



## ÅRSREGNSKAPET FOR REGNSKAPSÅRET 2020 - GENERELL INFORMASJON

### Enheten

Organisasjonsnummer: 920 475 744  
Organisasjonsform: Aksjeselskap  
Foretaksnavn: F & R TRENINGSSENTER AS  
Forretningsadresse: Brugata 2  
4200 SAUDA

### 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: Odd Magne Lønseth  
Dato for fastsettelse av årsregnskapet: 22.06.2021

### 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, 10.06.2022



## Resultatregnskap

Beløp i: NOK	Note	2020	2019
<b>RESULTATREGNSKAP</b>			
<b>Inntekter</b>			
Salgsinntekt		2 396 494	2 921 772
Annen driftsinntekt	8	201 909	
<b>Sum inntekter</b>		<b>2 598 403</b>	<b>2 921 772</b>
<b>Kostnader</b>			
Varekostnad		47 793	81 167
Lønnskostnad	1	1 261 419	1 455 038
Avskrivning på varige driftsmidler	3	79 532	164 300
Annen driftskostnad	1	1 193 549	1 301 203
<b>Sum kostnader</b>		<b>2 582 293</b>	<b>3 001 708</b>
<b>Driftsresultat</b>		<b>16 110</b>	<b>-79 936</b>
<b>Finansinntekter og finanskostnader</b>			
Annen renteinntekt		1 168	282
<b>Sum finansinntekter</b>		<b>1 168</b>	<b>282</b>
Annen rentekostnad		75	410
<b>Sum finanskostnader</b>		<b>75</b>	<b>410</b>
<b>Netto finans</b>		<b>1 093</b>	<b>-128</b>
<b>Ordinært resultat før skattekostnad</b>		<b>17 203</b>	<b>-80 063</b>
Skattekostnad på ordinært resultat	4	3 408	
<b>Ordinært resultat etter skattekostnad</b>		<b>13 795</b>	<b>-80 063</b>
<b>Årsresultat</b>		<b>13 795</b>	<b>-80 063</b>
<b>Årsresultat etter minoritetsinteresser</b>		<b>13 795</b>	<b>-80 063</b>
<b>Overføringer og disponeringer</b>			
Udekket tap	6	13 795	-80 064
<b>Sum overføringer og disponeringer</b>		<b>13 795</b>	<b>-80 064</b>



### Balanse

Beløp i: NOK	Note	2020	2019
<b>BALANSE - EIENDELER</b>			
<b>Anleggsmidler</b>			
<b>Immaterielle eiendeler</b>			
<b>Varige driftsmidler</b>			
Tomter, bygninger og annen fast eiendom	3	25 300	25 300
Driftsløsøre, inventar, verktøy, kontorm.	3	140 200	219 732
<b>Sum varige driftsmidler</b>		<b>165 500</b>	<b>245 032</b>
<b>Finansielle anleggsmidler</b>			
Investeringer i aksjer og andeler		12 000	12 000
<b>Sum finansielle anleggsmidler</b>		<b>12 000</b>	<b>12 000</b>
<b>Sum anleggsmidler</b>		<b>177 500</b>	<b>257 032</b>
<b>Omløpsmidler</b>			
<b>Varer</b>			
Varer		43 635	41 050
<b>Sum varer</b>		<b>43 635</b>	<b>41 050</b>
<b>Fordringer</b>			
Kundefordringer		84 832	32 663
Andre kortsiktige fordringer		3 924	809
<b>Sum fordringer</b>		<b>88 756</b>	<b>33 472</b>
<b>Bankinnskudd, kontanter og lignende</b>			
Bankinnskudd, kontanter o.l.	5	842 731	798 259
<b>Sum bankinnskudd, kontanter og lignende</b>		<b>842 731</b>	<b>798 259</b>
<b>Sum omløpsmidler</b>		<b>975 122</b>	<b>872 781</b>
<b>SUM EIENDELER</b>		<b>1 152 623</b>	<b>1 129 814</b>

### BALANSE - EGENKAPITAL OG GJELD



## Balanse

<b>Beløp i: NOK</b>	<b>Note</b>	<b>2020</b>	<b>2019</b>
<b>Egenkapital</b>			
<b>Innskutt egenkapital</b>			
Selskapskapital	2,6	60 000	60 000
Overkurs	6	708 197	708 197
<b>Sum innskutt egenkapital</b>		<b>768 197</b>	<b>768 197</b>
<b>Opptjent egenkapital</b>			
Udekket tap	6	183 164	196 959
<b>Sum opptjent egenkapital</b>		<b>-183 164</b>	<b>-196 959</b>
<b>Sum egenkapital</b>		<b>585 033</b>	<b>571 238</b>
<b>Sum langsiktig gjeld</b>		<b>0</b>	<b>0</b>
<b>Kortsiktig gjeld</b>			
Leverandørgjeld		85 475	100 317
Betalbar skatt	4	3 408	
Skyldig offentlige avgifter		79 015	64 990
Kortsiktig konserngjeld	7	46 786	53 661
Annen kortsiktig gjeld		352 906	339 606
<b>Sum kortsiktig gjeld</b>		<b>567 590</b>	<b>558 575</b>
<b>Sum gjeld</b>		<b>567 590</b>	<b>558 575</b>
<b>SUM EGENKAPITAL OG GJELD</b>		<b>1 152 623</b>	<b>1 129 813</b>



