

Referat styremøte i Friskis&Svettis Oppegård
06.12.2022 kl. 18.30
Sted: Hos Nann Lindstrøm, Lifaret 20



	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
Marianne Weydahl	Lederansvarlige		x	
Marita Aarskog	Vertsansvarlig		x	
Ida Westergaard	Daglig leder		x	

	Saksliste	Ansv.
	1. Godkjenning av agenda – saker til eventuelt? 2. Kommentarer til referat fra forrige styremøte 3. Statusoppdateringer: - Medlemsutvikling og statistikk på treninger - Saker fra ledere og verter - Treningssal på Wang – status - Søknad til Viken idrettsråd – status (Knut). - Referat fra infomøte/ dialogmøte med F&S 28/11 (Ida, Mona) - Trenerattest fra nyttår - Jympe benevnelse og justert program - Ekstra årsmøte i Friskis& Svettis Riks (Sverige) 15. desember om ny strategi 4. Timeplan våren 2023. Endringer i timer , trenere og verter? 5. Regnskap og budsjett - Status regnskap pr. november - Avsetning av utgifter til leie av skoler 2021 og 2022. Hva gjør vi - Budsjett 2023 inkl mulige framtidige utgifter. - Medlemskontingsent 2023. 5. Utstyr – innkjøp mm. Hva er status - Stepper innkjøpt - Mikrofoner - Annet planlagt? 6. Eventuelt - Premier til julekonkurransen	
1.	Godkjenning av agenda. Agenda godkjent	
2.	Kommentarer til referat fra forrige styremøte Ingen kommentarer.	

3. Statusoppdateringer

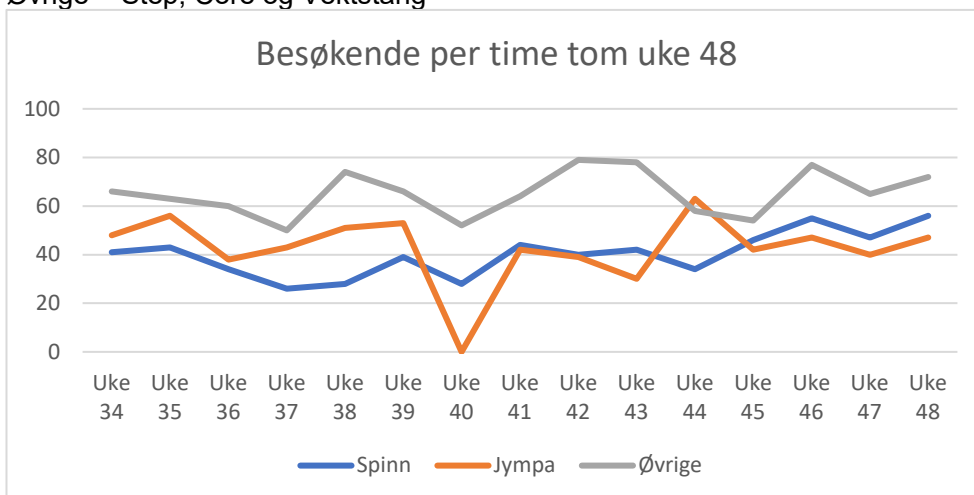
Info fra Ida:

Medlemsutvikling

	Jan	Feb	Mar	Apr	Mai	Jun	Jul	Aug	Sep	okt	Nov	Des
Ant medl m/AK	180	182	198	192	202	189	169	196	214	218	228	226

