



ÅRSREGNSKAPET FOR REGNSKAPSÅRET 2023 - GENERELL INFORMASJON

Enheten

Organisasjonsnummer: 917 070 970
Organisasjonsform: Aksjeselskap
Foretaksnavn: NO PAIN NO GAIN AS
Forretningsadresse: Sturødveien 24
1622 GRESSVIK

Regnskapsår

Årsregnskapets periode: 01.01.2023 - 31.12.2023

Konsern

Mørselskap 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: MAGNAR NILSEN CONSULTING AS

Dato for fastsettelse av årsregnskapet: 27.05.2024

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, 28.05.2026





Resultatregnskap

Beløp i: NOK	Note	2023	2022
RESULTATREGNSKAP			
Inntekter			
Salgsinntekt		182 963	193 591
Annen driftsinntekt			4 945
Sum inntekter		182 963	198 536
Kostnader			
Lønnskostnad	1	30 957	14 328
Avskrivning av driftsmidler og immaterielle eiendeler	2	111 500	111 500
Annen driftskostnad		103 425	134 203
Sum kostnader		245 882	260 032
Driftsresultat		-62 919	-61 495
Finansinntekter og finanskostnader			
Annen finansinntekt		1 778	1 839
Sum finansinntekter		1 778	1 839
Annen rentekostnad		31 955	24 986
Sum finanskostnader		31 955	24 986
Netto finans		-30 177	-23 147
Ordinært resultat før skattekostnad		-93 096	-84 642
Skattekostnad på resultat	3		
Ordinært resultat etter skattekostnad		-93 096	-84 642
Årsresultat		-93 096	-84 642
Årsresultat etter minoritetsinteresser		-93 096	-84 642
Totalresultat		-93 096	-84 642
Overføringer og disponeringer			
Udekket tap		-93 096	-84 642
Sum overføringer og disponeringer		-93 096	-84 642



Resultatregnskap

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



Balanse

Beløp i: NOK	Note	2023	2022
BALANSE - EIENDELER			
Anleggsmidler			
Immaterielle eiendeler			
Varige driftsmidler			
Driftsløsøre, inventar o.a. utstyr	2	117 900	229 400
Sum varige driftsmidler		117 900	229 400
Finansielle anleggsmidler			
Investering i datterselskap	4	180 018	180 018
Lån til foretak i samme konsern	4	113 775	114 664
Andre langsiktige fordringer		86 400	86 400
Sum finansielle anleggsmidler		380 193	381 082
Sum anleggsmidler		498 093	610 482
Omløpsmidler			
Varer			
Fordringer			
Kundefordringer		18 750	
Sum fordringer		18 750	
Bankinnskudd, kontanter og lignende			
Bankinnskudd, kontanter o.l.	5	8 540	41 843
Sum bankinnskudd, kontanter og lignende		8 540	41 843
Sum omløpsmidler		27 290	41 843
SUM EIENDELER		525 383	652 325

BALANSE - EGENKAPITAL OG GJELD

Egenkapital

Innskutt egenkapital



Balanse

Beløp i: NOK	Note	2023	2022
Aksjekapital	6, 7	30 000	30 000
Sum innskutt egenkapital		30 000	30 000
Opptjent egenkapital			
Udekket tap	7	419 370	326 274
Sum opptjent egenkapital		-419 370	-326 274
Sum egenkapital	8	-389 370	-296 274
Gjeld			
Langsiktig gjeld			
Annen langsiktig gjeld			
Gjeld til kredittinstitusjoner		351 067	393 717
Øvrig langsiktig gjeld	1, 4, 8	533 948	524 224
Sum annen langsiktig gjeld		885 015	917 941
Sum langsiktig gjeld		885 015	917 941
Kortsiktig gjeld			
Leverandørgjeld		11 312	14 345
Betalbar skatt	3		
Skyldig offentlige avgifter		18 426	16 312
Sum kortsiktig gjeld		29 738	30 657
Sum gjeld		914 753	948 598
SUM EGENKAPITAL OG GJELD		525 383	652 325



Brønnøysundregistrene

ÅRSREGNSKAP FOR REGNSKAPSÅRET 2023 - GENERELL INFORMASJON

Journalnummer: 2024 503250

Enheten

Organisasjonsnummer: 917 070 970
Organisasjonsform: Aksjeselskap
Foretaksnavn: NO PAIN NO GAIN AS
Forretningsadresse: Sturødveien 24
1622 GRESSVIK

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: MAGNAR NILSEN CONSULTING AS
Dato for fastsettelse av årsregnskapet: 27.05.2024

