



ÅRSREGNSKAPET FOR REGNSKAPSÅRET 2020 - GENERELL INFORMASJON

Enheten

Organisasjonsnummer: 916 081 243
Organisasjonsform: Aksjeselskap
Foretaksnavn: AMPLE MENTALTRENERNE AS
Forretningsadresse: Porsveien 6
4371 EGRERSUND

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: MORTENSEN LIV MERETHE

Dato for fastsettelse av årsregnskapet: 11.05.2021

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

Brønnøysundregistrene Årsregnskap regnskapsåret 2020 for 916081243

Postadresse: 8910 Brønnøysund

Telefoner: Opplysningstelefonen 75 00 75 00 Telefaks 75 00 75 05

E-post: firmapost@brreg.no Internett: www.brreg.no

Organisasjonsnummer: 974 760 673



Resultatregnskap

Beløp i: NOK	Note	2020	2019
RESULTATREGNSKAP			
Inntekter			
Salgsinntekt		23 514	42 550
Sum inntekter		23 514	42 550
Kostnader			
Varekostnad		5 700	
Annen driftskostnad	1	21 498	35 138
Sum kostnader		27 198	35 138
Driftsresultat		-3 684	7 413
Finansinntekter og finanskostnader			
Annen renteinntekt		5	9
Sum finansinntekter		5	9
Netto finans		5	9
Ordinært resultat før skattekostnad		-3 679	7 422
Skattekostnad på ordinært resultat	2		
Ordinært resultat etter skattekostnad		-3 679	7 422
Årsresultat		-3 679	7 422
Årsresultat etter minoritetsinteresser		-3 679	7 422
Totalresultat		-3 679	7 422
Overføringer og disponeringer			
Udekket tap		-3 679	
Avsatt til annen egenkapital			7 422
Sum overføringer og disponeringer		-3 679	7 422



Balanse

Beløp i: NOK	Note	2020	2019
BALANSE - EIENDELER			
Anleggsmidler			
Immaterielle eiendeler			
Utsatt skattefordel	2		
Sum anleggsmidler		0	0
Omløpsmidler			
Varer			
Fordringer			
Kundefordringer			1 800
Sum fordringer			1 800
Bankinnskudd, kontanter og lignende			
Bankinnskudd, kontanter o.l.		18 281	21 473
Sum bankinnskudd, kontanter og lignende		18 281	21 473
Sum omløpsmidler		18 281	23 273
SUM EIENDELER		18 281	23 273
BALANSE - EGENKAPITAL OG GJELD			
Egenkapital			
Innskutt egenkapital			
Aksjekapital	3, 4	30 000	30 000
Beholdning av egne aksjer	3		
Sum innskutt egenkapital		30 000	30 000
Opptjent egenkapital			
Udekket tap	4	100 981	97 302
Sum opptjent egenkapital		-100 981	-97 302
Sum egenkapital	4	-70 981	-67 302



Balanse

Beløp i: NOK	Note	2020	2019
Gjeld			
Langsiktig gjeld			
Utsatt skatt	2		
Annen langsiktig gjeld			
Sum langsiktig gjeld		0	0
Kortsiktig gjeld			
Betalbar skatt	2		
Annen kortsiktig gjeld	5	89 261	90 575
Sum kortsiktig gjeld		89 261	90 575
Sum gjeld		89 261	90 575
SUM EGENKAPITAL OG GJELD		18 281	23 273



Brønnøysundregistrene

ÅRSREGNSKAP FOR REGNSKAPSÅRET 2020 - GENERELL INFORMASJON

Journalnummer: 2021 288602

Enheten

Organisasjonsnummer: 916 081 243
Organisasjonsform: Aksjeselskap
Foretaksnavn: AMPLE MENTALTRENERNE AS
Forretningsadresse: Porsveien 6
4371 EGRSUND

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: MORTENSEN LIV MERETHE
Dato for fastsettelse av årsregnskapet: 11.05.2021

