



ÅRSREGNSKAPET FOR REGNSKAPSÅRET 2021 - GENERELL INFORMASJON

Enheten

Organisasjonsnummer: 918 129 774
Organisasjonsform: Aksjeselskap
Foretaksnavn: TRENING AS
Forretningsadresse: Rudbakken 31
1480 SLATTUM

Regnskapsår

Årsregnskapets periode: 01.01.2021 - 31.12.2021

Konsern

Morselskap i konsern: Nei

Regnskapsregler

Regler for små foretak benyttet: Ja
Benyttet ved utarbeidelsen av årsregnskapet til selskapet: Regnskapslovens alminnelige regler

Årsregnskapet fastsatt av kompetent organ

Bekreftet av representant for selskapet: Marianne Johnsgaard Holmsen
Dato for fastsettelse av årsregnskapet: 05.01.2022

Grunnlag for avgivelse

År 2021: Årsregnskapet er elektronisk innlevert
År 2020: Tall er hentet fra elektronisk innlevert årsregnskap fra 2021

Det er ikke krav til at årsregnskapet m.v. som sendes til Regnskapsregisteret er undertegnet. Kontrollen på at dette er utført ligger hos revisor/enhetens øverste organ. Sikkerheten ivaretas ved at innsender har rolle/rettighet for innsending av årsregnskapet via Altinn, og ved at det bekreftes at årsregnskapet er fastsatt av kompetent organ.

Brønnøysundregistrene, 03.02.2023



Resultatregnskap

Beløp i: NOK	Note	2021	2020
RESULTATREGNSKAP			
Kostnader			
Annen driftskostnad		11 990	17
Sum kostnader		11 990	17
Driftsresultat		-11 990	-17
Finansinntekter og finanskostnader			
Annen renteinntekt			3
Annen finansinntekt		44 000	16 000
Sum finansinntekter		44 000	16 003
Annen rentekostnad		2 923	3 927
Sum finanskostnader		2 923	3 927
Netto finans		41 077	12 076
Ordinært resultat før skattekostnad		29 087	12 059
Skattekostnad på ordinært resultat		-2 990	-761
Ordinært resultat etter skattekostnad		32 077	12 820
Årsresultat		32 077	12 820
Årsresultat etter minoritetsinteresser		32 077	12 820
Totalresultat		32 077	12 820
Overføringer og disponeringer			
Avsatt til annen egenkapital		32 077	12 820
Sum overføringer og disponeringer		32 077	12 820



Balanse

Beløp i: NOK	Note	2021	2020
BALANSE - EIENDELER			
Anleggsmidler			
Immaterielle eiendeler			
Utsatt skattefordel		6 564	3 574
Sum immaterielle eiendeler		6 564	3 574
Finansielle anleggsmidler			
Investeringer i aksjer og andeler		905 948	905 948
Sum finansielle anleggsmidler		905 948	905 948
Sum anleggsmidler		912 512	909 522
Omløpsmidler			
Varer			
Bankinnskudd, kontanter og lignende			
Bankinnskudd, kontanter o.l.		99	99
Sum bankinnskudd, kontanter og lignende		99	99
Sum omløpsmidler		99	99
SUM EIENDELER		912 611	909 621
BALANSE - EGENKAPITAL OG GJELD			
Egenkapital			
Innskutt egenkapital			
Aksjekapital		30 000	30 000
Sum innskutt egenkapital		30 000	30 000
Opptjent egenkapital			
Annen egenkapital		315 234	283 157
Sum opptjent egenkapital		315 234	283 157
Sum egenkapital		345 234	313 157



Balanse

Beløp i: NOK	Note	2021	2020
Gjeld			
Langsiktig gjeld			
Annen langsiktig gjeld			
Øvrig langsiktig gjeld		567 377	552 464
Sum annen langsiktig gjeld		567 377	552 464
Sum langsiktig gjeld		567 377	552 464
Kortsiktig gjeld			
Annen kortsiktig gjeld			44 000
Sum kortsiktig gjeld			44 000
Sum gjeld		567 377	596 464
SUM EGENKAPITAL OG GJELD		912 611	909 621



