



ÅRSREGNSKAPET FOR REGNSKAPSÅRET 2023 - GENERELL INFORMASJON

Enheten

Organisasjonsnummer: 921 314 329
Organisasjonsform: Aksjeselskap
Foretaksnavn: TRENING1 AS
Forretningsadresse: Trålveien 52
8013 BODØ

Regnskapsår

Årsregnskapets periode: 01.01.2023 - 31.12.2023

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: Marius Aune Hatmyr
Dato for fastsettelse av årsregnskapet: 03.06.2024

Grunnlag for avgivelse

År 2023: Årsregnskapet er elektronisk innlevert
År 2022: Tall er hentet fra elektronisk innlevert årsregnskap fra 2023

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, 07.06.2024



Resultatregnskap

Beløp i: NOK	Note	2023	2022
RESULTATREGNSKAP			
Inntekter			
Salgsinntekt		3 324 433	3 140 317
Annen driftsinntekt		440 610	500 610
Sum inntekter		3 765 043	3 640 927
Kostnader			
Varekostnad		100 138	45 973
Lønnskostnad	1	285 528	277 085
Avskrivning på varige driftsmidler og immaterielle eiendeler	2	121 435	116 562
Annen driftskostnad		2 551 028	2 544 877
Sum kostnader		3 058 129	2 984 497
Driftsresultat		706 914	656 430
Finansinntekter og finanskostnader			
Annen renteinntekt		58	0
Sum finansinntekter		58	0
Annen rentekostnad		839	181
Annen finanskostnad		1 172	486
Sum finanskostnader		2 011	668
Netto finans		-1 952	-668
Resultat før skattekostnad		704 962	655 762
Skattekostnad		167 044	155 716
Årsresultat		537 918	500 046
Overføringer og disponeringer			
Ordinært utbytte	3	650 000	600 000
Annen egenkapital	3	-112 082	-99 954
Sum overføringer og disponeringer		537 918	500 046



Balanse

Beløp i: NOK	Note	2023	2022
BALANSE - EIENDELER			
Anleggsmidler			
Immaterielle eiendeler			
Sum immaterielle eiendeler		0	0
Varige driftsmidler			
Driftsløsøre, inventar, verktøy, kontormaskiner, ol.	2	60 191	152 088
Sum varige driftsmidler		60 191	152 088
Finansielle anleggsmidler			
Andre langsiktige fordringer	4	4 492	58 384
Sum finansielle anleggsmidler		4 492	58 384
Sum anleggsmidler		64 683	210 472
Omløpsmidler			
Varer			
Fordringer			
Kundefordringer		191 074	73 984
Andre kortsiktige fordringer		6 418	0
Konsernfordringer	5	689 804	959 804
Sum fordringer		887 296	1 033 788
Investeringer			
Sum investeringer		0	0
Bankinnskudd, kontanter og lignende			
Bankinnskudd, kontanter og lignende		385 888	553 212
Sum bankinnskudd, kontanter og lignende		385 888	553 212
Sum omløpsmidler		1 273 184	1 586 999
SUM EIENDELER		1 337 867	1 797 472



Balanse

Beløp i: NOK	Note	2023	2022
BALANSE - EGENKAPITAL OG GJELD			
Egenkapital			
Innskutt egenkapital			
Aksjekapital	3, 6	30 000	30 000
Annen innskutt egenkapital	3	-5 570	-5 570
Sum innskutt egenkapital		24 430	24 430
Opptjent egenkapital			
Annen egenkapital	3	245 761	357 843
Sum opptjent egenkapital		245 761	357 843
Sum egenkapital		270 191	382 273
Gjeld			
Langsiktig gjeld			
Sum avsetninger for forpliktelser		0	0
Annen langsiktig gjeld			
Sum annen langsiktig gjeld		0	0
Sum langsiktig gjeld		0	0
Kortsiktig gjeld			
Leverandørgjeld		120 163	30 580
Betalbar skatt		167 044	155 716
Skyldige offentlige avgifter		12 374	16 896
Utbytte	3	650 000	600 000
Annen kortsiktig gjeld		118 095	612 006
Sum kortsiktig gjeld		1 067 676	1 415 199
Sum gjeld		1 067 676	1 415 199
SUM EGENKAPITAL OG GJELD		1 337 867	1 797 472



