



ÅRSREGNSKAPET FOR REGNSKAPSÅRET 2025 - GENERELL INFORMASJON

Enheten

Organisasjonsnummer: 922 723 184
Organisasjonsform: Aksjeselskap
Foretaksnavn: MESTRINGSNØKKELEN AS
Forretningsadresse: c/o Marianne Muri
Brandstadkollen 20
1550 HØLEN

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 Muri Sandberg
Dato for fastsettelse av årsregnskapet: 16.04.2026

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, 21.04.2026



Resultatregnskap

Beløp i: NOK	Note	2025	2024
RESULTATREGNSKAP			
Inntekter			
Salgsinntekt		15 000	38 633
Annen driftsinntekt		0	35
Sum inntekter		15 000	38 668
Kostnader			
Varekostnad		19 000	12 118
Lønnskostnad	3, 4	371	0
Annen driftskostnad		59 800	21 096
Sum kostnader		79 171	33 214
Driftsresultat		-64 171	5 454
Finansinntekter og finanskostnader			
Annen finansinntekt		0	17
Sum finansinntekter		0	17
Annen rentekostnad		23	0
Annen finanskostnad		316	0
Sum finanskostnader		339	0
Netto finans		-339	17
Resultat før skattekostnad		-64 510	5 471
Skattekostnad		-48	1 203
Årsresultat		-64 462	4 268
Årsresultat etter minoritetsinteresser		-64 462	4 268
Sum resultatkomponenter for IFRS-foretak		0	0
Totalresultat		-64 462	4 268
Overføringer og disponeringer			
Udekket tap		-54 857	0



Resultatregnskap

Beløp i: NOK	Note	2025	2024
Overføringer til/fra annen egenkapital		-9 606	4 268
Sum overføringer og disponeringer		-64 462	4 268



Balanse

Beløp i: NOK	Note	2025	2024
BALANSE - EIENDELER			
Anleggsmidler			
Immaterielle eiendeler			
Sum immaterielle eiendeler		0	0
Varige driftsmidler			
Sum varige driftsmidler		0	0
Finansielle anleggsmidler			
Sum finansielle anleggsmidler		0	0
Sum anleggsmidler		0	0
Omløpsmidler			
Varer			
Varelager		10 000	29 000
Sum varer		10 000	29 000
Fordringer			
Andre kortsiktige fordringer		0	346
Sum fordringer		0	346
Investeringer			
Sum investeringer		0	0
Bankinnskudd, kontanter og lignende			
Bankinnskudd, kontanter o.l.		713	11 463
Sum bankinnskudd, kontanter og lignende		713	11 463
Sum omløpsmidler		10 713	40 809
SUM EIENDELER		10 713	40 809

BALANSE - EGENKAPITAL OG GJELD



Balanse

Beløp i: NOK	Note	2025	2024
Egenkapital			
Innskutt egenkapital			
Aksjekapital (selskapskapital)		30 000	30 000
Sum innskutt egenkapital		30 000	30 000
Opptjent egenkapital			
Annen egenkapital		-1	9 606
Udekket tap		54 857	0
Sum opptjent egenkapital		-54 857	9 606
Sum egenkapital		-24 857	39 606
Gjeld			
Langsiktig gjeld			
Sum avsetninger for forpliktelser		0	0
Annen langsiktig gjeld			
Øvrig langsiktig gjeld		33 500	0
Sum annen langsiktig gjeld		33 500	0
Sum langsiktig gjeld		33 500	0
Kortsiktig gjeld			
Betalbar skatt		0	1 203
Annen kortsiktig gjeld		2 070	0
Sum kortsiktig gjeld		2 070	1 203
Sum gjeld		35 570	1 203
SUM EGENKAPITAL OG GJELD		10 713	40 809



Brønnøysundregistrene

ÅRSREGNSKAP FOR REGNSKAPSÅRET 2025 - GENERELL INFORMASJON

Journalnummer: 2026 384350

Virksomheten

Organisasjonsnummer: 922 723 184
Organisasjonsform: Aksjeselskap
Foretaksnavn: MESTRINGSNØKKELEN AS
Forretningsadresse: c/o Marianne Muri
Brandstadkollen 20
1550 HØLEN

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 Muri Sandberg
Dato for fastsettelse av årsregnskapet: 16.04.2026

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 ivaretatt ved at innsenderen har rolle/rettighet for innsending i Altinn. Navnet på representanten, som bekrefter at årsregnskapet er godkjent, er i tillegg oppgitt.

