



ÅRSREGNSKAPET FOR REGNSKAPSÅRET 2021 - GENERELL INFORMASJON

Enheten

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

Regnskapsår

Årsregnskapets periode: 01.01.2021 - 31.12.2021

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: 31.05.2022

Grunnlag for avgivelse

År 2021: Årsregnskapet er elektronisk innlevert
År 2020: Tall er hentet fra elektronisk innlevert årsregnskap fra 2021

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, 27.07.2023





Resultatregnskap

Beløp i: NOK	Note	2021	2020
RESULTATREGNSKAP			
Inntekter			
Salgsinntekt		407 387	220 255
Annen driftsinntekt		9 238	45 037
Sum inntekter		416 626	265 291
Kostnader			
Lønnskostnad	1	54 234	18 850
Avskrivning av driftsmidler og immaterielle eiendeler	2	111 500	183 390
Annen driftskostnad		151 127	155 491
Sum kostnader		316 861	357 730
Driftsresultat		99 765	-92 439
Finansinntekter og finanskostnader			
Annen renteinntekt			6
Annen finansinntekt		1 699	
Sum finansinntekter		1 699	6
Annen rentekostnad		23 949	21 887
Annen finanskostnad		265	
Sum finanskostnader		24 213	21 887
Netto finans		-22 514	-21 881
Ordinært resultat før skattekostnad		77 250	-114 320
Skattekostnad på ordinært resultat	3		
Ordinært resultat etter skattekostnad		77 250	-114 320
Årsresultat		77 250	-114 320
Årsresultat etter minoritetsinteresser		77 250	-114 320
Totalresultat		77 250	-114 320
Overføringer og disponeringer			



Resultatregnskap

Beløp i: NOK	Note	2021	2020
Udekket tap		77 250	-114 320
Sum overføringer og disponeringer		77 250	-114 320



Balanse

Beløp i: NOK	Note	2021	2020
BALANSE - EIENDELER			
Anleggsmidler			
Immaterielle eiendeler			
Varige driftsmidler			
Driftsløsøre, inventar o.a. utstyr	2	340 900	452 400
Sum varige driftsmidler		340 900	452 400
Finansielle anleggsmidler			
Investering i datterselskap	4	180 018	180 018
Lån til foretak i samme konsern	4	115 000	115 000
Andre langsiktige fordringer		86 400	86 400
Sum finansielle anleggsmidler		381 418	381 418
Sum anleggsmidler		722 318	833 818
Omløpsmidler			
Varer			
Fordringer			
Kundefordringer		77 476	31 250
Sum fordringer		77 476	31 250
Bankinnskudd, kontanter og lignende			
Bankinnskudd, kontanter o.l.	5	49 250	20 210
Sum bankinnskudd, kontanter og lignende		49 250	20 210
Sum omløpsmidler		126 726	51 460
SUM EIENDELER		849 044	885 278

BALANSE - EGENKAPITAL OG GJELD

Egenkapital

Innskutt egenkapital



Balanse

Beløp i: NOK	Note	2021	2020
Aksjekapital	6, 7	30 000	30 000
Sum innskutt egenkapital		30 000	30 000
Opptjent egenkapital			
Udekket tap	7	241 632	318 882
Sum opptjent egenkapital		-241 632	-318 882
Sum egenkapital	8	-211 632	-288 882
Gjeld			
Langsiktig gjeld			
Annen langsiktig gjeld			
Gjeld til kredittinstitusjoner		437 464	484 910
Øvrig langsiktig gjeld	1, 4, 8	574 907	662 167
Sum annen langsiktig gjeld		1 012 371	1 147 077
Sum langsiktig gjeld		1 012 371	1 147 077
Kortsiktig gjeld			
Leverandørgjeld		14 377	11 163
Betalbar skatt	3		
Skyldig offentlige avgifter		29 821	15 920
Annen kortsiktig gjeld		4 108	
Sum kortsiktig gjeld		48 305	27 083
Sum gjeld		1 060 676	1 174 160
SUM EGENKAPITAL OG GJELD		849 044	885 278



Brønnøysundregistrene

ÅRSREGNSKAP FOR REGNSKAPSÅRET 2021 - GENERELL INFORMASJON

Journalnummer: 2022 481669

Enheten

Organisasjonsnummer: 917 070 970
Organisasjonsform: Aksjeselskap
Foretaksnavn: NO PAIN NO GAIN AS
Forretningsadresse: Terneveien 8B
1519 MOSS

Regnskapsår

Årsregnskapets periode: 01.01.2021 - 31.12.2021

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: 31.05.2022

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 2021: Årsregnskap er elektronisk innlevert.
År 2020: Tall er hentet fra elektronisk innlevert årsregnskap fra 2021.