Brønnøysundregistrene

ÅRSREGNSKAP FOR REGNSKAPSÅRET 2023 - GENERELL INFORMASJON

Journalnummer: 2024 486005

Enheten

Organisasjonsnummer: 921 314 329
Organisasjonsform: Aksjeselskap
Foretaksnavn: TRENING1 AS
Forretningsadresse: Trålveien 52
8013 BODØ

Regnskapsår

Årsregnskapets periode: 01.01.2023 - 31.12.2023

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: Marius Aune Hatmyr
Dato for fastsettelse av årsregnskapet: 03.06.2024

Revisjon

Selskapet har besluttet at årsregnskapet
ikke skal revideres: Ja
Årsregnskapet er utarbeidet av ekstern
autorisert regnskapsfører: Ja

Grunnlag for avgivelse

År 2023: Årsregnskap er elektronisk innlevert.
År 2022: Tall er hentet fra elektronisk innlevert årsregnskap fra 2023.

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, 05.06.2024



Organisasjonsnr: 921 314 329
TRENING1 AS

RESULTATREGNSKAP

Beløp i: NOK	Note	2023	2022
RESULTATREGNSKAP			
Inntekter			
Salgsinntekt		3 324 433	3 140 317
Annen driftsinntekt		440 610	500 610
Sum inntekter		3 765 043	3 640 927
Kostnader			
Varekostnad		100 138	45 973
Lønnskostnad	1	285 528	277 085
Avskrivning på varige driftsmidler og immaterielle eiendeler	2	121 435	116 562
Annen driftskostnad		2 551 028	2 544 877
Sum kostnader		3 058 129	2 984 497
Driftsresultat		706 914	656 430
Finansinntekter og finanskostnader			
Annen renteinntekt		58	0
Sum finansinntekter		58	0
Annen rentekostnad		839	181
Annen finanskostnad		1 172	486
Sum finanskostnader		2 011	668
Netto finans		-1 952	-668
Resultat før skattekostnad		704 962	655 762
Skattekostnad		167 044	155 716
Årsresultat		537 918	500 046
Overføringer og disponeringer			
Ordinært utbytte	3	650 000	600 000
Annen egenkapital	3	-112 082	-99 954
Sum overføringer og disponeringer		537 918	500 046



Organisasjonsnr: 921 314 329
TRENING1 AS

BALANSE

Beløp i: NOK	Note	2023	2022
--------------	------	------	------

BALANSE - EIENDELER

Anleggsmidler			
Immaterielle eiendeler			
Sum immaterielle eiendeler		0	0

Varige driftsmidler			
Driftsløsøre, inventar, verktøy, kontormaskiner, ol.	2	60 191	152 088
Sum varige driftsmidler		60 191	152 088

Finansielle anleggsmidler			
Andre langsiktige fordringer	4	4 492	58 384
Sum finansielle anleggsmidler		4 492	58 384
Sum anleggsmidler		64 683	210 472

Omløpsmidler Varer

Fordringer			
Kundefordringer		191 074	73 984
Andre kortsiktige fordringer		6 418	0
Konsernfordringer	5	689 804	959 804
Sum fordringer		887 296	1 033 788

Investeringer			
Sum investeringer		0	0

Bankinnskudd, kontanter og lignende			
Bankinnskudd, kontanter og lignende		385 888	553 212
Sum bankinnskudd, kontanter og lignende		385 888	553 212

Sum omløpsmidler		1 273 184	1 586 999
------------------	--	-----------	-----------