## Brønnøysundregistrene

### ÅRSREGNSKAP FOR REGNSKAPSÅRET 2020 - GENERELL INFORMASJON

Journalnummer: 2021 551099

#### Enheten

Organisasjonsnummer: 920 475 744  
Organisasjonsform: Aksjeselskap  
Foretaksnavn: F & R TRENINGSENTER AS  
Forretningsadresse: Brugata 2  
4200 SAUDA

#### 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: Odd Magne Lønseth  
Dato for fastsettelse av årsregnskapet: 22.06.2021

#### 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, 10.07.2021

---

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: 920 475 744  
F & R TRENINGSSENTER AS

## RESULTATREGNSKAP

<b>Beløp i: NOK</b>	<b>Note</b>	<b>2020</b>	<b>2019</b>
<b>RESULTATREGNSKAP</b>			
<b>Inntekter</b>			
Salgsinntekt		2 396 494	2 921 772
Annen driftsinntekt	8	201 909	
<b>Sum inntekter</b>		<b>2 598 403</b>	<b>2 921 772</b>
<b>Kostnader</b>			
Varekostnad		47 793	81 167
Lønnskostnad	1	1 261 419	1 455 038
Avskrivning på varige driftsmidler	3	79 532	164 300
Annen driftskostnad	1	1 193 549	1 301 203
<b>Sum kostnader</b>		<b>2 582 293</b>	<b>3 001 708</b>
<b>Driftsresultat</b>		<b>16 110</b>	<b>-79 936</b>
<b>Finansinntekter og finanskostnader</b>			
Annen renteinntekt		1 168	282
<b>Sum finansinntekter</b>		<b>1 168</b>	<b>282</b>
Annen rentekostnad		75	410
<b>Sum finanskostnader</b>		<b>75</b>	<b>410</b>
<b>Netto finans</b>		<b>1 093</b>	<b>-128</b>
<b>Ordinært resultat før skattekostnad</b>			
Skattekostnad på ordinært resultat	4	3 408	
<b>Ordinært resultat etter skattekostnad</b>		<b>13 795</b>	<b>-80 063</b>
<b>Årsresultat</b>		<b>13 795</b>	<b>-80 063</b>
<b>Årsresultat etter minoritetsinteresser</b>		<b>13 795</b>	<b>-80 063</b>
<b>Overføringer og disponeringer</b>			
Udekket tap	6	13 795	-80 064
<b>Sum overføringer og disponeringer</b>		<b>13 795</b>	<b>-80 064</b>



Organisasjonsnr: 920 475 744  
F & R TRENINGSSENTER AS

## BALANSE

**Beløp i: NOK** **Note** **2020** **2019**

### BALANSE - EIENDELER

#### Anleggsmidler Immaterielle eiendeler

#### Varige driftsmidler

Tomter, bygninger og annen fast eiendom	3	25 300	25 300
Driftsløsøre, inventar, verktøy, kontorm.	3	140 200	219 732
<b>Sum varige driftsmidler</b>		<b>165 500</b>	<b>245 032</b>

#### Finansielle anleggsmidler

Investeringer i aksjer og andeler		12 000	12 000
<b>Sum finansielle anleggsmidler</b>		<b>12 000</b>	<b>12 000</b>

<b>Sum anleggsmidler</b>		<b>177 500</b>	<b>257 032</b>
--------------------------	--	----------------	----------------

#### Omløpsmidler

##### Varer

Varer		43 635	41 050
<b>Sum varer</b>		<b>43 635</b>	<b>41 050</b>

##### Fordringer

Kundefordringer		84 832	32 663
Andre kortsiktige fordringer		3 924	809
<b>Sum fordringer</b>		<b>88 756</b>	<b>33 472</b>

##### Bankinnskudd, kontanter og lignende

Bankinnskudd, kontanter o. l.	5	842 731	798 259
<b>Sum bankinnskudd, kontanter og lignende</b>		<b>842 731</b>	<b>798 259</b>

<b>Sum omløpsmidler</b>		<b>975 122</b>	<b>872 781</b>
-------------------------	--	----------------	----------------

<b>SUM EIENDELER</b>		<b>1 152 623</b>	<b>1 129 814</b>
----------------------	--	------------------	------------------

### BALANSE - EGENKAPITAL OG GJELD

#### Egenkapital

##### Innskutt egenkapital

Selskapskapital	2,6	60 000	60 000
Overkurs	6	708 197	708 197



<b>Sum innskutt egenkapital</b>		<b>768 197</b>	<b>768 197</b>
<b>Opptjent egenkapital</b>			
Udekket tap	6	183 164	196 959
<b>Sum opptjent egenkapital</b>		<b>-183 164</b>	<b>-196 959</b>
<b>Sum egenkapital</b>		<b>585 033</b>	<b>571 238</b>
<b>Sum langsiktig gjeld</b>		<b>0</b>	<b>0</b>
<b>Kortsiktig gjeld</b>			
Leverandørgjeld		85 475	100 317
Betalbar skatt	4	3 408	
Skyldig offentlige avgifter		79 015	64 990
Kortsiktig konserngjeld	7	46 786	53 661
Annen kortsiktig gjeld		352 906	339 606
<b>Sum kortsiktig gjeld</b>		<b>567 590</b>	<b>558 575</b>
<b>Sum gjeld</b>		<b>567 590</b>	<b>558 575</b>
<b>SUM EGENKAPITAL OG GJELD</b>		<b>1 152 623</b>	<b>1 129 813</b>