Brønnøysundregistrene

ÅRSREGNSKAP FOR REGNSKAPSÅRET 2021 - GENERELL INFORMASJON

Journalnummer: 2022 106914

Enheten

Organisasjonsnummer: 918 129 774
Organisasjonsform: Aksjeselskap
Foretaksnavn: TRENING AS
Forretningsadresse: Rudbakken 31
1480 SLATTUM

Regnskapsår

Årsregnskapets periode: 01.01.2021 - 31.12.2021

Konsern

Morselskap i konsern: Nei

Regnskapsregler

Regler for små foretak benyttet: Ja
Benyttet ved utarbeidelsen av
årsregnskapet til selskapet: Regnskapslovens alminnelige regler

Årsregnskapet fastsatt av kompetent organ

Bekreftet av representant for selskapet: Marianne Johnsgaard Holmsen
Dato for fastsettelse av årsregnskapet: 05.01.2022

Revisjon

Selskapet har besluttet at årsregnskapet
ikke skal revideres: Ja

Grunnlag for avgivelse

År 2021: Årsregnskap er elektronisk innlevert.
År 2020: Tall er hentet fra elektronisk innlevert årsregnskap fra 2021.

Det er ikke krav til at årsregnskapet m.v. som sendes til Regnskapsregisteret er undertegnet. Kontrollen på at dette er utført ligger hos revisor/enhetens øverste organ. Sikkerheten ivaretas ved at innsender har rolle/rettighet for innsending av årsregnskapet via Altinn, og ved at det bekreftes at årsregnskapet er fastsatt av kompetent organ.

Brønnøysundregistrene, 15.01.2022



Organisasjonsnr: 918 129 774
TRENING AS

RESULTATREGNSKAP

Beløp i: NOK	Note	2021	2020
RESULTATREGNSKAP			
Kostnader			
Annen driftskostnad		11 990	17
Sum kostnader		11 990	17
Driftsresultat		-11 990	-17
Finansinntekter og finanskostnader			
Annen renteinntekt			3
Annen finansinntekt		44 000	16 000
Sum finansinntekter		44 000	16 003
Annen rentekostnad		2 923	3 927
Sum finanskostnader		2 923	3 927
Netto finans		41 077	12 076
Ordinært resultat før skattekostnad		29 087	12 059
Skattekostnad på ordinært resultat		-2 990	-761
Ordinært resultat etter skattekostnad		32 077	12 820
Årsresultat		32 077	12 820
Årsresultat etter minoritetsinteresser		32 077	12 820
Totalresultat		32 077	12 820
Overføringer og disponeringer			
Avsatt til annen egenkapital		32 077	12 820
Sum overføringer og disponeringer		32 077	12 820



Organisasjonsnr: 918 129 774
TRENING AS

BALANSE

Beløp i: NOK	Note	2021	2020
BALANSE - EIENDELER			
Anleggsmidler			
Immaterielle eiendeler			
Utsatt skattefordel		6 564	3 574
Sum immaterielle eiendeler		6 564	3 574
Finansielle anleggsmidler			
Investeringer i aksjer og andeler		905 948	905 948
Sum finansielle anleggsmidler		905 948	905 948
Sum anleggsmidler		912 512	909 522
Omløpsmidler			
Varer			
Bankinnskudd, kontanter og lignende			
Bankinnskudd, kontanter o. l.		99	99
Sum bankinnskudd, kontanter og lignende		99	99
Sum omløpsmidler		99	99
SUM EIENDELER		912 611	909 621
BALANSE - EGENKAPITAL OG GJELD			
Egenkapital			
Innskutt egenkapital			
Aksjekapital		30 000	30 000
Sum innskutt egenkapital		30 000	30 000
Opptjent egenkapital			
Annen egenkapital		315 234	283 157
Sum opptjent egenkapital		315 234	283 157
Sum egenkapital		345 234	313 157
Gjeld			
Langsiktig gjeld			
Annen langsiktig gjeld			
Øvrig langsiktig gjeld		567 377	552 464
Sum annen langsiktig gjeld		567 377	552 464



