



ÅRSREGNSKAPET FOR REGNSKAPSÅRET 2022 - GENERELL INFORMASJON

Enheten

Organisasjonsnummer: 919 216 522
Organisasjonsform: Aksjeselskap
Foretaksnavn: TRENINGSFRUE AS
Forretningsadresse: Gamle Trondheimsvei 49C
2020 SKEDSMOKORSET

Regnskapsår

Årsregnskapets periode: 01.01.2022 - 31.12.2022

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: Camilla Aastorp Andersen
Dato for fastsettelse av årsregnskapet: 23.06.2023

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, 26.06.2024



Resultatregnskap

Beløp i: NOK	Note	2022	2021
RESULTATREGNSKAP			
Inntekter			
Salgsinntekt		2 046 923	3 055 593
Sum inntekter		2 046 923	3 055 593
Kostnader			
Varekostnad		64 754	111 183
Lønnskostnad	1, 2	926 244	915 470
Avskrivning på varige driftsmidler og immaterielle eiendeler	3	16 799	12 195
Nedskrivning av varige driftsmidler og immaterielle eiendeler	3	0	0
Annen driftskostnad		349 261	339 789
Sum kostnader		1 357 058	1 378 637
Driftsresultat		689 864	1 676 956
Finansinntekter og finanskostnader			
Annen renteinntekt		28	0
Annen finansinntekt		1 589	602
Verdiøkning av finansielle instrumenter vurdert til virkelig verdi		119	0
Sum finansinntekter		1 736	602
Verdireduksjon av finansielle instrumenter vurdert til virkelig verdi		5 009	77
Annen rentekostnad		611	51
Annen finanskostnad		1 121	965
Sum finanskostnader		6 741	1 093
Netto finans		-5 005	-491
Ordinært resultat før skattekostnad		684 860	1 676 465
Skattekostnad	4, 5	162 973	380 098
Ordinært resultat etter skattekostnad		521 887	1 296 367
Årsresultat		521 887	1 296 367
Overføringer og disponeringer			



Resultatregnskap

Beløp i: NOK	Note	2022	2021
Tilleggsutbytte		950 000	1 076 763
Annen egenkapital		-428 113	219 605
Sum overføringer og disponeringer		521 887	1 296 368



Balanse

Beløp i: NOK	Note	2022	2021
BALANSE - EIENDELER			
Anleggsmidler			
Immaterielle eiendeler			
Utvikling	3	0	0
Konsesjoner, patenter, lisenser, varemerker ol.	3	0	0
Utsatt skattefordel	4, 5	0	0
Goodwill	3	0	0
Sum immaterielle eiendeler		0	0
Varige driftsmidler			
Tomter, bygninger og annen fast eiendom	3	0	0
Maskiner og anlegg	3	0	0
Skip, rigger, fly og lignende	3	0	0
Driftsløsøre, inventar, verktøy, kontormaskiner, ol.	3	55 436	47 446
Sum varige driftsmidler		55 436	47 446
Finansielle anleggsmidler			
Investeringer i tilknyttet selskap		30 000	30 000
Andre langsiktige fordringer	6	0	1 036
Sum finansielle anleggsmidler		30 000	31 036
Sum anleggsmidler		85 436	78 482
Omløpsmidler			
Varer			
Varer		66 287	64 393
Sum varer		66 287	64 393
Fordringer			
Kundefordringer		171 289	524 805
Andre kortsiktige fordringer	6	15 324	7 647
Sum fordringer		186 613	532 452
Investeringer			
Markedsbaserte aksjer		13 574	18 583
Andre markedsbaserte finansielle instrumenter	7	0	0



Balanse

Beløp i: NOK	Note	2022	2021
Kortsiktig gjeld			
Leverandørgjeld		15 382	15 392
Betalbar skatt	4, 5	160 444	380 131
Skyldige offentlige avgifter		158 394	243 696
Annen kortsiktig gjeld		131 152	79 535
Sum kortsiktig gjeld		465 372	718 754
Sum gjeld		467 959	718 812
SUM EGENKAPITAL OG GJELD		1 033 718	1 712 684



Brønnøysundregistrene

ÅRSREGNSKAP FOR REGNSKAPSÅRET 2022 - GENERELL INFORMASJON

Journalnummer: 2023 531164

Enheten

Organisasjonsnummer: 919 216 522
Organisasjonsform: Aksjeselskap
Foretaksnavn: TRENINGSFREUE AS
Forretningsadresse: Gamle Trondheimsvei 49C
2020 SKEDSMOKORSET

