



ÅRSREGNSKAPET FOR REGNSKAPSÅRET 2024 - GENERELL INFORMASJON

Enheten

Organisasjonsnummer: 916 079 796
Organisasjonsform: Aksjeselskap
Foretaksnavn: S.M.A.R.T. TRENING OG HELSE AS
Forretningsadresse: Mosvoldveien 51
4550 FARSUND

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: Elisa Beate Egeland
Dato for fastsettelse av årsregnskapet: 21.05.2025

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, 23.04.2026



Resultatregnskap

Beløp i: NOK	Note	2024	2023
RESULTATREGNSKAP			
Inntekter			
Salgsinntekt		3 687 638	3 706 426
Annen driftsinntekt		22 188	43 399
Sum inntekter		3 709 826	3 749 825
Kostnader			
Varekostnad		93 790	172 764
Lønnskostnad	1	1 020 546	963 401
Avskrivning av driftsmidler og immaterielle eiendeler	2	284 852	278 264
Annen driftskostnad	1	2 066 589	2 062 961
Sum kostnader		3 465 777	3 477 390
Driftsresultat		244 049	272 435
Finansinntekter og finanskostnader			
Annen renteinntekt		60 859	19 471
Annen finansinntekt		5 512	38
Sum finansinntekter		66 371	19 509
Annen rentekostnad		21	26
Annen finanskostnad		145	110
Sum finanskostnader		166	136
Netto finans		66 205	19 373
Resultat før skattekostnad		310 254	291 808
Skattekostnad på resultat	3		
Årsresultat	4	310 254	291 808
Årsresultat etter minoritetsinteresser		310 254	291 808
Totalresultat		310 254	291 808
Overføringer og disponeringer			



Resultatregnskap

Beløp i: NOK	Note	2024	2023
Udekket tap			5 992
Avsatt til annen egenkapital		310 254	285 816
Sum overføringer og disponeringer	4	310 254	291 808



Balanse

Beløp i: NOK	Note	2024	2023
BALANSE - EIENDELER			
Anleggsmidler			
Immaterielle eiendeler			
Utsatt skattefordel	3		
Varige driftsmidler			
Tomter, bygninger o.a. fast eiendom	2	249 081	404 311
Maskiner og anlegg	2		
Skip og flytende installasjoner	2		
Driftsløsøre, inventar o.a. utstyr	2	218 327	347 948
Sum varige driftsmidler	2	467 408	752 260
Sum anleggsmidler		467 408	752 260
Omløpsmidler			
Varer			
Sum varer			1 371
Fordringer			
Kundefordringer	5	52 140	37 912
Andre kortsiktige fordringer		255 628	258 541
Sum fordringer		307 768	296 453
Bankinnskudd, kontanter og lignende			
Bankinnskudd, kontanter o.l.	6	1 201 820	1 922 922
Sum bankinnskudd, kontanter og lignende		1 201 820	1 922 922
Sum omløpsmidler		1 509 588	2 220 745
SUM EIENDELER		1 976 996	2 973 005

BALANSE - EGENKAPITAL OG GJELD

Egenkapital

Innskutt egenkapital



Balanse

Beløp i: NOK	Note	2024	2023
Aksjekapital	7	624 960	1 840 160
Beholdning av egne aksjer	7		
Sum innskutt egenkapital		624 960	1 840 160
Opptjent egenkapital			
Annen egenkapital		596 070	285 816
Sum opptjent egenkapital		596 070	285 816
Sum egenkapital	4	1 221 030	2 125 976
Gjeld			
Langsiktig gjeld			
Utsatt skatt	3		
Annen langsiktig gjeld			
Sum langsiktig gjeld		0	0
Kortsiktig gjeld			
Leverandørgjeld		262 567	286 368
Betalbar skatt	3		
Skyldig offentlige avgifter		53 979	54 691
Annen kortsiktig gjeld		439 420	505 970
Sum kortsiktig gjeld		755 966	847 029
Sum gjeld		755 966	847 029
SUM EGENKAPITAL OG GJELD		1 976 996	2 973 005



Brønnøysundregistrene

ÅRSREGNSKAP FOR REGNSKAPSÅRET 2024 - GENERELL INFORMASJON

Journalnummer: 2025 462840

Enheten

Organisasjonsnummer: 916 079 796
Organisasjonsform: Aksjeselskap
Foretaksnavn: S.M.A.R.T. TRENING OG HELSE AS
Forretningsadresse: Mosvoldveien 51
4550 FARSUND

