



ÅRSREGNSKAPET FOR REGNSKAPSÅRET 2024 - GENERELL INFORMASJON

Enheten

Organisasjonsnummer: 914 830 486
Organisasjonsform: Aksjeselskap
Foretaksnavn: FRISK TRIM & HELSE AS
Forretningsadresse: Veiskifte 36
9050 STORSTEINNES

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: Laila Monica Johannessen
Dato for fastsettelse av årsregnskapet: 26.05.2025

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, 04.06.2025



Resultatregnskap

Beløp i: NOK	Note	2024	2023
RESULTATREGNSKAP			
Inntekter			
Salgsinntekt		1 939 398	1 909 469
Annen driftsinntekt		340 440	317 038
Sum inntekter		2 279 838	2 226 506
Kostnader			
Varekostnad	4	63 007	117 204
Lønnskostnad	1	322 632	717 021
Avskrivning av driftsmidler og immaterielle eiendeler	2	254 200	197 200
Nedskrivning av varige driftsmidler og immaterielle eiendeler	2		
Annen driftskostnad	1	690 193	934 218
Sum kostnader		1 330 032	1 965 643
Driftsresultat		949 805	260 863
Finansinntekter og finanskostnader			
Annen renteinntekt		9 526	4 730
Annen finansinntekt		47	
Sum finansinntekter		9 573	4 730
Annen rentekostnad		207 521	158 278
Sum finanskostnader		207 521	158 278
Netto finans		-197 948	-153 548
Resultat før skattekostnad		751 857	107 316
Skattekostnad på resultat	3	165 838	23 608
Årsresultat	6	586 019	83 708
Årsresultat etter minoritetsinteresser		586 019	83 708
Totalresultat		586 019	83 708
Overføringer og disponeringer			



Resultatregnskap

Beløp i: NOK	Note	2024	2023
Avsatt til annen egenkapital		586 019	83 708
Sum overføringer og disponeringer		586 019	83 708



Balanse

Beløp i: NOK	Note	2024	2023
BALANSE - EIENDELER			
Anleggsmidler			
Immaterielle eiendeler			
Utsatt skattefordel	3	82 188	62 013
Sum immaterielle eiendeler		82 188	62 013
Varige driftsmidler			
Tomter, bygninger o.a. fast eiendom		3 511 466	3 694 266
Driftsløsøre, inventar o.a. utstyr	2	164 748	109 148
Sum varige driftsmidler	2	3 676 214	3 803 414
Sum anleggsmidler		3 758 402	3 865 427
Omløpsmidler			
Varer			
Sum varer	4	83 943	72 942
Fordringer			
Kundefordringer		-3 746	-10 148
Andre kortsiktige fordringer		28 498	-7 288
Sum fordringer		24 752	-17 436
Bankinnskudd, kontanter og lignende			
Bankinnskudd, kontanter o.l.	5	1 009 927	403 657
Sum bankinnskudd, kontanter og lignende		1 009 927	403 657
Sum omløpsmidler		1 118 622	459 163
SUM EIENDELER		4 877 024	4 324 589
BALANSE - EGENKAPITAL OG GJELD			
Egenkapital			
Innskutt egenkapital			
Aksjekapital	7	30 000	30 000



Balanse

Beløp i: NOK	Note	2024	2023
Beholdning av egne aksjer	7		
Sum innskutt egenkapital		30 000	30 000
Opptjent egenkapital			
Annen egenkapital		2 269 735	1 683 716
Sum opptjent egenkapital		2 269 735	1 683 716
Sum egenkapital	6	2 299 735	1 713 716
Gjeld			
Langsiktig gjeld			
Utsatt skatt	3		
Annen langsiktig gjeld			
Langsiktig konserngjeld		2 267 364	2 419 308
Sum annen langsiktig gjeld		2 267 364	2 419 308
Sum langsiktig gjeld		2 267 364	2 419 308
Kortsiktig gjeld			
Leverandørgjeld		23 273	24 795
Betalbar skatt	3	186 013	38 841
Skyldig offentlige avgifter		56 687	34 122
Annen kortsiktig gjeld	8	43 952	93 809
Sum kortsiktig gjeld		309 925	191 566
Sum gjeld		2 577 289	2 610 874
SUM EGENKAPITAL OG GJELD		4 877 024	4 324 589



