



ÅRSREGNSKAPET FOR REGNSKAPSÅRET 2022 - GENERELL INFORMASJON

Enheten

Organisasjonsnummer: 917 070 970
Organisasjonsform: Aksjeselskap
Foretaksnavn: NO PAIN NO GAIN AS
Forretningsadresse: Sturødveien 24
1622 GRESSVIK

Regnskapsår

Årsregnskapets periode: 01.01.2022 - 31.12.2022

Konsern

Mørselskap i konsern: Ja
Konsernregnskap lagt ved: 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: MAGNAR NILSEN CONSULTING AS

Dato for fastsettelse av årsregnskapet: 19.06.2023

Grunnlag for avgivelse

År 2022: Årsregnskapet er elektronisk innlevert
År 2021: Tall er hentet fra elektronisk innlevert årsregnskap fra 2022

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, 28.05.2026





Resultatregnskap

Beløp i: NOK	Note	2022	2021
RESULTATREGNSKAP			
Inntekter			
Salgsinntekt		193 591	407 387
Annen driftsinntekt		4 945	9 238
Sum inntekter		198 536	416 626
Kostnader			
Lønnskostnad	1	14 328	54 234
Avskrivning av driftsmidler og immaterielle eiendeler	2	111 500	111 500
Annen driftskostnad		134 203	151 127
Sum kostnader		260 032	316 861
Driftsresultat		-61 495	99 765
Finansinntekter og finanskostnader			
Annen finansinntekt		1 839	1 699
Sum finansinntekter		1 839	1 699
Annen rentekostnad		24 986	23 949
Annen finanskostnad			265
Sum finanskostnader		24 986	24 213
Netto finans		-23 147	-22 514
Ordinært resultat før skattekostnad		-84 642	77 250
Skattekostnad på resultat	3		
Ordinært resultat etter skattekostnad		-84 642	77 250
Årsresultat		-84 642	77 250
Årsresultat etter minoritetsinteresser		-84 642	77 250
Totalresultat		-84 642	77 250
Overføringer og disponeringer			
Udekket tap		-84 642	77 250



Resultatregnskap

Beløp i: NOK	Note	2022	2021
Sum overføringer og disponeringer		-84 642	77 250



Balanse

Beløp i: NOK	Note	2022	2021
BALANSE - EIENDELER			
Anleggsmidler			
Immaterielle eiendeler			
Varige driftsmidler			
Driftsløsøre, inventar o.a. utstyr	2	229 400	340 900
Sum varige driftsmidler		229 400	340 900
Finansielle anleggsmidler			
Investering i datterselskap	4	180 018	180 018
Lån til foretak i samme konsern	4	114 664	115 000
Andre langsiktige fordringer		86 400	86 400
Sum finansielle anleggsmidler		381 082	381 418
Sum anleggsmidler		610 482	722 318
Omløpsmidler			
Varer			
Fordringer			
Kundefordringer			77 476
Sum fordringer			77 476
Bankinnskudd, kontanter og lignende			
Bankinnskudd, kontanter o.l.	5	41 843	49 250
Sum bankinnskudd, kontanter og lignende		41 843	49 250
Sum omløpsmidler		41 843	126 726
SUM EIENDELER		652 325	849 044

BALANSE - EGENKAPITAL OG GJELD

Egenkapital

Innskutt egenkapital



Balanse

Beløp i: NOK	Note	2022	2021
Aksjekapital	6, 7	30 000	30 000
Sum innskutt egenkapital		30 000	30 000
Opptjent egenkapital			
Udekket tap	7	326 274	241 632
Sum opptjent egenkapital		-326 274	-241 632
Sum egenkapital	8	-296 274	-211 632
Gjeld			
Langsiktig gjeld			
Annen langsiktig gjeld			
Gjeld til kredittinstitusjoner		393 717	437 464
Øvrig langsiktig gjeld	1, 4, 8	524 224	574 907
Sum annen langsiktig gjeld		917 941	1 012 371
Sum langsiktig gjeld		917 941	1 012 371
Kortsiktig gjeld			
Leverandørgjeld		14 345	14 377
Betalbar skatt	3		
Skyldig offentlige avgifter		16 312	29 821
Annen kortsiktig gjeld			4 108
Sum kortsiktig gjeld		30 657	48 305
Sum gjeld		948 598	1 060 676
SUM EGENKAPITAL OG GJELD		652 325	849 044



Brønnøysundregistrene

ÅRSREGNSKAP FOR REGNSKAPSÅRET 2022 - GENERELL INFORMASJON

Journalnummer: 2023 647276

Enheten

Organisasjonsnummer: 917 070 970
Organisasjonsform: Aksjeselskap
Foretaksnavn: NO PAIN NO GAIN AS
Forretningsadresse: Sturødveien 24
1622 GRESSVIK

Regnskapsår

Årsregnskapsperiode: 01.01.2022 - 31.12.2022

Konsern

Morselskap i konsern: Ja
Konsernregnskap lagt ved: 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: MAGNAR NILSEN CONSULTING AS
Dato for fastsettelse av årsregnskapet: 19.06.2023

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 2022: Årsregnskap er elektronisk innlevert.
År 2021: Tall er hentet fra elektronisk innlevert årsregnskap fra 2022.

