



ÅRSREGNSKAPET FOR REGNSKAPSÅRET 2021 - GENERELL INFORMASJON

Enheten

Organisasjonsnummer: 923 716 491
Organisasjonsform: Aksjeselskap
Foretaksnavn: HELSE OG TRENING AS
Forretningsadresse: Marmorneset 21
5232 PARADIS

Regnskapsår

Årsregnskapets periode: 01.01.2021 - 31.12.2021

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: Arne Instebo
Dato for fastsettelse av årsregnskapet: 26.05.2022

Grunnlag for avgivelse

År 2021: Årsregnskapet er elektronisk innlevert
År 2020: Tall er hentet fra elektronisk innlevert årsregnskap fra 2021

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, 26.06.2022



Resultatregnskap

Beløp i: NOK	Note	2021	2020
RESULTATREGNSKAP			
Inntekter			
Salgsinntekt		124 230	
Sum inntekter		124 230	0
Kostnader			
Varekostnad		45 694	
Lønnskostnad		10 683	
Annen driftskostnad	1	84 920	14 260
Sum kostnader		141 297	14 260
Driftsresultat		-17 067	-14 260
Netto finans			
Annen rentekostnad		362	
Annen finanskostnad		1 309	
Sum finanskostnader		1 670	
Ordinært resultat før skattekostnad		-18 738	-14 260
Skattekostnad på ordinært resultat	2,3	4 445	-4 445
Ordinært resultat etter skattekostnad		-23 183	-9 815
Årsresultat		-23 183	-9 815
Årsresultat etter minoritetsinteresser		-23 183	-9 815
Overføringer og disponeringer			
Udekket tap	4	-23 183	-9 815
Sum overføringer og disponeringer		-23 183	-9 815



Balanse

Beløp i: NOK	Note	2021	2020
BALANSE - EIENDELER			
Anleggsmidler			
Immaterielle eiendeler			
Utsatt skattefordel	3		4 445
Sum immaterielle eiendeler			4 445
Sum anleggsmidler		0	4 445
Omløpsmidler			
Varer			
Fordringer			
Kundefordringer		127 900	
Andre kortsiktige fordringer		70 209	
Konsernfordringer			8 287
Sum fordringer		198 109	8 287
Bankinnskudd, kontanter og lignende			
Bankinnskudd, kontanter o.l.	5	1 492	1 507
Sum bankinnskudd, kontanter og lignende		1 492	1 507
Sum omløpsmidler		199 601	9 794
SUM EIENDELER		199 601	14 239
BALANSE - EGENKAPITAL OG GJELD			
Egenkapital			
Innskutt egenkapital			
Selskapskapital	6,7	30 000	30 000
Sum innskutt egenkapital		30 000	30 000
Opptjent egenkapital			
Udekket tap	4	38 943	15 761
Sum opptjent egenkapital		-38 943	-15 761



Balanse

Beløp i: NOK	Note	2021	2020
Sum egenkapital		-8 943	14 239
Sum langsiktig gjeld		0	0
Kortsiktig gjeld			
Leverandørgjeld		8 573	
Skyldig offentlige avgifter		35 289	
Kortsiktig konserngjeld	8	164 682	
Sum kortsiktig gjeld		208 544	
Sum gjeld		208 544	0
SUM EGENKAPITAL OG GJELD		199 601	14 239



Brønnøysundregistrene

ÅRSREGNSKAP FOR REGNSKAPSÅRET 2021 - GENERELL INFORMASJON

Journalnummer: 2022 512137

Enheten

Organisasjonsnummer: 923 716 491
Organisasjonsform: Aksjeselskap
Foretaksnavn: HELSE OG TRENING AS
Forretningsadresse: Marmorneset 21
5232 PARADIS

Regnskapsår

Årsregnskapets periode: 01.01.2021 - 31.12.2021

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: Arne Instebo
Dato for fastsettelse av årsregnskapet: 26.05.2022

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 2021: Årsregnskap er elektronisk innlevert.
År 2020: Tall er hentet fra elektronisk innlevert årsregnskap fra 2021.