Brønnøysundregistrene

ÅRSREGNSKAP FOR REGNSKAPSÅRET 2024 - GENERELL INFORMASJON

Journalnummer: 2025 501250

Enheten

Organisasjonsnummer: 914 830 486
Organisasjonsform: Aksjeselskap
Foretaksnavn: FRISK TRIM & HELSE AS
Forretningsadresse: Veiskifte 36
9050 STORSTEINNES

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: Laila Monica Johannessen
Dato for fastsettelse av årsregnskapet: 26.05.2025

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 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, 02.06.2025

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: 914 830 486
FRISK TRIM & HELSE AS

RESULTATREGNSKAP

Beløp i: NOK	Note	2024	2023
RESULTATREGNSKAP			
Inntekter			
Salgsinntekt		1 939 398	1 909 469
Annen driftsinntekt		340 440	317 038
Sum inntekter		2 279 838	2 226 506
Kostnader			
Varekostnad	4	63 007	117 204
Lønnskostnad	1	322 632	717 021
Avskrivning av driftsmidler og immaterielle eiendeler	2	254 200	197 200
Nedskrivning av varige driftsmidler og immaterielle eiendeler	2		
Annen driftskostnad	1	690 193	934 218
Sum kostnader		1 330 032	1 965 643
Driftsresultat		949 805	260 863
Finansinntekter og finanskostnader			
Annen renteinntekt		9 526	4 730
Annen finansinntekt		47	
Sum finansinntekter		9 573	4 730
Annen rentekostnad		207 521	158 278
Sum finanskostnader		207 521	158 278
Netto finans		-197 948	-153 548
Resultat før skattekostnad		751 857	107 316
Skattekostnad på resultat	3	165 838	23 608
Årsresultat	6	586 019	83 708
Årsresultat etter minoritetsinteresser		586 019	83 708
Totalresultat		586 019	83 708
Overføringer og disponeringer			
Avsatt til annen egenkapital		586 019	83 708
Sum overføringer og disponeringer		586 019	83 708



Organisasjonsnr: 914 830 486
FRISK TRIM & HELSE AS

BALANSE

Beløp i: NOK	Note	2024	2023
--------------	------	------	------

BALANSE - EIENDELER

Anleggsmidler

Immaterielle eiendeler

Utsatt skattefordel	3	82 188	62 013
Sum immaterielle eiendeler		82 188	62 013

Varige driftsmidler

Tomter, bygninger o.a. fast eiendom		3 511 466	3 694 266
Driftsløsøre, inventar o. a. utstyr	2	164 748	109 148
Sum varige driftsmidler	2	3 676 214	3 803 414

Sum anleggsmidler		3 758 402	3 865 427
--------------------------	--	------------------	------------------

Omløpsmidler

Varer

Sum varer	4	83 943	72 942
-----------	---	--------	--------

Fordringer

Kundefordringer		-3 746	-10 148
Andre kortsiktige fordringer		28 498	-7 288
Sum fordringer		24 752	-17 436

Bankinnskudd, kontanter og lignende

Bankinnskudd, kontanter o. l.	5	1 009 927	403 657
Sum bankinnskudd, kontanter og lignende		1 009 927	403 657

Sum omløpsmidler		1 118 622	459 163
-------------------------	--	------------------	----------------

SUM EIENDELER		4 877 024	4 324 589
----------------------	--	------------------	------------------

BALANSE - EGENKAPITAL OG GJELD

Egenkapital

Innskutt egenkapital

Aksjekapital	7	30 000	30 000
Beholdning av egne aksjer	7		
Sum innskutt egenkapital		30 000	30 000

Opptjent egenkapital

Annen egenkapital		2 269 735	1 683 716
Sum opptjent egenkapital		2 269 735	1 683 716



Sum egenkapital	6	2 299 735	1 713 716
Gjeld			
Langsiktig gjeld			
Utsatt skatt	3		
Annen langsiktig gjeld			
Langsiktig konserngjeld		2 267 364	2 419 308
Sum annen langsiktig gjeld		2 267 364	2 419 308
Sum langsiktig gjeld		2 267 364	2 419 308
Kortsiktig gjeld			
Leverandørgjeld		23 273	24 795
Betalbar skatt	3	186 013	38 841
Skyldig offentlige avgifter		56 687	34 122
Annen kortsiktig gjeld	8	43 952	93 809
Sum kortsiktig gjeld		309 925	191 566
Sum gjeld		2 577 289	2 610 874
SUM EGENKAPITAL OG GJELD		4 877 024	4 324 589



