

Agenda: Styremøte i Friskis&Svettis Oppegård
11.08.2022 kl. 18.00
Sted: Monrad Johansens vei 10 (hos Kari)



	Funksjon	Tilstede	Referat	Referent
Kari Clausen	Styreleder	x		
Nann Lindstrøm	Nestleder	x		
Mette Arnheim	Kasserer	x		
Birgitte Christoffersen	Styremedlem	x		
Knut Aksel Sæthre	Styremedlem		x	
Mona Hørtun	Varamedlem	x		x
Marianne Weydahl	Lederansvarlige		x	
Marita Aarskog	Vertsansvarlig		x	
Ida Westergaard	Daglig leder	x		

	Saksliste	
	- Godkjenning av agenda – saker til eventuelt? - Kommentarer til referat fra forrige styremøte - Status - Hvordan har status vært å treninger sommer - Samt plan høst 2022. - Status lokaler, ledere, verter høsten 2022 - Infomasjons/ diskusjonssaker fra Ida - Medlemstall og medlemsutvikling - Ny facebookside - Vervekampanje – kampanjer høsten 2022 - Økonomi – Mette går gjennom status pr. juli/ august 2022. Kommende utgifter. - Førstehjelpskurs fra Røde kors. Fastsette dato. - Status F&S dagene. - Eventuelt	

#	Sak	Ansvarlig
1	Godkjenning av agenda – saker til eventuelt? Eventuelt: - Status FitnessPlayer - Forsikring - Friskis ID - Mopper - Betaling for Aktivitetssenteret - Samarbeid med Nordre Follo Bedriftsidrettslag - Mikrofoner	
2	Kommentarer til referat fra forrige styremøte	

	- Ingen kommentarer til forrige referat	
3	Status Trening i sommer – Ida har tatt ut statistikk på antall i Rubic Ca 90 mosjonister har trent med oss på timene vi har hatt i sommer. Plan høsten 2022 Vi setter i gang med timeplanen nedenfor, men venter med Multi-timen på Bøleråsen. Lokaler, ledere, verter høsten 2022 Sal på Wang Skolen har fått alle godkjenninger og det avgjøre ila et par uker om vi kan få bruke salen på kveldstid. Ledere og verter Vi har de lederne vi trenger, for tiden. Mangler én vert, men Ida har tipset Marita om en mulig kandidat.	
4	Infomasjons-/diskusjonssaker fra Ida Medlemstall og -utvikling Netto antall medl. har gått litt ned siden januar. Vi planlegger flere markedsaktiviteter. Ny Facebook-side Vi har prøvd siden juni å få tak i noen på FB. Nina har laget ny side, men ikke publisert. Vi mister alle følgerne vi hadde. Oppfordere medlemmene til å følge nye side, i medlemsinfo på e-post. Kampanjer og markedsføring høsten 2022 Flyer med «Gratis prøve-oss-uke» Lager oppdatert versjon med f.eks. QR kode slik at vi har oversikt over hvor mange som benytter seg av prøvekortene. Annonsering Oppgård Avis – Hva skjer-sidene. Ha en liten notis om gratis prøveuke. Annonse i ØB og/eller OA med QR-kode til info om prøveuke. Facebook FB gruppene "Det skjer på Kolbotn" og «Hva skjer i Nordre Follo» - leggge inn notis om gratis prøveuke. Vervekampanje I appen, på FB og web-sidene våre	
5	Økonomi – status / kommende utgifter / søknader stipend/støtte Nesten på budsjett mht driftsinntekter pr. juli (periodiserte inntekter).	
6	Førstehjelpskurs Fått pristilbud for 15-20 personer. Fokus på idrettsskader, HLR og kjennskap til hjertestarterregististeret. Foreslår 8.11.22	
7	FSD22 Vi har meldt på foreløpig antall. Bindende påmelding med navneliste skjer senere.	
8	Eventuelt	

	FitnessPlayer FitnessPlayer har sagt nei til felles lisens. Men vi er fortsatt i dialog med dem. Avventer fortsatt. Mopper Marita oppretter konto hos Lyreco og kan kjøpe engangsmopper og stativ for alle tre skolene. Ny ID til Funknet Ida sender liste til Riks over de som ikke har fått laget seg ny ID. Betaling for Aktivitetssenteret Vi skal ikke betale for disse timene. Ideelle organisasjoner skal ikke betale. Nordre Follo Bedriftsidrettslag Ida har fått henvendelse – ønsker samarbeid. Ida er i dialog med dem. Forsikring Vi har Klubbforsikring i If. Den inneholder bl.a. en ulykkesforsikring for alle medlemmene – dekker også på vei til og fra trening. Mikrofoner De som ønsker dette kan bare kjøpe.	Marita Ida Ida
--	---	-------------------------------------

Timeplan Høsten 2022 - 22 timer i uka

	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag
Tårnåsen	Jympa Grete 19.30-20.30			Jympa Kine 20-21		Jympa Mona 10-11
Hellerasten	Jympa Charlotte 19-20	Jympa (amb.) 20-21				
Flåtestad			Jympa Vibeke 17-18			
Bøleråsen		Multi Marianne 19-20				
Follo barne-og ungdomsskole	Enkeljympa Annika 18-19		Enkeljympa Nina-Iren 18-19			
Tårnåsen Akt.senter	Vektstang Marianne 19.45-20.45	Coreflex Tove 18.30-19.30	Vektstang Maiken 18.30-19:30 Step Charlotte 19:30-20:30	Vektstang Renate 17.30-18.30 Coreflex Tove 18.30-19.30	Vektstang Marianne 17-18	
Spinningsalen	Spinn spurt Arild	Spinn soft Gry	Spinn intervall	Spinn distanse		

	17-18 Spinn distanse Stine 18:30-19:40	18:18:45	Arild 18-19	Gry 6:30-7:30 Spinn mix Nina 18:30-19:30		
--	--	----------	----------------	--	--	--