Organisasjonsnr: 920 475 744  
F & R TRENINGSSENTER AS

NOTEOPPLYSNINGER - SELSKAP - alle poster oppgitt i hele tall

## Note

### Antall aksjer og aksjeeiere

<u>Aksjeklasse</u>	<u>Ant. aksjer</u>	<u>Pålydende</u>	<u>Bokført verdi</u>
Ordinære aksjer	300.00	200.00	60000.00

<u>Aksjeeiere - fritekst</u>	<u>Antall</u>	<u>Eierandel</u>	<u>Aksjeklasse</u>
FRT Holding AS	300.00	100.00%	Ordinære aksjer

<u>Sum</u>	<u>Sum antall</u>	<u>Sum eierandel</u>
	300.00	100.00%

### Ytelser til daglig leder

<u>Ytelser</u>	<u>Lønn</u>	<u>Pensj.forpl.</u>	<u>Andre godtgj.</u>
	441918.00		2934.00

## Note

### Antall årsverk i regnskapsåret

Virksomheten har hatt følgende antall årsverk:  
3.00

## Note

### Lån og sikkerhetsstillelse til ledende personer og aksjeeiere

Er det gitt lån eller sikkerhetsstillelse til ledende personer: Nei



**Årsregnskap 2020  
for  
F & R Treningssenter AS**

**Organisasjonsnr. 920475744**

**Utarbeidet av:**

Tveit Regnskap AS  
Autorisert regnskapsførerselskap  
Haukelivegen 367  
5574 SKJOLD  
Organisasjonsnr. 984388241



F & R Treningssenter AS

## Resultatregnskap

	Note	2020	2019
<b>DRIFTSINNEKTER OG DRIFTSKOSTNADER</b>			
<b>Driftsinntekter</b>			
Salgsinntekt		2 396 494	2 921 772
Annen driftsinntekt	8	201 909	0
<b>Sum driftsinntekter</b>		<b>2 598 403</b>	<b>2 921 772</b>
<b>Driftskostnader</b>			
Varekostnad		47 793	81 167
Lønnskostnad	1	1 261 419	1 455 038
Avskrivning på varige driftsmidler	3	79 532	164 300
Annen driftskostnad	1	1 193 549	1 301 203
<b>Sum driftskostnader</b>		<b>2 582 293</b>	<b>3 001 708</b>
<b>DRIFTSRESULTAT</b>		<b>16 110</b>	<b>(79 935)</b>
<b>FINANSINNEKTER OG FINANSKOSTNADER</b>			
<b>Finansinntekter</b>			
Annen renteinntekt		1 168	282
<b>Sum finansinntekter</b>		<b>1 168</b>	<b>282</b>
<b>Finanskostnader</b>			
Annen rentekostnad		75	410
<b>Sum finanskostnader</b>		<b>75</b>	<b>410</b>
<b>NETTO FINANSPOSTER</b>		<b>1 093</b>	<b>(128)</b>
<b>ORDINÆRT RES. FØR SKATTEKOSTNAD</b>		<b>17 203</b>	<b>(80 063)</b>
Skattekostnad på ordinært resultat	4	3 408	0
<b>ORDINÆRT RESULTAT</b>		<b>13 795</b>	<b>(80 063)</b>
<b>ÅRSRESULTAT</b>		<b>13 795</b>	<b>(80 063)</b>
<b>OVERF. OG DISPONERINGER</b>			
Fremføring av udekket tap	6	13 795	(80 064)
<b>SUM OVERF. OG DISP.</b>		<b>13 795</b>	<b>(80 064)</b>



F & R Treningssenter AS

**Balanse pr. 31.12.2020**

	Note	31.12.2020	31.12.2019
<b>EIENDELER</b>			
<b>ANLEGGSMIDLER</b>			
<b>Varige driftsmidler</b>			
Tomter, bygninger og annen fast eiendom	3	25 300	25 300
Driftsløsøre, inventar, verktøy, kontorm.	3	140 200	219 732
<b>Sum varige driftsmidler</b>		<b>165 500</b>	<b>245 032</b>
<b>Finansielle anleggsmidler</b>			
Investeringer i aksjer og andeler		12 000	12 000
<b>Sum finansielle anleggsmidler</b>		<b>12 000</b>	<b>12 000</b>
<b>SUM ANLEGGSMIDLER</b>		<b>177 500</b>	<b>257 033</b>
<b>OMLØPSMIDLER</b>			
Varer		43 635	41 050
<b>Fordringer</b>			
Kundefordringer		84 832	32 663
Andre kortsiktige fordringer		3 924	809
<b>Sum fordringer</b>		<b>88 756</b>	<b>33 472</b>
Bankinnskudd, kontanter o.l.	5	842 731	798 259
<b>SUM OMLØPSMIDLER</b>		<b>975 122</b>	<b>872 781</b>
<b>SUM EIENDELER</b>		<b>1 152 623</b>	<b>1 129 814</b>