Brønnøysundregistrene, 20.04.2026



Organisasjonsnr: 922 723 184
MESTRINGSNØKKELEN AS

RESULTATREGNSKAP

Beløp i: NOK	Note	2025	2024
RESULTATREGNSKAP			
Inntekter			
Salgsinntekt		15 000	38 633
Annen driftsinntekt		0	35
Sum inntekter		15 000	38 668
Kostnader			
Varekostnad		19 000	12 118
Lønnskostnad	3, 4	371	0
Annen driftskostnad		59 800	21 096
Sum kostnader		79 171	33 214
Driftsresultat		-64 171	5 454
Finansinntekter og finanskostnader			
Annen finansinntekt		0	17
Sum finansinntekter		0	17
Annen rentekostnad		23	0
Annen finanskostnad		316	0
Sum finanskostnader		339	0
Netto finans		-339	17
Resultat før skattekostnad		-64 510	5 471
Skattekostnad		-48	1 203
Årsresultat		-64 462	4 268
Årsresultat etter minoritetsinteresser		-64 462	4 268
Sum resultatkomponenter for IFRS-foretak		0	0
Totalresultat		-64 462	4 268
Overføringer og disponeringer			
Udekket tap		-54 857	0
Overføringer til/fra annen egenkapital		-9 606	4 268
Sum overføringer og disponeringer		-64 462	4 268



Organisasjonsnr: 922 723 184
MESTRINGSNØKKELEN AS

BALANSE

Beløp i: NOK	Note	2025	2024
--------------	------	------	------

BALANSE - EIENDELER

Anleggsmidler			
Immaterielle eiendeler			
Sum immaterielle eiendeler		0	0

Varige driftsmidler			
Sum varige driftsmidler		0	0

Finansielle anleggsmidler			
Sum finansielle anleggsmidler		0	0

Sum anleggsmidler		0	0
-------------------	--	---	---

Omløpsmidler

Varer

Varelager		10 000	29 000
Sum varer		10 000	29 000

Fordringer

Andre kortsiktige fordringer		0	346
Sum fordringer		0	346

Investeringer

Sum investeringer		0	0
-------------------	--	---	---

Bankinnskudd, kontanter og lignende

Bankinnskudd, kontanter o. l.		713	11 463
Sum bankinnskudd, kontanter og lignende		713	11 463

Sum omløpsmidler		10 713	40 809
------------------	--	--------	--------

SUM EIENDELER		10 713	40 809
----------------------	--	---------------	---------------

BALANSE - EGENKAPITAL OG GJELD

Egenkapital

Innskutt egenkapital			
Aksjekapital (selskapskapital)		30 000	30 000
Sum innskutt egenkapital		30 000	30 000

Opptjent egenkapital



Annen egenkapital	-1	9 606
Udekket tap	54 857	0
Sum opptjent egenkapital	-54 857	9 606
Sum egenkapital	-24 857	39 606
Gjeld		
Langsiktig gjeld		
Sum avsetninger for forpliktelse	0	0
Annen langsiktig gjeld		
Øvrig langsiktig gjeld	33 500	0
Sum annen langsiktig gjeld	33 500	0
Sum langsiktig gjeld	33 500	0
Kortsiktig gjeld		
Betalbar skatt	0	1 203
Annen kortsiktig gjeld	2 070	0
Sum kortsiktig gjeld	2 070	1 203
Sum gjeld	35 570	1 203
SUM EGENKAPITAL OG GJELD	10 713	40 809



Organisasjonsnr: 922 723 184
MESTRINGSNØKKELEN AS

NOTEOPPLYSNINGER - SELSKAP - alle poster oppgitt i hele tall

Note

1

Regnskapsprinsipper

Årsregnskapet er satt opp i samsvar med regnskapsloven og NRS 8 - God regnskapsskikk for små foretak.

Inntektsføring ved salg av varer og tjenester skjer på leveringstidspunkt. Utgifter kostnadsføres i samme periode som tilhørende inntekt.