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, 25.06.2022

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: 923 716 491
HELSE OG TRENING AS

RESULTATREGNSKAP

Beløp i: NOK	Note	2021	2020
RESULTATREGNSKAP			
Inntekter			
Salgsinntekt		124 230	
Sum inntekter		124 230	0
Kostnader			
Varekostnad		45 694	
Lønnskostnad		10 683	
Annen driftskostnad	1	84 920	14 260
Sum kostnader		141 297	14 260
Driftsresultat		-17 067	-14 260
Netto finans			
Annen rentekostnad		362	
Annen finanskostnad		1 309	
Sum finanskostnader		1 670	
Netto finans		-1 670	
Ordinært resultat før skattekostnad			
Skattekostnad på ordinært resultat	2,3	4 445	-4 445
Ordinært resultat etter skattekostnad		-23 183	-9 815
Årsresultat		-23 183	-9 815
Årsresultat etter minoritetsinteresser		-23 183	-9 815
Overføringer og disponeringer			
Udekket tap	4	-23 183	-9 815
Sum overføringer og disponeringer		-23 183	-9 815



Organisasjonsnr: 923 716 491
HELSE OG TRENING AS

BALANSE

Beløp i: NOK	Note	2021	2020
--------------	------	------	------

BALANSE - EIENDELER

Anleggsmidler

Immaterielle eiendeler

Utsatt skattefordel	3		4 445
Sum immaterielle eiendeler			4 445

Sum anleggsmidler		0	4 445
--------------------------	--	----------	--------------

Omløpsmidler

Varer

Fordringer

Kundefordringer		127 900	
Andre kortsiktige fordringer		70 209	
Konsernfordringer			8 287
Sum fordringer		198 109	8 287

Bankinnskudd, kontanter og lignende

Bankinnskudd, kontanter o. l.	5	1 492	1 507
Sum bankinnskudd, kontanter og lignende		1 492	1 507

Sum omløpsmidler		199 601	9 794
-------------------------	--	----------------	--------------

SUM EIENDELER		199 601	14 239
----------------------	--	----------------	---------------

BALANSE - EGENKAPITAL OG GJELD

Egenkapital

Innskutt egenkapital

Selskapskapital	6,7	30 000	30 000
Sum innskutt egenkapital		30 000	30 000

Opptjent egenkapital

Udekket tap	4	38 943	15 761
Sum opptjent egenkapital		-38 943	-15 761

Sum egenkapital		-8 943	14 239
------------------------	--	---------------	---------------

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

Kortsiktig gjeld

Leverandørgjeld		8 573	
Skyldig offentlige avgifter		35 289	



Kortsiktig konserngjeld	8	164 682	
Sum kortsiktig gjeld		208 544	
Sum gjeld		208 544	0
SUM EGENKAPITAL OG GJELD		199 601	14 239



Organisasjonsnr: 923 716 491
HELSE OG TRENING AS

NOTEOPPLYSNINGER - SELSKAP - alle poster oppgitt i hele tall

Note

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

Konsern, tilknyttet selskap m.v. - fordringer og gjeld

Fordringer

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.



Note

Lån og sikkerhetsstillelse til medlemmer

Er det gitt lån eller sikkerhetsstillelse til ledende personer: Nei

Opplysninger om:

Medlemmer av:

Mer om lån og sikkerhetsstillelse

Note

Noteopplysninger ut over minimumskravene for små foretak

Fullstendige noteopplysninger fremkommer av vedlagte PDF-dokument



Helse og Trening AS

Noter 2021

Årsregnskapet er satt opp i samsvar med regnskapsloven av 1998 og god regnskapsskikk for små foretak i Norge.

Hovedregel for vurdering og klassifisering av eiendeler og gjeld. Eiendeler bestemt til varig eie eller bruk er klassifisert som anleggsmidler. Anleggsmidler vurderes til anskaffelseskost. Varige driftsmidler føres opp i balansen og avskrives lineært 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. Andre eiendeler er klassifisert som omløpsmidler.