F & R Treningssenter AS

**Balanse pr. 31.12.2020**

	Note	31.12.2020	31.12.2019
<b>EGENKAPITAL OG GJELD</b>			
<b>EGENKAPITAL</b>			
<b>Innskutt egenkapital</b>			
Selskapskapital	2,6	60 000	60 000
Overkurs	6	708 197	708 197
<b>Sum innskutt egenkapital</b>		<b>768 197</b>	<b>768 197</b>
<b>Opptjent egenkapital</b>			
Udekket tap	6	(183 164)	(196 959)
<b>Sum opptjent egenkapital</b>		<b>(183 164)</b>	<b>(196 959)</b>
<b>SUM EGENKAPITAL</b>		<b>585 033</b>	<b>571 238</b>
<b>GJELD</b>			
<b>KORTSIKTIG GJELD</b>			
Leverandørgjeld		85 475	100 317
Betalbar skatt	4	3 408	0
Skyldig offentlige avgifter		79 015	64 990
Kortsiktig gjeld til konsernselskap	7	46 786	53 661
Annen kortsiktig gjeld		352 906	339 606
<b>SUM KORTSIKTIG GJELD</b>		<b>567 590</b>	<b>558 575</b>
<b>SUM GJELD</b>		<b>567 590</b>	<b>558 575</b>
<b>SUM EGENKAPITAL OG GJELD</b>		<b>1 152 623</b>	<b>1 129 813</b>

Sauda, 22.06.2021

Odd Magne Lønseth  
Styreleder

Kåre Bjarte Bjelland  
Nestleder

Bente Sølvi Baugstø  
Styremedlem

Hulda Asgeirsdottir Birkeland  
Daglig leder



F & R Treningssenter AS

## Noter 2020

### Regnskapsprinsipper:

Årsregnskapet er satt opp i samsvar med regnskapsloven og god regnskapsskikk for små foretak.

#### Hovedregel for vurdering og klassifisering av eiendeler og gjeld

Eiendeler bestemt til varige eie eller bruk er klassifisert som anleggsmidler. Andre eiendeler er klassifisert som omløpsmidler. Fordringer som skal tilbakebetales innen et år er klassifisert som omløpsmidler. Ved klassifisering av kortsiktig og langsiktig gjeld er tilsvarende kriterier lagt til grunn.

Omløpsmidler vurderes til laveste av anskaffelseskost og virkelig verdi.

Anleggsmidler vurderes til anskaffelseskost, men nedskrives til gjenvinnbart beløp dersom dette er lavere enn bokført verdi, og verdifallet forventes ikke å være forbigående. Anleggsmidler med begrenset økonomisk levetid avskrives planmessig.

#### Varer

Varer er vurdert til det laveste av anskaffelseskost og netto salgsverdi (laveste verdis prinsipp).

#### Fordringer

Kundefordringer og andre fordringer er oppført til pålydende etter fradrag for avsetning til forventet tap. Avsetning til tap gjøres på grunnlag av individuell vurdering av de enkelte fordringer.

#### Pensjoner

Selskapet er pliktig til å ha tjenestepensjonsordning etter lov om obligatorisk tjenestepensjon. Selskapet har en innskuddsplan og betaler innskudd til et forsikringsselskap. Selskapet har ingen ytterligere betalingsforpliktelse etter at innskuddene er betalt. Innskuddene regnskapsføres som lønnskostnad. Eventuelle forskuddsbetalte innskudd balanseføres som eiendel (pensjonsmidler) inntil midler fra innskuddsfondet anvendes til å dekke periodens ordinære innskudd.

#### Inntektsføring

Inntektsføring ved salg av varer skjer på leveringstidspunktet. Tjenester inntektsføres i takt med utførelsen. Andelen av salgsinntekter som knytter seg til fremtidige serviceytelser, balanseføres som uopptjent inntekt ved salget og inntektsføres deretter i takt med levering av ytelsene.

#### Kostnader

Kostnader regnskapsføres som hovedregel i samme periode som tilhørende inntekt. I de tilfeller det ikke er klar sammenheng mellom utgifter og inntekter fastsettes fordelingen etter skjønsmessige kriterier. Øvrige unntak fra sammenstillingsprinsippet er angitt der det er aktuelt.

#### Skatt

Skattekostnaden i resultatregnskapet omfatter periodens betalbare skatt som blir utlignet og forfaller til betaling i neste regnskapsår i tillegg til endring i utsatt skatt. Utsatt skatt er beregnet med skattesatsen ved utgangen av regnskapsåret (22 %) på grunnlag av skattereduserende og skatteøkende midlertidige forskjeller som eksisterer mellom regnskapsmessige og skattemessige verdier. I beregningen er det også medtatt skattemessig framførbart underskudd ved regnskapsårets utgang. Skatteøkende og skattereduserende midlertidige forskjeller som reverserer eller kan reversere i samme periode er utlignet og nettoført.