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: Elisa Beate Egeland
Dato for fastsettelse av årsregnskapet: 21.05.2025

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, 24.05.2025

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: 916 079 796
S.M.A.R.T. TRENING OG HELSE AS

RESULTATREGNSKAP

Beløp i: NOK	Note	2024	2023
RESULTATREGNSKAP			
Inntekter			
Salgsinntekt		3 687 638	3 706 426
Annen driftsinntekt		22 188	43 399
Sum inntekter		3 709 826	3 749 825
Kostnader			
Varekostnad		93 790	172 764
Lønnskostnad	1	1 020 546	963 401
Avskrivning av driftsmidler og immaterielle eiendeler	2	284 852	278 264
Annen driftskostnad	1	2 066 589	2 062 961
Sum kostnader		3 465 777	3 477 390
Driftsresultat		244 049	272 435
Finansinntekter og finanskostnader			
Annen renteinntekt		60 859	19 471
Annen finansinntekt		5 512	38
Sum finansinntekter		66 371	19 509
Annen rentekostnad		21	26
Annen finanskostnad		145	110
Sum finanskostnader		166	136
Netto finans		66 205	19 373
Resultat før skattekostnad		310 254	291 808
Skattekostnad på resultat	3		
Årsresultat	4	310 254	291 808
Årsresultat etter minoritetsinteresser		310 254	291 808
Totalresultat		310 254	291 808
Overføringer og disponeringer			
Udekket tap			5 992
Avsatt til annen egenkapital		310 254	285 816
Sum overføringer og disponeringer	4	310 254	291 808



Organisasjonsnr: 916 079 796
S.M.A.R.T. TRENING OG HELSE AS

BALANSE

Beløp i: NOK	Note	2024	2023
BALANSE - EIENDELER			
Anleggsmidler			
Immaterielle eiendeler			
Utsatt skattefordel	3		
Varige driftsmidler			
Tomter, bygninger o.a. fast eiendom	2	249 081	404 311
Maskiner og anlegg	2		
Skip og flytende installasjoner	2		
Driftsløsøre, inventar o. a. utstyr	2	218 327	347 948
Sum varige driftsmidler	2	467 408	752 260
Sum anleggsmidler		467 408	752 260
Omløpsmidler			
Varer			
Sum varer			1 371
Fordringer			
Kundefordringer	5	52 140	37 912
Andre kortsiktige fordringer		255 628	258 541
Sum fordringer		307 768	296 453
Bankinnskudd, kontanter og lignende			
Bankinnskudd, kontanter o. l.	6	1 201 820	1 922 922
Sum bankinnskudd, kontanter og lignende		1 201 820	1 922 922
Sum omløpsmidler		1 509 588	2 220 745
SUM EIENDELER		1 976 996	2 973 005
BALANSE - EGENKAPITAL OG GJELD			
Egenkapital			
Innskutt egenkapital			
Aksjekapital	7	624 960	1 840 160
Beholdning av egne aksjer	7		
Sum innskutt egenkapital		624 960	1 840 160
Opptjent egenkapital			



Annen egenkapital		596 070	285 816
Sum opptjent egenkapital		596 070	285 816
Sum egenkapital	4	1 221 030	2 125 976
Gjeld			
Langsiktig gjeld			
Utsatt skatt	3		
Annen langsiktig gjeld			
Sum langsiktig gjeld		0	0
Kortsiktig gjeld			
Leverandørgjeld		262 567	286 368
Betalbar skatt	3		
Skyldig offentlige avgifter		53 979	54 691
Annen kortsiktig gjeld		439 420	505 970
Sum kortsiktig gjeld		755 966	847 029
Sum gjeld		755 966	847 029
SUM EGENKAPITAL OG GJELD		1 976 996	2 973 005