Fordringer som skal tilbakebetales innen et år er klassifisert som omløpsmidler. Ved klassifisering av kortsiktig og langsiktig gjeld er tilsvarende kriterier lagt til grunn.

Omløpsmidler vurderes til laveste av anskaffelseskost og virkelig verdi.

Anleggsmidler vurderes til anskaffelseskost, men nedskrives til gjenvinnbart beløp dersom dette er lavere enn bokført verdi, og verdifallet forventes ikke å være forbigående. Anleggsmidler med begrenset levetid avskrives planmessig.

Unntaksreglene i regnskapsloven for små foretak er anvendt der annet ikke er angitt spesielt.

Note 1 - Lønnskostnader, ytelser til ledende personer m.v.

Selskapet har ingen ansatte og ingen årsverk.

Daglig leder disponerer selskapets bil og blir innberettet for dette

Det er ikke betalt ut ytterligere godtgjørelse til styret eller daglig leder.

Det er heller ikke stilt lån eller andre sikkerhetsstillelser til de ledende personene i selskapet.



Helse og Trening AS

Noter 2021

Note 2 - Skattekostnad på ordinært resultat

Spesifikasjon av årets skattegrunnlag:

Resultat før skattekostnader	-18 738
+ Permanente og andre forskjeller	0
+ Endring i midlertidige forskjeller	-2 558
= Inntekt	-21 296

Spesifikasjon av årets skattekostnad:

Beregnet skatt av årets resultat	0
= Sum betalbar skatt	0
+/- Endring i utsatt skatt / utsatt skattefordel	4 445
= Ordinær skattekostnad	4 445
Skattesats i inntektsåret	22

Betalbar skatt i balansen består av

Sum betalbar skatt	0
= Betalbar skatt i balansen	0

Note 3 - Utsatt skattefordel

Utsatt skatt/utsatt skattefordel

	2021	2020
+ Utestående fordringer	2 558	0
- Skattem. fremf. underskudd som utlignes	41 502	20 206
= Grunnlag utsatt skatt	-38 944	-20 206
Utsatt skatt	0	0
Negativt grunnlag utsatt skatt	38 944	20 206
= Grunnlag utsatt skattefordel	38 944	20 206
Utsatt skattefordel	8 567	4 445
Grunnlag ikke bokført utsatt skattefordel	38 944	0
Ikke bokført utsatt skattefordel	8 567	0
Bokført utsatt skattefordel	0	4 445

Note 4 - Annen egenkapital

Aksjekapital / selskapskapital	Annen egenkapital	Sum egenkapital
-----------------------------------	----------------------	--------------------

Noter for Helse og Trening AS

Organisasjonsnr. 923716491



Helse og Trening AS

Noter 2021

Pr 1.1.	30 000	-15 761	14 239
Anvendt til årsresultat		-23 183	-23 183
Pr 31.12.	30 000	-38 943	-8 943

Regnskapet er basert på fortsatt drift.

Note 5 - Bankinnskudd, kontanter o.l.

Herav ingen bundne midler

Note 6 - Selskapskapital

Selskapet har 1 000 aksjer pålydende kr 30 pr. aksje, samlet aksjekapital utgjør kr 30 000.

Selskapet har en aksjonær:

Navn	Foretaksnr	Antall	Eierandel
Recens Invest AS	916 162 421	1 000	100,00 %

Note 7 - Korona

Effekt av Covid-19/ korona

Selskapet er ikke direkte påvirket av pågående Covid-19 utbrudd, men ser at dette kan forsinke selskapets planer for videre utvikling på kort sikt. Styret og administrasjonen har vurdert selskapets finansielle stilling som solid og har tilstrekkelig finansiering til å dekke opp sine løpende forpliktelser. Styret og administrasjonen vurderer løpende behov for å iverksette kostnadsreducerende tiltak.