F & R Treningssenter AS

## Noter 2020

### Note 1 - Lønnskostnad

Spesifikasjon av lønnskostnader	I år	I fjor
Lønn	1 083 521	1 250 383
Arbeidsgiveravgift	109 034	137 204
Pensjonskostnader	27 222	40 586
Andre lønnsrelaterte ytelser	41 642	26 864
<b>Totalt</b>	<b>1 261 419</b>	<b>1 455 038</b>

Selskapet har hatt 3 årsverk i regnskapsåret.

### Pensjonsforpliktelser

Selskapet er pliktig til å ha tjenstepensjonsordning etter lov om obligatorisk tjenstepensjon. Selskapets pensjonsordninger tilfredsstiller kravene i denne lov.

### Ytelser til ledende personer og revisor

	Daglig leder	Styret
Lønn	441 918	0
Pensjonskostnader	16 500	0
Annen godtgjørelse	2 934	30 000

### Note 2 - Selskapskapital

Selskapet har 300 aksjer hver pålydende kr 200, samlet aksjekapital utgjør kr 60 000. Selskapet har kun en aksjeklasse.

Selskapets største aksjeeiere som eier mer enn 5 % av aksjekapitalen er per 31.12:

Aksjonærens navn	Antall aksjer	Eierandel
FRT Holding AS	300	100 %



## F &amp; R Treningssenter AS

## Noter 2020

## Note 3 - Tomter, bygninger og annen fast eiendom

	Tomter, bygninger og annen fast eiendom	Driftsløsøre, inventar, verktøy, kontorm.	Sum
Anskaffelseskost pr. 1/1	182 969	2 060 725	2 243 694
+ Tilgang	0	0	0
- Avgang	0	0	0
Anskaffelseskost pr. 31/12	182 969	2 060 725	2 243 694
Akk. av/nedskr. pr 1/1	157 669	1 840 993	1 998 662
+ Ordinære avskrivninger	0	79 532	79 532
+ Avskr. på oppskrivning	0	0	0
- Tilbakeført avskrivning	0	0	0
+ Ekstraord nedskrivninger	0	0	0
Akk. av/nedskr. pr. 31/12	157 669	1 920 525	2 078 194
Balanseført verdi pr 31/12	25 300	140 200	165 500
Procentsats for ord.avskr	10-12	9-33	

## Note 4 - Skatt

**Spesifikasjon av årets skattegrunnlag:**

Resultat før skattekostnader	17 203
+ Permanente og andre forskjeller	11 660
+ Endring i midlertidige forskjeller	36 306
<b>= Inntekt før anvendelse av framført underskudd</b>	<b>65 169</b>
- Anvendt skattemessig framførbart underskudd	49 680
<b>= Inntekt</b>	<b>15 489</b>

**Spesifikasjon av årets skattekostnad:**

Beregnet skatt av årets resultat	3 408
<b>= Sum betalbar skatt</b>	<b>3 408</b>
+/- Endring i utsatt skatt / utsatt skattefordel	0
<b>= Ordinær skattekostnad</b>	<b>3 408</b>
Skattesats i inntektsåret	22

**Betalbar skatt i balansen består av**

Sum betalbar skatt	3 408
- Refusjon av skatt tiltakspakke 2020	0
<b>= Betalbar skatt i balansen</b>	<b>3 408</b>



F & R Treningssenter AS

## Noter 2020

### Note 5 - Bankinnskudd, kontanter o.l.

Bankinnskudd, kontanter og lignende omfatter bundne skattetrekkmidler med kr 58 471.

### Note 6 - Egenkapital

	Aksjekapital / selskapskapital	Overkurs	Annen egenkapital	Sum egenkapital
Pr 1.1.	60 000	708 197	-196 959	571 239
+Fra årets resultat			13 795	13 795
Pr 31.12.	<b>60 000</b>	<b>708 197</b>	<b>-183 164</b>	<b>585 033</b>

### Note 7 - Kortsiktig gjeld til konsernselskap

Fordringer og gjeld til konsernselskaper inngår med følgende beløp i regnskapspostene:


	2020	2019
<b>Fordringer</b>		
Sum fordringer	<b>0</b>	<b>0</b>
<b>Gjeld</b>		
Annen kortsiktig gjeld	46 786	53 661
Sum gjeld	<b>46 786</b>	<b>53 661</b>


### Note 8 - Annen driftsinntekt


#### Offentlig tilskudd

Selskapet har mottatt offentlig tilskudd med kr 156 898 i kompensasjon for faste uungåelige kostnader som følge av covid-19 pandemien. Dette tilskuddet inngår i Annen driftsinntekt og er presentert brutto.



