



## ÅRSREGNSKAPET FOR REGNSKAPSÅRET 2024 - GENERELL INFORMASJON

### Enheten

Organisasjonsnummer: 993 361 429  
Organisasjonsform: Forening/lag/innretning  
Foretaksnavn: FRISKIS & SVETTIS SARPSBORG  
Forretningsadresse: c/o Bente Abrahamsen  
Mørchs vei 3A  
1726 SARPSBORG

### Regnskapsår

Årsregnskapets periode: 01.01.2024 - 31.12.2024

### 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: Bente Abrahamsen  
Dato for fastsettelse av årsregnskapet: 25.03.2025

### Grunnlag for avgivelse

År 2024: Årsregnskapet er elektronisk innlevert  
År 2023: Tall er hentet fra elektronisk innlevert årsregnskap fra 2024

*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, 16.05.2025



## Resultatregnskap

Beløp i: NOK	Note	2024	2023
<b>RESULTATREGNSKAP</b>			
<b>Inntekter</b>			
Salgsinntekt		-26 732	3 080
<b>Sum inntekter</b>		<b>-26 732</b>	<b>3 080</b>
<b>Driftsresultat</b>		<b>-26 732</b>	<b>3 080</b>
<b>Netto finans</b>			
<b>Resultat før skattekostnad</b>		<b>-26 732</b>	<b>3 080</b>
<b>Årsresultat</b>		<b>-26 732</b>	<b>3 080</b>



### Balanse

Beløp i: NOK	Note	2024	2023
<b>BALANSE - EIENDELER</b>			
<b>Anleggsmidler</b>			
<b>Immaterielle eiendeler</b>			
Sum anleggsmidler		0	0
<b>Omløpsmidler</b>			
<b>Varer</b>			
<b>Bankinnskudd, kontanter og lignende</b>			
Bankinnskudd, kontanter og lignende		567 596	589 209
<b>Sum bankinnskudd, kontanter og lignende</b>		<b>567 596</b>	<b>589 209</b>
Sum omløpsmidler		567 596	589 209
<b>SUM EIENDELER</b>		<b>567 596</b>	<b>589 209</b>
<b>BALANSE - EGENKAPITAL OG GJELD</b>			
<b>Egenkapital</b>			
<b>Innskutt egenkapital</b>			
Selskapskapital		559 413	586 145
<b>Sum innskutt egenkapital</b>		<b>559 413</b>	<b>586 145</b>
Sum egenkapital		559 413	586 145
Sum langsiktig gjeld		0	0
<b>Kortsiktig gjeld</b>			
Annen kortsiktig gjeld		8 183	
<b>Sum kortsiktig gjeld</b>		<b>8 183</b>	
Sum gjeld		8 183	0
<b>SUM EGENKAPITAL OG GJELD</b>		<b>567 596</b>	<b>586 145</b>



## Balanse

<b>Beløp i: NOK</b>	<b>Note</b>	<b>2024</b>	<b>2023</b>
---------------------	-------------	-------------	-------------

---



## Brønnøysundregistrene

### ÅRSREGNSKAP FOR REGNSKAPSÅRET 2024 - GENERELL INFORMASJON

Journalnummer: 2025 400445

#### Enheten

Organisasjonsnummer: 993 361 429  
Organisasjonsform: Forening/lag/innretning  
Foretaksnavn: FRISKIS & SVETTIS SARPSBORG  
Forretningsadresse: c/o Bente Abrahamsen  
Mørchs vei 3A  
1726 SARPSBORG

#### Regnskapsår

Årsregnskapets periode: 01.01.2024 - 31.12.2024

#### 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: Bente Abrahamsen  
Dato for fastsettelse av årsregnskapet: 25.03.2025

#### Grunnlag for avgivelse

År 2024: Årsregnskap er elektronisk innlevert.  
År 2023: Tall er hentet fra elektronisk innlevert årsregnskap fra 2024.

