



ÅRSREGNSKAPET FOR REGNSKAPSÅRET 2023 - GENERELL INFORMASJON

Enheten

Organisasjonsnummer:	927 869 020
Organisasjonsform:	Aksjeselskap
Foretaksnavn:	FLOW CAPITAL AS
Forretningsadresse:	Tonningsgata 31 6783 STRYN

Regnskapsår

Årsregnskapets periode:	01.01.2023 - 31.12.2023
-------------------------	-------------------------

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:	Johan Olav Parr Flo
Dato for fastsettelse av årsregnskapet:	02.08.2024

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, 06.08.2024



Resultatregnskap

Beløp i: NOK	Note	2023	2022
RESULTATREGNSKAP			
Kostnader			
Annen driftskostnad	2	6 199	8 243
Sum kostnader		6 199	8 243
Driftsresultat		-6 199	-8 243
Finansinntekter og finanskostnader			
Annen finansinntekt		12 000	
Sum finansinntekter		12 000	
Netto finans		12 000	
Ordinært resultat før skattekostnad		5 801	-8 243
Skattekostnad på ordinært resultat	3	-3 178	
Ordinært resultat etter skattekostnad		8 979	-8 243
Årsresultat		8 979	-8 243
Overføringer og disponeringer			
Overføringer annen egenkapital	4	8 978	-8 243
Sum overføringer og disponeringer		8 978	-8 243



Balanse

Beløp i: NOK	Note	2023	2022
BALANSE - EIENDELER			
Anleggsmidler			
Immaterielle eiendeler			
Utsatt skattefordel	3	3 178	
Sum immaterielle eiendeler		3 178	
Finansielle anleggsmidler			
Investering i datterselskap	5	60 000	90 000
Investeringer i tilknyttet selskap	5	15 000	15 000
Sum finansielle anleggsmidler		75 000	105 000
Sum anleggsmidler		78 178	105 000
Omløpsmidler			
Varer			
Fordringer			
Andre fordringer		42 000	
Sum fordringer		42 000	
Bankinnskudd, kontanter og lignende			
Sum bankinnskudd, kontanter og lignende		52	59 356
Sum omløpsmidler		42 052	59 356
SUM EIENDELER		120 230	164 356
BALANSE - EGENKAPITAL OG GJELD			
Egenkapital			
Innskutt egenkapital			
Aksjekapital	4, 6	30 000	30 000
Sum innskutt egenkapital		30 000	30 000
Opptjent egenkapital			



Balanse

Beløp i: NOK	Note	2023	2022
Annen egenkapital	4	734	-8 243
Sum opptjent egenkapital		734	-8 243
Sum egenkapital		30 734	21 757
Sum langsiktig gjeld		0	0
Kortsiktig gjeld			
Leverandørgjeld		6 839	942
Annen kortsiktig gjeld		82 657	141 657
Sum kortsiktig gjeld		89 496	142 599
Sum gjeld		89 496	142 599
SUM EGENKAPITAL OG GJELD		120 230	164 356



Brønnøysundregistrene

ÅRSREGNSKAP FOR REGNSKAPSÅRET 2023 - GENERELL INFORMASJON

Journalnummer: 2024 718156

Enheten

Organisasjonsnummer: 927 869 020
Organisasjonsform: Aksjeselskap
Foretaksnavn: FLOW CAPITAL AS
Forretningsadresse: Tonningsgata 31
6783 STRYN

Regnskapsår

Årsregnskapets periode: 01.01.2023 - 31.12.2023

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: Johan Olav Parr Flo
Dato for fastsettelse av årsregnskapet: 02.08.2024

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, 05.08.2024

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: 927 869 020
FLOW CAPITAL AS

RESULTATREGNSKAP

Beløp i: NOK	Note	2023	2022
RESULTATREGNSKAP			
Kostnader			
Annen driftskostnad	2	6 199	8 243
Sum kostnader		6 199	8 243
Driftsresultat		-6 199	-8 243
Finansinntekter og finanskostnader			
Annen finansinntekt		12 000	
Sum finansinntekter		12 000	
Netto finans		12 000	
Ordinært resultat før skattekostnad		5 801	-8 243
Skattekostnad på ordinært resultat	3	-3 178	
Ordinært resultat etter skattekostnad		8 979	-8 243
Årsresultat		8 979	-8 243
Overføringer og disponeringer			
Overføringer annen egenkapital	4	8 978	-8 243
Sum overføringer og disponeringer		8 978	-8 243



