



ÅRSREGNSKAPET FOR REGNSKAPSÅRET 2020 - GENERELL INFORMASJON

Enheten

Organisasjonsnummer: 998 476 240
Organisasjonsform: Aksjeselskap
Foretaksnavn: EFFEKT TRENING & HELSE AS
Forretningsadresse: Nerveien 23
9325 BARDUFOSS

Regnskapsår

Årsregnskapets periode: 01.01.2020 - 31.12.2020

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: Andreassen Linn Merete
Dato for fastsettelse av årsregnskapet: 09.07.2021

Grunnlag for avgivelse

År 2020: Årsregnskapet er elektronisk innlevert
År 2019: Tall er hentet fra elektronisk innlevert årsregnskap fra 2020

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, 09.07.2022



Resultatregnskap

Beløp i: NOK	Note	2020	2019
RESULTATREGNSKAP			
Inntekter			
Salgsinntekt		2 955 499	2 880 931
Annen driftsinntekt	1	687 626	477 222
Sum inntekter		3 643 125	3 358 153
Kostnader			
Varekostnad		229 013	199 705
Lønnskostnad	3	689 945	1 042 153
Avskrivning av driftsmidler og immaterielle eiendeler	4	145 895	115 277
Annen driftskostnad		2 236 175	2 020 004
Sum kostnader		3 301 028	3 377 139
Driftsresultat		342 097	-18 986
Finansinntekter og finanskostnader			
Annen renteinntekt		72	124
Sum finansinntekter		72	124
Annen rentekostnad		25 848	12 909
Sum finanskostnader		25 848	12 909
Netto finans		-25 776	-12 785
Ordinært resultat før skattekostnad		316 322	-31 770
Skattekostnad på ordinært resultat	6	72 694	
Ordinært resultat etter skattekostnad		243 628	-31 770
Årsresultat		243 628	-31 770
Årsresultat etter minoritetsinteresser		243 628	-31 770
Totalresultat		243 628	-31 770
Overføringer og disponeringer			
Avsatt til annen egenkapital		243 628	-31 770



Resultatregnskap

Beløp i: NOK	Note	2020	2019
Sum overføringer og disponeringer		243 628	-31 770



Balanse

Beløp i: NOK	Note	2020	2019
BALANSE - EIENDELER			
Anleggsmidler			
Immaterielle eiendeler			
Varige driftsmidler			
Driftsløsøre, inventar o.a. utstyr	4	346 312	442 207
Sum varige driftsmidler		346 312	442 207
Finansielle anleggsmidler			
Investeringer i aksjer og andeler	2	6 250	
Andre langsiktige fordringer		125 000	
Sum finansielle anleggsmidler		131 250	
Sum anleggsmidler		477 562	442 207
Omløpsmidler			
Varer			
Sum varer		11 117	51 854
Fordringer			
Kundefordringer		69 781	38 308
Andre kortsiktige fordringer		14 865	17 355
Sum fordringer		84 646	55 663
Bankinnskudd, kontanter og lignende			
Bankinnskudd, kontanter o.l.		322 390	205 198
Sum bankinnskudd, kontanter og lignende		322 390	205 198
Sum omløpsmidler		418 153	312 714
SUM EIENDELER		895 715	754 921

BALANSE - EGENKAPITAL OG GJELD

Egenkapital



Balanse

Beløp i: NOK	Note	2020	2019
Innskutt egenkapital			
Aksjekapital	5	30 000	30 000
Sum innskutt egenkapital		30 000	30 000
Opptjent egenkapital			
Annen egenkapital		294 954	51 327
Sum opptjent egenkapital		294 954	51 327
Sum egenkapital		324 954	81 327
Sum langsiktig gjeld		0	0
Kortsiktig gjeld			
Leverandørgjeld		59 139	102 418
Betalbar skatt	6	72 694	
Skyldig offentlige avgifter		49 488	53 664
Annen kortsiktig gjeld		389 439	517 513
Sum kortsiktig gjeld		570 761	673 595
Sum gjeld		570 761	673 595
SUM EGENKAPITAL OG GJELD		895 715	754 921