*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, 15.05.2025



Organisasjonsnr: 993 361 429  
FRISKIS & SVETTIS SARPSBORG

## RESULTATREGNSKAP

<u>Beløp i: NOK</u>	<u>Note</u>	<u>2024</u>	<u>2023</u>
<b>RESULTATREGNSKAP</b>			
<b>Inntekter</b>			
Salgsinntekt		-26 732	3 080
Sum inntekter		-26 732	3 080
<b>Driftsresultat</b>		-26 732	3 080
<b>Netto finans</b>			
Resultat før skattekostnad		-26 732	3 080
Årsresultat		-26 732	3 080





Organisasjonsnr: 993 361 429  
FRISKIS & SVETTIS SARPSBORG

NOTEOPPLYSNINGER - SELSKAP - alle poster oppgitt i hele tall

## Note

Antall årsverk i regnskapsåret  
0.00

Sum Beløp

Balanseført verdi 31.12. Varige driftsmidler Immaterielle eiend.

## Konsernregnskap

Morselskapet sitt navn

Forretningskontor for morselskapet

## Begrunnelse for at datterselskap er utelatt fra konsolideringen

Samlet beløp - tilknyttet selskap Årets Fjorårets

Samlet beløp - foretak i samme konsern Årets Fjorårets

Samlet beløp - foretak i samme konsern Årets Fjorårets

Samlet beløp - felles kontrollert virksomhet Årets Fjorårets

Pantstillelse Beløp

Beholdning av egne aksjer Antall Pålydende Andel av aksjek.



Friskis & Svettis Sarpsborg

## Årsrapport



### Resultat

KONTO	NOTER	2024	2023	BUDSJETT 2024	BUDSJETT 2025
<b>Inntekter</b>					
Medlemsinntekter					
3200 Treningsavgift og drop inn	2	176 451	166 792	160 000	160 000
3210 Medlemsavgift NIF		24 400	26 000	25 000	25 000
<i>Sum Medlemsinntekter</i>		<i>200 851</i>	<i>192 792</i>	<i>185 000</i>	<i>185 000</i>
Andre inntekter					
3850 Arrangement inntekter		8 800	17 000	20 000	20 000
3960 Refusjon kurs / Off. tilskudd		20 213	22 024	20 000	20 000
3990 Grasrotandel og andre inntekter		5 338	7 669	6 000	5 000
<i>Sum Andre inntekter</i>		<i>34 351</i>	<i>46 693</i>	<i>46 000</i>	<i>45 000</i>
Finansinntekter/Kostnader					
8040 Renteinntekter		20 056	12 320	10 000	20 000
<b>Sum Inntekter</b>		<b>255 258</b>	<b>251 805</b>	<b>241 000</b>	<b>250 000</b>
<b>Kostnader</b>					
Varekostnad					
4011 Sko- og musikk godtgjørelse/utstyr instruktører		34 200	37 800	39 600	36 000
4300 Utdanning trenere/Kursavg og opphold		13 587	0	75 000	100 000
4301 Treningstøy		26 461	0	30 000	25 000
4302 Utdanning verter		0	0	10 000	10 000
4303 Sentr., kurs, FS-dager, studietur		25 700	0	90 000	10 000
<i>Sum Varekostnad</i>		<i>99 948</i>	<i>37 800</i>	<i>244 600</i>	<i>181 000</i>
Annen driftskostnad					
6100 Bidrag og kontingenter Riks		11 393	18 063	25 000	25 000
6270 Gaver, blomster, bursdager, diplomering		13 853	18 329	15 000	15 000
6275 Sosiale aktiviteter / Happening		38 654	59 428	50 000	75 000
6300 Hallsleie og leie av andre lokaler		50 226	54 059	60 000	60 000
6540 Utstyr/musikkanlegg/Fitness Play		40 719	19 962	50 000	35 000
6801 Kostnader vertsguppe		2 394	2 643	5 000	5 000
6804 Kostnader treningsledergruppe		0	1 850	5 000	5 000
6810 IT kostnader		6 240	6 240	7 000	7 000
6820 Oblater/Medlemskort		0	1 148	0	0
6860 Innkjøp div møter, styremøter		4 180	3 589	3 000	5 000
6930 Styregodtgjørelse/honorar	1	7 000	7 000	7 000	7 000
7130 Reisekostnader		-450	11 682	12 000	10 000
7320 Markedsmateriell / Reklame / Annonser		1 270	0	0	10 000
7500 Forsikring		3 411	3 199	3 300	4 000
7770 Bank og kortgebyr		3 153	1 670	3 600	3 600
7790 Div kostn. faktura- og bankgebyr, porto		0	2 062	0	0
<i>Sum Annen driftskostnad</i>		<i>182 042</i>	<i>210 925</i>	<i>245 900</i>	<i>266 600</i>
<b>Sum Kostnader</b>		<b>281 990</b>	<b>248 725</b>	<b>490 500</b>	<b>447 600</b>
<b>Årets resultat</b>		<b>-26 732</b>	<b>3 080</b>	<b>-249 500</b>	<b>-197 600</b>