Organisasjonsnr: 927 869 020
FLOW CAPITAL AS

BALANSE

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

BALANSE - EIENDELER

Anleggsmidler

Immaterielle eiendeler

Utsatt skattefordel	3	3 178	
Sum immaterielle eiendeler		3 178	

Finansielle anleggsmidler

Investering i datterselskap	5	60 000	90 000
Investeringer i tilknyttet selskap	5	15 000	15 000
Sum finansielle anleggsmidler		75 000	105 000

Sum anleggsmidler		78 178	105 000
--------------------------	--	---------------	----------------

Omløpsmidler

Varer

Fordringer

Andre fordringer		42 000	
Sum fordringer		42 000	

Bankinnskudd, kontanter og lignende

Sum bankinnskudd, kontanter og lignende		52	59 356
---	--	----	--------

Sum omløpsmidler		42 052	59 356
-------------------------	--	---------------	---------------

SUM EIENDELER		120 230	164 356
----------------------	--	----------------	----------------

BALANSE - EGENKAPITAL OG GJELD

Egenkapital

Innskutt egenkapital

Aksjekapital	4, 6	30 000	30 000
Sum innskutt egenkapital		30 000	30 000

Opptjent egenkapital

Annen egenkapital	4	734	-8 243
Sum opptjent egenkapital		734	-8 243

Sum egenkapital		30 734	21 757
------------------------	--	---------------	---------------

Sum langsiktig gjeld		0	0
-----------------------------	--	----------	----------

Kortsiktig gjeld



Leverandørgjeld	6 839	942
Annen kortsiktig gjeld	82 657	141 657
Sum kortsiktig gjeld	89 496	142 599
Sum gjeld	89 496	142 599
SUM EGENKAPITAL OG GJELD	120 230	164 356



Organisasjonsnr: 927 869 020
FLOW CAPITAL AS

NOTEOPPLYSNINGER - SELSKAP - alle poster oppgitt i hele tall

Note
6

Antall aksjer og aksjeeiere

<u>Aksjeklasse</u>	<u>Ant. aksjer</u>	<u>Pålydende</u>	<u>Bokført verdi</u>
Ordinære aksjer	3.00	10000.00	30000.00
<u>Aksjeeiere - fritekst</u>	<u>Antall</u>	<u>Eierandel</u>	<u>Aksjeklasse</u>
Johan Olav Parr Flo	3.00	100.00%	Ordinære aksjer
<u>Sum</u>	<u>Sum antall</u>	<u>Sum eierandel</u>	
	3.00	100.00%	

Note
2

Lønn og ytelser

Ingen lønnsutbetalinger i året

Note

Ytelser til ledende personer
Er det gitt ytelser til ledende person: Nei

Ytelser til daglig leder

<u>Ytelser</u>	<u>Lønn</u>	<u>Pensj.forpl.</u>	<u>Andre godtgj.</u>
----------------	-------------	---------------------	----------------------

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

Note

Antall årsverk i regnskapsåret

Virksomheten har hatt følgende antall årsverk:



0.00

Note

5

Konsern, tilknyttet selskap og datterselskap

Tilknyttet selskap/datterselskap

<u>Navn og adresse</u>	<u>Eierandel</u>	<u>Stemmeandel</u>	<u>Egenkapital</u>	<u>Resultat</u>
Flow Hotels & Resorts AS	100.00%		160335.00	130334.00
Seniortrim AS	50.00%		35955.00	7172.00
Flow Fitness AS	100.00%		-194310.00	-213272.00

Virksomheten inngår i konsolideringen til morselskapets konsernregnsk.: Ja

<u>Navn</u>	<u>Forretningskontor</u>
Flow Capital AS	Tonningsgata 31 6783 STRYN 4651 Stryn

Datterselskap er utelatt fra konsolideringen: Nei

Begrunnelse for at datterselskap er utelatt fra konsolideringen
størrelse

Note

Skattekostnad

Resultatført skatt på ordinært resultat

Skattepliktig inntekt

Betalbar skatt i balansen

Omløpsmidler Startdato Sluttdato Endring

Skattemessig fremf.undersk. Startdato Sluttdato Endring

Kortsiktig gjeld Startdato Sluttdato Endring



Flow Capital AS

Noter til regnskapet for 2023

Note 1 - Regnskapsprinsipper

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

Datterselskap/tilknyttet selskap

Datterselskapet og tilknyttede selskaper vurderes etter kostmetoden i selskapsregnskapet. Investeringen er vurdert til anskaffelseskost for aksjene med mindre nedskrivning har vært nødvendig. Det er foretatt nedskrivning til virkelig verdi når verdifall skyldes årsaker som ikke kan antas å være forbigående og det må anses nødvendig etter god regnskapsskikk. Nedskrivninger er reversert når grunnlaget for nedskrivning ikke lenger er til stede.

