



## ÅRSREGNSKAPET FOR REGNSKAPSÅRET 2020 - GENERELL INFORMASJON

### Enheten

Organisasjonsnummer: 992 148 306  
Organisasjonsform: Aksjeselskap  
Foretaksnavn: PERSONLIG TRENING AS  
Forretningsadresse: Skytterveien 5  
1605 FREDRIKSTAD

### Regnskapsår

Årsregnskapets periode: 01.01.2020 - 31.12.2020

### 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: Sigmund Bjarte Aasen  
Dato for fastsettelse av årsregnskapet: 28.05.2021

### Grunnlag for avgivelse

År 2020: Årsregnskapet er elektronisk innlevert  
År 2019: Tall er hentet fra elektronisk innlevert årsregnskap fra 2020

*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, 03.06.2022



## Resultatregnskap

Beløp i: NOK	Note	2020	2019
<b>RESULTATREGNSKAP</b>			
<b>Inntekter</b>			
Salgsinntekt			43 040
<b>Sum inntekter</b>			<b>43 040</b>
<b>Kostnader</b>			
Annen driftskostnad		3 072	2 949
<b>Sum kostnader</b>		<b>3 072</b>	<b>2 949</b>
<b>Driftsresultat</b>		<b>-3 072</b>	<b>40 092</b>
<b>Finansinntekter og finanskostnader</b>			
Annen renteinntekt		13	39
<b>Sum finansinntekter</b>		<b>13</b>	<b>39</b>
<b>Netto finans</b>		<b>-13</b>	<b>-39</b>
<b>Ordinært resultat før skattekostnad</b>		<b>-3 059</b>	<b>40 131</b>
Skattekostnad på ordinært resultat			387
<b>Ordinært resultat etter skattekostnad</b>		<b>-3 059</b>	<b>39 744</b>
<b>Årsresultat</b>		<b>-3 059</b>	<b>39 744</b>
<b>Årsresultat etter minoritetsinteresser</b>		<b>-3 059</b>	<b>39 744</b>
<b>Overføringer og disponeringer</b>			
Udekket tap		-3 059	39 744
<b>Sum overføringer og disponeringer</b>		<b>-3 059</b>	<b>39 744</b>



### Balanse

Beløp i: NOK	Note	2020	2019
<b>BALANSE - EIENDELER</b>			
<b>Anleggsmidler</b>			
<b>Immaterielle eiendeler</b>			
Sum anleggsmidler		0	0
<b>Omløpsmidler</b>			
<b>Varer</b>			
<b>Fordringer</b>			
Kundefordringer		10 000	10 000
Sum fordringer		10 000	10 000
<b>Bankinnskudd, kontanter og lignende</b>			
Bankinnskudd, kontanter og lignende	3	73 866	79 045
Sum bankinnskudd, kontanter og lignende		73 866	79 045
Sum omløpsmidler		83 866	89 045
SUM EIENDELER		83 866	89 045
<b>BALANSE - EGENKAPITAL OG GJELD</b>			
<b>Egenkapital</b>			
<b>Innskutt egenkapital</b>			
Aksjekapital		100 000	100 000
Sum innskutt egenkapital		100 000	100 000
<b>Opptjent egenkapital</b>			
Annen egenkapital		203	203
Udekket tap		33 490	30 431
Sum opptjent egenkapital		-33 287	-30 228
Sum egenkapital		66 713	69 772



## Balanse

<b>Beløp i: NOK</b>	<b>Note</b>	<b>2020</b>	<b>2019</b>
<b>Sum langsiktig gjeld</b>		<b>0</b>	<b>0</b>
<b>Kortsiktig gjeld</b>			
Betalbar skatt		387	387
Annen kortsiktig gjeld		16 766	18 886
<b>Sum kortsiktig gjeld</b>		<b>17 153</b>	<b>19 273</b>
<b>Sum gjeld</b>		<b>17 153</b>	<b>19 273</b>
<b>SUM EGENKAPITAL OG GJELD</b>		<b>83 866</b>	<b>89 045</b>