## Balanse

KONTO	NOTER	2024	2023	BUDSJETT 2024	BUDSJETT 2025
<b>Eiendeler</b>					
Fordringer					
1510 Kundefordringer		0	0	0	0
1720 Periodisert inntekt		0	2 129	0	0
<i>Sum Fordringer</i>		<i>0</i>	<i>2 129</i>	<i>0</i>	<i>0</i>
Bankinnskudd/Kontanter					
1920 Driftskonto: 0539 73 29013		12 844	64 383	0	0
1923 Sparekonto: 0520.65.94715		554 752	522 696	0	0
<i>Sum Bankinnskudd/Kontanter</i>		<i>567 596</i>	<i>587 080</i>	<i>0</i>	<i>0</i>
<b>Sum Eiendeler</b>		<b>567 596</b>	<b>589 209</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
<b>Gjeld</b>					
Kortsiktig gjeld					
2960 Påløpt kostnad / Forskudd		8 183	3 063	0	0
<b>Sum Gjeld</b>		<b>8 183</b>	<b>3 063</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
<b>Kapital</b>					
Opptjent egenkapital					
2050 Annen egenkapital	3	559 413	586 145	-249 500	-197 600
<b>Sum Kapital</b>		<b>559 413</b>	<b>586 145</b>	<b>-249 500</b>	<b>-197 600</b>
<b>Sum egenkapital og gjeld</b>		<b>567 596</b>	<b>589 209</b>	<b>-249 500</b>	<b>-197 600</b>

## Noter

### 1 Emne Note 1: ANSATTE OG GODTGJØRELSE

Konto 6930 Styregodtgjørelse/honorar

Note

<u>Lønnskostnader</u>	<u>2024</u>	<u>2023</u>
-----------------------	-------------	-------------

Lønninger	7 000	7 000
Arbeidsgiveravgift		

Sum Lønnskostnader	7 000	7 000
--------------------	-------	-------

Antall årsverk: Foreningen har ingen ansatte

### 2 Emne Note 2: ANTALL MEDLEMMER

Konto 3200 Treningsavgift og drop inn

Note

<u>Antall medlemmer:</u>	<u>2024</u>	<u>2023</u>
--------------------------	-------------	-------------

Antall medlemmer	138	149
------------------	-----	-----

### 3 Emne Note 3: EGENKAPITAL

Konto 2050 Annen egenkapital

Note

Egenkapital

Pr 31.12.2023 Kr 586 145

Årets resultat Kr -26 732

Pr 31.12.2024 Kr 559 413



REGNSKAPET ER GODKJENT AV STYRET 18. FEBRUAR 2025

Bente Abrahamsen

Marianne Maugesten

Anne Kari Torgrimsby

Svein Helge Syvertsen

Trine Gressum

Marita Rolland



## Protokoll årsmøte i Friskis&Svettis Sarpsborg

Dato: torsdag 25. mars 2025 kl. 19.00.

