

Årsberetning for 2023



Friskis&Svettis Fredrikstad

2023

Styrets sammensetning

Leder: Knut Marthinsen

Nestleder: Arild Jul Andreassen

Styremedlemmer: Kristin Kjellsdatter Westbye, Wenche Bech, Astrid Johanne Sponheim Hunderi, Jon Christian Hansen, Tonje Marie Andersen

Varamedlem: Christina Hulsrø, Elin-Elise Bergh

Valgkomité: Marianne Møgster, Anita Marthinsen, Øystein Olsen

Revisor: PwC AS og BDO

Kontrollutvalg: Leder: Geir Eriksen, Vigdis Nilsen, Øyvind Nilsen, Varamedlem: Geir Bergh

Bakgrunn

Friskis&Svettis Fredrikstad er et selvstendig idrettslag drevet etter lovnorm for idrettslag av 01.01.2020 hvor formålet er:

- å drive idrett organisert i Norges idrettsforbund og olympiske og paraolympiske komite (NIF) gjennom Viken idrettskrets. Friskis&Svettis Fredrikstad er tilsluttet Fredrikstad idrettsråd og er medlem av Fleridrettsforbundet

Arbeidet skal preges av frivillighet, demokrati, lojalitet og likeverd. All idrettslig aktivitet skal bygge på grunnverdier som idrettsglede, fellesskap, helse og ærlighet jf. Lovnorm §1

Høyeste organ er årsmøtet, der alle medlemmer over 15 år som har vært medlem mer enn en måned og har betalt kontingent har møte- og stemmerett.

Friskis&Svettis Fredrikstad er blant de største idrettsforeningene i Fredrikstad og tilbyr sine medlemmer et omfattende treningstilbud som sal treninger, spinning timer, trening i styrkerom, utetrening i tillegg til treninger i Torsnes og trening for personer med ulike bistandsbehov.

Vår visjon

Vår visjon er at mennesker skal smile når de tenker på trening, og det vil vi oppnå gjennom å tilby treninger i tråd med våre verdier som vil si at all trening skal være

- **Bevegelsesglede**
- **Inkluderende**
- **Kvalitet**
- **Engasjerende**

Styrets arbeid i 2023

Det er avholdt 9 ordinære styremøter. Det er avholdt ett lengre møte hvor framtidig strategi var tema. Styret har deltatt i ekstern representasjon som Folkehelsekonferansen (livsløpskonferansen) i juni 23, og i møter med samarbeidspartnere som FRID (Fredrikstad idrettsråd) m.m

Vi har vært spesielt opptatt av økonomien i klubben samt å ivareta et godt arbeidsmiljø for ansatte og funksjonærer og legge til rette for et godt treningsklima for våre mosjonister som vil si at alle skal føle seg velkommen i et åpent og hyggelig uformelt miljø.

Sponsorvegg bedrifter

I trappeoppgangen på Klubbhuset har vi laget en sponsorvegg. På veggen vises sponsorer som gir Friskis&Svettis Fredrikstad støtte til utvikling, utdanning og investering. Friskis har 3 differensierte støttepakker med priser fra ca. kr 10.000 til kr 50.000.

Vi signerte sponsor-/samarbeidsavtaler med 8 bedrifter i 2022, og i løpet av 2023 har vi signert avtaler med ytterligere 5 bedrifter. Avtalenes lengder varierer mellom ett, to eller tre år. Totalt over 2 til 3 år gir dette Friskis en total inntekt på kr 260.000.

Vi har også inngått ny samarbeidsavtale med Løplabbet, og signert ny avtale med FFK.

Det jobbes videre med nye og flere sponsor-/samarbeidsavtaler i 2024.

Leie av lokaler

Alle bedrifter som leier lokaler hos Friskis har fornyet sine avtaler i løpet av 2023.

Målet er å lage avtaler som går over flere år, og som reguleres årlig etter konsumindeksen.

Leietakerne er Fredrikstad Sykkelklubb, CK øst, Kirkens Bymisjon, Frisklivssentralen, LHL, Cardio-klubben, Aktiv på Dagtid og Fredrik II VGS. Dette gir betydelige inntekter til klubben.

Treningsavtaler for bedrifter

Det er inngått nye samarbeidsavtaler med Barco AS, Borregaard AS, Cowi BIL, Denofa BIL og Wican Holding om trening i våre lokaler. I tillegg har vi gamle samarbeidsavtaler med Høgskolen i Østfold, Fredrikstad kommune og Sykehuset Østfold Kalnes som skal reforhandles i 2024.

Viktige saker i 2023 har vært:

Sikre drift av foreningen gjennom god økonomisk inntjening og økonomikontroll.

Da den økonomiske situasjonen fortsatt er krevende, har vi brukt tid på å finne løsninger for å redusere de økonomiske utgiftene som blant annet strømutfgifter.

Vi har som nevnt jobbet med og jobber med sponsoravtaler i tillegg til en egen reklamefilm.

Det legges fortløpende ut bilder og informasjon om treninger på sosiale medier.

Vi har vært i dialog med gårdeier Klemsdal Invest om husleie, varmestyring og rehabilitering av bygget.