## Brønnøysundregistrene

### ÅRSREGNSKAP FOR REGNSKAPSÅRET 2020 - GENERELL INFORMASJON

Journalnummer: 2021 363233

#### Enheten

Organisasjonsnummer: 992 148 306  
Organisasjonsform: Aksjeselskap  
Foretaksnavn: PERSONLIG TRENING AS  
Forretningsadresse: Skytterveien 5  
1605 FREDRIKSTAD

#### Regnskapsår

Årsregnskapets periode: 01.01.2020 - 31.12.2020

#### 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: Sigmund Bjarte Aasen  
Dato for fastsettelse av årsregnskapet: 28.05.2021

#### Revisjon

Selskapet har besluttet at årsregnskapet  
ikke skal revideres: Ja  
Årsregnskapet er utarbeidet av ekstern  
autorisert regnskapsfører: Ja  
Ekstern autorisert regnskapsfører har i  
løpet av regnskapsåret bistått ved den  
løpende regnskapsføringen eller utført  
andre tjenester for selskapet enn å  
utarbeide årsregnskapet: Ja

#### Grunnlag for avgivelse

År 2020: Årsregnskap er elektronisk innlevert.  
År 2019: Tall er hentet fra elektronisk innlevert årsregnskap fra 2020.

*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, 01.06.2021

---

Brønnøysundregistrene  
Postadresse: Postboks 900, 8910 Brønnøysund  
Telefon: 75 00 75 00  
E-post: firmapost@brreg.no Internett: www.brreg.no  
Organisasjonsnummer: 974 760 673



Organisasjonsnr: 992 148 306  
PERSONLIG TRENING AS

## RESULTATREGNSKAP

<b>Beløp i: NOK</b>	<b>Note</b>	<b>2020</b>	<b>2019</b>
<b>RESULTATREGNSKAP</b>			
<b>Inntekter</b>			
Salgsinntekt			43 040
<b>Sum inntekter</b>			<b>43 040</b>
<b>Kostnader</b>			
Annen driftskostnad		3 072	2 949
<b>Sum kostnader</b>		<b>3 072</b>	<b>2 949</b>
<b>Driftsresultat</b>		<b>-3 072</b>	<b>40 092</b>
<b>Finansinntekter og finanskostnader</b>			
Annen renteinntekt		13	39
<b>Sum finansinntekter</b>		<b>13</b>	<b>39</b>
<b>Netto finans</b>		<b>-13</b>	<b>-39</b>
<b>Ordinært resultat før skattekostnad</b>			
Skattekostnad på ordinært resultat			387
<b>Ordinært resultat etter skattekostnad</b>		<b>-3 059</b>	<b>39 744</b>
<b>Årsresultat</b>		<b>-3 059</b>	<b>39 744</b>
<b>Årsresultat etter minoritetsinteresser</b>		<b>-3 059</b>	<b>39 744</b>
<b>Overføringer og disponeringer</b>			
Udekket tap		-3 059	39 744
<b>Sum overføringer og disponeringer</b>		<b>-3 059</b>	<b>39 744</b>



Organisasjonsnr: 992 148 306  
PERSONLIG TRENING AS

## BALANSE

Beløp i: NOK	Note	2020	2019
<b>BALANSE - EIENDELER</b>			
<b>Anleggsmidler</b>			
<b>Immaterielle eiendeler</b>			
Sum anleggsmidler		0	0
<b>Omløpsmidler</b>			
<b>Varer</b>			
<b>Fordringer</b>			
Kundefordringer		10 000	10 000
Sum fordringer		10 000	10 000
<b>Bankinnskudd, kontanter og lignende</b>			
Bankinnskudd, kontanter og lignende	3	73 866	79 045
Sum bankinnskudd, kontanter og lignende		73 866	79 045
Sum omløpsmidler		83 866	89 045
<b>SUM EIENDELER</b>		<b>83 866</b>	<b>89 045</b>
<b>BALANSE - EGENKAPITAL OG GJELD</b>			
<b>Egenkapital</b>			
<b>Innskutt egenkapital</b>			
Aksjekapital		100 000	100 000
Sum innskutt egenkapital		100 000	100 000
<b>Opptjent egenkapital</b>			
Annen egenkapital		203	203
Udekket tap		33 490	30 431
Sum opptjent egenkapital		-33 287	-30 228
Sum egenkapital		66 713	69 772
Sum langsiktig gjeld		0	0
<b>Kortsiktig gjeld</b>			
Betalbar skatt		387	387
Annen kortsiktig gjeld		16 766	18 886
Sum kortsiktig gjeld		17 153	19 273
Sum gjeld		17 153	19 273



