



ÅRSREGNSKAPET FOR REGNSKAPSÅRET 2023 - GENERELL INFORMASJON

Enheten

Organisasjonsnummer: 928 707 393
Organisasjonsform: Aksjeselskap
Foretaksnavn: FLOW FITNESS AS
Forretningsadresse: Tonningsgata 31
6783 STRYN

Regnskapsår

Årsregnskapets periode: 01.01.2023 - 31.12.2023

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: Johan Olav Parr Flo
Dato for fastsettelse av årsregnskapet: 30.07.2024

Grunnlag for avgivelse

År 2023: Årsregnskapet er elektronisk innlevert
År 2022: Tall er hentet fra elektronisk innlevert årsregnskap fra 2023

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, 16.09.2025



Resultatregnskap

Beløp i: NOK	Note	2023	2022
RESULTATREGNSKAP			
Inntekter			
Salgsinntekt		365 207	
Sum inntekter		365 207	
Kostnader			
Varekostnad		2 536	
Lønnskostnad	1		
Annen driftskostnad	1	571 259	15 723
Sum kostnader		573 795	15 723
Driftsresultat		-208 588	-15 723
Netto finans			
Ordinært resultat før skattekostnad		-208 588	-15 723
Skattekostnad på resultat	2	4 684	-4 684
Ordinært resultat etter skattekostnad		-213 272	-11 039
Årsresultat	3	-213 272	-11 039
Årsresultat etter minoritetsinteresser		-213 272	-11 039
Totalresultat		-213 272	-11 039
Overføringer og disponeringer			
Udekket tap		-213 272	-11 039
Sum overføringer og disponeringer		-213 272	-11 039



Balanse

Beløp i: NOK	Note	2023	2022
BALANSE - EIENDELER			
Anleggsmidler			
Immaterielle eiendeler			
Utsatt skattefordel	2		4 684
Sum immaterielle eiendeler			4 684
Sum anleggsmidler		0	4 684
Omløpsmidler			
Varer			
Fordringer			
Kundefordringer		62 528	
Andre kortsiktige fordringer		25 000	
Konsernfordringer	1	108 157	10 000
Sum fordringer		195 685	10 000
Bankinnskudd, kontanter og lignende			
Bankinnskudd, kontanter o.l.		18 200	4 277
Sum bankinnskudd, kontanter og lignende		18 200	4 277
Sum omløpsmidler		213 885	14 277
SUM EIENDELER		213 885	18 961
BALANSE - EGENKAPITAL OG GJELD			
Egenkapital			
Innskutt egenkapital			
Aksjekapital		30 000	30 000
Sum innskutt egenkapital		30 000	30 000
Opptjent egenkapital			
Annen egenkapital	4		
Udekket tap		224 310	11 039



Balanse

Beløp i: NOK	Note	2023	2022
Sum opptjent egenkapital		-224 310	-11 039
Sum egenkapital	3	-194 310	18 961
Gjeld			
Langsiktig gjeld			
Utsatt skatt	2		
Annen langsiktig gjeld			
Sum langsiktig gjeld		0	0
Kortsiktig gjeld			
Leverandørgjeld		408 195	
Betalbar skatt	2		
Sum kortsiktig gjeld		408 195	
Sum gjeld		408 195	0
SUM EGENKAPITAL OG GJELD		213 885	18 961



Brønnøysundregistrene

ÅRSREGNSKAP FOR REGNSKAPSÅRET 2023 - GENERELL INFORMASJON

Journalnummer: 2024 699767

Enheten

Organisasjonsnummer: 928 707 393
Organisasjonsform: Aksjeselskap
Foretaksnavn: FLOW FITNESS AS
Forretningsadresse: Tonningsgata 31
6783 STRYN

Regnskapsår

Årsregnskapets periode: 01.01.2023 - 31.12.2023

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: Johan Olav Parr Flo
Dato for fastsettelse av årsregnskapet: 30.07.2024

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 2023: Årsregnskap er elektronisk innlevert.
År 2022: Tall er hentet fra elektronisk innlevert årsregnskap fra 2023.

