



ÅRSREGNSKAPET FOR REGNSKAPSÅRET 2023 - GENERELL INFORMASJON

Enheten

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

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: Marianne Johnsgaard Holmsen
Dato for fastsettelse av årsregnskapet: 18.04.2024

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, 29.04.2025



Resultatregnskap

Beløp i: NOK	Note	2023	2022
RESULTATREGNSKAP			
Kostnader			
Annen driftskostnad		5 030	11
Sum kostnader		5 030	11
Driftsresultat		-5 030	-11
Finansinntekter og finanskostnader			
Annen renteinntekt		415	
Annen finansinntekt		700 049	100 000
Verdiøkning markedsbaserte omløpsmidler		3 389	
Sum finansinntekter		703 853	100 000
Annen rentekostnad		7 603	9 323
Sum finanskostnader		7 603	9 323
Netto finans		696 251	90 677
Ordinært resultat før skattekostnad		691 221	90 666
Skattekostnad på resultat		1 933	-1 394
Ordinært resultat etter skattekostnad		689 288	92 060
Årsresultat		689 288	92 060
Årsresultat etter minoritetsinteresser		689 288	92 060
Totalresultat		689 288	92 060
Overføringer og disponeringer			
Avsatt til annen egenkapital		689 288	92 060
Sum overføringer og disponeringer		689 288	92 060



Balanse

Beløp i: NOK	Note	2023	2022
BALANSE - EIENDELER			
Anleggsmidler			
Immaterielle eiendeler			
Utsatt skattefordel		6 025	7 958
Sum immaterielle eiendeler		6 025	7 958
Finansielle anleggsmidler			
Investeringer i aksjer og andeler		905 947	905 948
Sum finansielle anleggsmidler		905 947	905 948
Sum anleggsmidler		911 972	913 906
Omløpsmidler			
Varer			
Investeringer			
Andre finansielle instrumenter		63 389	
Sum investeringer		63 389	
Bankinnskudd, kontanter og lignende			
Bankinnskudd, kontanter o.l.		45 522	88
Sum bankinnskudd, kontanter og lignende		45 522	88
Sum omløpsmidler		108 911	88
SUM EIENDELER		1 020 884	913 994
BALANSE - EGENKAPITAL OG GJELD			
Egenkapital			
Innskutt egenkapital			
Aksjekapital		30 000	30 000
Sum innskutt egenkapital		30 000	30 000
Opptjent egenkapital			



Balanse

Beløp i: NOK	Note	2023	2022
Annen egenkapital		983 281	407 294
Sum opptjent egenkapital		983 281	407 294
Sum egenkapital		1 013 281	437 294
Gjeld			
Langsiktig gjeld			
Annen langsiktig gjeld			
Øvrig langsiktig gjeld		7 603	476 700
Sum annen langsiktig gjeld		7 603	476 700
Sum langsiktig gjeld		7 603	476 700
Sum gjeld		7 603	476 700
SUM EGENKAPITAL OG GJELD		1 020 884	913 994



Brønnøysundregistrene

ÅRSREGNSKAP FOR REGNSKAPSÅRET 2023 - GENERELL INFORMASJON

Journalnummer: 2024 387655

Enheten

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

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: Marianne Johnsgaard Holmsen
Dato for fastsettelse av årsregnskapet: 18.04.2024

Revisjon

Selskapet har besluttet at årsregnskapet
ikke skal revideres: 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, 02.05.2024



Organisasjonsnr: 918 129 774
TRENING AS

RESULTATREGNSKAP

Beløp i: NOK	Note	2023	2022
RESULTATREGNSKAP			
Kostnader			
Annen driftskostnad		5 030	11
Sum kostnader		5 030	11
Driftsresultat		-5 030	-11
Finansinntekter og finanskostnader			
Annen renteinntekt		415	
Annen finansinntekt		700 049	100 000
Verdiøkning markedsbaserte omløpsmidler		3 389	
Sum finansinntekter		703 853	100 000
Annen rentekostnad		7 603	9 323
Sum finanskostnader		7 603	9 323
Netto finans		696 251	90 677
Ordinært resultat før skattekostnad		691 221	90 666
Skattekostnad på resultat		1 933	-1 394
Ordinært resultat etter skattekostnad		689 288	92 060
Årsresultat		689 288	92 060
Årsresultat etter minoritetsinteresser		689 288	92 060
Totalresultat		689 288	92 060
Overføringer og disponeringer			
Avsatt til annen egenkapital		689 288	92 060
Sum overføringer og disponeringer		689 288	92 060