Organisasjonsnr: 914 830 486
FRISK TRIM & HELSE AS

NOTEOPPLYSNINGER - SELSKAP - alle poster oppgitt i hele tall

Note

Antall årsverk i regnskapsåret
1.00

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



Årsregnskap

2024

FRISK TRIM & HELSE AS

Org.nr.:914 830 486

Styrets årsberetning
Resultatregnskap
Balanse
Noter

Utarbeidet av:
SPAREBANK 1 REGNSKAPSHUSET NORD-NORGE AS





RESULTATREGNSKAP

FRISK TRIM & HELSE AS

DRIFTSINNEKTER OG DRIFTSKOSTNADER	Note	2024	2023
Salgsinntekt		1 939 398	1 909 469
Annen driftsinntekt		340 440	317 038
Sum driftsinntekter		2 279 838	2 226 506
Varekostnad	4	63 007	117 204
Lønnskostnad	1	322 632	717 021
Avskrivning av driftsmidler og immaterielle eiendeler	2	254 200	197 200
Annen driftskostnad	1	690 193	934 218
Sum driftskostnader		1 330 032	1 965 643
Driftsresultat		949 805	260 863
FINANSINNEKTER OG FINANSKOSTNADER			
Annen renteinntekt		9 526	4 730
Annen finansinntekt		47	0
Annen rentekostnad		207 521	158 278
Resultat av finansposter		-197 948	-153 548
Resultat før skattekostnad		751 857	107 316
Skattekostnad på resultat	3	165 838	23 608
Årsresultat	6	586 019	83 708
OVERFØRINGER			
Avsatt til annen egenkapital		586 019	83 708
Sum overføringer		586 019	83 708



BALANSE

FRISK TRIM & HELSE AS

EIENDELER	Note	2024	2023
ANLEGGSMIDLER			
IMMATERIELLE EIENDELER			
Utsatt skattefordel	3	82 188	62 013
Sum immaterielle eiendeler		82 188	62 013
VARIGE DRIFTSMIDLER			
Tomter, bygninger o.a. fast eiendom		3 511 466	3 694 266
Driftsløsøre, inventar o.a. utstyr	2	164 748	109 148
Sum varige driftsmidler	2	3 676 214	3 803 414
FINANSIELLE ANLEGGSMIDLER			
Sum anleggsmidler		3 758 402	3 865 427
OMLØPSMIDLER			
Lager av varer og annen beholdning	4	83 943	72 942
FORDRINGER			
Kundefordringer		-3 746	-10 148
Andre kortsiktige fordringer		28 498	-7 288
Sum fordringer		24 752	-17 436
INVESTERINGER			
Bankinnskudd, kontanter o.l.	5	1 009 927	403 657
Sum omløpsmidler		1 118 622	459 163
Sum eiendeler		4 877 024	4 324 589



BALANSE

FRISK TRIM & HELSE AS

EGENKAPITAL OG GJELD	Note	2024	2023
EGENKAPITAL			
INNSKUTT EGENKAPITAL			
Aksjekapital	7	30 000	30 000
Sum innskutt egenkapital		30 000	30 000
OPPTJENT EGENKAPITAL			
Annen egenkapital		2 269 735	1 683 716
Sum opptjent egenkapital		2 269 735	1 683 716
Sum egenkapital	6	2 299 735	1 713 716
GJELD			
AVSETNING FOR FORPLIKTELSER			
ANNEN LANGSIKTIG GJELD			
Langsiktig konserngjeld		2 267 364	2 419 308
Sum annen langsiktig gjeld		2 267 364	2 419 308
KORTSIKTIG GJELD			
Leverandørgjeld		23 273	24 795
Betalbar skatt	3	186 013	38 841
Skyldig offentlige avgifter		56 687	34 122
Annen kortsiktig gjeld	8	43 952	93 809
Sum kortsiktig gjeld		309 925	191 566
Sum gjeld		2 577 289	2 610 874
Sum egenkapital og gjeld		4 877 024	4 324 589

26.05.2025
Styret i Frisk Trim & Helse AS

Laila Monica Johannessen
styreleder/daglig leder



Regnskapsprinsipper:

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

Omløpsmidler og kortsiktig gjeld

Omløpsmidler og kortsiktig gjeld omfatter normalt poster som forfaller til betaling innen ett år etter siste dag i regnskapsåret, samt poster som knytter seg til varekretsløpet. Omløpsmidler vurderes til laveste verdi av anskaffelseskost og antatt virkelig verdi (Laveste verdis prinsipp).