SUM EGENKAPITAL OG GJELD

83 866

89 045



Organisasjonsnr: 992 148 306  
PERSONLIG TRENING AS

NOTEOPPLYSNINGER - SELSKAP - alle poster oppgitt i hele tall

Note

Regnskapsprinsipper

Note

Antall aksjer og aksjeeiere

<u>Aksjeklasse</u>	<u>Ant. aksjer</u>	<u>Pålydende</u>	<u>Bokført verdi</u>
Ordinære aksjer	100.00	1000.00	100000.00

<u>Aksjeeiere - fritekst</u>	<u>Antall</u>	<u>Eierandel</u>	<u>Aksjeklasse</u>
Sigmund Bjarte Apold-Aasen	100.00	100.00%	Ordinære aksjer

<u>Sum</u>	<u>Sum antall</u>	<u>Sum eierandel</u>
	100.00	100.00%

Note

**Ytelser til ledende personer**  
Er det gitt ytelser til ledende person: Nei

**Ytelser til daglig leder**

<u>Ytelser</u>	<u>Lønn</u>	<u>Pensj.forpl.</u>	<u>Andre godtgj.</u>
----------------	-------------	---------------------	----------------------

Note

Antall årsverk i regnskapsåret

Virksomheten har hatt følgende antall årsverk:  
0.00

Note

**Lån og sikkerhetsstillelse til ledende personer og aksjeeiere**

Er det gitt lån eller sikkerhetsstillelse til ledende personer: Nei



**Kontantstrømoppstilling pr 31.12.  
Personlig Trening as**

<b>Kontantstrøm fra operasjonelle aktiviteter</b>	<b>Note</b>	<b>Regnskap 2020</b>	<b>Regnskap 2019</b>
Resultat før skattekostnad		-3 059	40 131
Periodens betalte skatt		0	0
Gevinst/tap ved salg av anleggsmidler		0	0
Ordinære avskrivninger		0	0
Resultatandel fra tilknyttede selskaper		0	0
Nedskrivning anleggsmidler		0	0
Endring i varelager		0	0
Endring i kundefordringer		0	5 000
Endring i leverandørgjeld		0	0
Endring i forskjell mellom kostnadsført pensjon og inn-/utbetalinger i pensjonsordninger		0	0
Effekt av valutakursendringer		0	0
Endring i markedsbaserte omløpsmidler		0	0
Endring i andre tidsavgrensingsposter		0	0
<b>Netto kontantstrøm fra operasjonelle aktiviteter</b>		<b>-3 059</b>	<b>45 131</b>
<b>Kontantstrømmer fra investeringsaktiviteter</b>			
Innbetalinger ved salg av varige driftsmidler		0	0
Utbetalinger ved kjøp av varige driftsmidler		0	0
Innbetalinger ved salg av aksjer og andeler i andre foretak		0	0
Utbetalinger ved kjøp av aksjer og andeler i andre foretak		0	0
Innbetalinger ved salg av andre investeringer		0	0
Utbetalinger ved kjøp av andre investeringer		0	0
<b>Netto kontantstrøm fra investeringsaktiviteter</b>		<b>0</b>	<b>0</b>
<b>Kontantstrømmer fra finansieringsaktiviteter</b>			
Innbetalinger ved opptak av ny langsiktig gjeld		0	0
Innbetalinger ved opptak av ny kortsiktig gjeld		0	0
Utbetalinger ved nedbetaling av langsiktig gjeld		0	0
Utbetalinger ved nedbetaling av kortsiktig gjeld		-2 120	-18 659
Netto endring i kassakreditt		0	0
Innbetalinger av egenkapital		0	0
Tilbakebetalinger av egenkapital		0	0
Utbetalinger av utbytte		0	0
Innbetalinger av konsernbidrag		0	0
Utbetalinger av konsernbidrag		0	0
<b>Netto kontantstrøm fra finansieringsaktiviteter</b>		<b>-2 120</b>	<b>-18 659</b>
Effekt av valutakursendringer på kontanter og kontantekvivalenter		0	0
<b>Netto endring i kontanter og kontantekvivalenter</b>		<b>-5 179</b>	<b>26 472</b>
<b>Beholdning av kontanter og kontantekvivalenter pr 01.01.</b>		<b>79 045</b>	<b>52 573</b>
<b>Beholdning av kontanter og kontantekvivalenter pr 31.12.</b>		<b>73 866</b>	<b>79 045</b>
<b>Differanse</b>		<b>0</b>	<b>0</b>