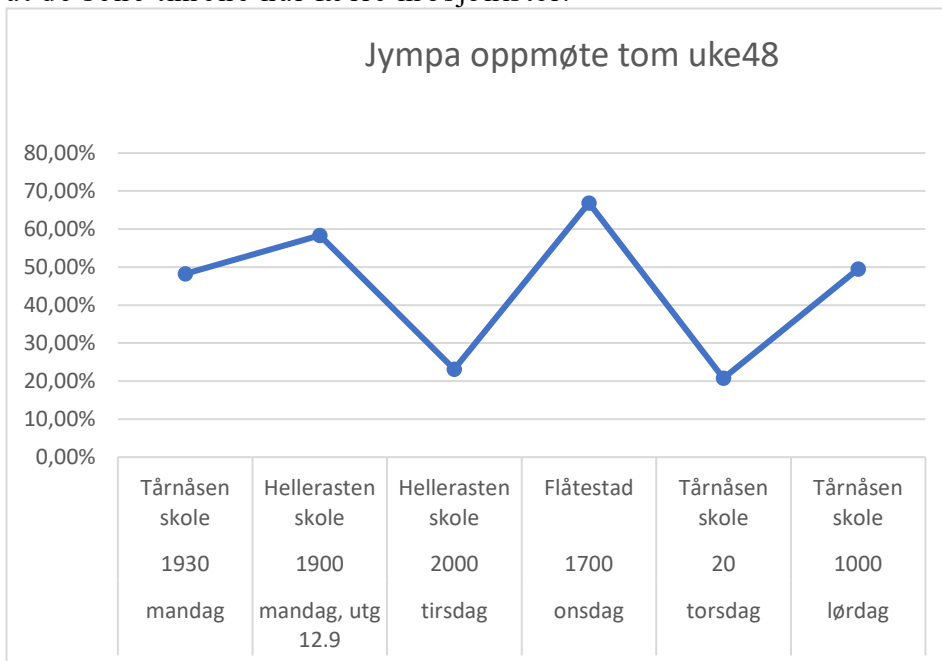
Statistikk på treninger

Øvrige = Step, Core og Vektstang



Jympa

Her er % av full time ihht antall plasser (50 stk på Jympa). Det ser ut til at de sene timene har færre mosjonister.



	Spinning oppmøte tom uke 48 80,00% 70,00% 60,00% 50,00% 40,00% 30,00% 20,00% 10,00% 0,00% <table><tr><td>Tårnåsen skole</td><td>Hellerasten skole</td><td>Hellerasten skole</td><td>Flåtestad</td><td>Tårnåsen skole</td></tr><tr><td>1930</td><td>1900</td><td>2000</td><td>1700</td><td>20</td></tr><tr><td>mandag</td><td>mandag, utg 12.9</td><td>tirsdag</td><td>onsdag</td><td>torsdag</td></tr></table>	Tårnåsen skole	Hellerasten skole	Hellerasten skole	Flåtestad	Tårnåsen skole	1930	1900	2000	1700	20	mandag	mandag, utg 12.9	tirsdag	onsdag	torsdag	
Tårnåsen skole	Hellerasten skole	Hellerasten skole	Flåtestad	Tårnåsen skole													
1930	1900	2000	1700	20													
mandag	mandag, utg 12.9	tirsdag	onsdag	torsdag													
	Saker fra ledere og verter Vi sliter med å få låst døren på Aktivitetssenteret. Vi bør spørre Siri om vi kan få brikker i stedet for nøkler. Status Wang Vi ber om et møte med utleier. Søknad til Viken idrettsråd Har søkt om støtte til Enkel jympa, 1. hjelpskurset og FS dagene. Venter svar. Infomøtet med F&S 28.11. • Ledere må ha Trenerattest fra nyttår. Krav fra NIF. Alle lederne er informert om dette. Samt om treningsnyheter og politiattest, • De nye Jympa benevnelsene er tatt i bruk i timeplan. Ekstra årsmøte i Friskis& Svettis Riks (Sverige) 15. desember om ny strategi – bør noen fra styret være med? Er Ida med? Kan Kari delta? Kari Knut Knut Ida / Kari																
4.	Timeplan våren 2023. Endringer i timer , trenere og verter? Vi får Multi på timeplanen fra januar, enten på mandager eller tirsdager på Hellerasten. Om det blir på tirsdager, så har vi allerede en vert der. Ribbetrim • Spinninggruppa har allerede lagt ut timer i romjulen. Ellers har både vektledere, core, step og Multi-leder sagt ja til å ha timer i romjulen, Mona setter opp timeplan. • Har vi tilgang til Aktivitetssenteret i romjulen? Kan Kari høre med Siri samtidig som hun hører om vi kan få brikker i stedet for nøkler? Mona Kari																
5.	Regnskap og budsjett Status pr november 100' i pluss fordi vi har reversert avsetninger – går egentlig i null. Avsetning av utgifter til leie av skoler 2021 og 2022. Hva gjør vi? Styret besluttet å tilbakeføre avsatte leiekostnder for skolene pr. august. Budsjett 2023 inkl mulige framtidige utgifter Mette / Kari																

	• Kasserer og styreleder lager forslag til budsjett for 2023. Budsjettet baseres på et mål om å nå 270 medlemmer pr. 31.12.2023. En økning på ca. 50 medlemmer. • Styret foreslår å sette av penger til å utdanne tre nye ledere. • Vi må også sette av penger til å ruste opp førstehjelpsutstyret vårt med bl.a. kompressbandasjer. Medlemskontingent 2023 Styret vedtok å beholde medlemskontingenten på 300,-. 200 for Enkeljypa. Besluttet å foreslå for årsmøtet å øke treningsvgiften til 2.600,- og helvårskortet til 1.400,-. Enkelyumpa beholder 600,- (ingen økning).	
6.	Utstyr – innkjøp mm. Hva er status - Stepper er innkjøpt - Mikrofoner – her vet ikke styret hva status er - Annet planlagt – vi bør ruste opp førstehjelpsutstyret vårt. Vi mangler bl.a. plaster og kompressbandasjer.	
	Eventuelt Premier til julekonkurransen. Mona kjøper gavekort til Kolbotn Torg (førstepremie) og to trøstepremier.	Mona