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, 20.06.2022

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	2021	2020
RESULTATREGNSKAP			
Inntekter			
Salgsinntekt		407 387	220 255
Annen driftsinntekt		9 238	45 037
Sum inntekter		416 626	265 291
Kostnader			
Lønnskostnad	1	54 234	18 850
Avskrivning av driftsmidler og immaterielle eiendeler	2	111 500	183 390
Annen driftskostnad		151 127	155 491
Sum kostnader		316 861	357 730
Driftsresultat		99 765	-92 439
Finansinntekter og finanskostnader			
Annen renteinntekt			6
Annen finansinntekt		1 699	
Sum finansinntekter		1 699	6
Annen rentekostnad		23 949	21 887
Annen finanskostnad		265	
Sum finanskostnader		24 213	21 887
Netto finans		-22 514	-21 881
Ordinært resultat før skattekostnad			
Skattekostnad på ordinært resultat	3	77 250	-114 320
Ordinært resultat etter skattekostnad		77 250	-114 320
Årsresultat		77 250	-114 320
Årsresultat etter minoritetsinteresser		77 250	-114 320
Totalresultat		77 250	-114 320
Overføringer og disponeringer			
Udekket tap		77 250	-114 320
Sum overføringer og disponeringer		77 250	-114 320



Organisasjonsnr: 917 070 970
NO PAIN NO GAIN AS

BALANSE

Beløp i: NOK **Note** **2021** **2020**

BALANSE - EIENDELER

Anleggsmidler Immaterielle eiendeler

Varige driftsmidler

Driftsløsøre, inventar o.
a. utstyr 2 340 900 452 400
Sum varige driftsmidler 340 900 452 400

Finansielle anleggsmidler

Investering i datterselskap 4 180 018 180 018
Lån til foretak i samme
konsern 4 115 000 115 000
Andre langsiktige
fordringer 86 400 86 400
**Sum finansielle
anleggsmidler 381 418 381 418**

Sum anleggsmidler 722 318 833 818

Omløpsmidler

Varer

Fordringer

Kundefordringer 77 476 31 250
Sum fordringer 77 476 31 250

Bankinnskudd, kontanter og lignende

Bankinnskudd, kontanter o.
l. 5 49 250 20 210
**Sum bankinnskudd,
kontanter og lignende 49 250 20 210**

Sum omløpsmidler 126 726 51 460

SUM EIENDELER 849 044 885 278

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 7 241 632 318 882



Sum opptjent egenkapital		-241 632	-318 882
Sum egenkapital	8	-211 632	-288 882
Gjeld			
Langsiktig gjeld			
Annen langsiktig gjeld			
Gjeld til			
kredittinstitusjoner		437 464	484 910
Øvrig langsiktig gjeld	1, 4, 8	574 907	662 167
Sum annen langsiktig gjeld		1 012 371	1 147 077
Sum langsiktig gjeld		1 012 371	1 147 077
Kortsiktig gjeld			
Leverandørgjeld		14 377	11 163
Betalbar skatt	3		
Skyldig offentlige avgifter		29 821	15 920
Annen kortsiktig gjeld		4 108	
Sum kortsiktig gjeld		48 305	27 083
Sum gjeld		1 060 676	1 174 160
SUM EGENKAPITAL OG GJELD		849 044	885 278



Organisasjonsnr: 917 070 970
NO PAIN NO GAIN AS

NOTEOPPLYSNINGER - SELSKAP - alle poster oppgitt i hele tall

Note

Antall aksjer og aksjeeiere

Note

1

Antall årsverk i regnskapsåret

Virksomheten har hatt følgende antall årsverk:

0.20

Omløpsmidler Startdato Sluttdato Endring

Skattemessig fremf.undersk. Startdato Sluttdato Endring

Kortsiktig gjeld Startdato Sluttdato Endring



Årsregnskap 2021 No Pain No Gain AS

**Resultatregnskap
Balanse
Noter til regnskapet**

Org.nr.: 917 070 970



Resultatregnskap

No Pain No Gain AS

Driftsinntekter og driftskostnader	Note	2021	2020
Salgsinntekt		407 387	220 255
Annen driftsinntekt		9 238	45 037
Sum driftsinntekter		416 626	265 291
Lønnskostnad	1	54 234	18 850
Avskrivning av driftsmidler og immaterielle eiendeler	2	111 500	183 390
Annen driftskostnad		151 127	155 491
Sum driftskostnader		316 861	357 730
Driftsresultat		99 765	-92 439
Finansinntekter og finanskostnader			
Annen renteinntekt		0	6
Annen finansinntekt		1 699	0
Annen rentekostnad		23 949	21 887
Annen finanskostnad		265	0
Resultat av finansposter		-22 514	-21 881
Ordinært resultat før skattekostnad		77 250	-114 320
Ordinært resultat		77 250	-114 320
Årsresultat		77 250	-114 320
Overføringer			
Avsatt til dekning av tidligere udekket tap		77 250	0
Overført til udekket tap		0	114 320
Sum overføringer		77 250	-114 320



Balanse

No Pain No Gain AS

Eiendeler	Note	2021	2020
Anleggsmidler			
Immaterielle eiendeler			
Driftsløsøre, inventar o.a. utstyr	2	340 900	452 400
Sum varige driftsmidler		340 900	452 400
Finansielle anleggsmidler			
Investeringer i datterselskap	4	180 018	180 018
Lån til foretak i samme konsern	4	115 000	115 000
Andre langsiktige fordringer		86 400	86 400
Sum finansielle anleggsmidler		381 418	381 418
Sum anleggsmidler		722 318	833 818
Omløpsmidler			
Fordringer			
Kundefordringer		77 476	31 250
Sum fordringer		77 476	31 250
Bankinnskudd, kontanter o.l.	5	49 250	20 210
Sum omløpsmidler		126 726	51 460
Sum eiendeler		849 044	885 278