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, 02.08.2024

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: 928 707 393
FLOW FITNESS AS

RESULTATREGNSKAP

Beløp i: NOK	Note	2023	2022
RESULTATREGNSKAP			
Inntekter			
Salgsinntekt		365 207	
Sum inntekter		365 207	
Kostnader			
Varekostnad		2 536	
Lønnskostnad	1		
Annen driftskostnad	1	571 259	15 723
Sum kostnader		573 795	15 723
Driftsresultat		-208 588	-15 723
Netto finans			
Ordinært resultat før skattekostnad			
Skattekostnad på resultat	2	-208 588	-15 723
Ordinært resultat etter skattekostnad		4 684	-4 684
Årsresultat	3	-213 272	-11 039
Årsresultat etter minoritetsinteresser		-213 272	-11 039
Totalresultat		-213 272	-11 039
Overføringer og disponeringer			
Udekket tap		-213 272	-11 039
Sum overføringer og disponeringer		-213 272	-11 039



Organisasjonsnr: 928 707 393
FLOW FITNESS AS

BALANSE

Beløp i: NOK	Note	2023	2022
--------------	------	------	------

BALANSE - EIENDELER

Anleggsmidler

Immaterielle eiendeler

Utsatt skattefordel	2		4 684
Sum immaterielle eiendeler			4 684

Sum anleggsmidler		0	4 684
--------------------------	--	----------	--------------

Omløpsmidler

Varer

Fordringer

Kundefordringer		62 528	
Andre kortsiktige fordringer		25 000	
Konsernfordringer	1	108 157	10 000
Sum fordringer		195 685	10 000

Bankinnskudd, kontanter og lignende

Bankinnskudd, kontanter o. l.		18 200	4 277
Sum bankinnskudd, kontanter og lignende		18 200	4 277

Sum omløpsmidler		213 885	14 277
-------------------------	--	----------------	---------------

SUM EIENDELER		213 885	18 961
----------------------	--	----------------	---------------

BALANSE - EGENKAPITAL OG GJELD

Egenkapital

Innskutt egenkapital

Aksjekapital		30 000	30 000
Sum innskutt egenkapital		30 000	30 000

Opptjent egenkapital

Annen egenkapital	4		
Udekket tap		224 310	11 039
Sum opptjent egenkapital		-224 310	-11 039

Sum egenkapital	3	-194 310	18 961
------------------------	----------	-----------------	---------------

Gjeld

Langsiktig gjeld

Utsatt skatt	2		
Annen langsiktig gjeld			



Sum langsiktig gjeld		0	0
Kortsiktig gjeld			
Leverandørgjeld		408 195	
Betalbar skatt	2		
Sum kortsiktig gjeld		408 195	
Sum gjeld		408 195	0
SUM EGENKAPITAL OG GJELD		213 885	18 961



Organisasjonsnr: 928 707 393
FLOW FITNESS AS

NOTEOPPLYSNINGER - SELSKAP - alle poster oppgitt i hele tall

Note

Antall årsverk i regnskapsåret
0.00

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 2023

Flow Fitness AS

Resultatregnskap
Balanse
Noter til regnskapet

Org.nr.: 928 707 393



RESULTATREGNSKAP

FLOW FITNESS AS

DRIFTSINTEKTER OG DRIFTSKOSTNADER	Note	2023	2022
Salgsinntekt		365 207	0
Sum driftsinntekter		365 207	0
Varekostnad		2 536	0
Annen driftskostnad	1	571 259	15 723
Sum driftskostnader		573 795	15 723
Driftsresultat		-208 588	-15 723
FINANSINTEKTER OG FINANSKOSTNADER			
Resultat før skattekostnad		-208 588	-15 723
Skattekostnad på resultat	2	4 684	-4 684
Årsresultat	3	-213 272	-11 039
OVERFØRINGER			
Overført til udekket tap		213 272	11 039
Sum overføringer		-213 272	-11 039



