



ÅRSREGNSKAPET FOR REGNSKAPSÅRET 2023 - GENERELL INFORMASJON

Enheten

Organisasjonsnummer: 914 830 486
Organisasjonsform: Aksjeselskap
Foretaksnavn: FRISK TRIM & HELSE AS
Forretningsadresse: Veiskifte 36
9050 STORSTEINNES

Regnskapsår

Årsregnskapets periode: 01.01.2023 - 31.12.2023

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: Laila Monica Johannessen
Dato for fastsettelse av årsregnskapet: 28.05.2024

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, 04.06.2025



Resultatregnskap

Beløp i: NOK	Note	2023	2022
RESULTATREGNSKAP			
Inntekter			
Salgsinntekt		1 909 469	1 731 542
Annen driftsinntekt		317 038	387 056
Sum inntekter		2 226 506	2 118 598
Kostnader			
Varekostnad	4	117 204	103 822
Lønnskostnad	1	717 021	769 410
Avskrivning av driftsmidler og immaterielle eiendeler	2	197 200	243 768
Nedskrivning av varige driftsmidler og immaterielle eiendeler	2		
Annen driftskostnad	1	934 218	819 926
Sum kostnader		1 965 643	1 936 926
Driftsresultat		260 863	181 672
Finansinntekter og finanskostnader			
Annen renteinntekt		4 730	223
Sum finansinntekter		4 730	223
Annen rentekostnad		158 278	125 105
Sum finanskostnader		158 278	125 105
Netto finans		-153 548	-124 883
Ordinært resultat før skattekostnad		107 316	56 790
Skattekostnad på resultat	3	23 608	12 495
Ordinært resultat etter skattekostnad		83 708	44 295
Årsresultat	6	83 708	44 295
Årsresultat etter minoritetsinteresser		83 708	44 295
Totalresultat		83 708	44 295
Overføringer og disponeringer			



Resultatregnskap

Beløp i: NOK	Note	2023	2022
Avsatt til annen egenkapital		83 708	44 295
Sum overføringer og disponeringer		83 708	44 295



Balanse

Beløp i: NOK	Note	2023	2022
BALANSE - EIENDELER			
Anleggsmidler			
Immaterielle eiendeler			
Utsatt skattefordel	3	62 013	46 780
Sum immaterielle eiendeler		62 013	46 780
Varige driftsmidler			
Tomter, bygninger o.a. fast eiendom		3 694 266	3 877 066
Driftsløsøre, inventar o.a. utstyr	2	109 148	23 140
Sum varige driftsmidler	2	3 803 414	3 900 206
Sum anleggsmidler		3 865 427	3 946 986
Omløpsmidler			
Varer			
Sum varer	4	72 942	77 394
Fordringer			
Kundefordringer		-10 148	20 893
Andre kortsiktige fordringer		-7 288	7 577
Sum fordringer		-17 436	28 470
Bankinnskudd, kontanter og lignende			
Bankinnskudd, kontanter o.l.	5	403 657	338 405
Sum bankinnskudd, kontanter og lignende		403 657	338 405
Sum omløpsmidler		459 163	444 269
SUM EIENDELER		4 324 589	4 391 255
BALANSE - EGENKAPITAL OG GJELD			
Egenkapital			
Innskutt egenkapital			
Aksjekapital	7	30 000	30 000



Balanse

Beløp i: NOK	Note	2023	2022
Beholdning av egne aksjer	7		
Sum innskutt egenkapital		30 000	30 000
Opptjent egenkapital			
Annen egenkapital		1 683 716	1 600 008
Sum opptjent egenkapital		1 683 716	1 600 008
Sum egenkapital	6	1 713 716	1 630 008
Gjeld			
Langsiktig gjeld			
Utsatt skatt	3		
Annen langsiktig gjeld			
Langsiktig konserngjeld		2 419 308	2 547 875
Sum annen langsiktig gjeld		2 419 308	2 547 875
Sum langsiktig gjeld		2 419 308	2 547 875
Kortsiktig gjeld			
Leverandørgjeld		24 795	422
Betalbar skatt	3	38 841	38 487
Skyldig offentlige avgifter		34 122	78 349
Annen kortsiktig gjeld	8	93 809	96 114
Sum kortsiktig gjeld		191 566	213 372
Sum gjeld		2 610 874	2 761 247
SUM EGENKAPITAL OG GJELD		4 324 589	4 391 255