Anleggsmidler og langsiktig gjeld

Anleggsmidler omfatter eiendeler bestemt til varig eie og bruk for virksomheten. Anleggsmidler er vurdert til anskaffelseskost. Varige driftsmidler føres opp i balansen og avskrives over driftsmidlets forventede økonomiske levetid. Varige driftsmidler nedskrives til virkelig verdi ved verdifall som forventes ikke å være av forbigående art. Nedskrivninger blir reversert når grunnlaget for nedskrivningen ikke lenger finnes å være til stede.

Inntektsføring

Inntektsføring ved salg av varer skjer på leveringstidspunktet. Tjenester inntektsføres i takt med utførelsen. Andelen av salgsinntekter som knytter seg til fremtidige serviceytelser, balanseføres som uopptjent inntekt ved salget og inntektsføres deretter i takt med levering av ytelsene.

Varer

Varer er vurdert til det laveste av gjennomsnittlig anskaffelseskost og netto salgsverdi (laveste verdis prinsipp).

Fordringer

Kundefordringer føres opp i balansen til pålydende etter fradrag for avsetning til påregnelig tap. Avsetning til påregnelig tap gjøres på grunnlag av en individuell vurdering av de enkelte fordringene. I tillegg gjøres det for øvrige kundefordringer en uspesifisert avsetning for å dekke antatt tap. Andre fordringer er også gjenstand for en tilsvarende vurdering.

Skatt

Skattekostnaden i resultatregnskapet omfatter periodens betalbare skatt som blir utlignet og forfaller til betaling i neste regnskapsår i tillegg til endring i utsatt skatt. Utsatt skatt er beregnet med skattesatsen ved utgangen av regnskapsåret (22 %) på grunnlag av skattereduserende og skatteøkende midlertidige forskjeller som eksisterer mellom regnskapsmessige og skattemessige verdier. I beregningen er det også medtatt skattemessig framførbart underskudd ved regnskapsårets utgang. Skatteøkende og skattereduserende midlertidige forskjeller som reverserer eller kan reversere i samme periode er utlignet og nettoført.

Note 1 Lønnskostnader og ytelser, godtgjørelser til daglig leder, styret og revisor

LØNNSKOSTNADER

	2024	2023
Lønninger	261 058	637 115
Arbeidsgiveravgift	14 513	33 512
Pensjonskostnader	17 672	18 269
Andre ytelser	29 390	28 125
Sum	322 632	717 021

Selskapet har i 2024 sysselsatt 1 årsverk.

PENSJONSFORPLIKTELSE



Selskapet er pliktig til å ha tjenestepensjonsordning etter lov om obligatorisk tjenestepensjon. Selskapets pensjonsordning tilfredsstiller kravene i denne lov.

Selskapet har fravalgt revisjon, og har dermed ingen revisjonskostnader.

Note 2 Anleggsmidler

	Bygninger og tomter	Driftsløsøre, inventar ol.	Sum
Anskaffelseskost pr. 01.01.24	4 196 143	391 904	4 588 046
Tilgang kjøpte driftsmidler		127 000	127 000
Anskaffelseskost 31.12.24	4 196 143	518 904	4 715 046
Akkumulerte avskrivninger 31.12.24	685 262	354 156	1 039 418
Av- og nedskrivninger pr. 31.12.24	685 262	354 156	1 039 418
Bokført verdi 31.12.24	3 510 881	164 748	3 675 629
Årets ordinære avskrivninger	182 800	71 400	254 200
Økonomisk levetid	10-25 år	3-5 år	

Note 3 Skatt

Årets skattekostnad	2024	2023
Resultatført skatt på ordinært resultat:		
Betalbar skatt	186 013	38 841
Endring i utsatt skattefordel	-20 175	-15 233
Skattekostnad ordinært resultat	165 838	23 608
Skattepliktig inntekt:		
Ordinært resultat før skatt	751 857	107 316
Permanente forskjeller	1 949	0
Endring i midlertidige forskjeller	91 707	69 236
Skattepliktig inntekt	845 513	176 551
Betalbar skatt i balansen:		
Betalbar skatt på årets resultat	186 013	38 841
Sum betalbar skatt i balansen	186 013	38 841
Beregning av effektiv skattesats		
Resultat før skatt	751 857	107 316
Beregnet skatt av resultat før skatt	165 409	23 609