 Legally signed by  
Odd Magne Lønseth  
22.06.2021

 Legally signed by  
Berite Selvi Baugstø  
23.06.2021

 Legally signed by  
Hulda Asgeirsdóttir Birkeland  
28.06.2021

 Legally signed by  
Kåre Bjarte Bjelland  
07.07.2021

**Årsregnskap 2020  
for  
F & R Treningssenter AS**

**Organisasjonsnr. 920475744**


**Utarbeidet av:**


Tveit Regnskap AS  
Autorisert regnskapsførerselskap  
Haukelivegen 367  
5574 SKJOLD  
Organisasjonsnr. 984388241




F & R Treningssenter AS

Resultatregnskap

 Legally signed by  
Odd Magne Lønseth  
22.06.2021

 Legally signed by  
Berite Selvi Baugstø  
23.06.2021

 Legally signed by  
Hulda Asgeirsdóttir Birkeland  
28.06.2021


 Legally signed by  
Kåre Bjarte Bjelland  
07.07.2021


	Note	2020	
<b>DRIFTSINNEKTER OG DRIFTSKOSTNADER</b>			
<b>Driftsinntekter</b>			
Salgsinntekt		2 396 494	2 921 772
Annen driftsinntekt	8	201 909	0
<b>Sum driftsinntekter</b>		<b>2 598 403</b>	<b>2 921 772</b>
<b>Driftskostnader</b>			
Varekostnad		47 793	81 167
Lønnskostnad	1	1 261 419	1 455 038
Avskrivning på varige driftsmidler	3	79 532	164 300
Annen driftskostnad	1	1 193 549	1 301 203
<b>Sum driftskostnader</b>		<b>2 582 293</b>	<b>3 001 708</b>
<b>DRIFTSRESULTAT</b>		<b>16 110</b>	<b>(79 935)</b>
<b>FINANSINNEKTER OG FINANSKOSTNADER</b>			
<b>Finansinntekter</b>			
Annen renteinntekt		1 168	282
<b>Sum finansinntekter</b>		<b>1 168</b>	<b>282</b>
<b>Finanskostnader</b>			
Annen rentekostnad		75	410
<b>Sum finanskostnader</b>		<b>75</b>	<b>410</b>
<b>NETTO FINANSPOSTER</b>		<b>1 093</b>	<b>(128)</b>
<b>ORDINÆRT RES. FØR SKATTEKOSTNAD</b>		<b>17 203</b>	<b>(80 063)</b>
Skattekostnad på ordinært resultat	4	3 408	0
<b>ORDINÆRT RESULTAT</b>		<b>13 795</b>	<b>(80 063)</b>
<b>ÅRSRESULTAT</b>		<b>13 795</b>	<b>(80 063)</b>
<b>OVERF. OG DISPONERINGER</b>			
Fremføring av udekket tap	6	13 795	(80 064)
<b>SUM OVERF. OG DISP.</b>		<b>13 795</b>	<b>(80 064)</b>





F & R Treningssenter AS

**Balanse pr. 31.12.2020**

 Legally signed by  
Odd Magne Lønseth  
22.06.2021

 Legally signed by  
Berite Selvi Baugstø  
23.06.2021

 Legally signed by  
Hulda Asgeirsdóttir Birkeland  
28.06.2021


 Legally signed by  
Kåre Bjarte Bjelland  
07.07.2021


	Note	31.12.2020	31.1
<b>EIENDELER</b>			
<b>ANLEGGSMIDLER</b>			
<b>Varige driftsmidler</b>			
Tomter, bygninger og annen fast eiendom	3	25 300	25 300
Driftsløsøre, inventar, verktøy, kontorm.	3	140 200	219 732
<b>Sum varige driftsmidler</b>		<b>165 500</b>	<b>245 032</b>
<b>Finansielle anleggsmidler</b>			
Investeringer i aksjer og andeler		12 000	12 000
<b>Sum finansielle anleggsmidler</b>		<b>12 000</b>	<b>12 000</b>
<b>SUM ANLEGGSMIDLER</b>		<b>177 500</b>	<b>257 033</b>
<b>OMLØPSMIDLER</b>			
Varer		43 635	41 050
<b>Fordringer</b>			
Kundefordringer		84 832	32 663
Andre kortsiktige fordringer		3 924	809
<b>Sum fordringer</b>		<b>88 756</b>	<b>33 472</b>
Bankinnskudd, kontanter o.l.	5	842 731	798 259
<b>SUM OMLØPSMIDLER</b>		<b>975 122</b>	<b>872 781</b>
<b>SUM EIENDELER</b>		<b>1 152 623</b>	<b>1 129 814</b>