Organisasjonsnr: 916 079 796
S.M.A.R.T. TRENING OG HELSE AS

NOTEOPPLYSNINGER - SELSKAP - alle poster oppgitt i hele tall

Note

Antall årsverk i regnskapsåret
2.00

<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

S.m.a.r.t. Trening Og Helse AS

Resultatregnskap
Balanse
Noter til regnskapet

Org.nr.: 916 079 796



RESULTATREGNSKAP

S.M.A.R.T. TRENING OG HELSE AS

DRIFTSINNEKTER OG DRIFTSKOSTNADER	Note	2024	2023
Salgsinntekt		3 687 638	3 706 426
Annen driftsinntekt		22 188	43 399
Sum driftsinntekter		3 709 826	3 749 825
Varekostnad		93 790	172 764
Lønnskostnad	1	1 020 546	963 401
Avskrivning av driftsmidler og immaterielle eiendeler	2	284 852	278 264
Annen driftskostnad	1	2 066 589	2 062 961
Sum driftskostnader		3 465 777	3 477 390
Driftsresultat		244 049	272 435
FINANSINNEKTER OG FINANSKOSTNADER			
Annen renteinntekt		60 859	19 471
Annen finansinntekt		5 512	38
Annen rentekostnad		21	26
Annen finanskostnad		145	110
Resultat av finansposter		66 205	19 373
Resultat før skattekostnad		310 254	291 808
Skattekostnad på resultat	3	0	0
Resultat		310 254	291 808
Årsresultat	4	310 254	291 808
OVERFØRINGER			
Avsatt til dekning av tidligere udekket tap		0	5 992
Avsatt til annen egenkapital		310 254	285 816
Sum overføringer	4	310 254	291 808



BALANSE

S.M.A.R.T. TRENING OG HELSE AS

EIENDELER	Note	2024	2023
ANLEGGSMIDLER			
VARIGE DRIFTSMIDLER			
Tomter, bygninger o.a. fast eiendom	2	249 081	404 311
Driftsløsøre, inventar o.a. utstyr	2	218 327	347 948
Sum varige driftsmidler	2	467 408	752 260
Sum anleggsmidler		467 408	752 260
OMLØPSMIDLER			
Lager av varer og annen beholdning		0	1 371
FORDRINGER			
Kundefordringer	5	52 140	37 912
Andre kortsiktige fordringer		255 628	258 541
Sum fordringer		307 768	296 453
Bankinnskudd, kontanter o.l.	6	1 201 820	1 922 922
Sum omløpsmidler		1 509 588	2 220 745
Sum eiendeler		1 976 996	2 973 005



BALANSE

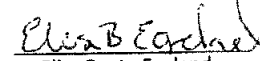
S.M.A.R.T. TRENING OG HELSE AS

EGENKAPITAL OG GJELD	Note	2024	2023
EGENKAPITAL			
INNSKUTT EGENKAPITAL			
Aksjekapital	7	624 960	1 840 160
Sum innskutt egenkapital		624 960	1 840 160
OPPTJENT EGENKAPITAL			
Annen egenkapital		596 070	285 816
Sum opptjent egenkapital		596 070	285 816
Sum egenkapital	4	1 221 030	2 125 976
GJELD			
KORTSIKTIG GJELD			
Leverandørgjeld		262 567	286 368
Skyldig offentlige avgifter		53 979	54 691
Annen kortsiktig gjeld		439 420	505 970
Sum kortsiktig gjeld		755 966	847 029
Sum gjeld		755 966	847 029
Sum egenkapital og gjeld		1 976 996	2 973 005

Farsund, 07.05.2025

Styret i S.m.a.r.t. Trening Og Helse AS


John Fredrik Stensland
styreleder


Elisa Beate Egeland
styremedlem/daglig leder


Hans Petter Høgen
styremedlem



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

Lønnskostnader	2024	2023
Lønninger	831 689	784 084
Arbeidsgiveravgift	122 692	116 250
Andre ytelser	66 165	63 066
Sum	1 020 546	963 401

Selskapet har i 2024 sysselsatt 2 årsverk.

PENSJONSFORPLIKTELSE

Selskapet er pliktig til å ha tjenestepensjonsordning etter lov om obligatorisk tjenestepensjon.

Selskapets pensjonsordninger tilfredsstiller kravene i denne lov.

Annen godtgjørelse	4 392	0
--------------------	-------	---

REVISOR

Kostnadsført revisjonshonorar for 2024 utgjør kr 0.