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, 25.07.2023

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: 917 070 970
NO PAIN NO GAIN AS

RESULTATREGNSKAP

Beløp i: NOK	Note	2022	2021
RESULTATREGNSKAP			
Inntekter			
Salgsinntekt		193 591	407 387
Annen driftsinntekt		4 945	9 238
Sum inntekter		198 536	416 626
Kostnader			
Lønnskostnad	1	14 328	54 234
Avskrivning av driftsmidler og immaterielle eiendeler	2	111 500	111 500
Annen driftskostnad		134 203	151 127
Sum kostnader		260 032	316 861
Driftsresultat		-61 495	99 765
Finansinntekter og finanskostnader			
Annen finansinntekt		1 839	1 699
Sum finansinntekter		1 839	1 699
Annen rentekostnad		24 986	23 949
Annen finanskostnad			265
Sum finanskostnader		24 986	24 213
Netto finans		-23 147	-22 514
Ordinært resultat før skattekostnad		-84 642	77 250
Skattekostnad på resultat	3		
Ordinært resultat etter skattekostnad		-84 642	77 250
Årsresultat		-84 642	77 250
Årsresultat etter minoritetsinteresser		-84 642	77 250
Totalresultat		-84 642	77 250
Overføringer og disponeringer			
Udekket tap		-84 642	77 250
Sum overføringer og disponeringer		-84 642	77 250



Organisasjonsnr: 917 070 970
NO PAIN NO GAIN AS

BALANSE

Beløp i: NOK **Note** **2022** **2021**

BALANSE - EIENDELER

Anleggsmidler

Immaterielle eiendeler

Varige driftsmidler

Driftsløsøre, inventar o.

a. utstyr

2

229 400

340 900

Sum varige driftsmidler

229 400

340 900

Finansielle anleggsmidler

Investering i datterselskap

4

180 018

180 018

Lån til foretak i samme

konsern

4

114 664

115 000

Andre langsiktige

fordringer

86 400

86 400

Sum finansielle

anleggsmidler

381 082

381 418

Sum anleggsmidler

610 482

722 318

Omløpsmidler

Varer

Fordringer

Kundefordringer

77 476

Sum fordringer

77 476

Bankinnskudd, kontanter

og lignende

Bankinnskudd, kontanter o.

l.

5

41 843

49 250

Sum bankinnskudd,

kontanter og lignende

41 843

49 250

Sum omløpsmidler

41 843

126 726

SUM EIENDELER

652 325

849 044

BALANSE - EGENKAPITAL OG GJELD

Egenkapital

Innskutt egenkapital

Aksjekapital

6, 7

30 000

30 000

Sum innskutt egenkapital

30 000

30 000

Opptjent egenkapital

Udekket tap

7

326 274

241 632



Sum opptjent egenkapital		-326 274	-241 632
Sum egenkapital	8	-296 274	-211 632
Gjeld			
Langsiktig gjeld			
Annen langsiktig gjeld			
Gjeld til			
kredittinstitusjoner		393 717	437 464
Øvrig langsiktig gjeld	1, 4, 8	524 224	574 907
Sum annen langsiktig gjeld		917 941	1 012 371
Sum langsiktig gjeld		917 941	1 012 371
Kortsiktig gjeld			
Leverandørgjeld		14 345	14 377
Betalbar skatt	3		
Skyldig offentlige avgifter		16 312	29 821
Annen kortsiktig gjeld			4 108
Sum kortsiktig gjeld		30 657	48 305
Sum gjeld		948 598	1 060 676
SUM EGENKAPITAL OG GJELD		652 325	849 044



Organisasjonsnr: 917 070 970
NO PAIN NO GAIN AS

NOTEOPPLYSNINGER - SELSKAP - alle poster oppgitt i hele tall

Note

1

Antall årsverk i regnskapsåret
0.20

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.