F & R Treningssenter AS

## Balanse pr. 31.12.2020

 Legally signed by  
Odd Magne Lønseth  
22.06.2021

 Legally signed by  
Bente Sølvi Baugstø  
23.06.2021

 Legally signed by  
Hulda Asgeirsdóttir Birkeland  
28.06.2021

 Legally signed by  
Kåre Bjarte Bjelland  
07.07.2021

	Note	31.12.2020	31.1
<b>EGENKAPITAL OG GJELD</b>			
<b>EGENKAPITAL</b>			
<b>Innskutt egenkapital</b>			
Selskapskapital		60 000	60 000
Overkurs	6	708 197	708 197
<b>Sum innskutt egenkapital</b>		<b>768 197</b>	<b>768 197</b>
<b>Opptjent egenkapital</b>			
Udekket tap	6	(183 164)	(196 959)
<b>Sum opptjent egenkapital</b>		<b>(183 164)</b>	<b>(196 959)</b>
<b>SUM EGENKAPITAL</b>		<b>585 033</b>	<b>571 238</b>
<b>GJELD</b>			
<b>KORTSIKTIG GJELD</b>			
Leverandørgjeld		85 475	100 317
Betalbar skatt	4	3 408	0
Skyldig offentlige avgifter		79 015	64 990
Kortsiktig gjeld til konsernselskap	7	46 786	53 661
Annen kortsiktig gjeld		352 906	339 606
<b>SUM KORTSIKTIG GJELD</b>		<b>567 590</b>	<b>558 575</b>
<b>SUM GJELD</b>		<b>567 590</b>	<b>558 575</b>
<b>SUM EGENKAPITAL OG GJELD</b>		<b>1 152 623</b>	<b>1 129 813</b>

Sauda, 22.06.2021

Odd Magne Lønseth  
Styreleder

Kåre Bjarte Bjelland  
Nestleder


Bente Sølvi Baugstø  
Styremedlem


Hulda Asgeirsdóttir Birkeland  
Daglig leder





F & R Treningssenter AS

## Noter 2020

 Legally signed by  
Odd Magne Lønseth  
22.06.2021

 Legally signed by  
Berite Selvi Baugstø  
23.06.2021

 Legally signed by  
Hulda Asgeirsdóttir Birkeland  
28.06.2021

 Legally signed by  
Kåre Bjarte Bjelland  
07.07.2021

### Regnskapsprinsipper:

Årsregnskapet er satt opp i samsvar med regnskapsloven og god regnskapsskikk for små foretak.

#### Hovedregel for vurdering og klassifisering av eiendeler og gjeld

Eiendeler bestemt til varige eie eller bruk er klassifisert som anleggsmidler. Andre eiendeler er klassifisert som omløpsmidler. Fordringer som skal tilbakebetales innen et år er klassifisert som omløpsmidler. Ved klassifisering av kortsiktig og langsiktig gjeld er tilsvarende kriterier lagt til grunn.

Omløpsmidler vurderes til laveste av anskaffelseskost og virkelig verdi.

Anleggsmidler vurderes til anskaffelseskost, men nedskrives til gjenvinnbart beløp dersom dette er lavere enn bokført verdi, og verdifallet forventes ikke å være forbigående. Anleggsmidler med begrenset økonomisk levetid avskrives planmessig.

#### Varer

Varer er vurdert til det laveste av anskaffelseskost og netto salgsverdi (laveste verdis prinsipp).

#### Fordringer

Kundefordringer og andre fordringer er oppført til pålydende etter fradrag for avsetning til forventet tap. Avsetning til tap gjøres på grunnlag av individuell vurdering av de enkelte fordringer.

#### Pensjoner

Selskapet er pliktig til å ha tjenestepensjonsordning etter lov om obligatorisk tjenestepensjon. Selskapet har en innskuddsplan og betaler innskudd til et forsikringsselskap. Selskapet har ingen ytterligere betalingsforpliktelse etter at innskuddene er betalt. Innskuddene regnskapsføres som lønnskostnad. Eventuelle forskuddsbetalte innskudd balanseføres som eiendel (pensjonsmidler) inntil midler fra innskuddsfondet anvendes til å dekke periodens ordinære innskudd.

#### Inntektsføring

Inntektsføring ved salg av varer skjer på leveringstidspunktet. Tjenester inntektsføres i takt med utførelsen. Andelen av salgsinntekter som knytter seg til fremtidige serviceytelser, balanseføres som uopptjent inntekt ved salget og inntektsføres deretter i takt med levering av ytelsene.

#### Kostnader

Kostnader regnskapsføres som hovedregel i samme periode som tilhørende inntekt. I de tilfeller det ikke er klar sammenheng mellom utgifter og inntekter fastsettes fordelingen etter skjønsmessige kriterier. Øvrige unntak fra sammenstillingsprinsippet er angitt der det er aktuelt.

#### Skatt

Skattekostnaden i resultatregnskapet omfatter periodens betalbare skatt som blir utlignet og forfaller til betaling i neste regnskapsår i tillegg til endring i utsatt skatt. Utsatt skatt er beregnet med skattesatsen ved utgangen av regnskapsåret (22 %) på grunnlag av skattereduserende og skatteøkende midlertidige forskjeller som eksisterer mellom regnskapsmessige og skattemessige verdier. I beregningen er det også medtatt skattemessig framførbart underskudd ved regnskapsårets utgang. Skatteøkende og skattereduserende midlertidige forskjeller som reverserer eller kan reversere i samme periode er utlignet og nettoført.


Noter for F & R Treningssenter AS


Organisasjonsnr. 920475744





F & R Treningssenter AS

## Noter 2020

 Legally signed by  
Odd Magne Lønseth  
22.06.2021

 Legally signed by  
Berite Selvi Baugstø  
23.06.2021

 Legally signed by  
Hulda Asgeirsdóttir Birkeland  
28.06.2021

 Legally signed by  
Kåre Bjarte Bjelland  
07.07.2021

### Note 1 - Lønnskostnad

Spesifikasjon av lønnskostnader	I år	I fjor
Lønn	1 083 521	1 250 383
Arbeidsgiveravgift	109 034	137 204
Pensjonskostnader	27 222	40 586
Andre lønnsrelaterte ytelser	41 642	26 864
<b>Totalt</b>	<b>1 261 419</b>	<b>1 455 038</b>

Selskapet har hatt 3 årsverk i regnskapsåret.