Anleggsmidler vurderes til anskaffelseskost, men nedskrives til virkelig verdi dersom verdifallet er betydelig og ikke forventes å være forbigående. Varige driftsmidler balanseføres og avskrives over driftsmiddelets levetid

Omløpsmidler vurderes til laveste av anskaffelseskost og virkelig verdi. Markedsbaserte aksjer vurderes likevel til markedspris. Kundefordringer og andre fordringer er oppført i balansen til pålydende etter fradrag for avsetning til forventet tap. Avsetning til tap gjøres på grunnlag av individuelle vurderinger av de enkelte fordringer.

Skattekostnaden i resultatregnskapet omfattes av periodens beregnede skatt. Utsatt skatt er beregnet med 22 % på grunnlag av de midlertidige forskjellene mellom regnskapsmessige og skattemessige verdier, samt selskapets fremførbare underskudd ved utgangen av regnskapsåret. Utsatt skattefordel balanseføres ikke i henhold til unntaksreglene for små foretak.

Forøvrig er følgende regnskapsprinsipper anvendt:

- * FIFO-metoden for tilordning av anskaffelseskost for ombyttbare finansielle eiendeler
- * Leieavtaler er ikke balanseførte

Virksomhetens
sted: Hølen

Virksomhetens art

Undervisning, kurs online og ved oppmøte, podcast, foredrag, veiledning, workshops, arrangementer skreddersydd til



bedrifter etc. med undervisningsprogram, yoga, stressmestring, mentaltrening og annet som faller naturlig sammen med dette.

Note

2

Er det usikkerhet om fortsatt drift?: Nei

Selskapet er i en oppstartsfase og har begrenset likviditetsbuffer. Videre drift forutsetter at selskapet oppnår planlagt inntektsvekst og/eller tilførsel av finansiering. Årsregnskapet er avlagt under forutsetning om fortsatt drift, og det foreligger pr nå ingen usikkerhet knyttet til om forutsetningene oppnås. Selskapet startet først i januar 2026 med å tilby tjenester og hadde derfor lite inntekt i 2025, samtidig som oppstarts kostnader løp. Dette forklarer avviket. Selskapet endret struktur og tjenester i 2025.

Note

3

Antall årsverk i regnskapsåret

0.00

Note

4

Spesifisering av resultatregnskapet

Lønnskostnader

<u>Lønn</u>	<u>Årets</u>	<u>Fjorårets</u>
	0.00	
<u>Andre ytelser</u>	<u>Årets</u>	<u>Fjorårets</u>
	371.00	
<u>Sum lønnskostnader</u>	<u>Årets</u>	<u>Fjorårets</u>
	371.00	

Mer om årsverk og lønn

Dette er kostnad til kaffe på kontoret som er ført til konto 5911



Årsregnskap 2025

Mestringsnøkkelen

(922 723 184)





Resultatregnskap	Noter	2025	2024
Driftsinntekter			
Salgsinntekt		15 000	38 633
Annen driftsinntekt		0	35
Sum driftsinntekter		15 000	38 668
Driftskostnader			
Varekostnad		19 000	12 118
Lønnskostnad	3, 4	371	0
Annen driftskostnad		59 800	21 096
Sum driftskostnader		79 171	33 214
Driftsresultat		-64 171	5 454
Finansinntekter			
Annen finansinntekt		0	17
Sum finansinntekter		0	17
Finanskostnader			
Annen rentekostnad		23	0
Annen finanskostnad		316	0
Sum finanskostnader		339	0
Netto finans		-339	17
Resultat før skatt		-64 510	5 471
Skattekostnad		-48	1 203
Årsresultat		-64 462	4 268
Overføringer og disponeringer			
Overføringer til/fra annen egenkapital		-9 606	4 268
Udekket tap		-54 857	0
Sum overføringer og disponeringer		-64 462	4 268



Balanse - Eiendeler	Noter	2025	2024
Omløpsmidler			
Varelager		10 000	29 000
Fordringer			
Andre kortsiktige fordringer		0	346
Sum fordringer		0	346
Bankinnskudd, kontanter o.l.		713	11 463
Sum omløpsmidler		10 713	40 809
Sum eiendeler		10 713	40 809