SUM EIENDELER		1 337 867	1 797 472
----------------------	--	------------------	------------------

BALANSE - EGENKAPITAL OG GJELD

Egenkapital
Innskutt egenkapital



Aksjekapital	3, 6	30 000	30 000
Annen innskutt egenkapital	3	-5 570	-5 570
Sum innskutt egenkapital		24 430	24 430
Opptjent egenkapital			
Annen egenkapital	3	245 761	357 843
Sum opptjent egenkapital		245 761	357 843
Sum egenkapital		270 191	382 273
Gjeld			
Langsiktig gjeld			
Sum avsetninger for forpliktelseser		0	0
Annen langsiktig gjeld		0	0
Sum annen langsiktig gjeld		0	0
Sum langsiktig gjeld		0	0
Kortsiktig gjeld			
Leverandørgjeld		120 163	30 580
Betalbar skatt		167 044	155 716
Skyldige offentlige avgifter		12 374	16 896
Utbytte	3	650 000	600 000
Annen kortsiktig gjeld		118 095	612 006
Sum kortsiktig gjeld		1 067 676	1 415 199
Sum gjeld		1 067 676	1 415 199
SUM EGENKAPITAL OG GJELD		1 337 867	1 797 472



Organisasjonsnr: 921 314 329
TRENING1 AS

NOTEOPPLYSNINGER - SELSKAP - alle poster oppgitt i hele tall

Note

Regnskapsprinsipper

Årsregnskapet er satt opp i samsvar med regnskapsloven og god regnskapsskikk for små foretak. Salgsinntekter Inntektsføring ved salg av varer skjer på leveringstidspunktet. Tjenester inntektsføres etter hvert som de leveres. Klassifisering og vurdering av balanseposter Anleggsmidler er eiendeler bestemt til varig eie eller bruk. Eiendeler som er knyttet til varekretsløpet er klassifisert som omløpsmidler. Fordringer klassifiseres som omløpsmidler hvis de forfaller til betaling innen ett år etter transaksjonsdagen. Tilsvarende klassifiseres gjeld som kortsiktig hvis gjelden forfaller til betaling innen ett år. Omløpsmidler vurderes til laveste av anskaffelseskost og virkelig verdi. Kortsiktig gjeld balanseføres til nominelt beløp på etableringstidspunktet. Anleggsmidler vurderes til anskaffelseskost. Varige anleggsmidler avskrives etter en fornuftig avskrivningsplan. Anleggsmidlene nedskrives til virkelig verdi ved verdifall som ikke forventes å være forbigående. Langsiktig gjeld med unntak av andre avsetninger balanseføres til nominelt beløp på etableringstidspunktet. Fordringer Kundefordringer og andre fordringer er oppført i balansen til pålydende etter fradrag for avsetning til forventet tap. Avsetning til tap gjøres på grunnlag av individuelle vurderinger av de enkelte fordringene. Varige driftsmidler Varige driftsmidler balanseføres og avskrives over driftsmidlenes levetid dersom de har antatt levetid over 3 år og har en kostpris som overstiger kr 15 000. Direkte vedlikehold av driftsmidler kostnadsføres løpende under driftskostnader, mens påkostninger eller forbedringer tillegges driftsmidlets kostpris og avskrives i takt med driftsmidlet. Skatt Skattekostnaden i resultatregnskapet omfatter både periodens betalbare skatt og endring i utsatt skatt. Utsatt skatt er beregnet med 22% på grunnlag av de midlertidige forskjeller som eksisterer mellom regnskapsmessige og skattemessige verdier, samt skattemessig underskudd til fremføring ved utgangen av regnskapsåret. Skatteøkende og skattereduserende midlertidige forskjeller som reverserer eller kan reversere i samme periode er fastsatt og skattevirkningen er beregnet på nettogrunnlaget. Selskapet har ikke endret regnskapsprinsipp fra 2022 til 2023.