Brønnøysundregistrene

ÅRSREGNSKAP FOR REGNSKAPSÅRET 2020 - GENERELL INFORMASJON

Journalnummer: 2021 621798

Enheten

Organisasjonsnummer: 998 476 240
Organisasjonsform: Aksjeselskap
Foretaksnavn: EFFEKT TRENING & HELSE AS
Forretningsadresse: Nerveien 23
9325 BARDUFOSSE

Regnskapsår

Årsregnskapets periode: 01.01.2020 - 31.12.2020

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: Andreassen Linn Merete
Dato for fastsettelse av årsregnskapet: 09.07.2021

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 2020: Årsregnskap er elektronisk innlevert.
År 2019: Tall er hentet fra elektronisk innlevert årsregnskap fra 2020.

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, 11.08.2021

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: 998 476 240
EFFEKT TRENING & HELSE AS

RESULTATREGNSKAP

Beløp i: NOK	Note	2020	2019
RESULTATREGNSKAP			
Inntekter			
Salgsinntekt		2 955 499	2 880 931
Annen driftsinntekt	1	687 626	477 222
Sum inntekter		3 643 125	3 358 153
Kostnader			
Varekostnad		229 013	199 705
Lønnskostnad	3	689 945	1 042 153
Avskrivning av driftsmidler og immaterielle eiendeler	4	145 895	115 277
Annen driftskostnad		2 236 175	2 020 004
Sum kostnader		3 301 028	3 377 139
Driftsresultat		342 097	-18 986
Finansinntekter og finanskostnader			
Annen renteinntekt		72	124
Sum finansinntekter		72	124
Annen rentekostnad		25 848	12 909
Sum finanskostnader		25 848	12 909
Netto finans		-25 776	-12 785
Ordinært resultat før skattekostnad			
Skattekostnad på ordinært resultat	6	72 694	
Ordinært resultat etter skattekostnad		243 628	-31 770
Årsresultat		243 628	-31 770
Årsresultat etter minoritetsinteresser		243 628	-31 770
Totalresultat		243 628	-31 770
Overføringer og disponeringer			
Avsatt til annen egenkapital		243 628	-31 770
Sum overføringer og disponeringer		243 628	-31 770



Organisasjonsnr: 998 476 240
EFFEKT TRENING & HELSE AS

BALANSE

Beløp i: NOK	Note	2020	2019
BALANSE - EIENDELER			
Anleggsmidler			
Immaterielle eiendeler			
Varige driftsmidler			
Driftsløsøre, inventar o. a. utstyr			
	4	346 312	442 207
Sum varige driftsmidler		346 312	442 207
Finansielle anleggsmidler			
Investeringer i aksjer og andeler			
	2	6 250	
Andre langsiktige fordringer			
		125 000	
Sum finansielle anleggsmidler		131 250	
Sum anleggsmidler		477 562	442 207
Omløpsmidler			
Varer			
Sum varer		11 117	51 854
Fordringer			
Kundefordringer			
		69 781	38 308
Andre kortsiktige fordringer			
		14 865	17 355
Sum fordringer		84 646	55 663
Bankinnskudd, kontanter og lignende			
Bankinnskudd, kontanter o. l.			
		322 390	205 198
Sum bankinnskudd, kontanter og lignende		322 390	205 198
Sum omløpsmidler		418 153	312 714
SUM EIENDELER		895 715	754 921
BALANSE - EGENKAPITAL OG GJELD			
Egenkapital			
Innskutt egenkapital			
Aksjekapital			
	5	30 000	30 000
Sum innskutt egenkapital		30 000	30 000



Opptjent egenkapital		
Annen egenkapital	294 954	51 327
Sum opptjent egenkapital	294 954	51 327
Sum egenkapital	324 954	81 327
Sum langsiktig gjeld	0	0
Kortsiktig gjeld		
Leverandørgjeld	59 139	102 418
Betalbar skatt	72 694	
Skyldig offentlige avgifter	49 488	53 664
Annen kortsiktig gjeld	389 439	517 513
Sum kortsiktig gjeld	570 761	673 595
Sum gjeld	570 761	673 595
SUM EGENKAPITAL OG GJELD	895 715	754 921