### Pensjonsforpliktelser

Selskapet er pliktig til å ha tjenstepensjonsordning etter lov om obligatorisk tjenstepensjon. Selskapets pensjonsordninger tilfredsstiller kravene i denne lov.

### Ytelser til ledende personer og revisor

	Daglig leder	Styret
Lønn	441 918	0
Pensjonskostnader	16 500	0
Annen godtgjørelse	2 934	30 000

### Note 2 - Selskapskapital

Selskapet har 300 aksjer hver pålydende kr 200, samlet aksjekapital utgjør kr 60 000. Selskapet har kun en aksjeklasse.


Selskapets største aksjeeiere som eier mer enn 5 % av aksjekapitalen er per 31.12:


Aksjonærens navn	Antall aksjer	Eierandel
FRT Holding AS	300	100 %




F & R Treningssenter AS

## Noter 2020

 Legally signed by  
Odd Magne Lønseth  
22.06.2021

 Legally signed by  
Berite Selvi Baugstø  
23.06.2021

 Legally signed by  
Hulda Asgeirsdóttir Birkeland  
28.06.2021

 Legally signed by  
Kåre Bjarte Bjelland  
07.07.2021

### Note 3 - Tomter, bygninger og annen fast eiendom

	Tomter, bygninger og annen fast eiendom	Driftsløsøre, inventar, verktøy, kontorm.	Sum
Anskaffelseskost pr. 1/1	182 969	2 060 725	2 243 694
+ Tilgang	0	0	0
- Avgang	0	0	0
Anskaffelseskost pr. 31/12	182 969	2 060 725	2 243 694
Akk. av/nedskr. pr 1/1	157 669	1 840 993	1 998 662
+ Ordinære avskrivninger	0	79 532	79 532
+ Avskr. på oppskrivning	0	0	0
- Tilbakeført avskrivning	0	0	0
+ Ekstraord nedskrivninger	0	0	0
Akk. av/nedskr. pr. 31/12	157 669	1 920 525	2 078 194
Balanseført verdi pr 31/12	25 300	140 200	165 500
Prosentats for ord.avskr	10-12	9-33	

### Note 4 - Skatt

#### Spesifikasjon av årets skattegrunnlag:

Resultat før skattekostnader	17 203
+ Permanente og andre forskjeller	11 660
+ Endring i midlertidige forskjeller	36 306
<b>= Inntekt før anvendelse av framført underskudd</b>	<b>65 169</b>
- Anvendt skattemessig framførbart underskudd	49 680
<b>= Inntekt</b>	<b>15 489</b>

#### Spesifikasjon av årets skattekostnad:

Beregnet skatt av årets resultat	3 408
<b>= Sum betalbar skatt</b>	<b>3 408</b>
+/- Endring i utsatt skatt / utsatt skattefordel	0
<b>= Ordinær skattekostnad</b>	<b>3 408</b>
Skattesats i inntektsåret	22

#### Betalbar skatt i balansen består av

Sum betalbar skatt	3 408
- Refusjon av skatt tiltakspakke 2020	0
<b>= Betalbar skatt i balansen</b>	<b>3 408</b>



F & R Treningssenter AS

## Noter 2020

Legally signed by  
Odd Magne Lønseth  
22.06.2021

Legally signed by  
Berite Selvi Baugstø  
23.06.2021

Legally signed by  
Hulda Asgeirsdóttir Birkeland  
28.06.2021

Legally signed by  
Kåre Bjarte Bjelland  
07.07.2021

### Note 5 - Bankinnskudd, kontanter o.l.

Bankinnskudd, kontanter og lignende omfatter bundne skattetrekkmidler med kr 58 471.

### Note 6 - Egenkapital

	Aksjekapital / selskapskapital	Overkurs	Annen egenkapital	Sum egenkapital
Pr 1.1.	60 000	708 197	-196 959	571 239
+Fra årets resultat			13 795	13 795
Pr 31.12.	<b>60 000</b>	<b>708 197</b>	<b>-183 164</b>	<b>585 033</b>

### Note 7 - Kortsiktig gjeld til konsernselskap

Fordringer og gjeld til konsernselskaper inngår med følgende beløp i regnskapspostene:

	2020	2019
<b>Fordringer</b>		
Sum fordringer	<b>0</b>	<b>0</b>
<b>Gjeld</b>		
Annen kortsiktig gjeld	46 786	53 661
Sum gjeld	<b>46 786</b>	<b>53 661</b>

### Note 8 - Annen driftsinntekt

#### Offentlig tilskudd

Selskapet har mottatt offentlig tilskudd med kr 156 898 i kompensasjon for faste uungåelige kostnader som følge av covid-19 pandemien. Dette tilskuddet inngår i Annen driftsinntekt og er presentert brutto.