Note

Antall årsverk i regnskapsåret

0.50

Note

1

Spesifisering av resultatregnskapet

Lønnskostnader

Lønn	Årets	Fjorårets
	236850.00	244466.00



<u>Folketrygdavgift</u>	<u>Årets</u>	<u>Fjorårets</u>
	19986.00	19498.00
<u>Andre ytelser</u>	<u>Årets</u>	<u>Fjorårets</u>
	28692.00	13122.00
<u>Sum lønnskostnader</u>	<u>Årets</u>	<u>Fjorårets</u>
	285528.00	277085.00

Note

Ekstraordinære inntekter og kostnader

<u>Sum</u>	<u>Beløp</u>
------------	--------------

Note

2

Varige driftsmidler og immaterielle eiendeler

<u>Anskaffelseskost 01.01.</u>	<u>Varige driftsmidler</u>	<u>Immaterielle eiend.</u>
	582811.00	0.00
<u>Tilgang i året</u>	<u>Varige driftsmidler</u>	<u>Immaterielle eiend.</u>
	29537.00	0.00
<u>Anskaffelseskost 31.12.</u>	<u>Varige driftsmidler</u>	<u>Immaterielle eiend.</u>
	612348.00	0.00
<u>Samlede av-/nedskrivn.</u>	<u>Varige driftsmidler</u>	<u>Immaterielle eiend.</u>
	552158.00	0.00
<u>Balanseført verdi 31.12.</u>	<u>Varige driftsmidler</u>	<u>Immaterielle eiend.</u>
	60190.00	0.00
<u>Årets av-/nedskrivn.</u>	<u>Varige driftsmidler</u>	<u>Immaterielle eiend.</u>
	121435.00	0.00

Anskaffelseskost - balanseførte lånekostnader, egentilvirkede anleggsmidler

Goodwill spesifisert for hvert enkelt virksomhetskjøp

Avskrivningsplan for goodwill som er lenger enn fem år - begrunnelse

Mer om varige driftsmidler/immaterielle eiendeler

Note

5

Konsern, tilknyttet selskap m.v.

Investering som regnskapsføres etter egenkapitalmetoden

Konsernregnskap



Virksomheten inngår i konsolideringen til morselskapets konsernregnsk.: Nei

Morselskapet sitt navn

Forretningskontor for morselskapet

Datterselskap er utelatt fra konsolideringen: Nei

Begrunnelse for at datterselskap er utelatt fra konsolideringen

Konsern, tilknyttet selskap m.v. - fordringer og gjeld

Fordringer

<u>Samlet beløp - foretak i samme konsern</u>	<u>Årets</u>	<u>Fjorårets</u>
	689804.00	959804.00

<u>Samlet beløp - tilknyttet selskap</u>	<u>Årets</u>	<u>Fjorårets</u>
--	--------------	------------------

<u>Samlet beløp - foretak i samme konsern</u>	<u>Årets</u>	<u>Fjorårets</u>
---	--------------	------------------

Kortsiktig gjeld

<u>Samlet beløp - foretak i samme konsern</u>	<u>Årets</u>	<u>Fjorårets</u>
---	--------------	------------------

<u>Samlet beløp - felles kontrollert virksomhet</u>	<u>Årets</u>	<u>Fjorårets</u>
---	--------------	------------------

<u>Pantstillelse</u>		<u>Beløp</u>
----------------------	--	--------------

Note

4

Fordringer

Fordringer som forfaller senere enn ett år etter regnskapsårets slutt
4492.00

Mer om fordringer

Note

Virkelig verdi og resultatført verdiendr. i perioden, finansielle instrumenter

Mer om finansielle instrumenter

Beskrivelse av finansielle derivater

<u>Beholdning av egne aksjer</u>	<u>Antall</u>	<u>Pålydende</u>	<u>Andel av aksjek.</u>
----------------------------------	---------------	------------------	-------------------------



Note

Lån og sikkerhetsstillelse til medlemmer

Er det gitt lån eller sikkerhetsstillelse til ledende personer: Nei

Opplysninger om:

Medlemmer av:

Mer om lån og sikkerhetsstillelse



Årsregnskap for
TRENING1 AS
921314329
Regnskapsår
01.01.2023 - 31.12.2023



TRENING1 AS
921 314 329

Resultatregnskap

	Note	2023	2022
Driftsinntekter			
Salgsinntekt		3 324 433	3 140 317
Annen driftsinntekt		440 610	500 610
Sum driftsinntekter		3 765 043	3 640 927
Driftskostnader			
Varekostnad		-100 138	-45 973
Lønnskostnad	1	-285 528	-277 085
Avskrivning på varige driftsmidler og immaterielle eiendeler	2	-121 435	-116 562
Annen driftskostnad		-2 551 028	-2 544 877
Sum driftskostnader		-3 058 129	-2 984 497
Driftsresultat		706 914	656 430
Finansinntekter			
Annen renteinntekt		58	0
Sum finansinntekter		58	0
Finanskostnader			
Annen rentekostnad		-839	-181
Annen finanskostnad		-1 172	-486
Sum finanskostnader		-2 011	-668
Netto finans		-1 952	-668
Resultat før skattekostnad		704 962	655 762
Skattekostnad		-167 044	-155 716
Årsresultat		537 918	500 046
Overføringer			
Ordinært utbytte	3	650 000	600 000
Annen egenkapital	3	-112 082	-99 954
Sum overføringer		537 918	500 046



TRENING1 AS
921 314 329

Balanse

	Note	31.12.2023	31.12.2022
EIENDELER			
Anleggsmidler			
Varige driftsmidler			
Driftsløsøre, inventar, verktøy, kontormaskiner, ol.	2	60 191	152 088
Sum varige driftsmidler		60 191	152 088
Finansielle anleggsmidler			
Andre langsiktige fordringer	4	4 492	58 384
Sum finansielle anleggsmidler		4 492	58 384
Sum anleggsmidler		64 683	210 472
Omløpsmidler			
Fordringer			
Kundefordringer		191 074	73 984
Kortsiktige konsernfordringer	5	689 804	959 804
Andre kortsiktige fordringer		6 418	0
Sum fordringer		887 296	1 033 788
Bankinnskudd, kontanter og lignende			
Bankinnskudd, kontanter og lignende		385 888	553 212
Sum bankinnskudd, kontanter og lignende		385 888	553 212
Sum omløpsmidler		1 273 184	1 586 999
SUM EIENDELER		1 337 867	1 797 472



TRENING1 AS
921 314 329

Balanse

	Note	31.12.2023	31.12.2022
EGENKAPITAL OG GJELD			
Egenkapital			
Innskutt egenkapital			
Aksjekapital	3, 6	30 000	30 000
Annen innskutt egenkapital	3	-5 570	-5 570
Sum innskutt egenkapital		24 430	24 430
Opptjent egenkapital			
Annen egenkapital	3	245 761	357 843
Sum opptjent egenkapital		245 761	357 843
Sum egenkapital		270 191	382 273
Gjeld			
Kortsiktig gjeld			
Leverandørgjeld		120 163	30 580
Betalbar skatt		167 044	155 716
Skyldige offentlige avgifter		12 374	16 896
Utbytte	3	650 000	600 000
Annen kortsiktig gjeld		118 095	612 006
Sum kortsiktig gjeld		1 067 676	1 415 199
Sum gjeld		1 067 676	1 415 199
SUM EGENKAPITAL OG GJELD		1 337 867	1 797 472

Bodø, 03.06.2024

Erlend By Rise
styremedlem

Helge Hunderi
styremedlem



TRENING1 AS
921 314 329

Noter

Regnskapsprinsipper

Årsregnskapet er satt opp i samsvar med regnskapsloven og god regnskapsskikk for små foretak.

Salgsinntekter

Inntektsføring ved salg av varer skjer på leveringstidspunktet. Tjenester inntektsføres etter hvert som de leveres.

Klassifisering og vurdering av balanseposter

Anleggsmidler er eiendeler bestemt til varig eie eller bruk. Eiendeler som er knyttet til varekretsløpet er klassifisert som omløpsmidler. Fordringer klassifiseres som omløpsmidler hvis de forfaller til betaling innen ett år etter transaksjonsdagen. Tilsvarende klassifiseres gjeld som kortsiktig hvis gjelden forfaller til betaling innen ett år.

