



ÅRSREGNSKAPET FOR REGNSKAPSÅRET 2025 - GENERELL INFORMASJON

Enheten

Organisasjonsnummer: 918 129 774
Organisasjonsform: Aksjeselskap
Foretaksnavn: TRENING AS
Forretningsadresse: Rudbakken 31
1480 SLATTUM

Regnskapsår

Årsregnskapets periode: 01.01.2025 - 31.12.2025

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: Marianne Johnsgaard Holmsen
Dato for fastsettelse av årsregnskapet: 09.03.2026

Grunnlag for avgivelse

År 2025: Årsregnskapet er elektronisk innlevert
År 2024: Tall er hentet fra elektronisk innlevert årsregnskap fra 2025

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, 09.04.2026



Resultatregnskap

Beløp i: NOK	Note	2025	2024
RESULTATREGNSKAP			
Kostnader			
Annen driftskostnad		10 677	5 324
Sum kostnader		10 677	5 324
Driftsresultat		-10 677	-5 324
Finansinntekter og finanskostnader			
Annen renteinntekt		3 217	
Annen finansinntekt		1 068 075	720 050
Verdiøkning markedsbaserte omløpsmidler		17 076	21 242
Sum finansinntekter		1 088 368	741 292
Annen finanskostnad			250
Sum finanskostnader			250
Netto finans		1 088 368	741 042
Resultat før skattekostnad		1 077 691	735 717
Skattekostnad på resultat		5 408	3 581
Årsresultat		1 072 283	732 136
Årsresultat etter minoritetsinteresser		1 072 283	732 136
Totalresultat		1 072 283	732 136
Overføringer og disponeringer			
Tilleggsutbytte		750 000	598 100
Avsatt til annen egenkapital		322 283	134 036
Sum overføringer og disponeringer		1 072 283	732 136



Balanse

Beløp i: NOK	Note	2025	2024
BALANSE - EIENDELER			
Anleggsmidler			
Immaterielle eiendeler			
Utsatt skattefordel			2 444
Sum immaterielle eiendeler			2 444
Finansielle anleggsmidler			
Investeringer i aksjer og andeler		905 947	905 947
Sum finansielle anleggsmidler		905 947	905 947
Sum anleggsmidler		905 947	908 391
Omløpsmidler			
Varer			
Investeringer			
Andre finansielle instrumenter		221 457	144 381
Sum investeringer		221 457	144 381
Bankinnskudd, kontanter og lignende			
Bankinnskudd, kontanter o.l.		345 160	94 545
Sum bankinnskudd, kontanter og lignende		345 160	94 545
Sum omløpsmidler		566 617	238 926
SUM EIENDELER		1 472 564	1 147 317
BALANSE - EGENKAPITAL OG GJELD			
Egenkapital			
Innskutt egenkapital			
Aksjekapital		30 000	30 000
Sum innskutt egenkapital		30 000	30 000
Opptjent egenkapital			



Balanse

Beløp i: NOK	Note	2025	2024
Annen egenkapital		1 439 601	1 117 318
Sum opptjent egenkapital		1 439 601	1 117 318
Sum egenkapital		1 469 601	1 147 318
Øvrig langsiktig gjeld			
Kortsiktig gjeld			
Betalbar skatt		2 964	
Sum kortsiktig gjeld		2 964	
Sum gjeld		2 964	
SUM EGENKAPITAL OG GJELD		1 472 564	1 147 317



Brønnøysundregistrene

ÅRSREGNSKAP FOR REGNSKAPSÅRET 2025 - GENERELL INFORMASJON

Journalnummer: 2026 368381

Virksomheten

Organisasjonsnummer: 918 129 774
Organisasjonsform: Aksjeselskap
Foretaksnavn: TRENING AS
Forretningsadresse: Rudbakken 31
1480 SLATTUM

Regnskapsår

Årsregnskapets periode: 01.01.2025 - 31.12.2025

Konsern

Morselskap i konsern: Nei

Regnskapsregler

Regler for små foretak benyttet: Ja
Benyttet ved utarbeidelsen av
årsregnskapet: Regnskapslovens alminnelige regler

Årsregnskapet fastsatt av kompetent organ

Bekreftet av: Marianne Johnsgaard Holmsen
Dato for fastsettelse av årsregnskapet: 09.03.2026

Revisjon

Selskapet har besluttet at årsregnskapet
ikke skal revideres: Ja

Grunnlag for avgivelse

År 2025: Årsregnskap er elektronisk innlevert.
År 2024: Tall er hentet fra elektronisk innlevert årsregnskap fra 2025.