Langsiktig gjeld		
Annen langsiktig gjeld		
Øvrig langsiktig gjeld	7 603	476 700
Sum annen langsiktig gjeld	7 603	476 700
Sum langsiktig gjeld	7 603	476 700
Sum gjeld	7 603	476 700
SUM EGENKAPITAL OG GJELD	1 020 884	913 994



Organisasjonsnr: 918 129 774
TRENING AS

NOTEOPPLYSNINGER - SELSKAP - alle poster oppgitt i hele tall

Note
2

Antall årsverk i regnskapsåret
0.00

<u>Sum</u>	<u>Beløp</u>
<u>Balanseført verdi 31.12.</u>	<u>Varige driftsmidler Immaterielle eiend.</u>

Konsernregnskap

Morselskapet sitt navn

Forretningskontor for morselskapet

Begrunnelse for at datterselskap er utelatt fra konsolideringen

<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>
---	--------------	------------------

<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>
----------------------	--------------

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



RESULTATREGNSKAP

TRENING AS

DRIFTSINNEKTER OG DRIFTSKOSTNADER	Note	2023	2022
Annen driftskostnad		5 030	11
Sum driftskostnader		5 030	11
Driftsresultat		-5 030	-11
FINANSINNEKTER OG FINANSKOSTNADER			
Annen renteinntekt		415	0
Annen finansinntekt		700 049	100 000
Verdiøkning markedsbaserte omløpsmidler		3 389	0
Annen rentekostnad		7 603	9 323
Resultat av finansposter		696 251	90 677
Resultat før skattekostnad		691 221	90 666
Skattekostnad på resultat		1 933	-1 394
Resultat		689 288	92 060
EKSTRAORDINÆRE INNEKTER OG KOSTNADER			
Årsresultat		689 288	92 060
OVERFØRINGER			
Avsatt til annen egenkapital		689 288	92 060
Sum overføringer		689 288	92 060



BALANSE

TRENING AS

EIENDELER	Note	2023	2022
ANLEGGSMIDLER			
IMMATERIELLE EIENDELER			
Utsatt skattefordel		6 025	7 958
Sum immaterielle eiendeler		6 025	7 958
VARIGE DRIFTSMIDLER			
FINANSIELLE ANLEGGSMIDLER			
Investeringer i aksjer og andeler		905 947	905 948
Sum finansielle anleggsmidler		905 947	905 948
Sum anleggsmidler		911 972	913 906
OMLØPSMIDLER			
FORDRINGER			
INVESTERINGER			
Andre finansielle instrumenter		63 389	0
Sum investeringer		63 389	0
Bankinnskudd, kontanter o.l.		45 522	88
Sum omløpsmidler		108 911	88
Sum eiendeler		1 020 884	913 994

TRENING AS

SIDE 2



BALANSE

TRENING AS

EGENKAPITAL OG GJELD	Note	2023	2022
EGENKAPITAL			
INNSKUTT EGENKAPITAL			
Aksjekapital		30 000	30 000
Sum innskutt egenkapital		30 000	30 000
OPPTJENT EGENKAPITAL			
Annen egenkapital		983 281	407 294
Sum opptjent egenkapital		983 281	407 294
Sum egenkapital		1 013 281	437 294
GJELD			
AVSETNING FOR FORPLIKTELSER			
ANNEN LANGSIKTIG GJELD			
Øvrig langsiktig gjeld		7 603	476 700
Sum annen langsiktig gjeld		7 603	476 700
KORTSIKTIG GJELD			
Sum gjeld		7 603	476 700
Sum egenkapital og gjeld		1 020 884	913 994

26.03.2024
Styret i Trening AS

Marianne Johnsgaard Holmsen
styreleder



Trening AS
Årsregnskap 2023

mjh



Trening AS			
Årsregnskap 2023			
Resultatregnskap			
	Note	2023	2022
Driftskostnader			
Andre driftskostnader	2	5 030	11
Driftsresultat		-5 030	-11
Renteinntekter		415	-
Annen finansinntekt		703 438	100 000
Rentekostnader		7 603	9 323
Netto finansposter		696 251	90 677
Resultat før skattekostnad		691 221	90 666
Skattekostnad	3	1 932	-1 394
Årsresultat		689 289	92 060
Anvendelse av årsresultatet			
Annen egenkapital	4	689 289	92 060
Sum anvendelse		689 289	92 060