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, 12.06.2024

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: 917 070 970
NO PAIN NO GAIN AS

RESULTATREGNSKAP

Beløp i: NOK	Note	2023	2022
RESULTATREGNSKAP			
Inntekter			
Salgsinntekt		182 963	193 591
Annen driftsinntekt			4 945
Sum inntekter		182 963	198 536
Kostnader			
Lønnskostnad	1	30 957	14 328
Avskrivning av driftsmidler og immaterielle eiendeler	2	111 500	111 500
Annen driftskostnad		103 425	134 203
Sum kostnader		245 882	260 032
Driftsresultat		-62 919	-61 495
Finansinntekter og finanskostnader			
Annen finansinntekt		1 778	1 839
Sum finansinntekter		1 778	1 839
Annen rentekostnad		31 955	24 986
Sum finanskostnader		31 955	24 986
Netto finans		-30 177	-23 147
Ordinært resultat før skattekostnad			
Skattekostnad på resultat	3	-93 096	-84 642
Ordinært resultat etter skattekostnad		-93 096	-84 642
Årsresultat		-93 096	-84 642
Årsresultat etter minoritetsinteresser		-93 096	-84 642
Totalresultat		-93 096	-84 642
Overføringer og disponeringer			
Udekket tap		-93 096	-84 642
Sum overføringer og disponeringer		-93 096	-84 642



Organisasjonsnr: 917 070 970
NO PAIN NO GAIN AS

BALANSE

Beløp i: NOK **Note** **2023** **2022**

BALANSE - EIENDELER

Anleggsmidler

Immaterielle eiendeler

Varige driftsmidler

Driftsløsøre, inventar o.

a. utstyr

2

117 900

229 400

Sum varige driftsmidler

117 900

229 400

Finansielle anleggsmidler

Investering i datterselskap

Lån til foretak i samme

konsern

4

180 018

180 018

Andre langsiktige

fordringer

86 400

86 400

Sum finansielle

anleggsmidler

380 193

381 082

Sum anleggsmidler

498 093

610 482

Omløpsmidler

Varer

Fordringer

Kundefordringer

18 750

Sum fordringer

18 750

Bankinnskudd, kontanter

og lignende

Bankinnskudd, kontanter o.

l.

5

8 540

41 843

Sum bankinnskudd,

kontanter og lignende

8 540

41 843

Sum omløpsmidler

27 290

41 843

SUM EIENDELER

525 383

652 325

BALANSE - EGENKAPITAL OG GJELD

Egenkapital

Innskutt egenkapital

Aksjekapital

6, 7

30 000

30 000

Sum innskutt egenkapital

30 000

30 000

Opptjent egenkapital

Udekket tap

7

419 370

326 274



Sum opptjent egenkapital		-419 370	-326 274
Sum egenkapital	8	-389 370	-296 274
Gjeld			
Langsiktig gjeld			
Annen langsiktig gjeld			
Gjeld til			
kredittinstitusjoner		351 067	393 717
Øvrig langsiktig gjeld	1, 4, 8	533 948	524 224
Sum annen langsiktig gjeld		885 015	917 941
Sum langsiktig gjeld		885 015	917 941
Kortsiktig gjeld			
Leverandørgjeld		11 312	14 345
Betalbar skatt	3		
Skyldig offentlige avgifter		18 426	16 312
Sum kortsiktig gjeld		29 738	30 657
Sum gjeld		914 753	948 598
SUM EGENKAPITAL OG GJELD		525 383	652 325



Organisasjonsnr: 917 070 970
NO PAIN NO GAIN AS

NOTEOPPLYSNINGER - SELSKAP - alle poster oppgitt i hele tall

Note

1

Antall årsverk i regnskapsåret
0.00

Sum Beløp

Balanseført verdi 31.12. Varige driftsmidler Immaterielle eiend.

Konsernregnskap

Morselskapet sitt navn

Forretningskontor for morselskapet

Begrunnelse for at datterselskap er utelatt fra konsolideringen

Samlet beløp - tilknyttet selskap Årets Fjorårets

Samlet beløp - foretak i samme konsern Årets Fjorårets

Samlet beløp - foretak i samme konsern Årets Fjorårets

Samlet beløp - felles kontrollert virksomhet Årets Fjorårets

Pantstillelse Beløp

Beholdning av egne aksjer Antall Pålydende Andel av aksjek.