Brønnøysundregistrene

ÅRSREGNSKAP FOR REGNSKAPSÅRET 2023 - GENERELL INFORMASJON

Journalnummer: 2024 593229

Enheten

Organisasjonsnummer: 914 830 486
Organisasjonsform: Aksjeselskap
Foretaksnavn: FRISK TRIM & HELSE AS
Forretningsadresse: Veiskifte 36
9050 STORSTEINNES

Regnskapsår

Årsregnskapets periode: 01.01.2023 - 31.12.2023

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: Laila Monica Johannessen
Dato for fastsettelse av årsregnskapet: 28.05.2024

Revisjon

Selskapet har besluttet at årsregnskapet
ikke skal revideres: 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, 03.07.2024



Organisasjonsnr: 914 830 486
FRISK TRIM & HELSE AS

RESULTATREGNSKAP

Beløp i: NOK	Note	2023	2022
RESULTATREGNSKAP			
Inntekter			
Salgsinntekt		1 909 469	1 731 542
Annen driftsinntekt		317 038	387 056
Sum inntekter		2 226 506	2 118 598
Kostnader			
Varekostnad	4	117 204	103 822
Lønnskostnad	1	717 021	769 410
Avskrivning av driftsmidler og immaterielle eiendeler	2	197 200	243 768
Nedskrivning av varige driftsmidler og immaterielle eiendeler	2		
Annen driftskostnad	1	934 218	819 926
Sum kostnader		1 965 643	1 936 926
Driftsresultat		260 863	181 672
Finansinntekter og finanskostnader			
Annen renteinntekt		4 730	223
Sum finansinntekter		4 730	223
Annen rentekostnad		158 278	125 105
Sum finanskostnader		158 278	125 105
Netto finans		-153 548	-124 883
Ordinært resultat før skattekostnad			
Skattekostnad på resultat	3	23 608	12 495
Ordinært resultat etter skattekostnad		83 708	44 295
Årsresultat	6	83 708	44 295
Årsresultat etter minoritetsinteresser		83 708	44 295
Totalresultat		83 708	44 295
Overføringer og disponeringer			
Avsatt til annen egenkapital		83 708	44 295
Sum overføringer og disponeringer		83 708	44 295





Organisasjonsnr: 914 830 486
FRISK TRIM & HELSE AS

BALANSE

Beløp i: NOK	Note	2023	2022
BALANSE - EIENDELER			
Anleggsmidler			
Immaterielle eiendeler			
Utsatt skattefordel	3	62 013	46 780
Sum immaterielle eiendeler		62 013	46 780
Varige driftsmidler			
Tomter, bygninger o.a. fast eiendom		3 694 266	3 877 066
Driftsløsøre, inventar o. a. utstyr	2	109 148	23 140
Sum varige driftsmidler	2	3 803 414	3 900 206
Sum anleggsmidler		3 865 427	3 946 986
Omløpsmidler			
Varer			
Sum varer	4	72 942	77 394
Fordringer			
Kundefordringer		-10 148	20 893
Andre kortsiktige fordringer		-7 288	7 577
Sum fordringer		-17 436	28 470
Bankinnskudd, kontanter og lignende			
Bankinnskudd, kontanter o. l.	5	403 657	338 405
Sum bankinnskudd, kontanter og lignende		403 657	338 405
Sum omløpsmidler		459 163	444 269
SUM EIENDELER		4 324 589	4 391 255
BALANSE - EGENKAPITAL OG GJELD			
Egenkapital			
Innskutt egenkapital			
Aksjekapital	7	30 000	30 000
Beholdning av egne aksjer	7		
Sum innskutt egenkapital		30 000	30 000
Opptjent egenkapital			
Annen egenkapital		1 683 716	1 600 008
Sum opptjent egenkapital		1 683 716	1 600 008