Utbytte og andre utdelinger er inntektsført samme år som det er avsatt i datterselskapet. Overstiger utbytte andel av tilbakeholdt resultat etter kjøpet, representerer den overskytende del tilbakebetaling av investert kapital, og utdelingene er fratrukket investeringens verdi i balansen.

Skatter

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 utlignet og nettoført. Netto utsatt skattefordel balanseføres i den grad det er sannsynlig at denne kan bli nyttiggjort.

Note 2 - Lønnskostnader, antall ansatte og lån til ansatte

Selskapet har i regnskapsåret sysselsatt totalt 0 årsverk.

Ingen lønnsutbetalinger i året

Ytelser til ledende personer

Selskapet er pliktig til å ha tjenestepensjonsordning etter lov om obligatorisk tjenestepensjon. Selskapets pensjonsordninger tilfredsstiller kravene i denne loven.

Selskapet har fravalgt revisjon og har derfor ingen kostnader knyttet til dette.

Note 3 - Skatt

<i>Årets skattekostnad fordeler seg på:</i>	2023	2022
Endring utsatt skatt	-3 177	0
Årets totale skattekostnad	<u>-3 177</u>	<u>0</u>
 <i>Beregning av årets skattegrunnlag:</i>	 2023	 2022
Ordinært resultat før skattekostnad	5 801	0
Regnskapsmessig gev. realisasjon av aksjer og andre finansielle instrumenter	-12 000	0



Flow Capital AS

Noter til regnskapet for 2023

Årets skattegrunnlag	-6 199	0
<i>Oversikt over midlertidige forskjeller</i>	2023	2022
Akkumulert fremførbart underskudd før konsernbidrag	-14 442	0
Netto midlertidige forskjeller pr 31.12	-14 442	0
Utsatt skattefordel/Utsatt skatt (22%)	-3 177	0
<i>Forklaring til hvorfor årets skattekostnad ikke utgjør 22% av resultat før skatt</i>	2023	
22% skatt av resultat før skatt	1 276	
Permanente forskjeller (22%)	-2 640	
Beregnet skattekostnad	-1 364	
Effektiv skattesats *)	-23,5 %	
*) Skattekostnad i forhold til resultat før skatt		

Note 4 - Egenkapital

	Aksjekapital	Annen egenkapital	Sum
Egenkapital 01.01.2023	30 000	-8 243	21 757
Årsresultat	0	8 978	8 978
Egenkapital 31.12.2023	30 000	735	30 735

Note 5 - Datterselskap, tilknyttet selskap m v

Konsernregnskapet inngår i konsolideringen til morselskapet

Navn på morselskap	Forretningskontor
Flow Capital AS	Tonningsgata 31 6783 STRYN 4651 Stryn

Begrunnelse for at datterselskap er utelatt fra konsolideringen
størrelse

Selskap	Ervervet	Kontor	Eier- andel	Resultat 2023	Egenkapital pr. 31.12	Bokført verdi pr. 31.12
Flow Hotels & Resorts AS	23.11.2022	Stryn	100 %	130 334	160 335	30 000
Seniortrim AS	07.01.2022	Stryn	50 %	7 172	35 955	15 000
Flow Fitness AS	27.01.2022	Stryn	100 %	-213 272	-194 310	30 000
Sum				-75 766	1 980	75 000

Note 6 - Aksjekapital og aksjonærinformasjon

Aksjekapitalen består av:



Flow Capital AS

Noter til regnskapet for 2023

	Antall	Pålydende	Balansført
Ordinære aksjer	3	10 000	30 000

Oversikt over aksjonærene i selskapet pr. 31.12:

	Ordinære aksjer	Eier- andel	Stemme- andel
Johan Olav Parr Flo	3	100 %	100 %