Balanse - Egenkapital og gjeld	Noter	2025	2024
Egenkapital			
Innskutt egenkapital			
Aksjekapital (selskapskapital)		30 000	30 000
Sum innskutt egenkapital		30 000	30 000
Opptjent egenkapital			
Annen egenkapital		-1	9 606
Udekket tap		-54 857	0
Sum opptjent egenkapital		-54 857	9 606
Sum egenkapital		-24 857	39 606
Gjeld			
Annen langsiktig gjeld			
Øvrig langsiktig gjeld		33 500	0
Sum annen langsiktig gjeld		33 500	0
Kortsiktig gjeld			
Betalbar skatt		0	1 203
Annen kortsiktig gjeld		2 070	0
Sum kortsiktig gjeld		2 070	1 203
Sum gjeld		35 570	1 203
Sum egenkapital og gjeld		10 713	40 809



Noter

Note 1: Regnskapsprinsipper

Årsregnskapet er satt opp i samsvar med regnskapsloven og NRS 8 - God regnskapsskikk for små foretak.

Inntektsføring ved salg av varer og tjenester skjer på leveringstidspunkt. Utgifter kostnadsføres i samme periode som tilhørende inntekt.

Anleggsmidler vurderes til anskaffelseskost, men nedskrives til virkelig verdi dersom verdifallet er betydelig og ikke forventes å være forbigående. Varige driftsmidler balanseføres og avskrives over driftsmiddelets levetid.

Omløpsmidler vurderes til laveste av anskaffelseskost og virkelig verdi. Markedsbaserte aksjer vurderes likevel til markedspris. Kundefordringer og andre fordringer er oppført i balansen til pålydende etter fradrag for avsetning til forventet tap. Avsetning til tap gjøres på grunnlag av individuelle vurderinger av de enkelte fordringer.

Skattekostnaden i resultatregnskapet omfattes av periodens beregnede skatt. Utsatt skatt er beregnet med 22 % på grunnlag av de midlertidige forskjellene mellom regnskapsmessige og skattemessige verdier, samt selskapets fremførbare underskudd ved utgangen av regnskapsåret. Utsatt skattefordel balanseføres ikke i henhold til unntaksreglene for små foretak.

Forøvrig er følgende regnskapsprinsipper anvendt:

- FIFO-metoden for tilordning av anskaffelseskost for ombyttbare finansielle eiendeler
- Leieavtaler er ikke balanseførte

Virksomhetens sted

Hølen

Virksomhetens art

Undervisning, kurs online og ved oppmøte, podcast, foredrag, veiledning, workshops, arrangementer skreddersydd til bedrifter etc. med undervisningsprogram, yoga, stressmestring, mentaltrening og annet som faller naturlig sammen med dette.

Note 2: Usikkerhet rundt fortsatt drift

Selskapet er i en oppstartsfase og har begrenset likviditetsbuffer. Videre drift forutsetter at selskapet oppnår planlagt inntektsvekst og/eller tilførsel av finansiering. Årsregnskapet er avlagt under forutsetning om fortsatt drift, og det foreligger pr nå ingen usikkerhet knyttet til om forutsetningene oppnås. Selskapet startet først i januar 2026 med å tilby tjenester og hadde derfor lite inntekt i 2025, samtidig som oppstarts kostnader løp. Dette forklarer avviket. Selskapet endret struktur og tjenester i 2025.

Note 3: Årsverk

Antall årsverk er 0. Selskapet har ikke hatt ansatte dette regnskapsåret.



Note 4: Lønnskostnader

	2025	2024
Lønn	0	0
Arbeidsgiveravgift	0	0
Pensjon	0	0
Andre ytelser	371	0
Sum lønnskostnader	371	0

Dette er kostnad til kaffe på kontoret som er ført til konto 5911



Årsregnskap 2025

Opprettet av Marianne Muri Sandberg <post@mestringsnokkelen.no>

Elektronisk signering

MARIANNE MURI SANDBERG
06.10.1979 - Daglig leder, Styreleder

🕒 Signert

17.04.2026 09:44

🏠 bankID

Dokumentet er digitalt signert med **Fiken Signering**

Dokumentet er signert med Fikens digitale signaturtjeneste. Signaturen er juridisk bindende og viser at innholdet ikke er endret etter signering. Dokumentet kan verifiseres i Adobe Reader, der det vil fremgå at dokumentet er signert med Fiken Signering.



Generert: 17.04.2026 09:44:50