Omløpsmidler vurderes til laveste av anskaffelseskost og virkelig verdi. Kortsiktig gjeld balanseføres til nominelt beløp på etableringstidspunktet. Anleggsmidler vurderes til anskaffelseskost. Varige anleggsmidler avskrives etter en fornuftig avskrivningsplan. Anleggsmidlene nedskrives til virkelig verdi ved verdifall som ikke forventes å være forbigående. Langsiktig gjeld med unntak av andre avsetninger balanseføres til nominelt beløp på etableringstidspunktet.

Fordringer

Kundefordringer og andre fordringer er oppført i balansen til pålydende etter fradrag for avsetning til forventet tap. Avsetning til tap gjøres på grunnlag av individuelle vurderinger av de enkelte fordringene.

Varige driftsmidler

Varige driftsmidler balanseføres og avskrives over driftsmidlenes levetid dersom de har antatt levetid over 3 år og har en kostpris som overstiger kr 15 000. Direkte vedlikehold av driftsmidler kostnadsføres løpende under driftskostnader, mens påkostninger eller forbedringer tillegges driftsmidlets kostpris og avskrives i takt med driftsmidlet.

Skatt

Skattekostnaden i resultatregnskapet omfatter både periodens betalbare skatt og endring i utsatt skatt. Utsatt skatt er beregnet med 22% på grunnlag av de midlertidige forskjeller som eksisterer mellom regnskapsmessige og skattemessige verdier, samt skattemessig underskudd til fremføring ved utgangen av regnskapsåret. Skatteøkende og skattereduserende midlertidige forskjeller som reverserer eller kan reversere i samme periode er fastsatt og skattevirkningen er beregnet på nettogrunnlaget.

Selskapet har ikke endret regnskapsprinsipp fra 2022 til 2023.

Note 1 - Lønnskostnader

Spesifikasjon av lønnskostnader	2023	2022
Lønn	236 850	244 466
Arbeidsgiveravgift	19 986	19 498
Pensjonskostnader	0	0
Andre relaterte ytelser	28 692	13 122
Sum	285 528	277 085



TRENING1 AS
921 314 329

Note 2 - Varige driftsmidler og immaterielle eiendeler

	Varige driftsmidler
Anskaffelseskost 01.01.	582 811
Tilgang i året	29 537
Avgang i året	0
Anskaffelseskost 31.12.	612 348
Samlede avskrivninger, nedskrivninger og reverseringer av nedskrivninger	-552 158
Balansført verdi per 31.12.	60 190
Avskrivninger, nedskrivninger og reverseringer av nedskrivninger i regnskapsåret	121 435

Note 3 - Egenkapital

	Aksjekapital	Annen innsk. EK	Opptjent egenkapital	Sum
Egenkapital 31.12.2022	30 000	-5 570	357 843	382 273
Årsresultat	0	0	537 918	537 918
Avsatt utbytte	0	0	-650 000	-650 000
Egenkapital 31.12.2023	30 000	-5 570	245 761	270 191

Note 4 - Fordringer

Fordringer som forfaller senere enn ett år etter regnskapsårets slutt	4 492
---	-------

Note 5 - Konsern, tilknyttet selskap m.v.

Fordringer

	2023	2022
Samlet beløp som gjelder foretak i samme konsern	689 804	959 804

Note 6 - Aksjekapital

Aksjeklasse	Antall aksjer	Aksjenes pålydende	Bokført verdi
Ordinære	100	300	30 000

Aksjonærer	Antall aksjer	Eierandel %	Aksjeklasse
Sky Fitness Bodø AS	100	100,00	Ordinære

Antall årsverk

Antall årsverk sysselsatt i regnskapsåret: 0,5

Lån og sikkerhetsstillelse til ledende personer, eiere med videre

Det er ikke gitt lån eller sikkerhetsstillelse til medlemmer av styrende organer.