Virksomheten sitt øverste organ er ansvarlig for at årsregnskapet er signert. Det er mulig å levere årsregnskap uten signatur fordi sikkerheten for rett rapportering er ivarettatt ved at innsenderen har rolle/rettighet for innsending i Altinn. Navnet på representanten, som bekrefter at årsregnskapet er godkjent, er i tillegg oppgitt.

Brønnøysundregistrene, 08.04.2026



Organisasjonsnr: 918 129 774
TRENING AS

RESULTATREGNSKAP

Beløp i: NOK	Note	2025	2024
RESULTATREGNSKAP			
Kostnader			
Annen driftskostnad		10 677	5 324
Sum kostnader		10 677	5 324
Driftsresultat		-10 677	-5 324
Finansinntekter og finanskostnader			
Annen renteinntekt		3 217	
Annen finansinntekt		1 068 075	720 050
Verdiøkning markedsbaserte omløpsmidler		17 076	21 242
Sum finansinntekter		1 088 368	741 292
Annen finanskostnad			250
Sum finanskostnader			250
Netto finans		1 088 368	741 042
Resultat før skattekostnad		1 077 691	735 717
Skattekostnad på resultat		5 408	3 581
Årsresultat		1 072 283	732 136
Årsresultat etter minoritetsinteresser		1 072 283	732 136
Totalresultat		1 072 283	732 136
Overføringer og disponeringer			
Tilleggsutbytte		750 000	598 100
Avsatt til annen egenkapital		322 283	134 036
Sum overføringer og disponeringer		1 072 283	732 136



Organisasjonsnr: 918 129 774
TRENING AS

BALANSE

Beløp i: NOK Note 2025 2024

BALANSE - EIENDELER

Anleggsmidler		
Immaterielle eiendeler		
Utsatt skattefordel		2 444
Sum immaterielle eiendeler		2 444
Finansielle anleggsmidler		
Investeringer i aksjer og andeler	905 947	905 947
Sum finansielle anleggsmidler	905 947	905 947
Sum anleggsmidler	905 947	908 391
Omløpsmidler		
Varer		
Investeringer		
Andre finansielle instrumenter	221 457	144 381
Sum investeringer	221 457	144 381
Bankinnskudd, kontanter og lignende		
Bankinnskudd, kontanter o. l.	345 160	94 545
Sum bankinnskudd, kontanter og lignende	345 160	94 545
Sum omløpsmidler	566 617	238 926
SUM EIENDELER	1 472 564	1 147 317

BALANSE - EGENKAPITAL OG GJELD

Egenkapital		
Innskutt egenkapital		
Aksjekapital	30 000	30 000
Sum innskutt egenkapital	30 000	30 000
Opptjent egenkapital		
Annen egenkapital	1 439 601	1 117 318
Sum opptjent egenkapital	1 439 601	1 117 318
Sum egenkapital	1 469 601	1 147 318

Øvrig langsiktig gjeld



Kortsiktig gjeld		
Betalbar skatt	2 964	
Sum kortsiktig gjeld	2 964	
Sum gjeld	2 964	
SUM EGENKAPITAL OG GJELD	1 472 564	1 147 317



Organisasjonsnr: 918 129 774
TRENING AS

NOTEOPPLYSNINGER - SELSKAP

- alle poster oppgitt i hele tall

Note

Antall årsverk i regnskapsåret
0.00



Trening AS

Årsregnskap 2025



Trening AS
Årsregnskap 2025

Resultatregnskap

	Note	2025	2024
Driftskostnader			
Andre driftskostnader	2	10 677	5 324
Driftresultat		<u>-10 677</u>	<u>-5 324</u>
Renteinntekter		3 217	-
Annen finansinntekt		1 085 151	741 292
Rentekostnader		-	-
Annen finanskostnad		-	250
Netto finansposter		<u>1 088 368</u>	<u>741 042</u>
Resultat før skattekostnad		<u>1 077 691</u>	<u>735 717</u>
Skattekostnad	3	5 408	3 581
Årsresultat		<u>1 072 282</u>	<u>732 136</u>
Anvendelse av årsresultatet			
Tilleggsutbytte		750 000	-
Annen egenkapital	4	322 282	732 136
Sum anvendelse		<u>322 282</u>	<u>732 136</u>

H.H.H.
M.H.H.