Sted: Hundskinnveien 94, Sarpsborg

Antall: 11 stemmeberettigede

### Velkommen v/Bente Abrahamsen

- Sak 1. Godkjenne 11 påmeldte representanter  
Alle fremmøtte var stemmeberettigede.
- Sak 2. Velge dirigent og protokollfører  
Marita Rolland ble valgt til dirigent og Marianne Maugesten ble valgt til protokollfører.
- Sak 3. Velge to representanter til å underskrive protokollen  
Irene Adamski og Else-Gro Haslien ble valgt til å skrive under protokollen.
- Sak 4. Godkjenne innkallingen og sakslisten  
Ingen kommentarer eller innsigelser til innkalling og saksliste.  
Godkjent.
- Sak 5. Behandle årsberetning for 2024  
Marianne Maugesten gikk gjennom årsberetningen.  
Årsmøtet ga sin tilslutning til årsberetningen.
- Sak 6. Behandle revidert regnskap for 2024  
Kasserer Marita Rolland gikk gjennom regnskapet for 2024. Ingen kommentarer fra kontrollkomiteen.  
Regnskapet ble godkjent på årsmøtet.
- Sak 7. Behandle forslag til ny strategiplan 2024-2027 og årsplan 2025  
Bente Abrahamsen gikk gjennom årsplanen for 2025.  
Årsmøtet godkjente årsplanen.
- Sak 8. Behandle innkomne forslag  
Styret har kommet med forslag:



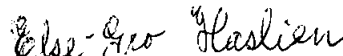
Det er behov for å kunne endre medlems- og treningsavgift utenfor tidspunktet for årsmøte. Dette grunnet at økte utgifter, som leie av sal, sentrale utgifter og behov for vedlikehold og nytt treningsutstyr påvirker regnskapet på andre av året. Forslag til ny tekst: Medlems- og treningsavgift fastsettes av styret. Forslaget ble enstemmig vedtatt.

- Sak 9.           Budsjett for 2025  
Kasserer Marita Rolland gikk gjennom forslag til budsjett.  
Budsjettet ble vedtatt.
- Sak 10.          Valg til styret, kontrollutvalg og valgkomite  
Else-Gro Haslien informerte på vegne av valgkomiteen. Valgkomiteens innstilling ble vedtatt.
- Ny valgkomite:  
Styrets forslag er at valgkomiteen v/Trine Jørgensen og Linda Kobberstad fortsetter med Else-Gro Haslien som vara. Dette ble enstemmig vedtatt.

Møtet ble hevet kl 20.00.

Sarpsborg 25. mars 2025

  
Irene Adamski

  
Else-Gro Haslien



## Valgkomiteens innstilling til årsmøtet i Friskis og Svettis, Sarpsborg.

Styret i 2024 har bestått av:

Verv	Navn
Leder	Bente Abrahamsen
Nestleder	Marita Rolland
Kasserer	Marita Rolland
Styremedlem/Sekretær	Marianne Maugesten
Styremedlem	Anne Kari Torgrimsby
Styremedlem	Trine Gressum
Styremedlem/materialforvalter	Svein Helge Syversen
Varamedlem	Inger Marie Bjerknes
Kontrollkomite	Kari Sandaker
Kontrollkomite	Torstein Maugesten

Alle faste representanter i styret velges for to år av gangen. Leder og kasserer velges direkte, mens nestleder, sekretær og materialforvalter konstitueres av styret. Vara til styret velges for ett år. Medlemmer av kontrollkomiteen velges også for ett år.

For 2025:

Verv	På valg/ikke på valg
Leder	Ikke på valg: Bente Abrahamsen
Kasserer	Gjenvalg: Marita Rolland
Styremedlem	Gjenvalg: Marianne Maugesten
Styremedlem	Ikke på valg: Anne Kari Torgrimsby
Styremedlem	Gjenvalg: Trine Gressum
Styremedlem/materialforvalter	Gjenvalg: Svein Helge Syversen
Varamedlem	Inger Marie Bjerknes
Kontrollkomite	Kari Sandaker
Kontrollkomite	Torstein Maugesten

Valgkomiteen, 5. mars 2024

Linda Kobberstad

Trine Jørgensen