Årsregnskap 2023

No Pain No Gain AS

Resultatregnskap
Balanse
Noter til regnskapet

Org.nr.: 917 070 970



Resultatregnskap

No Pain No Gain AS

Driftsinntekter og driftskostnader	Note	2023	2022
Salgsinntekt		182 963	193 591
Annen driftsinntekt		0	4 945
Sum driftsinntekter		182 963	198 536
Lønnskostnad	1	30 957	14 328
Avskrivning av driftsmidler og immaterielle eiendeler	2	111 500	111 500
Annen driftskostnad		103 425	134 203
Sum driftskostnader		245 882	260 032
Driftsresultat		-62 919	-61 495
Finansinntekter og finanskostnader			
Annen finansinntekt		1 778	1 839
Annen rentekostnad		31 955	24 986
Resultat av finansposter		-30 177	-23 147
Resultat før skattekostnad		-93 096	-84 642
Resultat		-93 096	-84 642
Årsresultat		-93 096	-84 642
Overføringer			
Overført til udekket tap		93 096	84 642
Sum overføringer		-93 096	-84 642



Balanse

No Pain No Gain AS

Eiendeler	Note	2023	2022
Anleggsmidler			
Varige driftsmidler			
Driftsløsøre, inventar o.a. utstyr	2	117 900	229 400
Sum varige driftsmidler		117 900	229 400
Finansielle anleggsmidler			
Investeringer i datterselskap	4	180 018	180 018
Lån til foretak i samme konsern	4	113 775	114 664
Andre langsiktige fordringer		86 400	86 400
Sum finansielle anleggsmidler		380 193	381 082
Sum anleggsmidler		498 093	610 482
Omløpsmidler			
Fordringer			
Kundefordringer		18 750	0
Sum fordringer		18 750	0
Bankinnskudd, kontanter o.l.	5	8 540	41 843
Sum omløpsmidler		27 290	41 843
Sum eiendeler		525 383	652 325



Balanse

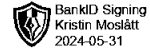
No Pain No Gain AS

Egenkapital og gjeld	Note	2023	2022
Egenkapital			
Innskutt egenkapital			
Aksjekapital	6, 7	30 000	30 000
Sum innskutt egenkapital		30 000	30 000
Opptjent egenkapital			
Udekket tap	7	-419 370	-326 274
Sum opptjent egenkapital		-419 370	-326 274
Sum egenkapital	8	-389 370	-296 274
Gjeld			
Annen langsiktig gjeld			
Gjeld til kredittinstitusjoner		351 067	393 717
Øvrig langsiktig gjeld	1, 4, 8	533 948	524 224
Sum annen langsiktig gjeld		885 015	917 941
Kortsiktig gjeld			
Leverandørgjeld		11 312	14 345
Skyldig offentlige avgifter		18 426	16 312
Sum kortsiktig gjeld		29 738	30 657
Sum gjeld		914 753	948 598
Sum egenkapital og gjeld		525 383	652 325

Moss, 27.05.2024

Styret i No Pain No Gain AS

Kristin Moslått
styreleder/daglig leder



No Pain No Gain AS

Noter til regnskapet pr 31.12.2023

Regnskapsprinsipper

Årsregnskapet er satt opp i samsvar med regnskapsloven og etter god regnskapsskikk for små foretak, jf GRS 8.

Driftsinntekter og kostnader

Inntektsføring skjer etter opptjeningsprinsippet som normalt vil være leveringstidspunktet for varer og tjenester. Kostnader medtas etter sammenstillingsprinsippet, dvs. at kostnader medtas i samme periode som tilhørende inntekter inntektsføres.

Hovedregel for vurdering og klassifisering av eiendeler og gjeld

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

Anleggsmidler vurderes til anskaffelseskost, men nedskrives til virkelig verdi når verdifallet forventes ikke å være forbigående. Anleggsmidler med begrenset økonomisk levetid avskrives planmessig. Langsiktig gjeld balanseføres til nominelt mottatt beløp på etableringstidspunktet.

Omløpsmidler vurderes til laveste av anskaffelseskost og virkelig verdi. Kortsiktig gjeld balanseføres til nominelt mottatt beløp på etableringstidspunktet.

Enkelte poster er vurdert etter andre regler. Postene det gjelder vil være blant de postene som omhandles nedenfor.

Varige driftsmidler

Varige driftsmidler avskrives over forventet økonomisk levetid. Avskrivningene er som hovedregel fordelt lineært over antatt økonomisk levetid.

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. I tillegg gjøres det for øvrige kundefordringer en uspesifisert avsetning for å dekke antatt tap.

