

Valgkomiteens innstilling til Styre 2023-24

**FRISKIS&SVETTIS
OPPEGÅRD**



Valgkomiteens innstilling til styre

- alle i styret fortsetter en periode til

- Leder: Kari Clausen (2022-24)
- Nestleder: Nann Schelbred Lindstrøm (2022-24)
- Kasserer: Mette Arnheim (2020-22, 2022-24)
- Medlem: Knut Aksel Sæthre (2022-24)
- Medlem: Birgitte Christoffersen (2022-24)
- Vara: Mona Hørtun (2020-22, 2022-24)

Leder



Kari Clausen

Styremedlem fra 2022

F&S: Medlem i mer enn 20 år, nesten siden starten av foreningen.

Om foreningen: Treningene på Friskis blir jeg aldri lei, uhøytidelig, allsidig og god trening. Frivilligheten er en av de gode verdiene med Friskis og derfor vil jeg engasjere meg i styret.

Bor: Vestre Ingieråsen

Yrke: Utviklingssjef i Norges Vel, arbeider med næringsutvikling i Norge. Styreerfaring fra en rekke ulike selskaper.

Nestleder



Nann Schelbred Lindstrøm

Styremedlem fra 2022

F&S: Medlem fra 2015. Startet på «Kom-i-gang-kurs».

Om foreningen: Dyktige og inspirerende instruktører og et veldig godt treningsmiljø.

Bor: Trollåsen

Yrke: Lektor i realfag ved Roald Amundsen videregående skole

Kasserer



Mette Arnheim

Styremedlem fra 2020

F&S: Medlem siden 2016.

Om foreningen: Setter stor pris på folkeligheten i foreningen. Denne gjør at terskelen for å gå på trening er lav og gir rom for flest mulig!

Bor: Oppegård

Yrke: Regnskapssjef i Malthe Winje Automasjon AS

Medlem



Birgitte Myrlid Christoffersen

Styremedlem fra 2022

F&S: Medlem siden 2006, Vert 2009-2020, Vertsleder 2014-2019

Om foreningen: Jeg storkoser meg i F&S Oppegård. Dyktige ledere, morsomme timer, hyggelige folk. Det er nesten som en familie :) Motivasjonen til å bidra er å gi noe tilbake til en forening som gir meg så mye. Og så liker jeg å engasjere meg.

Bor: Sofiemyr

Yrke: Regnskapskonsulent, Olav Thon Gruppen. Erfaring fra mange styreverv.

Medlem



Knut Aksel Sæthre

Styremedlem fra 2022

F&S: Medlem på spinning i 7 år.

Om foreningen: Dyktige instruktører og morsomme medspinnere gjør dette til en god arena.

Bor: Tårnåsen

Yrke: Senioringeniør og Seksjonssjef i Forsvarsmateriell.

Vara



Mona Hørtun

Styremedlem fra 2020

F&S: Instruktør siden 2006 og medlem siden 2003.

Om foreningen: Likte konseptet umiddelbart første gang jeg stilte på en F&S trening, og følte jeg hadde funnet *min* treningsform. Som treningsgleder er målet at alle skal føle at det er lett å henge med, og å finne øvelser hvor både de som er god trent og de som nettopp har begynt, kan ta i så mye som de orker og få en god treningsopplevelse.

Bor: Langhus

Yrke: Customer lifecycle manager, If Skadeforsikring

Valgkomiteens arbeid

- Kartla behov for nye styremedlemmer
- La til grunn lov for Friskis&Svettis Oppegård av 1.1.2020 (Lovnorm fra 2019)
- Vurderte innspill til ny styresammensetning, samt arbeidsområder som må dekkes
- Samtalte med kandidater til styret
- Holdt møte der kandidatene til leder og nestledervervene møtte nåværende styreleder for å få innblikk i styrearbeidet, utfordringer, muligheter, samarbeidsformer
- Vektla ved vurdering av kandidater: Tid, motivasjon, kompetanse/styrker, kjønns- og aldersfordeling.
- Innstiller samtlige kandidater for 2-år. Erfaringen viser at noen fortsetter etter 2 år, men også at uforutsatte ting kan skje- som krever justeringer etter 1 år.
- Innstilling og presentasjon av et balansert styre

På vegner av medlemmer i Friskis&Svettis Oppegård

Takk til alle som bidrar med styreverv!

Hilsen Valgkomiteen

Eva T. Lokken

Joanna Fenn

Reidar Finsrud