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, 15.05.2021

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: 916 081 243
AMPLE MENTALTRENERNE AS

RESULTATREGNSKAP

Beløp i: NOK	Note	2020	2019
RESULTATREGNSKAP			
Inntekter			
Salgsinntekt		23 514	42 550
Sum inntekter		23 514	42 550
Kostnader			
Varekostnad		5 700	
Annen driftskostnad	1	21 498	35 138
Sum kostnader		27 198	35 138
Driftsresultat		-3 684	7 413
Finansinntekter og finanskostnader			
Annen renteinntekt		5	9
Sum finansinntekter		5	9
Netto finans		5	9
Ordinært resultat før skattekostnad			
Skattekostnad på ordinært resultat	2	-3 679	7 422
Ordinært resultat etter skattekostnad		-3 679	7 422
Årsresultat		-3 679	7 422
Årsresultat etter minoritetsinteresser		-3 679	7 422
Totalresultat		-3 679	7 422
Overføringer og disponeringer			
Udekket tap		-3 679	
Avsatt til annen egenkapital			7 422
Sum overføringer og disponeringer		-3 679	7 422



Organisasjonsnr: 916 081 243
AMPLE MENTALTRENERNE AS

BALANSE

Beløp i: NOK	Note	2020	2019
BALANSE - EIENDELER			
Anleggsmidler			
Immaterielle eiendeler			
Utsatt skattefordel	2		
Sum anleggsmidler		0	0
Omløpsmidler			
Varer			
Fordringer			
Kundefordringer			1 800
Sum fordringer			1 800
Bankinnskudd, kontanter og lignende			
Bankinnskudd, kontanter o. l.		18 281	21 473
Sum bankinnskudd, kontanter og lignende		18 281	21 473
Sum omløpsmidler		18 281	23 273
SUM EIENDELER		18 281	23 273
BALANSE - EGENKAPITAL OG GJELD			
Egenkapital			
Innskutt egenkapital			
Aksjekapital	3, 4	30 000	30 000
Beholdning av egne aksjer	3		
Sum innskutt egenkapital		30 000	30 000
Opptjent egenkapital			
Udekket tap	4	100 981	97 302
Sum opptjent egenkapital		-100 981	-97 302
Sum egenkapital	4	-70 981	-67 302
Gjeld			
Langsiktig gjeld			
Utsatt skatt	2		
Annen langsiktig gjeld			
Sum langsiktig gjeld		0	0
Kortsiktig gjeld			



Betalbar skatt	2		
Annen kortsiktig gjeld	5	89 261	90 575
Sum kortsiktig gjeld		89 261	90 575
Sum gjeld		89 261	90 575
SUM EGENKAPITAL OG GJELD		18 281	23 273



Organisasjonsnr: 916 081 243
AMPLE MENTALTRENERNE AS

NOTEOPPLYSNINGER - SELSKAP - alle poster oppgitt i hele tall

Note

Regnskapsprinsipper

Note

Antall aksjer og aksjeeiere

<u>Aksjeklasse</u>	<u>Ant. aksjer</u>	<u>Pålydende</u>	<u>Bokført verdi</u>
Ordinære aksjer	30000.00	1.00	30000.00
<u>Aksjeeiere - fritekst</u>	<u>Antall</u>	<u>Eierandel</u>	<u>Aksjeklasse</u>
MORTENSEN LIV MERETHE	15000.00	50.00%	Ordinære aksjer
HÅKULL STEFFEN	15000.00	50.00%	Ordinære aksjer
<u>Sum</u>	<u>Sum antall</u>	<u>Sum eierandel</u>	
	30000.00	100.00%	

Note

1

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>
----------------	-------------	---------------------	----------------------

Note

1

Ytelser til andre ledende personer

Note

1

Antall årsverk i regnskapsåret

Virksomheten har hatt følgende antall årsverk:

0.00

Note

Lån og sikkerhetsstillelse til ledende personer og aksjeeiere



Er det gitt lån eller sikkerhetsstillelse til ledende personer: Nei



Årsregnskap 2020 Ample Mentaltrenerne AS



Resultatregnskap

Ample Mentaltrenerne AS

Driftsinntekter og driftskostnader	Note	2020	2019
Salgsinntekt		23 514	42 550
Sum driftsinntekter		23 514	42 550
Varekostnad		5 700	0
Annen driftskostnad	1	21 498	35 138
Sum driftskostnader		27 198	35 138
Driftsresultat		-3 684	7 413
Finansinntekter og finanskostnader			
Annen renteinntekt		5	9
Resultat av finansposter		5	9
Ordinært resultat før skattekostnad		-3 679	7 422
Skattekostnad på ordinært resultat	2	0	0
Årsresultat		-3 679	7 422
Overføringer			
Avsatt til annen egenkapital		0	7 422
Overført til udekket tap		3 679	0
Sum overføringer		-3 679	7 422



Balanse

Ample Mentaltrenerne AS

Eiendeler	Note	2020	2019
Kundefordringer		0	1 800
Sum fordringer		0	1 800
<i>Bankinnskudd, kontanter o.l</i>			
Bankinnskudd, kontanter o.l.		18 281	21 473
Sum bankinnskudd, kontanter o.l		18 281	21 473
Sum omløpsmidler		18 281	23 273
Sum eiendeler		18 281	23 273
Egenkapital og gjeld			
Egenkapital			
<i>Innskutt egenkapital</i>			
Aksjekapital	3, 4	30 000	30 000
Sum innskutt egenkapital		30 000	30 000
<i>Opptjent egenkapital</i>			
Udekket tap	4	-100 981	-97 302
Sum opptjent egenkapital		-100 981	-97 302
Sum egenkapital	4	-70 981	-67 302
<i>Kortsiktig gjeld</i>			
Annen kortsiktig gjeld	5	89 261	90 575
Sum kortsiktig gjeld		89 261	90 575
Sum gjeld		89 261	90 575
Sum egenkapital og gjeld		18 281	23 273

Egersund, 11.05.2021
Styret i Ample Mentaltrenerne AS

MORTENSEN LIV MERETHE
styreleder/daglig leder

HÅKULL STEFFEN
styremedlem



Noter til regnskapet 2020

Regnskapsprinsipper

Årsregnskapet er satt opp i samsvar med regnskapsloven og god regnskapsskikk for små foretak. Forutsetningen om fortsatt drift er lagt til grunn ved utarbeidelsen.

Bruk av estimater

Utarbeidelse av regnskap i samsvar med regnskapsloven krever bruk av estimater. Videre krever anvendelse av selskapets regnskapsprinsipper at ledelsen må utøve skjønn.

Salgsinntekter

Salg av varer inntektsføres skjer på leveringstidspunktet. Salg av tjenester inntektsføres etter hvert som de er levert.

Klassifisering og vurdering av balanseposter

Eiendeler bestemt til varig eie eller bruk er klassifisert som anleggsmidler. Anleggsmidler er vurdert til anskaffelseskost. Omløpsmidler og kortsiktig gjeld omfatter normalt poster som forfaller til betaling innen ett år etter balansedagen, samt poster som knytter seg til varekretsløpet. Omløpsmidler vurderes til laveste verdi av anskaffelseskost og antatt virkelig verdi.

Fordringer klassifiseres som omløpsmidler hvis de skal tilbakebetales i løpet av ett år. For gjeld er analoge kriterier lagt til grunn. Første års avdrag på langsiktige fordringer og langsiktig gjeld klassifiseres likevel ikke som omløpsmiddel og kortsiktig gjeld.

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

Fordringer

Kundefordringer og andre fordringer er oppført i balansen til pålydende etter fradrag for avsetning til forventet tap. Avsetning for tap gjøres på grunnlag av individuelle vurderinger av de enkelte fordringene. I tillegg gjøres det for øvrige kundefordringer en uspesifisert avsetning for å dekke antatt tap.