Tabell 1: Resultatregnskap

	Regnskap 2023	Budsjett 2023	Resultat 2022
Inntekter	7 470 296	7 006 500	7 277 446
Kostnader	7 022 287	7 001 850	7 001 776
Driftsresultat	448 009	4 650	2 756 70
Finanskost	-124 765	4 500	8 778
Resultat	323 244	150	266 892

Investeringer

I løpet av 2023 har Friskis oppdatert spinningssalen med nye spinningssykler, og i tillegg malt tak og vegger i tråd med hovedorganisasjonens designkonsept for saler. Resultatet er en moderne spinningssal med wattmåling-kompatible sykler, og plass til 30 mosjonister og 1 leder. Mot slutten av året ga det økonomiske resultatet rom for å bytte ut 2st tredemøller til nye, kjøpe nytt vektstangutstyr til stor sal og investere i et nytt apparat til styrkerommet (hofteløftapparat).

Åpningstider – ubemannede perioder: Årets største prosjekt har vært å utvikle tilgjengeligheten til Klubbhuset. Gjennom å legge til rette for at medlemmer over 18 år skal kunne trene også når Klubbhuset ikke er bemannet, har tilgjengeligheten økt med 46%. Tidligere kunne medlemmene trene 83,5 timer per uke, og med nye åpningstider kan de trene 122 timer per uke. Ulempen er at tilgangen for de under 18 år har minket noe.

Gårdeier har i løpet av 2023 gjort store investeringer i grunnleggende infrastruktur, og satt opp flere nye luft-til-luftvarmepumper i våre lokaler. Det har medført et bedre inneklima, men foreløpig ikke spart så mye energikostnader. Det er også montert et system for strømstyring/strømsparing gjeldende oppvarming av varmtvann i den nye delen av bygget, men det er ikke godt nok justert for at vi skal kunne se noen store besparinger.

Ansatte

Administrasjonen har i første halvdel av 2023 bestått av Martin Alsparr og Mai Kristin Iversen. Sistnevnte gikk ned i stillingsprosent fra mai/juni. Etter en rekrutteringsprosess har vi ansatt to medarbeidere i resepsjonen som deler en 100 % stilling (60/40): Diana Nedelcu og Per Knabelvi. De begynte 1.juli. Det er ikke gjennomført medarbeidersamtaler i løpet av 2023.

Funksjonærer

Klubben er som alltid helt avhengig av den frivillige innsatsen som blir lagt ned, og de ca 80 funksjonærene som er engasjerte bidrar alle på sin måte til virksomheten. Flere nye treningsledere er rekruttert, utdannet og lisensiert under 2023, og flere nye verter har engasjert seg i klubben. Det er utfordrende å bemanne Klubbhuset på kvelder og i helgene, men de fleste verter står virkelig på og stiller opp både i ukedager og i helgene selv om de har en egen fast vakt hver uke. Med en begrenset mengde tilgjengelige verter tar arbeidet med å fylle opp vaktliste en stor del av arbeidstiden til Diana og Per i resepsjonen.

Under året har det blitt organisert samlinger for funksjonærer, både sosiale tilfeller og mer faglige tilfeller med f.eks. hjertestarterkurs. Det kan virke som interessen for sosiale samlinger er mindre nå enn før, og det er til tider dårlig oppmøte. Administrasjonen og styret jobber med å finne modeller for å kunne samle funksjonærene både faglig og sosialt.

Husgruppen bestående av Henning Hall, Sverre Hensmo og Ragnar Noreng har under 2023 fått forsterkning i form av Jan Johansen. De arbeider iherdig med å holde lokaler og utstyr i god orden. Vedlikehold av spinningsykler, styrkerømsutstyr, badstuer, legionellaforebygging i dusjer og mye annet er gjennomført. I tillegg har husgruppen ryddet og renset i foreningens lagerrom.

Vaskegruppen med Bente Fjeld, Synøve Andersen, Aslaug Børstad viderefører sin gode og viktige innsats for å holde lokalene grundig rene. Hver måned kommer de til Klubbhuset og vasker ned ulike deler av lokalene. De siste årene har antallet aktive i vaskegruppen minnet, og det er uhyre viktig at vi klarer å rekruttere inn flere medlemmer for å kunne fortsette med denne virksomheten.

Medlemmer

Året 2023 har medført en tydelig, positiv trend i antall medlemmer og i inntekter fra treningsavgifter. I slutten av 2023 kunne vi rapportere 1636 medlemmer til NIF og F&S Riks, men antallet aktive kort har gjennom hele året vært mellom 1100 til 1400 kort.

Styret Friskis&Svettis Fredrikstad

Knut Marthinsen

Styreleder

Arild Jul Andreassen

Nestleder

Astrid Johanne Sponheim Hunderi

Styremedlem

Wenche Bech

styremedlem

Tonje Marie Andersen

Styremedlem

Jon Christian Hansen

Styremedlem

Kristin Kjellsdatter Westbye

Styremedlem

Martin Alsparr

Administrativ leder

Årsberetning Friskis&Svettis Fredrikstad 2023