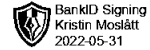
Balanse

No Pain No Gain AS

Egenkapital og gjeld	Note	2021	2020
Egenkapital			
Innskutt egenkapital			
Aksjekapital	6, 7	30 000	30 000
Sum innskutt egenkapital		30 000	30 000
Opptjent egenkapital			
Udekket tap	7	-241 632	-318 882
Sum opptjent egenkapital		-241 632	-318 882
Sum egenkapital	8	-211 632	-288 882
Gjeld			
Annen langsiktig gjeld			
Gjeld til kredittinstitusjoner		437 464	484 910
Øvrig langsiktig gjeld	1, 4, 8	574 907	662 167
Sum annen langsiktig gjeld		1 012 371	1 147 077
Kortsiktig gjeld			
Leverandørgjeld		14 377	11 163
Skyldig offentlige avgifter		29 821	15 920
Annen kortsiktig gjeld		4 108	0
Sum kortsiktig gjeld		48 305	27 083
Sum gjeld		1 060 676	1 174 160
Sum egenkapital og gjeld		849 044	885 278

Moss, 31.05.2022
Styret i No Pain No Gain AS

Kristin Moslått
styreleder/daglig leder



No Pain No Gain AS

Noter til regnskapet pr 31.12.2021

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 31.12.2021

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

Lønnskostnader	2021	2020
Lønninger	33 600	-11 492
Arbeidsgiveravgift	18 084	14 002
Andre ytelser	2 550	16 340
Sum	54 234	18 850

Gjennomsnittlig antall årsverk: 0

Ytelser til ledende personer	Daglig leder	Styre
Lønn	0	0
Andre ytelser	115 115	0

Selskapet er ikke pliktig til å ha tjenestepensjonsordning etter lov om obligatorisk tjenestepensjon. Aksjonær har ytt lån til selskapet med kr 350 000, samt en kortsiktig fordring på kr 75 093, som motregnes lånet. Lån er ikke renteberegnet.

Note 2 Anleggsmidler

	Goodwill	Driftsløsøre, inventar ol.	Sum
Anskaffelseskost pr. 01.01.21	400 000	557 970	957 970
= Anskaffelseskost 31.12.21	400 000	557 970	957 970
Akkumulerte avskrivninger 31.12.21	400 000	217 070	617 070
= Bokført verdi 31.12.21	0	340 900	340 900
Årets ordinære avskrivninger		111 500	111 500
Økonomisk levetid	5 år	5 år	



No Pain No Gain AS

Noter til regnskapet pr 31.12.2021

Note 3 Skatt

Årets skattekostnad	2021	2020
Resultatført skatt på ordinært resultat:		
Betalbar skatt	0	0
Endring i utsatt skattefordel	0	0
Skattekostnad ordinært resultat	0	0
Skattepliktig inntekt:		
Ordinært resultat før skatt	77 250	-114 320
Permanente forskjeller	0	0
Endring i midlertidige forskjeller	-2 768	40 555
Anvendelse av fremførbart underskudd	-74 483	0
Skattepliktig inntekt	0	-73 765
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

	2021	2020	Endring
Varige driftsmidler	-116 171	-118 939	-2 768
Sum	-116 171	-118 939	-2 768
Akkumulert fremførbart underskudd	-222 151	-296 633	-74 483
Inngår ikke i beregningen av utsatt skatt	338 322	415 572	77 250
Utsatt skattefordel (22 %)	0	0	0

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

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	115 000
Sum utlån	0	0	0	115 000

Markedsbaserte finansielle instrumenter i handelsportefølje vurdert til skattemessig verdi pr 31.12.2021 i MPN AS.

Det er gitt lån fra Thomsen Lie Holding AS med restgjeld kr 300 000, og renter er ikke beregnet for år 2021 med bakgrunn i utviklingen av styringsrentenivået i Norge.



No Pain No Gain AS

Noter til regnskapet pr 31.12.2021

Note 5 Bundne bankinnskudd

	2021	2020
I posten inngår bundne bankinnskudd med NOK	13 229	0

Note 6 Aksjonærtabell

Aksjekapitalen i No Pain No Gain AS pr. 31.12. 2021 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 01.01.2021	30 000	-318 882	-288 882
Årets resultat		77 250	77 250
Pr 31.12.2021	30 000	-241 632	-211 632

Note 8 Forutsetning om fortsatt drift

Egenkapitalen er negativ. Det er allikevel ingen usikkerhet til fortsatt drift relatert til korona pandemien. Inntektene har gått opp i år 2021. Av annen gjeld på kr 700 000 er kr 400 000 til eier. Kr 300 000 er gjeld til Thomsen Lie Holding AS som eier 40% av Mon Platin Norge AS.