Regnskapsår

Årsregnskapets periode: 01.01.2022 - 31.12.2022

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: Camilla Aastorp Andersen
Dato for fastsettelse av årsregnskapet: 23.06.2023

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, 28.06.2023

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: 919 216 522
TRENINGSFRUE AS

RESULTATREGNSKAP

Beløp i: NOK	Note	2022	2021
RESULTATREGNSKAP			
Inntekter			
Salgsinntekt		2 046 923	3 055 593
Sum inntekter		2 046 923	3 055 593
Kostnader			
Varekostnad		64 754	111 183
Lønnskostnad	1, 2	926 244	915 470
Avskrivning på varige driftsmidler og immaterielle eiendeler	3	16 799	12 195
Nedskrivning av varige driftsmidler og immaterielle eiendeler	3	0	0
Annen driftskostnad		349 261	339 789
Sum kostnader		1 357 058	1 378 637
Driftsresultat		689 864	1 676 956
Finansinntekter og finanskostnader			
Annen renteinntekt		28	0
Annen finansinntekt		1 589	602
Verdiøkning av finansielle instrumenter vurdert til virkelig verdi		119	0
Sum finansinntekter		1 736	602
Verdireduksjon av finansielle instrumenter vurdert til virkelig verdi		5 009	77
Annen rentekostnad		611	51
Annen finanskostnad		1 121	965
Sum finanskostnader		6 741	1 093
Netto finans		-5 005	-491
Ordinært resultat før skattekostnad			
Skattekostnad	4, 5	684 860	1 676 465
Ordinært resultat etter skattekostnad		162 973	380 098
Årsresultat		521 887	1 296 367
Overføringer og disponeringer			
Tilleggsutbytte		950 000	1 076 763
Annen egenkapital		-428 113	219 605



Sum overføringer og
disponeringer

521 887

1 296 368



Organisasjonsnr: 919 216 522
TRENINGSFRUE AS

BALANSE

Beløp i: NOK	Note	2022	2021
BALANSE - EIENDELER			
Anleggsmidler			
Immaterielle eiendeler			
Utvikling	3	0	0
Konsesjoner, patenter, lisenser, varemerker ol.	3	0	0
Utsatt skattefordel	4, 5	0	0
Goodwill	3	0	0
Sum immaterielle eiendeler		0	0
Varige driftsmidler			
Tomter, bygninger og annen fast eiendom	3	0	0
Maskiner og anlegg	3	0	0
Skip, rigger, fly og lignende	3	0	0
Driftsløsøre, inventar, verktøy, kontormaskiner, ol.	3	55 436	47 446
Sum varige driftsmidler		55 436	47 446
Finansielle anleggsmidler			
Investeringer i tilknyttet selskap		30 000	30 000
Andre langsiktige fordringer	6	0	1 036
Sum finansielle anleggsmidler		30 000	31 036
Sum anleggsmidler		85 436	78 482
Omløpsmidler			
Varer			
Varer		66 287	64 393
Sum varer		66 287	64 393
Fordringer			
Kundefordringer		171 289	524 805
Andre kortsiktige fordringer	6	15 324	7 647
Sum fordringer		186 613	532 452
Investeringer			
Markedsbaserte aksjer		13 574	18 583
Andre markedsbaserte finansielle instrumenter	7	0	0
Andre finansielle instrumenter	7	0	0
Sum investeringer		13 574	18 583