## Noter 2020

**Personlig Trening as**  
**Organisasjonsnr. 992 148 306**

### **Note 1 - Regnskapsprinsipper**

Årsregnskapet er utarbeidet i samsvar med regnskapslovens alminnelige bestemmelser samt god regnskapsskikk for små foretak.

### **Salgsinntekter og kostnader**

Inntektsføring ved salg av varer og tjenester skjer på leveringstidspunktet. Inntekter er vurdert til virkelig verdi av vederlaget, fratrukket merverdiavgift, returer og rabatter. Kostnadsføring skjer i samme periode som tilhørende inntekt.

### **Hovedregler for vurdering og klassifisering av eiendeler og gjeld**

#### *Varige driftsmidler*

Eiendeler bestemt til varig eie eller bruk i virksomheten er klassifisert som anleggsmidler. Driftsmidler er aktivert til anskaffelseskost. Tomter og boligeiendommer avskrives ikke. Driftsmidler med begrenset levetid avskrives planmessig over antatt levetid. Driftsmidler nedskrives til virkelig verdi ved verdifall som ventes å ikke være forbigående.

For egentilvirkede anleggsmidler har selskapet benyttet unntaksregelen for små foretak som gir adgang til å unnlate å ta med faste tilvirkningskostnader ved beregning av anskaffelseskost.

#### *Immaterielle eiendeler*

Ervervet goodwill avskrives over forventet levetid. Andre balanseførte immaterielle eiendeler som er tidsbegrenset eller ansees å ha begrenset økonomisk levetid, avskrives lineært over forventet levetid.

#### *Langsiktige tilvirkningskontrakter*

Langsiktige tilvirkningskontrakter inntektsføres etter fullført kontrakts metode.

#### *Aksjer mv.*

Aksjer mv. klassifisert som anleggsmiddel vurderes til anskaffelseskostnad, eller nedskrevet til virkelig verdi hvis verdifallet ikke ansees å være midlertidig. Børsnoterte aksjer er skrevet ned til kursen ved utgangen av regnskapsåret hvis den er lavere enn anskaffelseskost. Utbytte inntektsføres som annen finansinntekt.

Aksjer mv. som er klassifisert som omløpsmiddel vurderes til laveste verdi av anskaffelseskost og virkelig verdi. Markedsbaserte aksjer mv. vurderes til virkelig verdi ved årets slutt.

#### *Fordringer*

Langsiktige fordringer vurderes til anskaffelseskostnad med mindre virkelig verdi er lavere, og forventet tap ikke ansees å være av forbigående art.



Kundefordringer og andre kortsiktige fordringer vurderes til pålydende etter fradrag for forventet tap. For kundefordringer gjøres det en uspesifisert avsetning for forventet tap. Andre kortsiktige fordringer vurderes individuelt.

#### Gjeld

Langsiktig og kortsiktig gjeld er vurdert til nominelt beløp på etableringstidspunktet fratrukket avdrag og nedbetaling.