Sum egenkapital	6	1 713 716	1 630 008
Gjeld			
Langsiktig gjeld			
Utsatt skatt	3		
Annen langsiktig gjeld			
Langsiktig konserngjeld		2 419 308	2 547 875
Sum annen langsiktig gjeld		2 419 308	2 547 875
Sum langsiktig gjeld		2 419 308	2 547 875
Kortsiktig gjeld			
Leverandørgjeld		24 795	422
Betalbar skatt	3	38 841	38 487
Skyldig offentlige avgifter		34 122	78 349
Annen kortsiktig gjeld	8	93 809	96 114
Sum kortsiktig gjeld		191 566	213 372
Sum gjeld		2 610 874	2 761 247
SUM EGENKAPITAL OG GJELD		4 324 589	4 391 255



Organisasjonsnr: 914 830 486
FRISK TRIM & HELSE AS

NOTEOPPLYSNINGER - SELSKAP - alle poster oppgitt i hele tall

Note

Antall årsverk i regnskapsåret
1.00

<u>Sum</u>	<u>Beløp</u>
------------	--------------

<u>Balanseført verdi 31.12.</u>	<u>Varige driftsmidler</u>	<u>Immaterielle eiend.</u>
---------------------------------	----------------------------	----------------------------

Konsernregnskap

Morselskapet sitt navn

Forretningskontor for morselskapet

Begrunnelse for at datterselskap er utelatt fra konsolideringen

<u>Samlet beløp - tilknyttet selskap</u>	<u>Årets</u>	<u>Fjorårets</u>
--	--------------	------------------

<u>Samlet beløp - foretak i samme konsern</u>	<u>Årets</u>	<u>Fjorårets</u>
---	--------------	------------------

<u>Samlet beløp - foretak i samme konsern</u>	<u>Årets</u>	<u>Fjorårets</u>
---	--------------	------------------

<u>Samlet beløp - felles kontrollert virksomhet</u>	<u>Årets</u>	<u>Fjorårets</u>
---	--------------	------------------

<u>Pantstillelse</u>	<u>Beløp</u>
----------------------	--------------

<u>Beholdning av egne aksjer</u>	<u>Antall</u>	<u>Pålydende</u>	<u>Andel av aksjek.</u>
----------------------------------	---------------	------------------	-------------------------



Årsregnskap

2023

FRISK TRIM & HELSE AS

Org.nr.:914 830 486

Styrets årsberetning
Resultatregnskap
Balanse
Noter
Revisjonsberetning

Utarbeidet av:
SPAREBANK 1 REGNSKAPSHUSET NORD-NORGE AS





RESULTATREGNSKAP

FRISK TRIM & HELSE AS

DRIFTSINNEKTER OG DRIFTSKOSTNADER	Note	2023	2022
Salgsinntekt		1 909 469	1 731 542
Annen driftsinntekt		317 038	387 056
Sum driftsinntekter		2 226 506	2 118 598
Varekostnad	4	117 204	103 822
Lønnskostnad	1	717 021	769 410
Avskrivning av driftsmidler og immaterielle eiendeler	2	197 200	243 768
Annen driftskostnad	1	934 218	819 926
Sum driftskostnader		1 965 643	1 936 926
Driftsresultat		260 863	181 672
FINANSINNEKTER OG FINANSKOSTNADER			
Annen renteinntekt		4 730	223
Annen rentekostnad		158 278	125 105
Resultat av finansposter		-153 548	-124 883
Resultat før skattekostnad		107 316	56 790
Skattekostnad på resultat	3	23 608	12 495
Årsresultat	6	83 708	44 295
OVERFØRINGER			
Avsatt til annen egenkapital		83 708	44 295
Sum overføringer		83 708	44 295