Bankinnskudd, kontanter og lignende			
Bankinnskudd, kontanter og lignende		681 809	1 018 774
Sum bankinnskudd, kontanter og lignende		681 809	1 018 774
Sum omløpsmidler		948 283	1 634 202
SUM EIENDELER		1 033 719	1 712 684
BALANSE - EGENKAPITAL OG GJELD			
Egenkapital			
Innskutt egenkapital			
Selskapskapital	8, 9	30 000	30 000
Ikke registrert aksjekapital	9	0	0
Beholdning av egne aksjer	8, 9	0	0
Overkurs	9	0	0
Annen innskutt egenkapital	9	-10 570	-10 570
Sum innskutt egenkapital		19 430	19 430
Opptjent egenkapital			
Fond	9	0	0
Annen egenkapital	9	546 329	974 442
Udekket tap	9	0	0
Sum opptjent egenkapital		546 329	974 442
Sum egenkapital		565 759	993 872
Gjeld			
Langsiktig gjeld			
Utsatt skatt	4, 5	2 587	58
Sum avsetninger for forpliktelse		2 587	58
Annen langsiktig gjeld			
Sum langsiktig gjeld		2 587	58
Kortsiktig gjeld			
Leverandørgjeld		15 382	15 392
Betalbar skatt	4, 5	160 444	380 131
Skyldige offentlige avgifter		158 394	243 696
Annen kortsiktig gjeld		131 152	79 535
Sum kortsiktig gjeld		465 372	718 754
Sum gjeld		467 959	718 812
SUM EGENKAPITAL OG GJELD		1 033 718	1 712 684



Organisasjonsnr: 919 216 522
TRENINGSFRUE 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. Langsiktig gjeld er gjeld som forfaller senere enn ett år etter transaksjonsdagen. Første års avdrag på langsiktige fordringer og langsiktig gjeld klassifiseres likevel ikke som omløpsmiddel og kortsiktig gjeld. 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. I tillegg gjøres det for øvrige kundefordringer en uspesifisert avsetning for å dekke antatt tap. Varebeholdninger Lager av innkjøpte varer er verdsatt til laveste av anskaffelseskost etter FIFO-prinsippet og virkelig verdi. Egentilvirkede ferdigvarer og varer under tilvirkning er vurdert til variabel tilvirkningskost. For råvarer er gjenanskaffelseskost vurdert som tilnærming til virkelig verdi. Det foretas nedskrivning for påregnelig ukurans. 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.

Note

1

Antall årsverk i regnskapsåret

1.00

Note

2



Spesifisering av resultatregnskapet

Lønnskostnader

<u>Lønn</u>	<u>Årets</u>	<u>Fjorårets</u>
	731375.00	728862.00
<u>Folketrygdavgift</u>	<u>Årets</u>	<u>Fjorårets</u>
	116368.00	116840.00
<u>Pensjonskostnader</u>	<u>Årets</u>	<u>Fjorårets</u>
	55231.00	50768.00
<u>Andre ytelser</u>	<u>Årets</u>	<u>Fjorårets</u>
	23270.00	19001.00
<u>Sum lønnskostnader</u>	<u>Årets</u>	<u>Fjorårets</u>
	926244.00	915471.00

Note

Ekstraordinære inntekter og kostnader

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

Note

3

Varige driftsmidler og immaterielle eiendeler

<u>Anskaffelseskost 01.01.</u>	<u>Varige driftsmidler</u>	<u>Immaterielle eiend.</u>
	98674.00	0.00
<u>Tilgang i året</u>	<u>Varige driftsmidler</u>	<u>Immaterielle eiend.</u>
	24789.00	0.00
<u>Anskaffelseskost 31.12.</u>	<u>Varige driftsmidler</u>	<u>Immaterielle eiend.</u>
	123463.00	0.00
<u>Samlede av-/nedskrivn.</u>	<u>Varige driftsmidler</u>	<u>Immaterielle eiend.</u>
	68027.00	0.00
<u>Balanseført verdi 31.12.</u>	<u>Varige driftsmidler</u>	<u>Immaterielle eiend.</u>
	55436.00	0.00
<u>Årets av-/nedskrivn.</u>	<u>Varige driftsmidler</u>	<u>Immaterielle eiend.</u>
	16800.00	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



Konsernregnskap

Morselskapet sitt navn

Forretningskontor for morselskapet

Begrunnelse for at datterselskap er utelatt fra konsolideringen

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

Fordringer

<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>

Note

7

Virkelig verdi og resultatført verdiendr. i perioden, finansielle instrumenter

<u>Eiendel</u>	<u>Virk. verdi</u>	<u>Verdiendring</u>
Tomra Systems ASA	3312.00	12.00
Apple Computer	10262.00	-2267.00
<u>Sum</u>	<u>Virk. Verdi</u>	<u>Verdiendring</u>
	13574.00	-2255.00

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

6

Lån og sikkerhetsstillelse til medlemmer

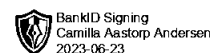


Er det gitt lån eller sikkerhetsstillelse til ledende personer: Nei

Opplysninger om:

Medlemmer av:

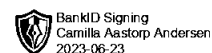
Mer om lån og sikkerhetsstillelse



Årsregnskap for
TRENINGSFRUE AS
919 216 522
Regnskapsår
01.01.2022 - 31.12.2022



TRENINGSRUE AS
919 216 522

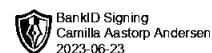


Resultatregnskap

	Note	2022	2021
Driftsinntekter			
Salgsinntekt		2 046 923	3 055 593
Sum driftsinntekter		2 046 923	3 055 593
Driftskostnader			
Varekostnad		-64 754	-111 183
Lønnskostnad	1, 2	-926 244	-915 470
Avskrivning på varige driftsmidler og immaterielle eiendeler	3	-16 799	-12 195
Annen driftskostnad		-349 261	-339 789
Sum driftskostnader		-1 357 059	-1 378 637
Driftsresultat		689 864	1 676 956
Finansinntekter			
Annen renteinntekt		28	0
Annen finansinntekt		1 589	602
Verdiøkning av finansielle instrumenter vurdert til virkelig verdi		119	0
Sum finansinntekter		1 736	602
Finanskostnader			
Verdireduksjon av finansielle instrumenter vurdert til virkelig verdi		-5 009	-77
Annen rentekostnad		-611	-51
Annen finanskostnad		-1 121	-965
Sum finanskostnader		-6 741	-1 093
Netto finans		-5 005	-491
Resultat før skattekostnad		684 860	1 676 465
Skattekostnad	4, 5	-162 973	-380 098
Årsresultat		521 887	1 296 367
Overføringer			
Tilleggsutbytte		950 000	1 076 763
Annen egenkapital		-428 113	219 605
Sum overføringer		521 887	1 296 367



TRENINGSRUE AS
919 216 522

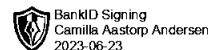


Balanse pr. 31.12

	Note	2022	2021
EIENDELER			
Anleggsmidler			
Varige driftsmidler			
Driftsløsøre, inventar, verktøy, kontormaskiner, ol.	3	55 436	47 446
Sum varige driftsmidler		55 436	47 446
Finansielle anleggsmidler			
Investering i datterselskap		30 000	30 000
Andre langsiktige fordringer	6	0	1 036
Sum finansielle anleggsmidler		30 000	31 036
Sum anleggsmidler		85 436	78 482
Omløpsmidler			
Varer			
Varer		66 287	64 393
Sum varer		66 287	64 393
Fordringer			
Kundefordringer		171 289	524 805
Kortsiktige konsernfordringer		11 348	0
Andre kortsiktige fordringer	6	3 975	7 647
Sum fordringer		186 613	532 452
Investeringer			
Markedsbaserte aksjer		13 574	18 583
Sum investeringer		13 574	18 583
Bankinnskudd, kontanter og lignende			
Bankinnskudd, kontanter og lignende		681 809	1 018 774
Sum bankinnskudd, kontanter og lignende		681 809	1 018 774
Sum omløpsmidler		948 282	1 634 203
SUM EIENDELER		1 033 718	1 712 685



TRENINGSRUE AS
919 216 522



Balanse pr. 31.12

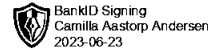
	Note	2022	2021
EGENKAPITAL OG GJELD			
Egenkapital			
Innskutt egenkapital			
Selskapskapital	8, 9	30 000	30 000
Annen innskutt egenkapital	9	-10 570	-10 570
Sum innskutt egenkapital		19 430	19 430
Opptjent egenkapital			
Annen egenkapital	9	546 329	974 442
Sum opptjent egenkapital		546 329	974 442
Sum egenkapital		565 759	993 872
Gjeld			
Avsetning og forpliktelser			
Utsatt skatt	4, 5	2 587	58
Sum avsetning og forpliktelser		2 587	58
Kortsiktig gjeld			
Leverandørgjeld		15 382	15 392
Betalbar skatt	4, 5	160 444	380 131
Skyldige offentlige avgifter		158 394	243 696
Kortsiktig konserngjeld		0	271
Annen kortsiktig gjeld		131 152	79 264
Sum kortsiktig gjeld		465 372	718 755
Sum gjeld		467 959	718 813
SUM EGENKAPITAL OG GJELD		1 033 718	1 712 685

Skedsmokorset, 23.06.2023

Camilla Aastorp Andersen
styrets leder / daglig leder



TRENINGSRUE AS
919 216 522



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. Langsiktig gjeld er gjeld som forfaller senere enn ett år etter transaksjonsdagen. Første års avdrag på langsiktige fordringer og langsiktig gjeld klassifiseres likevel ikke som omløpsmiddel og kortsiktig gjeld.

