

# Årsredovisning

för

## Flex and Flow Performance AB

559096-2055

Räkenskapsåret

2021-10-01 - 2022-09-30

### Fastställelseintyg

Jag intygar att resultaträkningen och balansräkningen har fastställts på årsstämman 2022-12-20.

Årsstämman beslöt att godkänna styrelsens förslag till vinstdisposition.

Jag intygar att innehållet i dessa elektroniska handlingar överensstämmer med originalen och att originalen undertecknats av samtliga personer som enligt lag ska underteckna dessa.

### Elektroniskt underskriven av:

Robin Berglind, Styrelseledamot  
2023-01-09

Styrelsen för Flex and Flow Performance AB avger följande årsredovisning för räkenskapsåret 2021-10-01 - 2022-09-30.

Årsredovisningen är upprättad i svenska kronor, SEK. Om inte annat särskilt anges, redovisas alla belopp i hela kronor (kr). Uppgifter inom parentes avser föregående år.

## Förvaltningsberättelse

### Verksamheten

#### *Allmänt om verksamheten*

Bolaget ska bedriva verksamhet inom personlig träning, enskild eller i grupp. Bolaget ska även skriva kost- och träningschema samt därmed förenlig verksamhet.

Företaget har sitt säte i Gustavsberg.

<b>Flerårsöversikt (Tkr)</b>	<b>2021/22</b>	<b>2020/21</b>	<b>2019/20</b>	<b>2018/19</b>
Nettoomsättning	149	161	68	81
Resultat efter finansiella poster	104	29	15	-12
Soliditet (%)	93,7	86,5	68,2	49,6

### Förändringar i eget kapital

	<b>Aktie- kapital</b>	<b>Balanserat resultat</b>	<b>Årets resultat</b>	<b>Totalt</b>
Belopp vid årets ingång	50 000	2 866	28 641	<b>81 507</b>
Disposition enligt beslut av årsstämman:				
Balanseras i ny räkning		28 641	-28 641	<b>0</b>
Årets resultat			103 582	<b>103 582</b>
<b>Belopp vid årets utgång</b>	<b>50 000</b>	<b>31 507</b>	<b>103 582</b>	<b>185 089</b>

### **Resultatdisposition**

Styrelsen föreslår att till förfogande stående vinstmedel (kronor):

balanserad vinst	31 507
årets vinst	103 582
	<b>135 089</b>
disponeras så att	
i ny räkning överföres	135 089
	<b>135 089</b>

Företagets resultat och ställning i övrigt framgår av efterföljande resultat- och balansräkning med noter.

<b>Resultaträkning</b>	<b>Not</b>	<b>2021-10-01 -2022-09-30</b>	<b>2020-10-01 -2021-09-30</b>
<b>Rörelseintäkter, lagerförändringar m. m.</b>			
Nettoomsättning		149 051	161 001
<b>Summa rörelseintäkter, lagerförändringar m.m.</b>		<b>149 051</b>	<b>161 001</b>
<b>Rörelsekostnader</b>			
Handelsvaror		-2 189	-3 934
Övriga externa kostnader		-40 696	-51 202
Personalkostnader		-2 584	-67 938
Av- och nedskrivningar av materiella och immateriella anläggningstillgångar		0	-9 286
<b>Summa rörelsekostnader</b>		<b>-45 469</b>	<b>-132 360</b>
<b>Rörelseresultat</b>		<b>103 582</b>	<b>28 641</b>
<b>Resultat efter finansiella poster</b>		<b>103 582</b>	<b>28 641</b>
<b>Resultat före skatt</b>		<b>103 582</b>	<b>28 641</b>
<b>Årets resultat</b>		<b>103 582</b>	<b>28 641</b>

## Balansräkning

Not

2022-09-30

2021-09-30

### TILLGÅNGAR

#### Anläggningstillgångar

##### *Materiella anläggningstillgångar*

Inventarier, verktyg och installationer

2

0

0

**Summa materiella anläggningstillgångar**

**0**

**0**

**Summa anläggningstillgångar**

**0**

**0**

#### Omsättningstillgångar

##### *Kortfristiga fordringar*

Kundfordringar

11 077

0

Övriga fordringar

17 950

14 380

**Summa kortfristiga fordringar**

**29 027**

**14 380**

##### *Kassa och bank*

Kassa och bank

168 443

79 869

**Summa kassa och bank**

**168 443**

**79 869**

**Summa omsättningstillgångar**

**197 470**

**94 249**

**SUMMA TILLGÅNGAR**

**197 470**

**94 249**

<b>Balansräkning</b>	<b>Not</b>	<b>2022-09-30</b>	<b>2021-09-30</b>
<b>EGET KAPITAL OCH SKULDER</b>			
<b>Eget kapital</b>			
<i>Bundet eget kapital</i>			
Aktiekapital		50 000	50 000
<b>Summa bundet eget kapital</b>		<b>50 000</b>	<b>50 000</b>
<i>Fritt eget kapital</i>			
Balanserat resultat		31 507	2 866
Årets resultat		103 582	28 641
<b>Summa fritt eget kapital</b>		<b>135 089</b>	<b>31 507</b>
<b>Summa eget kapital</b>		<b>185 089</b>	<b>81 507</b>
<b>Kortfristiga skulder</b>			
	3		
Övriga skulder		12 381	12 742
<b>Summa kortfristiga skulder</b>		<b>12 381</b>	<b>12 742</b>
<b>SUMMA EGET KAPITAL OCH SKULDER</b>		<b>197 470</b>	<b>94 249</b>

## Noter

### Not 1 Redovisningsprinciper

#### Allmänna upplysningar

Årsredovisningen är upprättad i enlighet med årsredovisningslagen och Bokföringsnämndens allmänna råd (BFNAR 2016:10) om årsredovisning i mindre företag.

#### Tjänste- och entreprenaduppdrag

Företagets intäkter från uppdrag till fast pris redovisas enligt huvudregeln.

### Not 2 Inventarier, verktyg och installationer

	2022-09-30	2021-09-30
Ingående anskaffningsvärden	27 856	27 856
Inköp	0	0
Försäljningar/utrangeringar	-27 856	0
<b>Utgående ackumulerade anskaffningsvärden</b>	<b>0</b>	<b>27 856</b>
Ingående avskrivningar	-27 856	-27 856
Försäljningar/utrangeringar	27 856	0
<b>Utgående ackumulerade avskrivningar</b>	<b>0</b>	<b>-27 856</b>
<b>Utgående redovisat värde</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

### Not 3 Skulder som avser flera poster

Företagets banklån om X kronor redovisas under följande poster i balansräkningen.

Resultat- och balansräkningen kommer att föreläggas på årsstämma för fastställelse.

Stockholm 2022-12-20

*Robin Berglind*  
Robin Berglind