Sum langsiktig gjeld	567 377	552 464
Kortsiktig gjeld		
Annen kortsiktig gjeld		44 000
Sum kortsiktig gjeld		44 000
Sum gjeld	567 377	596 464
SUM EGENKAPITAL OG GJELD	912 611	909 621



Organisasjonsnr: 918 129 774
TRENING AS

NOTEOPPLYSNINGER - SELSKAP - alle poster oppgitt i hele tall

Note

Antall aksjer og aksjeeiere

Note

2

Antall årsverk i regnskapsåret

Virksomheten har hatt følgende antall årsverk:

0.00

Omløpsmidler Startdato Sluttdato Endring

Skattemessig fremf.undersk. Startdato Sluttdato Endring

Kortsiktig gjeld Startdato Sluttdato Endring



Trening AS

Årsregnskap 2021



Trening AS Årsregnskap 2021

Resultatregnskap

	Note	2021	2020
Driftskostnader			
Andre driftskostnader	2	11 990	17
Driftsresultat		-11 990	-17
Renteinntekter		-	3
Annen finansinntekt		44 000	16 000
Rentekostnader		2 923	3 927
Netto finansposter		41 077	12 076
Resultat før skattekostnad		29 087	12 059
Skattekostnad	3	-2 990	-762
Årsresultat		32 077	12 821
Anvendelse av årsresultatet			
Annen egenkapital	4	32 077	12 821
Sum anvendelse		32 077	12 821



Trening AS Årsregnskap 2021

Balanse

	Note	31.12.2021	31.12.2020
Eiendeler			
Anleggsmidler			
Immaterielle eiendeler			
Utsatt skattefordel	4	6 564	3 574
Sum immaterielle eiendeler		6 564	3 574
Finansielle anleggsmidler			
Investering i aksjer og andeler	5	905 948	905 948
Sum finansielle anleggsmidler		905 948	905 948
Sum anleggsmidler		912 512	909 522
Omløpsmidler			
Bankinnskudd, kontanter og lignende	2	99	99
Sum omløpsmidler		99	99
Sum eiendeler		912 611	909 621



Trening AS Årsregnskap 2021

Balanse

	Note	31.12.2021	31.12.2020
Egenkapital og gjeld			
Egenkapital			
Innskutt egenkapital			
Aksjekapital	4	30 000	30 000
Sum innskutt egenkapital		30 000	30 000
Opptjent egenkapital			
Annen egenkapital	4	315 234	283 157
Sum opptjent egenkapital		315 234	283 157
Sum egenkapital		345 234	313 157
Gjeld			
Annen langsiktig gjeld			
Øvrig langsiktig gjeld	6	567 377	552 464
Sum annen langsiktig gjeld		567 377	552 464
Kortsiktig gjeld			
Annen kortsiktig gjeld		-	44 000
Sum kortsiktig gjeld		-	44 000
Sum egenkapital og gjeld		912 611	909 621

Oslo, 19. mai 2021

Marianne H. Johnsgaard
Styrets leder



Trening AS Årsregnskap 2021

Noter

--

Note 1 Regnskapsprinsipper

Årsregnskapet består av resultatregnskap, balanse og noteopplysninger og er avlagt i samsvar med aksjelov, regnskapslov og god regnskapsskikk for små foretak i Norge gjeldende pr. 31. desember 2021.

Klassifisering og vurdering av balanseposter

Eiendeler/gjeld som knytter seg til varekretsløpet og poster som forfaller til betaling innen ett år etter balansedagen, er klassifisert som omløpsmidler/kortsiktig gjeld. Vurdering av omløpsmidler/kortsiktig gjeld skjer til laveste/høyeste verdi av anskaffelseskost og virkelig verdi. For omløpsmidler er virkelig verdi salgsværdien på et fremtidig salgstidspunkt med fradrag for salgskostnader.

Fordringer

Fordringer er oppført til pålydende med fradrag for forventede tap.