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. I tillegg gjøres det for øvrige kundefordringer en uspesifisert avsetning for å dekke antatt tap.

Varebeholdninger

Lager av innkjøpte varer er verdsatt til laveste av anskaffelseskost etter FIFO- prinsippet og virkelig verdi. Egentilvirkede ferdigvarer og varer under tilvirkning er vurdert til variabel tilvirkningskost. For råvarer er gjenanskaffelseskost vurdert som tilnærming til virkelig verdi. Det foretas nedskrivning for påregnelig ukurans.

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.

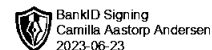
Note 1 - Antall årsverk

Antall årsverk sysselsatt i regnskapsåret:

1



TRENINGSRUE AS
919 216 522



Note 2 - Lønnskostnader

Spesifikasjon av lønnskostnader	2022	2021
Lønn	731 375	728 862
Arbeidsgiveravgift	116 368	116 840
Pensjonskostnader	55 231	50 768
Andre relaterte ytelser	23 270	19 001
Sum	926 244	915 471

Note 3 - Varige driftsmidler og immaterielle eiendeler

	Varige driftsmidler
Anskaffelseskost 01.01.	98 674
Tilgang i året	24 789
Avgang i året	0
Anskaffelseskost 31.12.	123 463
Samlede avskrivninger, nedskrivninger og reverseringer av nedskrivninger	-68 027
Balanseført verdi per 31.12.	55 436
Avskrivninger, nedskrivninger og reverseringer av nedskrivninger i regnskapsåret	16 800

Note 4 - Spesifisering av skatt

Skattekostnad	2022	2021
Betalbar skatt på alminnelig inntekt	160 444	380 131
=/- Endringer i utsatt skattefordel	2 529	-34
Skattekostnad	162 973	380 097
Skattepliktig inntekt		
Resultat før skatt	684 860	1 676 465
Permanente forskjeller	43 922	51 250
+/- Endring i midlertidige forskjeller	508	152
Skattepliktig inntekt	729 289	1 727 867
Betalbar skatt i balansen		
Betalbar skatt på årets resultat	160 444	380 131
Sum betalbar skatt i balansen	160 444	380 131

Note 5 - Midlertidige forskjeller - utsatt skatt/skattefordel

Utsatt skatt/utsatt skattefordel i balansen avsettes på grunnlag av forskjeller mellom regnskapsmessige og skattemessige verdier i henhold til norsk regnskapsstandard for skatt. Midlertidige skatteøkende og skattereduserende forskjeller som kan utlignes er nettoført.

Midlertidige forskjeller knyttet til:	01.01.2022	31.12.2022	Endring
Anleggsmidler	12 266	11 759	508
Netto forskjeller	12 266	11 759	508
Sum midlertidige forskjeller som påvirker betalbar skatt	12 266	11 759	508
Utsatt skatt 31.12.2022 basert på 22 %	58	2 587	-2 529



TRENINGSRUE AS
919 216 522



Note 6 - Lån og sikkerhetsstillelse til ledende personer, aksjeeiere med videre

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

Note 7 - Virkelig verdi av finansielle instrumenter

Eiendel	Virkelig verdi	Periodens resultatførte verdiendringer
Tomra Systems ASA	3 312	12
Apple Computer	10 262	-2 267
Sum	13 574	-2 255

Note 8 - Aksjer

Aksjeklasse	Antall aksjer	Aksjenes pålydende	Bokført verdi
Ord. aksjer	1 000	30	30 000

Aksjonærer	Antall aksjer	Eierandel %	Aksjeklasse
Camilla Aastorp Andersen	1 000	100	Ord. aksjer

Mer om aksjer og aksjonærer

Selskapets aksjonær er selskapets styreleder.