Skatteeffekt av permanente forskjeller	429	0
Sum	165 837	23 609
Effektiv skattesats	22,1 %	22,0 %

Skatteeffekten av midlertidige forskjeller som har gitt opphav til utsatt skatt og utsatte skattefordeler, spesifisert på typer av midlertidige forskjeller

	2024	2023	Endring
Varige driftsmidler	-361 668	-258 034	103 634
Fordringer	-11 916	-23 843	-11 927
Sum	-373 584	-281 877	91 707
Grunnlag for utsatt skattefordel	-373 584	-281 877	91 707
Utsatt skattefordel (22 %)	-82 188	-62 013	20 175

Note 4 Varer

Varelager	2024	2023
Lager av innkjøpte handelsvarer	83 943	72 942
Sum varelager	83 943	72 942

Note 5 Bankinnskudd

Innestående midler på skattetrekkkonto (bundne midler) er på kr. 16 379,93

Note 6 Egenkapital

	Aksjekapital	Overkurs	Annen Innskutt egenkapital	Annen egenkapital	Sum egenkapital
Pr. 31.12.2023	30 000	0	0	1 683 716	1 713 716
Årets resultat				586 019	586 019
Pr 31.12.2024	30 000	0	0	2 269 735	2 299 735



Note 7 Aksjonærer

AKSJEKAPITALEN I FRISK TRIM & HELSE AS PR. 31.12 BESTÅR AV:

	Antall	Pålydende	Bokført
Ordinære aksjer	300	100,0	30 000
Sum	300		30 000

EIERSTRUKTUR

De største aksjonærene i % pr. 31.12 var:

	Ordinære	Eierandel	Stemmeandel
Laila Monica Johannessen	300	100,0	100,0

AKSJER EIET AV MEDLEMMER I STYRET OG DAGLIG LEDER:

Navn	Verv	Ordinære
Laila Monica Johannessen	styreleder/daglig leder	300
Totalt antall aksjer		300

Note 8; Gjeld til eier

Gjeld til eier er på kr 18 927,31 pr 31.12, dette renteberegnes ikke.



Årsregnskap

2024

FRISK TRIM & HELSE AS

Org.nr.:914 830 486

Styrets årsberetning
Resultatregnskap
Balanse
Noter

Utarbeidet av:
SPAREBANK 1 REGNSKAPSHUSET NORD-NORGE AS





RESULTATREGNSKAP

FRISK TRIM & HELSE AS

DRIFTSINNEKTER OG DRIFTSKOSTNADER	Note	2024	2023
Salgsinntekt		1 939 398	1 909 469
Annen driftsinntekt		340 440	317 038
Sum driftsinntekter		2 279 838	2 226 506
Varekostnad	4	63 007	117 204
Lønnskostnad	1	322 632	717 021
Avskrivning av driftsmidler og immaterielle eiendeler	2	254 200	197 200
Annen driftskostnad	1	690 193	934 218
Sum driftskostnader		1 330 032	1 965 643
Driftsresultat		949 805	260 863
FINANSINNEKTER OG FINANSKOSTNADER			
Annen renteinntekt		9 526	4 730
Annen finansinntekt		47	0
Annen rentekostnad		207 521	158 278
Resultat av finansposter		-197 948	-153 548
Resultat før skattekostnad		751 857	107 316
Skattekostnad på resultat	3	165 838	23 608
Årsresultat	6	586 019	83 708
OVERFØRINGER			
Avsatt til annen egenkapital		586 019	83 708
Sum overføringer		586 019	83 708