Pengeposter i utenlandsk valuta

Fordringer/gjeld i utenlandsk valuta omregnes til balansedagens valutakurs (dagskurs).

Skatt

Utsatt skatt beregnes på bakgrunn av midlertidige forskjeller mellom regnskapsmessige og skattemessige verdier ved utgangen av regnskapsåret. Ved beregningen benyttes nominell skattesats. Positive og negative forskjeller vurderes mot hverandre innenfor samme tidsintervall. Utsatt skattefordel oppstår dersom en har midlertidige forskjeller som gir opphav til skattemessige fradrag i fremtiden. Årets skattekostnad består av endringer i utsatt skatt og utsatt skattefordel, sammen med betalbar skatt for inntektsåret korrigert for feil i tidligere års beregninger.

Forenklingsregler for små foretak

Selskapet har valgt å ikke benytte seg av noen av forenklingsreglene iht. regnskapslov og god regnskapsskikk for små foretak, og følger derfor regnskapslovens hovedbestemmelser mhp vurderingsregler.

Note 2 Lønnskostnader / Antall årsverk / Godtgjørelser / Pensjoner

Selskapet har ikke ansatte og har følgelig ikke lønnskostnader, pensjonsordning eller bundne skattetrekksmidler. Videre har selskapet fravalgt revisor.

Det utbetalles ikke honorar til styret.



Trening AS Årsregnskap 2021

Noter

Note 3 Skatt

	2021	2020
Betalbar skatt fremkommer slik:		
Ordinært resultat før skattekostnad	29 087	12 059
Permanente forskjeller	-42 680	-15 520
Endring midlertidige forskjeller	-	-
Grunnlag betalbar skatt	-13 593	-3 461
Anvendelse av fremførbart underskudd		
Grunnlag betalbar skatt	-13 593	-3 461
Betalbar skatt	-	-
Betalbar skatt på årets resultat	-	-
Årets skattekostnad fremkommer slik:		
Betalbar skatt på årets resultat	-	-
Brutto endring utsatt skatt	-2 990	-762
Årets totale skattekostnad	-2 990	-762
	31.12.2021	31.12.2020
Betalbar skatt i balansen fremkommer slik:		
Betalbar skatt på årets resultat	-	-
Sum betalbar skatt	-	-
	31.12.2021	31.12.2020
Spesifikasjon av grunnlag for utsatt skattefordel:		
Underskudd til fremføring	-29 839	-16 245
Grunnlag utsatt skatt / utsatt skattefordel	-29 839	-16 245
Utsatt skatt/ skattefordel	-6 564	-3 574
Utsatt skattefordel som ikke er balanseført		
Utsatt skatt / utsatt skattefordel i balansen	-6 564	-3 574



Trening AS Årsregnskap 2021

Noter

Note 4 Egenkapital og aksjonærinformasjon

Egenkapital:

	Annen egenkapital /		Sum
	Aksjekapital	Udekket tap	
Stiftelse, 21.10.16	30 000	283 157	313 157
Årets endring i egenkapital:			
Årets resultat		32 077	32 077
Sum egenkapital pr. 31.12.	30 000	315 234	345 234

Eierstruktur:

	Ant. aksjer	Pålydende	Eierandel	Stemmeandel
Marianne H. Johnsgaard	300	100	100,0 %	100,0 %
Sum	300		100,0 %	100,0 %

Alle aksjer har like rettigheter

Note 5 Investeringer i aksjer og andeler

Selskapet eier aksjer i følgende selskap

	Antall aksjer	Eierandel	Stemmeandel	Bokført verdi
Altus Pulsus AS, Oslo	40	4,0 %	4,0 %	676 470
Myrens Nittedal AS, Nittedal	228 500	28,0 %	28,0 %	228 500
Myren Trening AS, Oslo	1 200	4,0 %	4,0 %	977
Sum				905 948

Note 6 Mellomværende med nærstående

Selskapet har mottatt lån fra følgende personer/selskap

	31.12.2021	31.12.2020
Marianne H. Johnsgaard	567 377	552 464
Sum	567 377	552 464

Lånet renteberegnes i henhold til avtale.