Årsregnskap 2022

No Pain No Gain AS

Resultatregnskap
Balanse
Noter til regnskapet

Org.nr.: 917 070 970



BankID Signing
Kristin Moslåt
2023-06-21

Resultatregnskap

No Pain No Gain AS

Driftsinntekter og driftskostnader	Note	2022	2021
Salgsinntekt		193 591	407 387
Annen driftsinntekt		4 945	9 238
Sum driftsinntekter		198 536	416 626
Lønnskostnad	1	14 328	54 234
Avskrivning av driftsmidler og immaterielle eiendeler	2	111 500	111 500
Annen driftskostnad		134 203	151 127
Sum driftskostnader		260 032	316 861
Driftsresultat		-61 495	99 765
Finansinntekter og finanskostnader			
Annen finansinntekt		1 839	1 699
Annen rentekostnad		24 986	23 949
Annen finanskostnad		0	265
Resultat av finansposter		-23 147	-22 514
Resultat før skattekostnad		-84 642	77 250
Resultat		-84 642	77 250
Årsresultat		-84 642	77 250
Overføringer			
Avsatt til dekning av tidligere udekket tap		0	77 250
Overført til udekket tap		84 642	0
Sum overføringer		-84 642	77 250



Balanse

No Pain No Gain AS

Eiendeler	Note	2022	2021
Anleggsmidler			
Immaterielle eiendeler			
Driftsløsøre, inventar o.a. utstyr	2	229 400	340 900
Sum varige driftsmidler		229 400	340 900
Finansielle anleggsmidler			
Investeringer i datterselskap	4	180 018	180 018
Lån til foretak i samme konsern	4	114 664	115 000
Andre langsiktige fordringer		86 400	86 400
Sum finansielle anleggsmidler		381 082	381 418
Sum anleggsmidler		610 482	722 318
Omløpsmidler			
Fordringer			
Kundefordringer		0	77 476
Sum fordringer		0	77 476
Bankinnskudd, kontanter o.l.	5	41 843	49 250
Sum omløpsmidler		41 843	126 726
Sum eiendeler		652 325	849 044



Balanse

No Pain No Gain AS

Egenkapital og gjeld	Note	2022	2021
Egenkapital			
Innskutt egenkapital			
Aksjekapital	6, 7	30 000	30 000
Sum innskutt egenkapital		30 000	30 000
Opptjent egenkapital			
Udekket tap	7	-326 274	-241 632
Sum opptjent egenkapital		-326 274	-241 632
Sum egenkapital	8	-296 274	-211 632
Gjeld			
Annen langsiktig gjeld			
Gjeld til kredittinstitusjoner		393 717	437 464
Øvrig langsiktig gjeld	1, 4, 8	524 224	574 907
Sum annen langsiktig gjeld		917 941	1 012 371
Kortsiktig gjeld			
Leverandørgjeld		14 345	14 377
Skyldig offentlige avgifter		16 312	29 821
Annen kortsiktig gjeld		0	4 108
Sum kortsiktig gjeld		30 657	48 305
Sum gjeld		948 598	1 060 676
Sum egenkapital og gjeld		652 325	849 044

Moss, 19.06.2023
Styret i No Pain No Gain AS

Kristin Moslått
styreleder/daglig leder



No Pain No Gain AS

Noter til regnskapet pr 31.12.2022

Regnskapsprinsipper

Årsregnskapet er satt opp i samsvar med regnskapsloven og etter god regnskapsskikk for små foretak, jf GRS 8.

Driftsinntekter og kostnader

Inntektsføring skjer etter opptjeningsprinsippet som normalt vil være leveringstidspunktet for varer og tjenester. Kostnader medtas etter sammenstillingsprinsippet, dvs. at kostnader medtas i samme periode som tilhørende inntekter inntektsføres.

Hovedregel for vurdering og klassifisering av eiendeler og gjeld

Eiendeler bestemt til varig eie eller bruk er klassifisert som anleggsmidler. Andre eiendeler er klassifisert som omløpsmidler. Fordringer som skal tilbakebetales innen et år er uansett klassifisert som omløpsmidler. Ved klassifisering av kortsiktig og langsiktig gjeld er analoge kriterier lagt til grunn.

Anleggsmidler vurderes til anskaffelseskost, men nedskrives til virkelig verdi når verdifallet forventes ikke å være forbigående. Anleggsmidler med begrenset økonomisk levetid avskrives planmessig. Langsiktig gjeld balanseføres til nominelt mottatt beløp på etableringstidspunktet.

Omløpsmidler vurderes til laveste av anskaffelseskost og virkelig verdi. Kortsiktig gjeld balanseføres til nominelt mottatt beløp på etableringstidspunktet.

Enkelte poster er vurdert etter andre regler. Postene det gjelder vil være blant de postene som omhandles nedenfor.

Varige driftsmidler

Varige driftsmidler avskrives over forventet økonomisk levetid. Avskrivningene er som hovedregel fordelt lineært over antatt økonomisk levetid.

Fordringer

Kundefordringer og andre fordringer oppføres til pålydende etter fradrag for avsetning til forventet tap. Avsetning til 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.

Pensjoner

Pensjonsordninger finansiert via sikrede ordninger er ikke balanseført. Pensjonspremien anses i disse tilfeller som pensjonskostnad og klassifiseres sammen med lønnskostnader.