BALANSE

FRISK TRIM & HELSE AS

EIENDELER	Note	2024	2023
ANLEGGSMIDLER			
IMMATERIELLE EIENDELER			
Utsatt skattefordel	3	82 188	62 013
Sum immaterielle eiendeler		82 188	62 013
VARIGE DRIFTSMIDLER			
Tomter, bygninger o.a. fast eiendom		3 511 466	3 694 266
Driftsløsøre, inventar o.a. utstyr	2	164 748	109 148
Sum varige driftsmidler	2	3 676 214	3 803 414
FINANSIELLE ANLEGGSMIDLER			
Sum anleggsmidler		3 758 402	3 865 427
OMLØPSMIDLER			
Lager av varer og annen beholdning	4	83 943	72 942
FORDRINGER			
Kundefordringer		-3 746	-10 148
Andre kortsiktige fordringer		28 498	-7 288
Sum fordringer		24 752	-17 436
INVESTERINGER			
Bankinnskudd, kontanter o.l.	5	1 009 927	403 657
Sum omløpsmidler		1 118 622	459 163
Sum eiendeler		4 877 024	4 324 589



BALANSE

FRISK TRIM & HELSE AS

EGENKAPITAL OG GJELD	Note	2024	2023
EGENKAPITAL			
INNSKUTT EGENKAPITAL			
Aksjekapital	7	30 000	30 000
Sum innskutt egenkapital		30 000	30 000
OPPTJENT EGENKAPITAL			
Annen egenkapital		2 269 735	1 683 716
Sum opptjent egenkapital		2 269 735	1 683 716
Sum egenkapital	6	2 299 735	1 713 716
GJELD			
AVSETNING FOR FORPLIKTELSER			
ANNEN LANGSIKTIG GJELD			
Langsiktig konserngjeld		2 267 364	2 419 308
Sum annen langsiktig gjeld		2 267 364	2 419 308
KORTSIKTIG GJELD			
Leverandørgjeld		23 273	24 795
Betalbar skatt	3	186 013	38 841
Skyldig offentlige avgifter		56 687	34 122
Annen kortsiktig gjeld	8	43 952	93 809
Sum kortsiktig gjeld		309 925	191 566
Sum gjeld		2 577 289	2 610 874
Sum egenkapital og gjeld		4 877 024	4 324 589

26.05.2025
Styret i Frisk Trim & Helse AS

Laila Monica Johannessen
styreleder/daglig leder



Regnskapsprinsipper:

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

Omløpsmidler og kortsiktig gjeld

Omløpsmidler og kortsiktig gjeld omfatter normalt poster som forfaller til betaling innen ett år etter siste dag i regnskapsåret, samt poster som knytter seg til varekretsløpet. Omløpsmidler vurderes til laveste verdi av anskaffelseskost og antatt virkelig verdi (Laveste verdis prinsipp).

Anleggsmidler og langsiktig gjeld

Anleggsmidler omfatter eiendeler bestemt til varig eie og bruk for virksomheten. Anleggsmidler er vurdert til anskaffelseskost. Varige driftsmidler føres opp i balansen og avskrives over driftsmidlets forventede økonomiske levetid. Varige driftsmidler nedskrives til virkelig verdi ved verdifall som forventes ikke å være av forbigående art. Nedskrivninger blir reversert når grunnlaget for nedskrivningen ikke lenger finnes å være til stede.

Inntektsføring

Inntektsføring ved salg av varer skjer på leveringstidspunktet. Tjenester inntektsføres i takt med utførelsen. Andelen av salgsinntekter som knytter seg til fremtidige serviceytelser, balanseføres som uopptjent inntekt ved salget og inntektsføres deretter i takt med levering av ytelsene.

Varer

Varer er vurdert til det laveste av gjennomsnittlig anskaffelseskost og netto salgsverdi (laveste verdis prinsipp).

Fordringer

Kundefordringer føres opp i balansen til pålydende etter fradrag for avsetning til påregnelig tap. Avsetning til påregnelig tap gjøres på grunnlag av en individuell vurdering av de enkelte fordringene. I tillegg gjøres det for øvrige kundefordringer en uspesifisert avsetning for å dekke antatt tap. Andre fordringer er også gjenstand for en tilsvarende vurdering.

Skatt

Skattekostnaden i resultatregnskapet omfatter periodens betalbare skatt som blir utlignet og forfaller til betaling i neste regnskapsår i tillegg til endring i utsatt skatt. Utsatt skatt er beregnet med skattesatsen ved utgangen av regnskapsåret (22 %) på grunnlag av skattereduserende og skatteøkende midlertidige forskjeller som eksisterer mellom regnskapsmessige og skattemessige verdier. I beregningen er det også medtatt skattemessig framførbart underskudd ved regnskapsårets utgang. Skatteøkende og skattereduserende midlertidige forskjeller som reverserer eller kan reversere i samme periode er utlignet og nettoført.