Note 9 - Egenkapital

	Aksjekapital	Annen innsk. EK	Opptjent egenkapital	Sum
Egenkapital 31.12 forrige år	30 000	-10 570	974 442	993 872
Årsresultat	0	0	521 887	521 887
Tilleggsutbytte i løpet av året, basert på siste fastsatte regnskap	0	0	-950 000	-950 000
Egenkapital 31.12.2022	30 000	-10 570	546 329	565 759



TRENINGSFRUE AS
919 216 522

Resultatregnskap

	Note	2022	2021
Driftsinntekter			
Salgsinntekt		2 046 923	3 055 593
Sum driftsinntekter		2 046 923	3 055 593
Driftskostnader			
Varekostnad		-64 754	-111 183
Lønnskostnad	1, 2	-926 244	-915 470
Avskrivning på varige driftsmidler og immaterielle eiendeler	3	-16 799	-12 195
Annen driftskostnad		-349 261	-339 789
Sum driftskostnader		-1 357 059	-1 378 637
Driftsresultat		689 864	1 676 956
Finansinntekter			
Annen renteinntekt		28	0
Annen finansinntekt		1 589	602
Verdiøkning av finansielle instrumenter vurdert til virkelig verdi		119	0
Sum finansinntekter		1 736	602
Finanskostnader			
Verdireduksjon av finansielle instrumenter vurdert til virkelig verdi		-5 009	-77
Annen rentekostnad		-611	-51
Annen finanskostnad		-1 121	-965
Sum finanskostnader		-6 741	-1 093
Netto finans		-5 005	-491
Resultat før skattekostnad		684 860	1 676 465
Skattekostnad	4, 5	-162 973	-380 098
Årsresultat		521 887	1 296 367
Overføringer			
Tilleggsutbytte		950 000	1 076 763
Annen egenkapital		-428 113	219 605
Sum overføringer		521 887	1 296 367



TRENINGSFRUE AS
919 216 522

Balanse pr. 31.12

	Note	2022	2021
EIENDELER			
Anleggsmidler			
Varige driftsmidler			
Driftsløsøre, inventar, verktøy, kontormaskiner, ol.	3	55 436	47 446
Sum varige driftsmidler		55 436	47 446
Finansielle anleggsmidler			
Investeringer i tilknyttet selskap		30 000	30 000
Andre langsiktige fordringer	6	0	1 036
Sum finansielle anleggsmidler		30 000	31 036
Sum anleggsmidler		85 436	78 482
Omløpsmidler			
Varer			
Varer		66 287	64 393
Sum varer		66 287	64 393
Fordringer			
Kundefordringer		171 289	524 805
Andre kortsiktige fordringer	6	15 324	7 647
Sum fordringer		186 613	532 452
Investeringer			
Markedsbaserte aksjer		13 574	18 583
Sum investeringer		13 574	18 583
Bankinnskudd, kontanter og lignende			
Bankinnskudd, kontanter og lignende		681 809	1 018 774
Sum bankinnskudd, kontanter og lignende		681 809	1 018 774
Sum omløpsmidler		948 282	1 634 203
SUM EIENDELER		1 033 718	1 712 685



TRENINGSFRUE AS
919 216 522

Balanse pr. 31.12

	Note	2022	2021
EGENKAPITAL OG GJELD			
Egenkapital			
Innskutt egenkapital			
Selskapskapital	8, 9	30 000	30 000
Annen innskutt egenkapital	9	-10 570	-10 570
Sum innskutt egenkapital		19 430	19 430
Opptjent egenkapital			
Annen egenkapital	9	546 329	974 442
Sum opptjent egenkapital		546 329	974 442
Sum egenkapital		565 759	993 872
Gjeld			
Avsetning og forpliktelser			
Utsatt skatt	4, 5	2 587	58
Sum avsetning og forpliktelser		2 587	58
Kortsiktig gjeld			
Leverandørgjeld		15 382	15 392
Betalbar skatt	4, 5	160 444	380 131
Skyldige offentlige avgifter		158 394	243 696
Annen kortsiktig gjeld		131 152	79 535
Sum kortsiktig gjeld		465 372	718 755
Sum gjeld		467 959	718 813
SUM EGENKAPITAL OG GJELD		1 033 718	1 712 685

Skedsmokorset, 23.06.2023

Camilla Aastorp Andersen
styrets leder / daglig leder



TRENINGSFRUE AS
919 216 522

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. Langsiktig gjeld er gjeld som forfaller senere enn ett år etter transaksjonsdagen. Første års avdrag på langsiktige fordringer og langsiktig gjeld klassifiseres likevel ikke som omløpsmiddel og kortsiktig gjeld.