Organisasjonsnr: 998 476 240
EFFEKT TRENING & HELSE AS

NOTEOPPLYSNINGER - SELSKAP - alle poster oppgitt i hele tall

Note
3

Antall årsverk i regnskapsåret

Virksomheten har hatt følgende antall årsverk:
2.00



Årsregnskap 2020

Effekt Trening & Helse AS

Resultatregnskap
Balanse
Noter til regnskapet

Utarbeidet av Bardufoss Regnskap AS
Autorisert regnskapsførerselskap

Org.nr.: 998 476 240



Resultatregnskap
Effekt Trening & Helse AS

DRIFTSINNEKTER OG DRIFTSKOSTNADER	NOTE	2020	2019
Salgsinntekt		2 955 499	2 880 931
Annen driftsinntekt	1	687 626	477 222
Sum driftsinntekter		3 643 125	3 358 153
Varekostnad		229 013	199 705
Lønnskostnad	3	689 945	1 042 153
Avskrivning av driftsmidler og immaterielle eiendeler	4	145 895	115 277
Annen driftskostnad		2 236 175	2 020 004
Sum driftskostnader		3 301 028	3 377 139
Driftsresultat		342 097	-18 986
FINANSINNEKTER OG FINANSKOSTNADER			
Annen renteinntekt		72	124
Annen rentekostnad		25 848	12 909
Resultat av finansposter		-25 776	-12 785
Ordinært resultat før skattekostnad		316 322	-31 770
Skattekostnad på ordinært resultat	6	72 694	0
Ordinært resultat		243 628	-31 770
EKSTRAORDINÆRE INNEKTER OG KOSTNADER			
Årsresultat		243 628	-31 770
OVERFØRINGER			
Avsatt til annen egenkapital		243 628	-31 770
Sum overføringer		243 628	-31 770



Balanse
Effekt Trening & Helse AS

EIENDELER	NOTE	2020	2019
ANLEGGSMIDLER			
VARIGE DRIFTSMIDLER			
Driftsløsøre, inventar o.a. utstyr	4	346 312	442 207
Sum varige driftsmidler		346 312	442 207
Investeringer i aksjer og andeler	2	6 250	0
Andre langsiktige fordringer		125 000	0
Sum finansielle anleggsmidler		131 250	0
Sum anleggsmidler		477 562	442 207
OMLØPSMIDLER			
Lager av varer og annen beholdning		11 117	51 854
FORDRINGER			
Kundefordringer		69 781	38 308
Andre kortsiktige fordringer		14 865	17 355
Sum fordringer		84 646	55 663
INVESTERINGER			
Bankinnskudd, kontanter o.l.		322 390	205 198
Sum omløpsmidler		418 153	312 714
Sum eiendeler		895 715	754 921



Balanse
Effekt Trening & Helse AS

EGENKAPITAL OG GJELD	NOTE	2020	2019
EGENKAPITAL			
INNSKUTT EGENKAPITAL			
Aksjekapital	5	30 000	30 000
Sum innskutt egenkapital		30 000	30 000
OPPTJENT EGENKAPITAL			
Annen egenkapital		294 954	51 327
Sum opptjent egenkapital		294 954	51 327
Sum egenkapital		324 954	81 327
GJELD			
KORTSIKTIG GJELD			
Leverandørgjeld		59 139	102 418
Betalbar skatt	6	72 694	0
Skyldig offentlige avgifter		49 488	53 664
Annen kortsiktig gjeld		389 439	517 513
Sum kortsiktig gjeld		570 761	673 595
Sum gjeld		570 761	673 595
Sum egenkapital og gjeld		895 715	754 921

08.07.2021
Styret i Effekt Trening & Helse AS

Andreassen Erling
styreleder

Andreassen Linn Merete
styremedlem/daglig leder

Amundsen Paul
styremedlem



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.