Note 1 Lønnskostnader og ytelser, godtgjørelser til daglig leder, styret og revisor

LØNNSKOSTNADER

	2024	2023
Lønninger	261 058	637 115
Arbeidsgiveravgift	14 513	33 512
Pensjonskostnader	17 672	18 269
Andre ytelser	29 390	28 125
Sum	322 632	717 021

Selskapet har i 2024 sysselsatt 1 årsverk.

PENSJONSFORPLIKTELSER



Selskapet er pliktig til å ha tjenestepensjonsordning etter lov om obligatorisk tjenestepensjon. Selskapets pensjonsordning tilfredsstiller kravene i denne lov.

Selskapet har fravalgt revisjon, og har dermed ingen revisjonskostnader.

Note 2 Anleggsmidler

	Bygninger og tomter	Driftsløsøre, inventar ol.	Sum
Anskaffelseskost pr. 01.01.24	4 196 143	391 904	4 588 046
Tilgang kjøpte driftsmidler		127 000	127 000
Anskaffelseskost 31.12.24	4 196 143	518 904	4 715 046
Akkumulerte avskrivninger 31.12.24	685 262	354 156	1 039 418
Av- og nedskrivninger pr. 31.12.24	685 262	354 156	1 039 418
Bokført verdi 31.12.24	3 510 881	164 748	3 675 629
Årets ordinære avskrivninger	182 800	71 400	254 200
Økonomisk levetid	10-25 år	3-5 år	

Note 3 Skatt

Årets skattekostnad	2024	2023
Resultatført skatt på ordinært resultat:		
Betalbar skatt	186 013	38 841
Endring i utsatt skattefordel	-20 175	-15 233
Skattekostnad ordinært resultat	165 838	23 608
Skattepliktig inntekt:		
Ordinært resultat før skatt	751 857	107 316
Permanente forskjeller	1 949	0
Endring i midlertidige forskjeller	91 707	69 236
Skattepliktig inntekt	845 513	176 551
Betalbar skatt i balansen:		
Betalbar skatt på årets resultat	186 013	38 841
Sum betalbar skatt i balansen	186 013	38 841
Beregning av effektiv skattesats		
Resultat før skatt	751 857	107 316
Beregnet skatt av resultat før skatt	165 409	23 609



Skatteeffekt av permanente forskjeller	429	0
Sum	165 837	23 609
Effektiv skattesats	22,1 %	22,0 %

Skatteeffekten av midlertidige forskjeller som har gitt opphav til utsatt skatt og utsatte skattefordeler, spesifisert på typer av midlertidige forskjeller

	2024	2023	Endring
Varige driftsmidler	-361 668	-258 034	103 634
Fordringer	-11 916	-23 843	-11 927
Sum	-373 584	-281 877	91 707
Grunnlag for utsatt skattefordel	-373 584	-281 877	91 707
Utsatt skattefordel (22 %)	-82 188	-62 013	20 175

Note 4 Varer

Varelager	2024	2023
Lager av innkjøpte handelsvarer	83 943	72 942
Sum varelager	83 943	72 942

Note 5 Bankinnskudd

Innestående midler på skattetrekkkonto (bundne midler) er på kr. 16 379,93

Note 6 Egenkapital

	Aksjekapital	Overkurs	Annen innskutt egenkapital	Annen egenkapital	Sum egenkapital
Pr. 31.12.2023	30 000	0	0	1 683 716	1 713 716
Årets resultat				586 019	586 019
Pr 31.12.2024	30 000	0	0	2 269 735	2 299 735



Note 7 Aksjonærer

AKSJEKAPITALEN I FRISK TRIM & HELSE AS PR. 31.12 BESTÅR AV:

	Antall	Pålydende	Bokført
Ordinære aksjer	300	100,0	30 000
Sum	300		30 000

EIERSTRUKTUR

De største aksjonærene i % pr. 31.12 var:

	Ordinære	Eierandel	Stemmeandel
Laila Monica Johannessen	300	100,0	100,0

AKSJER EIET AV MEDLEMMER I STYRET OG DAGLIG LEDER:

Navn	Verv	Ordinære
Laila Monica Johannessen	styreleder/daglig leder	300
Totalt antall aksjer		300

Note 8; Gjeld til eier

Gjeld til eier er på kr 18 927,31 pr 31.12, dette renteberegnes ikke.