Selskapet har valgt bort revisor

Note 2 Anleggsmidler

	Lokaler	Treningsutstyr	Sum
Anskaffelseskost pr. 01.01.24	1 573 870	718 328	2 292 198
= Anskaffelseskost 31.12.24	1 573 870	718 328	2 292 198
Akkumulerte avskrivninger 31.12.24	1 324 788	500 001	1 824 789
= Bokført verdi 31.12.24	249 081	218 327	467 408
Årets ordinære avskrivninger	155 231	129 621	284 852
Økonomisk levetid	10 år	0-5 år	



Note 3 Skatt

	2024	2023
Årets skattekostnad		
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	310 254	291 808
Permanente forskjeller	1 900	7 015
Endring i midlertidige forskjeller	53 576	28 517
Anvendelse av fremførbart underskudd	-365 730	-327 339
Skattepliktig inntekt	0	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

	2024	2023	Endring
Varige driftsmidler	-61 542	-7 966	53 576
Sum	-61 542	-7 966	53 576
Akkumulert fremførbart underskudd	-139 122	-504 852	-365 730
Inngår ikke i beregningen av utsatt skatt	200 664	512 818	312 154
Utsatt skattefordel (22 %)	0	0	0

I henhold til God regnskapsskikk for små foretak balanseføres ikke utsatt skattefordel.

Note 4 Egenkapital

	Aksjekapital	Udekket tap / annen egenkapital	Sum egenkapital
Pr. 31.12.2023	1 840 160	285 816	2 125 976
Pr 01.01.2024	1 840 160	285 816	2 125 976
Kapitalnedsettelse	-1 215 200		-1 215 200
Årets resultat		310 254	310 254
Pr 31.12.2024	624 960	596 070	1 221 030



Note 5 Kundefordringer

	2024	2023
Kundefordringer til pålydende	52 140	37 912
Balanseført verdi av kundefordringer 31.12	52 140	37 912
Endring i avsetning til tap	0	-14 967
Realiserte tap	0	4 272
Sum resultatførte tap på krav	0	-10 695

Kostnadsført tap er klassifisert som annen driftskostnad i regnskapet.

Note 6 Bankinnskudd

Innstående midler på skattetrekkkonto (bundne midler) er på kr. 36 027.

Note 7 Aksjonærer

AKSJEKAPITALEN I S.M.A.R.T. TRENING OG HELSE AS PR. 31.12 BESTÅR AV:

	Antall	Pålydende	Bokført
Ordinære aksjer	17 360	36,0	624 960
Sum	17 360		624 960

EIERSTRUKTUR

Aksjonærer i % pr. 31.12:

	Ordinære	Eierandel	Stemmeandel
Elisa Beate Egeland	9 392	54,1	54,1
J.F.CONSULTING AS	4 031	23,2	23,2
MOTIVASJON AS	2 600	15,0	15,0
FARSUND VEKST AS	1 190	6,9	6,9
John Fredrik Stensland	147	0,8	0,8
Totalt antall aksjer	17 360	100,0	100,0

AKSJER EIET AV MEDLEMMER I STYRET OG DAGLIG LEDER:

Navn	Verv	Ordinære
John Fredrik Stensland	styreleder	147
Elisa Beate Egeland	styremedlem/daglig leder	9 392
Totalt antall aksjer		9 539



Regnskapsprinsipper

Årsregnskapet er satt opp i samsvar med regnskapsloven og NRS 8 - God regnskapsskikk for små foretak.

DRIFTSINNTEKTER

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

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 reverseres i samme periode er utlignet og nettoført.

KLASSIFISERING OG VURDERING AV ANLEGGSMIDLER

Anleggsmidler omfatter eiendeler bestemt til varig eie og bruk. Anleggsmidler er vurdert til anskaffelseskost. Varige driftsmidler balanseføres og avskrives over driftsmidlets økonomiske levetid. Avskrivningsperioden for fast eiendom anskaffet etter 2009 er dekomponert i en del som gjelder råbygget og en del som gjelder faste tekniske installasjoner. Varige driftsmidler nedskrives til gjenvinnbart beløp ved verdifall som forventes ikke å være forbigående. Gjenvinnbart beløp er det høyeste av netto salgsverdi og verdi i bruk. Verdi i bruk er nåverdi av fremtidige kontantstrømmer knyttet til eiendelen. Nedskrivningen reverseres når grunnlaget for nedskrivningen ikke lenger er til stede.

KLASSIFISERING OG VURDERING AV OMLØPSMIDLER

Omløpsmidler og kortsiktig gjeld omfatter normalt poster som forfaller til betaling innen ett år etter balansedagen, samt poster som knytter seg til varekretsløpet. Omløpsmidler vurderes til laveste verdi av anskaffelseskost og virkelig verdi.

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.