BALANSE

FRISK TRIM & HELSE AS

EIENDELER	Note	2023	2022
ANLEGGSMIDLER			
IMMATERIELLE EIENDELER			
Utsatt skattefordel	3	62 013	46 780
Sum immaterielle eiendeler		62 013	46 780
VARIGE DRIFTSMIDLER			
Tomter, bygninger o.a. fast eiendom		3 694 266	3 877 066
Driftsløsøre, inventar o.a. utstyr	2	109 148	23 140
Sum varige driftsmidler	2	3 803 414	3 900 206
FINANSIELLE ANLEGGSMIDLER			
Sum anleggsmidler		3 865 427	3 946 986
OMLØPSMIDLER			
Lager av varer og annen beholdning	4	72 942	77 394
FORDRINGER			
Kundefordringer		-10 148	20 893
Andre kortsiktige fordringer		-7 288	7 577
Sum fordringer		-17 436	28 470
INVESTERINGER			
Bankinnskudd, kontanter o.l.	5	403 657	338 405
Sum omløpsmidler		459 163	444 269
Sum eiendeler		4 324 589	4 391 255



BALANSE

FRISK TRIM & HELSE AS

EGENKAPITAL OG GJELD	Note	2023	2022
EGENKAPITAL			
INNSKUTT EGENKAPITAL			
Aksjekapital	7	30 000	30 000
Sum innskutt egenkapital		30 000	30 000
OPPTJENT EGENKAPITAL			
Annen egenkapital		1 683 716	1 600 008
Sum opptjent egenkapital		1 683 716	1 600 008
Sum egenkapital	6	1 713 716	1 630 008
GJELD			
AVSETNING FOR FORPLIKTELSER			
ANNEN LANGSIKTIG GJELD			
Langsiktig konserngjeld		2 419 308	2 547 875
Sum annen langsiktig gjeld		2 419 308	2 547 875
KORTSIKTIG GJELD			
Leverandørgjeld		24 795	422
Betalbar skatt	3	38 841	38 487
Skyldig offentlige avgifter		34 122	78 349
Annen kortsiktig gjeld	8	93 809	96 114
Sum kortsiktig gjeld		191 566	213 372
Sum gjeld		2 610 874	2 761 247
Sum egenkapital og gjeld		4 324 589	4 391 255

Styret i Frisk Trim & Helse AS

Laila Monica Johannessen
styreleder/daglig leder



Regnskapsprinsipper:

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

Omløpsmidler og kortsiktig gjeld

Omløpsmidler og kortsiktig gjeld omfatter normalt poster som forfaller til betaling innen ett år etter siste dag i regnskapsåret, samt poster som knytter seg til varekretsløpet. Omløpsmidler vurderes til laveste verdi av anskaffelseskost og antatt virkelig verdi (Laveste verdis prinsipp).

Anleggsmidler og langsiktig gjeld

Anleggsmidler omfatter eiendeler bestemt til varig eie og bruk for virksomheten. Anleggsmidler er vurdert til anskaffelseskost. Varige driftsmidler føres opp i balansen og avskrives over driftsmidlets forventede økonomiske levetid. Varige driftsmidler nedskrives til virkelig verdi ved verdifall som forventes ikke å være av forbigående art. Nedskrivninger blir reversert når grunnlaget for nedskrivningen ikke lenger finnes å være til stede.

Inntektsføring

Inntektsføring ved salg av varer skjer på leveringstidspunktet. Tjenester inntektsføres i takt med utførelsen. Andelen av salgsinntekter som knytter seg til fremtidige serviceytelser, balanseføres som uopptjent inntekt ved salget og inntektsføres deretter i takt med levering av ytelsene.

Varer

Varer er vurdert til det laveste av gjennomsnittlig anskaffelseskost og netto salgsverdi (laveste verdis prinsipp).

Fordringer

Kundefordringer føres opp i balansen til pålydende etter fradrag for avsetning til påregnelig tap. Avsetning til påregnelig 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. Andre fordringer er også gjenstand for en tilsvarende vurdering.

Skatt

Skattekostnaden i resultatregnskapet omfatter periodens betalbare skatt som blir utlignet og forfaller til betaling i neste regnskapsår i tillegg til endring i utsatt skatt. Utsatt skatt er beregnet med skattesatsen ved utgangen av regnskapsåret (22 %) på grunnlag av skattereduserende og skatteøkende midlertidige forskjeller som eksisterer mellom regnskapsmessige og skattemessige verdier. I beregningen er det også medtatt skattemessig framførbart underskudd ved regnskapsårets utgang. Skatteøkende og skattereduserende midlertidige forskjeller som reverserer eller kan reversere i samme periode er utlignet og nettoført.