Note 8 - Fordringer på konsernselskap

Fordringer og gjeld til konsernselskaper inngår med følgende beløp i regnskapspostene:

	2021	2020
Fordringer		
Andre kortsiktige fordringer	0	8 287

Noter for Helse og Trening AS

Organisasjonsnr. 923716491



Helse og Trening AS

Noter 2021

Sum fordringer	0	8 287
Gjeld		
Annen kortsiktig gjeld	-164 682	0
Sum gjeld	-164 682	0
Ikke balanseførte forpliktelser		
Sum ikke balanseførte forpliktelser	0	0

Gjeld består av kr 90 682,44 til Recens Invest AS (mor) og kr 74 000 til Frisk-Sentralen AS (søster)



Helse og Trening AS

Resultatregnskap

	Note	2021	2020
DRIFTSINNEKTER OG DRIFTSKOSTNADER			
Driftsinntekter			
Salgsinntekt		124 230	0
Sum driftsinntekter		124 230	0
Driftskostnader			
Varekostnad		45 694	0
Lønnskostnad		10 683	0
Annen driftskostnad	1	84 920	14 260
Sum driftskostnader		141 297	14 260
DRIFTSRESULTAT		(17 067)	(14 260)
FINANSINNEKTER OG FINANSKOSTNADER			
Finanskostnader			
Annen rentekostnad		362	0
Annen finanskostnad		1 309	0
Sum finanskostnader		1 670	0
NETTO FINANSPOSTER		(1 670)	0
ORDINÆRT RES. FØR SKATTEKOSTNAD		(18 738)	(14 260)
Skattekostnad på ordinært resultat	2,3	4 445	(4 445)
ORDINÆRT RESULTAT		(23 183)	(9 815)
ÅRSRESULTAT		(23 183)	(9 815)
OVERF. OG DISPONERINGER			
Fremføring av udekket tap	4	(23 183)	(9 815)
SUM OVERF. OG DISP.		(23 183)	(9 815)



Helse og Trening AS

Balanse pr. 31.12.2021

	Note	31.12.2021	31.12.2020
EIENDELER			
ANLEGGSMIDLER			
Immaterielle eiendeler			
Utsatt skattefordel	3	0	4 445
Sum immaterielle eiendeler		0	4 445
SUM ANLEGGSMIDLER		0	4 445
OMLØPSMIDLER			
Fordringer			
Kundefordringer		127 900	0
Fordringer på konsernselskap		0	8 287
Andre kortsiktige fordringer		70 209	0
Sum fordringer		198 109	8 287
Bankinnskudd, kontanter o.l.	5	1 492	1 507
SUM OMLØPSMIDLER		199 601	9 794
SUM EIENDELER		199 601	14 239
EGENKAPITAL OG GJELD			
EGENKAPITAL			
Innskutt egenkapital			
Selskapskapital	6,7	30 000	30 000
Sum innskutt egenkapital		30 000	30 000
Opptjent egenkapital			
Udekket tap	4	(38 943)	(15 761)
Sum opptjent egenkapital		(38 943)	(15 761)
SUM EGENKAPITAL		(8 943)	14 239
GJELD			
KORTSIKTIG GJELD			
Leverandørgjeld		8 573	0
Skyldig offentlige avgifter		35 289	0
Kortsiktig gjeld til konsernselskap	8	164 682	0
SUM KORTSIKTIG GJELD		208 544	0
SUM GJELD		208 544	0
SUM EGENKAPITAL OG GJELD		199 601	14 239

Bergen, 26.05.2022

Arne Instebø
Styrets leder
"Sign"

Linda Opheim Instebø
Styremedlem
"Sign"



**Årsregnskap 2021
for
Helse og Trening AS**

Organisasjonsnr. 923716491

Utarbeidet av:

Vangdal Regnskap AS
Autorisert regnskapsførerselskap
Slåtthaugvegen 17
5222 NESTTUN
Organisasjonsnr. 989193554