BALANSE

FLOW FITNESS AS

EIENDELER	Note	2023	2022
ANLEGGSMIDLER			
IMMATERIELLE EIENDELER			
Utsatt skattefordel	2	0	4 684
Sum immaterielle eiendeler		0	4 684
Sum anleggsmidler		0	4 684
OMLØPSMIDLER			
FORDRINGER			
Kundefordringer		62 528	0
Andre kortsiktige fordringer		25 000	0
Konsernfordringer	1	108 157	10 000
Sum fordringer		195 685	10 000
Bankinnskudd, kontanter o.l.		18 200	4 277
Sum omløpsmidler		213 885	14 277
Sum eiendeler		213 885	18 961



BALANSE

FLOW FITNESS AS

EGENKAPITAL OG GJELD	Note	2023	2022
EGENKAPITAL			
INNSKUTT EGENKAPITAL			
Aksjekapital		30 000	30 000
Sum innskutt egenkapital		30 000	30 000
OPPTJENT EGENKAPITAL			
Udekket tap		-224 310	-11 039
Sum opptjent egenkapital		-224 310	-11 039
Sum egenkapital	3	-194 310	18 961
GJELD			
AVSETNING FOR FORPLIKTELSER			
KORTSIKTIG GJELD			
Leverandørgjeld		408 195	0
Sum kortsiktig gjeld		408 195	0
Sum gjeld		408 195	0
Sum egenkapital og gjeld		213 885	18 961

Stryn, 30.07.2024
Styret i Flow Fitness AS

Johan Olav Parr Flo
styreleder/daglig leder

Saeideh Tajik
nestleder



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 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.

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

Selskapet har i 2023 sysselsatt 0 årsverk.

Daglig leder har et mellomværende i selskapet på kr 98 157.

Lånet er oppført som konsern fordring mot morselskapet Flow Capital. Flow Capital rapporterer fordringen som aksjonærlån.

Note 2 Skatt

Årets skattekostnad	2023	2022
Resultatført skatt på ordinært resultat:		
Betalbar skatt	0	0
Endring i utsatt skatt	4 684	-4 684
Skattekostnad ordinært resultat	4 684	-4 684
Skattepliktig inntekt:		
Resultat før skatt	-208 588	-15 723
Permanente forskjeller	11 698	-5 570
Skattepliktig inntekt	-196 890	-21 293
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



	2023	2022	Endring
Akkumulert fremførbart underskudd	-218 183	-21 293	196 890
Inngår ikke i beregningen av utsatt skatt	218 183	0	-218 183
Grunnlag for utsatt skattefordel	0	-21 293	-21 293
Utsatt skattefordel (22 %)	0	-4 684	-4 684

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

Note 3 Egenkapital

	Aksjekapital	Udekket tap	Sum egenkapital
Pr. 31.12.2022	30 000	-11 039	18 961
Årets resultat		-213 272	-213 272
Pr 31.12.2023	30 000	-224 310	-194 310

Note 4 Fortsatt drift

Styrets arbeid i 2023 har i hovedsak bestått av å tilpasse selskapet til fremtidig drift. Selskapets egenkapital er per 31.12.2023 tapt i sin helhet, og sum egenkapital er negativ med kr 194 310.

Per 31.12.2023 er gjelden i selskapet kr 408 195. Dette er utelukkende mot leverandører. Av leverandørgjelden knytter kr 269 791 seg til Flik Eiendom AS, som har samme eier som eier av morselskapet til Flow Fitness AS.

Flow Fitness AS morselskap Flow Capital AS er et solid selskap med datterselskap som vil kunne yte konsernbidrag.

Driften av Flow Fitness AS synes således ikke å medføre risiko for tap for kreditorene.

Grunnlaget for styrets konklusjon om fortsatt drift er basert på grunnlaget dagens drift er etablert på og et vurdering av inntektene som kommer.