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. I tillegg gjøres det for øvrige kundefordringer en uspesifisert avsetning for å dekke antatt tap.

Varebeholdninger

Lager av innkjøpte varer er verdsatt til laveste av anskaffelseskost etter FIFO- prinsippet og virkelig verdi. Egentilvirkede ferdigvarer og varer under tilvirkning er vurdert til variabel tilvirkningskost. For råvarer er gjenanskaffelseskost vurdert som tilnærming til virkelig verdi. Det foretas nedskrivning for påregnelig ukurans.

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.

Note 1 - Antall årsverk

Antall årsverk sysselsatt i regnskapsåret:

1



TRENINGSRUE AS
919 216 522

Note 2 - Lønnskostnader

Spesifikasjon av lønnskostnader	2022	2021
Lønn	731 375	728 862
Arbeidsgiveravgift	116 368	116 840
Pensjonskostnader	55 231	50 768
Andre relaterte ytelser	23 270	19 001
Sum	926 244	915 471

Note 3 - Varige driftsmidler og immaterielle eiendeler

	Varige driftsmidler
Anskaffelseskost 01.01.	98 674
Tilgang i året	24 789
Avgang i året	0
Anskaffelseskost 31.12.	123 463
Samlede avskrivninger, nedskrivninger og reverseringer av nedskrivninger	-68 027
Balanseført verdi per 31.12.	55 436
Avskrivninger, nedskrivninger og reverseringer av nedskrivninger i regnskapsåret	16 800

Note 4 - Spesifisering av skatt

Skattekostnad	2022	2021
Betalbar skatt på alminnelig inntekt	160 444	380 131
=/- Endringer i utsatt skattefordel	2 529	-34
Skattekostnad	162 973	380 097
Skattepliktig inntekt		
Resultat før skatt	684 860	1 676 465
Permanente forskjeller	43 922	51 250
+/- Endring i midlertidige forskjeller	508	152
Skattepliktig inntekt	729 289	1 727 867
Betalbar skatt i balansen		
Betalbar skatt på årets resultat	160 444	380 131
Sum betalbar skatt i balansen	160 444	380 131

Note 5 - Midlertidige forskjeller - utsatt skatt/skattefordel

Utsatt skatt/utsatt skattefordel i balansen avsettes på grunnlag av forskjeller mellom regnskapsmessige og skattemessige verdier i henhold til norsk regnskapsstandard for skatt. Midlertidige skatteøkende og skattereduserende forskjeller som kan utlignes er nettoført.

Midlertidige forskjeller knyttet til:	01.01.2022	31.12.2022	Endring
Anleggsmidler	12 266	11 759	508
Netto forskjeller	12 266	11 759	508
Sum midlertidige forskjeller som påvirker betalbar skatt	12 266	11 759	508
Utsatt skatt 31.12.2022 basert på 22 %	58	2 587	-2 529



TRENINGSFRUE AS
919 216 522

Note 6 - Lån og sikkerhetsstillelse til ledende personer, aksjeeiere med videre

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

Note 7 - Virkelig verdi av finansielle instrumenter

Eiendel	Virkelig verdi	Periodens resultatførte verdiendringer
Tomra Systems ASA	3 312	12
Apple Computer	10 262	-2 267
Sum	13 574	-2 255

Note 8 - Aksjer

Aksjeklasse	Antall aksjer	Aksjenes pålydende	Bokført verdi
Ord. aksjer	1 000	30	30 000

Aksjonærer	Antall aksjer	Eierandel %	Aksjeklasse
Camilla Aastorp Andersen	1 000	100	Ord. aksjer

Mer om aksjer og aksjonærer

Selskapets aksjonær er selskapets styreleder.

Note 9 - Egenkapital

	Aksjekapital	Annen innsk. EK	Opptjent egenkapital	Sum
Egenkapital 31.12 forrige år	30 000	-10 570	974 442	993 872
Årsresultat	0	0	521 887	521 887
Tilleggsutbytte i løpet av året, basert på siste fastsatte regnskap	0	0	-950 000	-950 000
Egenkapital 31.12.2022	30 000	-10 570	546 329	565 759