VARER

Varer er vurdert til det laveste av anskaffelseskost og netto salgsverdi.

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 Offentlig tilskudd

Selskapet har mottatt kr. 233 611 i tilskudd etter kompensasjonsordningen i forbindelse med koronapandemien. Tilskuddet er gitt for perioden mars, april, mai og er inntektsført i sin helhet i 2020.

Note 2 Aksjer og andeler i andre foretak m.v.

	ANSKAFFELSE S-KOST	BALANSEFØRT VERDI	MARKEDS- VERDI
ANLEGGSMIDLER			
Arctic Logistics AS	6 250	6 250	6 250
Sum	6 250	6 250	12 500

Effekt Trening & Helse AS

Side 4



Note 3 Lønnskostnader og ytelser, godtgjørelser til daglig leder, styret og revisor

LØNSKOSTNADER	2020	2019
Lønninger	635 189	977 163
Arbeidsgiveravgift	27 278	51 643
Andre ytelser	27 477	13 348
Sum	689 945	1 042 153

Selskapet har i 2020 sysselsatt 2 årsverk.

PENSJONSFORPLIKTELSE

Selskapet er ikke pliktig til å ha tjenstepensjonsordning etter lov om obligatorisk tjenstepensjon.

YTELSER TIL LEDENDE PERSONER	DAGLIG LEDER	STYRET
Lønn	533 242	0
Annen godtgjørelse	4 392	0
Sum	537 634	0

Note 4 Anleggsmidler

	DRIFTSLØSØRE, INVENTAR OL.	SUM
Anskaffelseskost pr. 01.01.20	791 018	791 018
Tilgang kjøpte driftsmidler	50 000	50 000
Anskaffelseskost 31.12.20	841 018	841 018
Akkumulerte avskrivninger 31.12.20	494 706	494 706
Bokført verdi 31.12.20	346 312	346 312
Årets ordinære avskrivninger	145 895	145 895
Økonomisk levetid	5-8 år	

Note 5 Aksjonærer

AKSJEKAPITALEN I EFTEKT TRENING & HELSE AS PR. 31.12 BESTÅR AV:

	ANTALL	PÅLYDENDE	BOKFØRT
Ordinære aksjer	100	300,0	30 000
Sum	100		30 000

EIERSTRUKTUR

De største aksjonærene i % pr. 31.12 var:

	ORDINÆRE	EIERANDEL	STEMMEANDEL
Andreassen Erling	41	41,0	41,0
Andreassen Linn Merete	41	41,0	41,0
Amundsen Paul	18	18,0	18,0
Totalt antall aksjer	100	100,0	100,0

Effekt Trening & Helse AS

Side 5



AKSJER OG OPSJONER EIET AV MEDLEMMER I STYRET OG DAGLIG LEDER:

NAVN	VERV	ORDINÆRE
Andreassen Erling	styreleder	41
Andreassen Linn Merete	styremedlem/daglig leder	41
Amundsen Paul	styremedlem	18
Totalt antall aksjer		100

Note 6 Skatt

ÅRETS SKATTEKOSTNAD	2020	2019
Resultatført skatt på ordinært resultat:		
Betalbar skatt	72 694	0
Endring i utsatt skattefordel	0	0
Skattekostnad ordinært resultat	72 694	0
Skattepliktig inntekt:		
Ordinært resultat før skatt	316 322	-31 770
Permanente forskjeller	-41	-6
Endring i midlertidige forskjeller	44 672	1 249
Anvendelse av fremførbart underskudd	-30 527	0
Skattepliktig inntekt	330 426	-30 527
Betalbar skatt i balansen:		
Betalbar skatt på årets resultat	72 694	0
Sum betalbar skatt i balansen	72 694	0

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

	2020	2019	ENDRING
Varige driftsmidler	-58 578	-13 906	44 672
Sum	-58 578	-13 906	44 672
Akkumulert fremførbart underskudd	0	-30 527	-30 527
Inngår ikke i beregningen av utsatt skatt	58 578	44 433	-14 145
Utsatt skattefordel (22 %)	0	0	0

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