Note 1 Lønnskostnader og ytelser, godtgjørelser til daglig leder, styret og revisor

LØNSKOSTNADER

	2023	2022
Lønninger	637 115	697 406
Arbeidsgiveravgift	33 512	36 105
Pensjonskostnader	18 269	15 308
Andre ytelser	28 125	20 591
Sum	717 021	769 410

Selskapet har i 2023 sysselsatt 1 årsverk.

PENSJONSFORPLIKTELSER



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

Selskapet har fravalgt revisjon, og har dermed ingen revisjonskostnader.

Note 2 Anleggsmidler

	Bygninger og tomter	Driftsløsøre, inventar ol.	Sum
Anskaffelseskost pr. 01.01.23	4 196 143	291 496	4 487 639
Tilgang kjøpte driftsmidler		100 408	100 408
Anskaffelseskost 31.12.23	4 196 143	391 904	4 588 046
Akkumulerte avskrivninger 31.12.23	502 462	282 756	785 218
Av- og nedskrivninger pr. 31.12.23	502 462	282 756	785 218
Bokført verdi 31.12.23	3 693 681	109 148	3 802 829
Årets ordinære avskrivninger	182 800	14 400	197 200
Økonomisk levetid	10-25 år	3-5 år	

Note 3 Skatt

Årets skattekostnad	2023	2022
Resultatført skatt på ordinært resultat:		
Betalbar skatt	38 841	38 487
Endring i utsatt skattefordel	-15 233	-25 992
Skattekostnad ordinært resultat	23 608	12 495
Skattepliktig inntekt:		
Ordinært resultat før skatt	107 316	56 790
Permanente forskjeller	0	0
Endring i midlertidige forskjeller	69 236	118 149
Skattepliktig inntekt	176 551	174 939
Betalbar skatt i balansen:		
Betalbar skatt på årets resultat	38 841	38 487
Sum betalbar skatt i balansen	38 841	38 487
Beregning av effektiv skattesats		
Resultat før skatt	107 316	56 790
Beregnet skatt av resultat før skatt	23 609	12 494



Sum	23 609	12 494
Effektiv skattesats	22,0 %	22,0 %

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

	2023	2022	Endring
Varige driftsmidler	-258 034	-197 641	60 393
Fordringer	-23 843	-15 000	8 843
Sum	-281 877	-212 641	69 236
Grunnlag for utsatt skattefordel	-281 877	-212 641	69 236
Utsatt skattefordel (22 %)	-62 013	-46 781	15 232

Note 4 Varer

Varelager	2023	2022
Lager av innkjøpte handelsvarer	72 942	77 394
Sum varelager	72 942	77 394

Note 5 Bankinnskudd

Innestående midler på skattetrekkkonto (bundne midler) er på kr. 8 592,-

Note 6 Egenkapital

	Aksjekapital	Overkurs	Annen Innskutt egenkapital	Annen egenkapital	Sum egenkapital
Pr. 31.12.2022	30 000	0	0	1 600 008	1 630 008
Årets resultat				83 708	83 708
Pr 31.12.2023	30 000	0	0	1 683 716	1 713 716



Note 7 Aksjonærer

AKSJEKAPITALEN I FRISK TRIM & HELSE AS PR. 31.12 BESTÅR AV:

	Antall	Pålydende	Bokført
Ordinære aksjer	300	100,0	30 000
Sum	300		30 000

EIERSTRUKTUR

De største aksjonærene i % pr. 31.12 var:

	Ordinære	Eierandel	Stemmeandel
Laila Monica Johannessen	300	100,0	100,0

AKSJER EIET AV MEDLEMMER I STYRET OG DAGLIG LEDER:

Navn	Verv	Ordinære
Laila Monica Johannessen	styreleder/daglig leder	300
Totalt antall aksjer		300

Note 8; Gjeld til eier

Gjeld til eier er på kr 28 537 pr 31.12, dette renteberegnes ikke.