Skatt

Skattekostnaden i resultatregnskapet omfatter både periodens betalbare skatt og endring i utsatt skatt. Utsatt skatt beregnes med 22 % på grunnlag av de midlertidige forskjeller som eksisterer mellom regnskapsmessige og skattemessige verdier, samt eventuelt 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 ikke, i samsvar med unntaksreglene for små foretak.

Note 1 Lønnskostnader, ingen ansatte

Det er ikke utbetalt ytelser til styret eller ledende personer i 2020.

Det er ikke gitt lån/sikkerhetsstillelse til daglig leder, styrets leder eller andre nærstående parter.

OTP

Selskapet har ingen ansatte og er følgelig ikke pliktet å til å ha tjenestepensjonsordning etter lov om obligatorisk tjenestepensjon.

Revisor

Selskapet har fravalgt revisor.

Ample Mentaltrenerne AS

Side 4



Noter til regnskapet 2020

Note 2 Skatt

Årets skattekostnad	2020	2019
Resultatført skatt på ordinært resultat:		
Betalbar skatt	0	0
Endring i utsatt skattefordel	0	0
Skattekostnad ordinært resultat	0	0
Skattepliktig inntekt:		
Ordinært resultat før skatt	-3 679	7 422
Permanente forskjeller	0	0
Anvendelse av fremførbart underskudd	0	-7 422
Skattepliktig inntekt	-3 679	0
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

	2020	2019	Endring
Akkumulert fremførbart underskudd	-105 092	-101 414	3 679
Inngår ikke i beregningen av utsatt skatt	105 092	101 414	-3 679
Utsatt skattefordel (22 %)	0	0	0

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

Note 3 Aksjonærer

Aksjekapitalen i Ample Mentaltrenerne AS pr. 31.12 består av:

	Antall	Pålydende	Bokført
Ordinære aksjer	30 000	1,0	30 000
Sum	30 000		30 000

Eierstruktur

De største aksjonærene i % pr. 31.12 var:

	Ordinære	Eierandel	Stemmeandel
HÅKULL STEFFEN	15 000	50,0	50,0
MORTENSEN LIV MERETHE	15 000	50,0	50,0
Totalt antall aksjer	30 000	100,0	100,0

Aksjer og opsjoner eiet av medlemmer i styret og daglig leder:

Navn	Verv	Ordinære
MORTENSEN LIV MERETHE	styreleder/daglig leder	15 000
HÅKULL STEFFEN	styremedlem	15 000
Totalt antall aksjer		30 000

Liv Merethe Mortensen er styreleder, Steffen Håkull er styremedlem.



Noter til regnskapet 2020

Note 4 Egenkapital

	Aksjekapital	Annen egenkapital	Sum egenkapital
Egenkapital Pr. 01.01.2020	30 000	-97 302	-67 302
Årets resultat		-3 679	-3 679
Pr. 31.12.2020	30 000	-100 981	-70 981

Selskapets Egenkapital er mindre en 50% av aksjekapitalen, eierne har satt inn ansvarlig lån som gjør at kreditorer ikke påføres tap.



Noter til regnskapet 2020

Note 5 Annen Kortsiktig gjeld

Eierne har satt inn ansvarlig lån på kr. 89 261,-

Lånet tilbakebetales når likviditeten tilsier det. Lånet blir ikke renteberegnet.

Note 7 Hendelser etter balansedagen

Koronapandemien som inntraff i januar 2020 har ikke hatt den store betydning for årsregnskapet for 2019. Hendelsen har heller ikke hatt vesentlig negativ betydning for foretakets stilling og resultat i perioden mellom balansedagen og tidspunktet for avleggelse av årsregnskapet.

Hendelsen anses ikke å ha skapt vesentlig usikkerhet om foretakets evne til fortsatt drift.