Mjn



Trening AS Årsregnskap 2023

Balanse

	Note	31.12.2023	31.12.2022
Eiendeler			
Anleggsmidler			
Immaterielle eiendeler			
Utsatt skattefordel	4	6 026	7 958
Sum immaterielle eiendeler		6 026	7 958
Finansielle anleggsmidler			
Investering i aksjer og andeler	5	905 948	905 948
Sum finansielle anleggsmidler		905 948	905 948
Sum anleggsmidler		911 974	913 906
Omløpsmidler			
Aksjefond		63 389	-
Bankinnskudd, kontanter og lignende	2	45 522	88
Sum omløpsmidler		108 911	88
Sum eiendeler		1 020 885	913 994

Mjk



Trening AS Årsregnskap 2023

Balanse

	Note	31.12.2023	31.12.2022
Egenkapital og gjeld			
Egenkapital			
Innskutt egenkapital			
Aksjekapital	4	30 000	30 000
Sum innskutt egenkapital		30 000	30 000
Opptjent egenkapital			
Annen egenkapital	4	983 283	407 294
Sum opptjent egenkapital		983 283	407 294
Sum egenkapital		1 013 283	437 294
Gjeld			
Annen langsiktig gjeld			
Øvrig langsiktig gjeld	6	7 603	476 700
Sum annen langsiktig gjeld		7 603	476 700
Kortsiktig gjeld			
Annen kortsiktig gjeld		-	-
Sum kortsiktig gjeld		-	-
Sum egenkapital og gjeld		1 020 886	913 994

Oslo, 26. mars 2024

Marianne H. Johnsgaard
Styrets leder

Marianne H Johnsgaard



Trening AS Årsregnskap 2023

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 2022.

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 salgsverdien 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 utbetaltes ikke honorar til styret.

Mik



Trening AS Årsregnskap 2023

Noter

Note 3 Skatt

	2023	2022
Betalbar skatt fremkommer slik:		
Ordinært resultat før skattekostnad	691 221	90 666
Permanente forskjeller	-703 438	-97 000
3% utbyttebeskatning	21 001	
Anvendelse fremførbart underskudd	-8 784	
Endring midlertidige forskjeller	-	-
Grunnlag betalbar skatt	0	-6 334
Anvendelse av fremførbart underskudd		
Grunnlag betalbar skatt	0	-6 334
Betalbar skatt	-	-
Betalbar skatt på årets resultat	-	-
Årets skattekostnad fremkommer slik:		
Betalbar skatt på årets resultat	-	-
Brutto endring utsatt skatt	1 932	-1 394
Årets totale skattekostnad	1 932	-1 394
	31.12.2023	31.12.2022
Betalbar skatt i balansen fremkommer slik:		
Betalbar skatt på årets resultat	-	-
Sum betalbar skatt	-	-
	31.12.2023	31.12.2022
Spesifikasjon av grunnlag for utsatt skattefordel:		
Underskudd til fremføring	-27 389	-36 173
Grunnlag utsatt skatt / utsatt skattefordel	-27 389	-36 173
Utsatt skatt/ skattefordel	-6 026	-7 958
Utsatt skattefordel som ikke er balanseført		
Utsatt skatt / utsatt skattefordel i balansen	-6 026	-7 958

njk



Trening AS Årsregnskap 2023

Noter

Note 4 Egenkapital og aksjonærinformasjon

Egenkapital:

	<u>Aksjekapital</u>	<u>Annen egenkapital</u>	<u>Sum</u>
Inngående egenkapital	30 000	407 294	437 294
Årets endring i egenkapital:			
Tilleggsutbytte		-113 300	-113 300
Årets resultat		689 289	689 289
Sum egenkapital pr. 31.12.	30 000	983 283	1 013 283

Eierstruktur:

	<u>Ant. aksjer</u>	<u>Pålydende</u>	<u>Eierandel</u>	<u>Stemmeandel</u>
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

	<u>Antall aksjer</u>	<u>Eierandel</u>	<u>Stemmeandel</u>	<u>Bokført verdi</u>
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

	<u>31.12.2023</u>	<u>31.12.2022</u>
Marianne H. Johnsgaard	7 603	476 700
Sum	7 603	476 700

Lånet renteberegnes i henhold til avtale.

Mih