Trening AS
Årsregnskap 2025

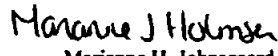
Balanse			
	Note	31.12.2025	31.12.2024
Eiendeler			
Anleggsmidler			
Immaterielle eiendeler			
Utsatt skattefordel	4	-	2 445
Sum immaterielle eiendeler		-	2 445
Finansielle anleggsmidler			
Investering i aksjer og andeler	5	905 948	905 948
Sum finansielle anleggsmidler		905 948	905 948
Sum anleggsmidler		905 948	908 393
Omløpsmidler			
Aksjefond		221 457	144 381
Bankinnskudd, kontanter og lignende	2	345 159	94 544
Sum omløpsmidler		566 616	238 925
Sum eiendeler		1 472 564	1 147 318

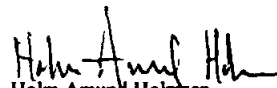
HAN PUL



Balans			
	Note	31.12.2025	31.12.2024
Egenkapital og gjeld			
Egenkapital			
Innskutt egenkapital			
Aksjekapital	4	30 000	30 000
Sum innskutt egenkapital		30 000	30 000
Opptjent egenkapital			
Annen egenkapital	4	1 439 601	1 117 319
Sum opptjent egenkapital		1 439 601	1 117 319
Sum egenkapital		1 469 601	1 147 318
Gjeld			
Annen langsiktig gjeld			
Øvrig langsiktig gjeld	6	-	-
Sum annen langsiktig gjeld		-	-
Kortsiktig gjeld			
Betalbar skatt		2 963	-
Annen kortsiktig gjeld		-	-
Sum kortsiktig gjeld		2 963	-
Sum egenkapital og gjeld		1 472 564	1 147 318

Oslo, 09. mars 2026


Marianne H. Johnsgaard
styrets leder


Holm Arund Holmsen
styremedlem



Trening AS
Årsregnskap 2025

Noter

Note 3 Skatt

	<u>2025</u>	<u>2024</u>
Betalbar skatt fremkommer slik:		
Ordinært resultat før skattekostnad	1 077 691	735 717
Permanente forskjeller	-1 085 151	-741 042
3% utbyrtebeskatning	32 042	21 602
Anvendelse fremførbart underskudd	-11 112	-16 277
Endring midlertidige forskjeller	-	-
Grunnlag betalbar skatt	13 470	-
Anvendelse av fremførbart underskudd		
Grunnlag betalbar skatt	13 470	-
Betalbar skatt	2 963	-
Betalbar skatt på årets resultat	2 963	-
Årets skattekostnad fremkommer slik:		
Betalbar skatt på årets resultat	2 963	-
Brutto endring utsatt skatt	2 445	3 581
Årets totale skattekostnad	5 408	3 581
	<u>31.12.2025</u>	<u>31.12.2024</u>
Betalbar skatt i balansen fremkommer slik:		
Betalbar skatt på årets resultat	2 963	-
Sum betalbar skatt	2 963	-
	<u>31.12.2025</u>	<u>31.12.2024</u>
Spesifikasjon av grunnlag for utsatt skattefordel:		
Underskudd til fremføring	-	-11 112
Grunnlag utsatt skatt / utsatt skattefordel	-	-11 112
Utsatt skatt/ skattefordel	-	-2 445
Utsatt skattefordel som ikke er balanseført		
Utsatt skatt / utsatt skattefordel i balansen	-	-2 445

HAM
MSH



Trening AS Årsregnskap 2025

Noter

Note 4 Egenkapital og aksjonærinformasjon

Egenkapital:

	Aksjekapital	Annen egenkapital	Sum
Inngående egenkapital	30 000	1 117 319	1 147 319
Årets endring i egenkapital:			
Tilleggsutbytte		-750 000	-750 000
Årets resultat		1 072 282	1 072 282
Sum egenkapital pr. 31.12.	30 000	1 439 601	1 469 601

Eierstruktur:

	Ant. aksjer	Pålydende	Eierandel	Stemmeandel
Marianne H. Johnsgaard	300	100	100,0 %	100,0 %
Sum	300		100,0 %	100,0 %

Alle aksjer har like rettigheter

Note 5 Investeringer i aksjer og andeler

Selskapet eier aksjer i følgende selskap

	Antall aksjer	Eierandel	Stemmeandel	Bokført verdi
Altus Pulsus AS, Oslo	40	4,0 %	4,0 %	676 470
Myrens Nittedal AS, Nittedal	228 500	28,0 %	28,0 %	228 500
Myren Trening AS, Oslo	1 200	4,0 %	4,0 %	977
Sum				905 948

Note 6 Mellomværende med nærstående

Selskapet har mottatt lån fra følgende personer/selskap

	31.12.2025	31.12.2024
Marianne H. Johnsgaard	-	-
Sum	-	-

Lånet renteberegnes i henhold til avtale.

M.H.
HAH



RESULTATREGNSKAP

TRENING AS

DRIFTSINNETEKTER OG DRIFTSKOSTNADER	Note	2025	2024
Annen driftskostnad		10 677	5 324
Sum driftskostnader		10 677	5 324
Driftsresultat		-10 677	-5 324
FINANSINNETEKTER OG FINANSKOSTNADER			
Annen renteinntekt		3 217	0
Annen finansinntekt		1 068 075	720 050
Verdiøkning markedsbaserte omløpsmidler		17 076	21 242
Annen finanskostnad		0	250
Resultat av finansposter		1 088 368	741 042
Resultat før skattekostnad		1 077 691	735 717
Skattekostnad på resultat		5 408	3 581
Resultat		1 072 283	732 136
EKSTRAORDINÆRE INNTEKTER OG KOSTNADER			
Årsresultat		1 072 283	732 136
OVERFØRINGER			
Tilleggsutbytte		750 000	598 100
Avsatt til annen egenkapital		322 283	134 036
Sum overføringer		1 072 283	732 136



BALANSE

TRENING AS

EIENDELER	Note	2025	2024
ANLEGGSMIDLER			
IMMATERIELLE EIENDELER			
Utsatt skattefordel		0	2 444
Sum immaterielle eiendeler		0	2 444
VARIGE DRIFTSMIDLER			
FINANSIELLE ANLEGGSMIDLER			
Investeringer i aksjer og andeler		905 947	905 947
Sum finansielle anleggsmidler		905 947	905 947
Sum anleggsmidler		905 947	908 391
OMLØPSMIDLER			
FORDRINGER			
INVESTERINGER			
Andre finansielle instrumenter		221 457	144 381
Sum investeringer		221 457	144 381
Bankinnskudd, kontanter o.l.		345 160	94 545
Sum omløpsmidler		566 617	238 926
Sum eiendeler		1 472 564	1 147 317



BALANSE

TRENING AS

EGENKAPITAL OG GJELD	Note	2025	2024
EGENKAPITAL			
INNSKUTT EGENKAPITAL			
Aksjekapital		30 000	30 000
Sum innskutt egenkapital		30 000	30 000
OPPTJENT EGENKAPITAL			
Annen egenkapital		1 439 601	1 117 318
Sum opptjent egenkapital		1 439 601	1 117 318
Sum egenkapital		1 469 601	1 147 318
GJELD			
AVSETNING FOR FORPLIKTELSER			
ANNEN LANGSIKTIG GJELD			
KORTSIKTIG GJELD			
Betalbar skatt		2 964	0
Sum kortsiktig gjeld		2 964	0
Sum gjeld		2 964	0
Sum egenkapital og gjeld		1 472 564	1 147 317

09.03.2026
Styret i Trening AS

Marianne Johnsgaard Holmsen
styreleder