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 ligningsmessig underskudd til fremføring ved utgangen av regnskapsåret. Skatteøkende og skattereduserende midlertidige forskjeller som reverserer eller kan reversere i samme periode er utignet og nettoført.



No Pain No Gain AS

Noter til regnskapet pr 31.12.2022

Note 1 Lønnskostnader, antall ansatte, godtgjørelser, lån til ansatte m.m.

Lønnskostnader	2022	2021
Lønninger	-5 591	33 600
Arbeidsgiveravgift	16 067	18 084
Andre ytelser	3 852	2 550
Sum	14 328	54 234

Gjennomsnittlig antall årsverk: 0

Ytelser til ledende personer	Daglig leder	Styre
Lønn	0	0
Andre ytelser	113 760	0

Selskapet er ikke pliktig til å ha tjenstepensjonsordning etter lov om obligatorisk tjenstepensjon. Aksjonær har ytt lån til selskapet med kr 350 000, samt en kortsiktig fordring på kr 125 776, som motregnes lånet. Lånet er ikke renteberegnet.

Note 2 Anleggsmidler

	Goodwill	Driftsløsøre, inventar ol.	Sum
Anskaffelseskost pr. 01.01.22	400 000	557 970	957 970
= Anskaffelseskost 31.12.22	400 000	557 970	957 970
Akkumulerte avskrivninger 31.12.22	400 000	328 570	728 570
= Bokført verdi 31.12.22	0	229 400	229 400
Årets ordinære avskrivninger		111 500	111 500
Økonomisk levetid	5 år	5 år	



No Pain No Gain AS

Noter til regnskapet pr 31.12.2022

Note 3 Skatt

Årets skattekostnad	2022	2021
Resultatført skatt på ordinært resultat:		
Betalbar skatt	0	0
Endring i utsatt skattefordel	0	0
Skattekostnad ordinært resultat	0	0
Skattepliktig inntekt:		
Resultat før skatt	-84 642	77 250
Permanente forskjeller	0	0
Endring i midlertidige forskjeller	20 086	-2 768
Anvendelse av fremførbart underskudd	0	-74 483
Skattepliktig inntekt	-64 556	0
Betalbar skatt i balansen:		
Betalbar skatt på årets resultat	0	0
Sum betalbar skatt i balansen	0	0

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

	2022	2021	Endring
Varige driftsmidler	-136 257	-116 171	20 086
Sum	-136 257	-116 171	20 086
Akkumulert fremførbart underskudd	-286 707	-222 151	64 556
Inngår ikke i beregningen av utsatt skatt	422 964	338 322	-84 642
Utsatt skatt (22 %)	0	0	0

Note 4 Aksjer og andeler i andre foretak m.v.

	Eierandel	Anskaffelses- kost	Balanseført verdi	Markeds- verdi
Anleggsmidler				
Mon Platin Norge AS	60 %	180 018	180 018	52 321
Sum	0	180 018	180 018	52 321
Lån til datterselskap				
Mon Platin Norge AS	0	0	0	114 664
Sum utlån	0	0	0	114 664

Det er gitt lån fra Thomsen Lie Holding AS med restgjeld kr 300 000, og renter er ikke beregnet for år 2022 med bakgrunn i utviklingen av styringsrentenivået i Norge.



No Pain No Gain AS

Noter til regnskapet pr 31.12.2022

Note 5 Bundne bankinnskudd

	2022	2021
I posten inngår bundne bankinnskudd med NOK	7 755	13 229

Note 6 Aksjonærtabell

Aksjekapitalen i No Pain No Gain AS pr. 31.12. 2022 består av:

	Antall	Pålydende	Bokført
Ordinære aksjer	100	300,00	30 000
Sum	100		30 000

Eierstruktur

De største aksjonærene i % pr. 31.12 var:

	Ordinære	Eierandel	Stemmeandel
Kristin Moslått	100	100,0	100,0
Totalt antall aksjer	100	100,0	100,0

Aksjer eiet av medlemmer i styret og daglig leder:

Navn	Verv	Ordinære
Kristin Moslått	styreleder/daglig leder	100

Note 7 Egenkapital

	Aksjekapital	Udekket tap	Sum egenkapital
Pr 01.01.2022	30 000	-241 632	-211 632
Årets resultat		-84 642	-84 642
Pr 31.12.2022	30 000	-326 274	-296 274

Note 8 Forutsetning om fortsatt drift

Egenkapitalen er negativ. Inntektene har gått vesentlig ned i år 2022, og det jobbes med nye prosjekter som forventes å gi inntekter. Av annen gjeld på kr 1 043 717 er kr 350 000 til eier. Kr 300 000 er gjeld til Thomsen Lie Holding AS som eier 40% av Mon Platin Norge AS.