Pensjoner

Pensjonsordninger finansiert via sikrede ordninger er ikke balanseført. Pensjonspremien anses i disse tilfeller som pensjonskostnad og klassifiseres sammen med lønnskostnader.

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 reversere i samme periode er utlignet og nettoført.



No Pain No Gain AS

Noter til regnskapet pr 31.12.2023

Note 1 Lønnskostnader, antall ansatte, godtgjørelser, lån til ansatte m.m.

Lønnskostnader	2023	2022
Lønninger	-15 401	-3 600
Arbeidsgiveravgift	17 627	16 067
Andre ytelser	28 731	1 861
Sum	30 957	14 328

Gjennomsnittlig antall årsverk: 0

Selskapet er ikke pliktig til å ha tjenestepensjonsordning etter lov om obligatorisk tjenestepensjon. Aksjonær har ytt lån til selskapet med kr 350 000, samt en kortsiktig fordring på kr 116 052, som motregnes lånet. Lånet er ikke renteberegnet.

Note 2 Anleggsmidler

	Goodwill	Driftsløsøre, inventar ol.	Sum
Anskaffelseskost pr. 01.01.23	400 000	557 970	957 970
= Anskaffelseskost 31.12.23	400 000	557 970	957 970
Akkumulerte avskrivninger 31.12.23	400 000	440 070	840 070
= Bokført verdi 31.12.23	0	117 900	117 900
Årets ordinære avskrivninger		111 500	111 500
Økonomisk levetid	5 år	5 år	

Note 3 Skatt

Årets skattekostnad	2023	2022
Resultatført skatt på ordinært resultat:		
Betalbar skatt	0	0
Endring i utsatt skattefordel	0	0
Skattekostnad ordinært resultat	0	0
Skattepliktig inntekt:		
Resultat før skatt	-93 096	-84 642
Permanente forskjeller	0	0
Endring i midlertidige forskjeller	38 369	20 086
Skattepliktig inntekt	-54 728	-64 556
Betalbar skatt i balansen:		
Betalbar skatt på årets resultat	0	0
Sum betalbar skatt i balansen	0	0

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



No Pain No Gain AS

Noter til regnskapet pr 31.12.2023

	2023	2022	Endring
Varige driftsmidler	-174 626	-136 257	38 369
Sum	-174 626	-136 257	38 369
Akkumulert fremførbart underskudd	-341 435	-286 707	54 728
Inngår ikke i beregningen av utsatt skatt	516 060	422 964	-93 096
Utsatt skattefordel (22 %)	0	0	0

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

Note 4 Aksjer og andeler i andre foretak m.v.

	Eierandel	Anskaffelses- kost	Balanseført verdi	Markeds- verdi
Anleggsmidler				
Mon Platin Norge AS	60 %	180 018	180 018	52 321
Sum	0	180 018	180 018	52 321
Lån til datterselskap				
Mon Platin Norge AS	0	0	0	113 775
Sum utlån	0	0	0	113 775

Det er gitt lån fra Thomsen Lie Holding AS med restgjeld kr 300 000, og renter er ikke beregnet for år 2023.

Note 5 Bundne bankinnskudd

	2023	2022
I posten inngår bundne bankinnskudd med NOK	6 956	7 755

Note 6 Aksjonærtabell

Aksjekapitalen i No Pain No Gain AS pr. 31.12. 2023 består av:

	Antall	Pålydende	Bokført
Ordinære aksjer	100	300,00	30 000
Sum	100		30 000

Eierstruktur

De største aksjonærene i % pr. 31.12 var:

	Ordinære	Eierandel	Stemmeandel
Kristin Moslått	100	100,0	100,0
Totalt antall aksjer	100	100,0	100,0

Aksjer eiet av medlemmer i styret og daglig leder:

Navn	Verv	Ordinære
Kristin Moslått	styreleder/daglig leder	100



No Pain No Gain AS

Noter til regnskapet pr 31.12.2023

Note 7 Egenkapital

	Aksjekapital	Udekket tap	Sum egenkapital
Pr 01.01.2023	30 000	-326 274	-296 274
Årets resultat		-93 096	-93 096
Pr 31.12.2023	30 000	-419 370	-389 370

Note 8 Forutsetning om fortsatt drift

Egenkapitalen er negativ. Inntektene er på samme nivå som i 2022. Det jobbes med nye prosjekter som forventes å gi inntekter. Av annen gjeld på kr 533 948 er netto gjeld til eier kr 233 948 til eier. Kr 300 000 er gjeld til Thomsen Lie Holding AS som eier 40% av Mon Platin Norge AS.