg Boye – 1 år igjen
- Revisor Elisabeth Grændsen - 1 år igjen
- Øystein Windingstad – 1 år igjen

Valg.

16.2 Valgkomitè

Valgkomitéen består av:

- Leder: Åge Solheim
- Anne Berit Melkild
- Vara Kristin Flaten Bjørgo

16.3 Valg av representanter til ting og møter

Årsmøtet skal også velge representanter til ting og møter i de organisasjonsledd idrettslaget har representasjonsrett, eller gi styret fullmakt til å oppnevne representantene. Dette gjelder representanter til årsmøtet i Friskis&Svettis Norge og Tinget i Fleridrettsforbundet, Årsstemman i Friskis&Svettis Riks og Årsmøtet i Lillehammer idrettsråd.

Det er ønskelig at også nyvalgte styremedlemmer får mulighet til å delta. Styret ønsker derfor fullmakt til selv å velge representanter til nevnte ting og årsmøter.

Forslag til vedtak:

“Årsmøtet gir styret fullmakt til selv å konstituere seg mht. § 16 i Lov for F&S Lillehammer, pkt. 14c).”