#### Varelager

Varelager vurderes til laveste verdi av anskaffelseskost og virkelig verdi. Virkelig verdi beregnes som forventet framtidig salgsverdi fratrukket salgskostnader. For egentilvirkede varer har selskapet benyttet unntaksreglen for små foretak, som gir adgang til å unnlate å ta med faste tilvirkningskostnader ved beregning av anskaffelseskost.

#### Utenlandsk valuta

Pengeposter i utenlandsk valuta er vurdert etter kursen ved regnskapsårets slutt.

#### Skatt

Skattekostnaden i resultatregnskapet består av betalbar skatt som forfaller i neste regnskapsår samt eventuell endring i utsatt skatt, med mindre annet er opplyst i egen note. Utsatt skatt er beregnet på grunnlag av midlertidige forskjeller og eventuelt framført ligningsmessig underskudd ved slutten av regnskapsåret. Skatteøkende (positive) og skattereduserende (negative) midlertidige forskjeller som reverserer eller kan reversere i samme periode er utlignet og nettoført.

Utsatt skattefordel er ikke bokført.

#### Note 2 - Bankinnskudd

Bundne skattetrekkmidler 2 280

#### Note 3 - Fordringer, gjeld og garantiforpliktelser

Fordringer med forfall senere enn ett år	2020	2019
	0	0

#### Note 4 - Aksjekapital og aksjonærer

##### Aksjekapital pr. 31.12.20

Klasse	Antall	Pålydende pr. aksje	Aksjekapital
Ordinære aksjer	100	1 000,00	100 000,00
<b>Sum</b>	<b>100</b>		<b>100 000,00</b>

Navn	Rolle	Aksjeklasse	Antall aksjer	Eierandel	Stemmeandel
Sigmund Bjarte	Styreforman	Ordinære aksjer	100	100,00	100,00
Apold-Aasen	n				
<b>Sum</b>			<b>100</b>	<b>100,00</b>	<b>100,00</b>



### Note 5 - Lønnskostnader mv.

	2020	2019
Lønnskostnader	0	0
Arbeidsgiveravgift	0	0
Pensjonskostnader	0	0
Andre ytelser	0	0
<b>Sum</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

Selskapet har sysselsatt 0 årsverk i regnskapsåret.

### Note 6 - Skatt

Årets skattekostnad består av:	2020	2019
Betalbar skatt	0	387
For mye eller for lite avsatt skatt forrige år	0	
Endring i utsatt skatt/utsatt skattefordel	0	0
<b>Skattekostnad</b>	<b>0</b>	<b>387</b>

Skattegrunnlag	2020	2019
Ordinært resultat før skattekostnad	-3 059	40 130
Ekstraordinært resultat før skattekostnad	0	0
Endring i midlertidige forskjeller	0	0
Permanente forskjeller	0	0
3 % skattefrie inntekter etter fritaksmetoden	0	0
Anvendelse av fremførbart underskudd	0	-38 370
<b>Årets skattegrunnlag</b>	<b>-3 059</b>	<b>1 760</b>

	2020	2019
Betalbar skatt av årets skattegrunnlag	0	387
Balanseført betalbar skatt	387	387

### Note 7 - Egenkapital

Aksjekapital	Overkurs	Annen innskutt	Opptjent	Sum
--------------	----------	----------------	----------	-----



		<b>egenkapital</b>	<b>egenkapital</b>	<b>egenkapital</b>
<b>Egenkapital 31.12.2019</b>	<b>100 000</b>		<b>-30 228</b>	<b>69 772</b>
<b>Prinsippendringer og korrigeringer</b>				
<b>Egenkapital 01.01.2020</b>	<b>100 000</b>		<b>-30 228</b>	<b>69 772</b>
<b>Årsresultat</b>			<b>-3 059</b>	<b>-3 059</b>
<b>Ordinært utbytte</b>				
<b>Tilleggsutbytte</b>				
<b>Andre endringer</b>				
<b>Egenkapital 31.12.2020</b>	<b>100 000</b>		<b>-33 287</b>	<b>66 713</b>