

Årsredovisning

Emmastyrka AB

559234-2983

Styrelsen avger följande årsredovisning för räkenskapsåret 2024-12-01 – 2025-11-30.

Om inte annat särskilt anges, redovisas alla belopp i hela kronor(sek).

Innehåll	Sida
- Förvaltningsberättelse	2
- Resultaträkning	4
- Balansräkning	5
- Noter	7
- Underskrifter	7

Fastställelseintyg

Jag intygar att resultaträkningen och balansräkningen har fastställts på årsstämma 2025-12-11. 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:
Emma Mari Johnsson , Styrelseledamot
2026-03-05

FÖRVALTNINGSBERÄTTELSE

VERKSAMHETEN

Allmänt om verksamheten

Emmastyrka AB arbetar med individuell träning och coaching med inriktning på att stärka både fysik och mentalt fokus. Sedan 2016 har verksamheten tagit uppdrag inom personlig träning och onlinebaserad coaching, där uppläggen kan omfatta träningsplanering, kost- och näringsråd samt samtalsstöd kopplat till motivation, återhämtning och rutiner.

Arbetet börjar med nuläget. Förutsättningar, mål och vardagsramar går igenom, därefter tas en plan fram som är möjlig att genomföra över tid. Uppföljning sker löpande och justeringar görs när det behövs, så att träningen utvecklas utan att tappa hållbarheten i upplägget. Teknik och progression prioriteras, eftersom det är där både trygghet och resultat brukar byggas.

Verksamheten drivs av Emma Johnsson. Hennes erfarenheter av både perioder med god kontinuitet och tider när det gått trögare påverkar arbetssättet. Det märks i nivån på råden och i hur planerna sätts ihop, med fokus på realism, tydlighet och en rimlig startsträcka.

Uppdrag genomförs digitalt och på plats. Insatserna kan vara ett sätt att komma igång från grunden, ta nästa steg i träningen eller hitta tillbaka efter ett uppehåll. För många innebär det mer styrka och ork, bättre struktur i vardagen och större säkerhet i gymmet, snarare än snabba toppar som inte går att hålla i.

Bolaget har sitt säte i Knivsta, Stockholms län.

FLERÅRSÖVERSIKT

Beloppen i flerårsöversikten är angivna i tusental kronor om inte annat anges.

	2412-2511	2312-2411	2212-2311	2112-2211
Nettoomsättning	920	886	977	1 456
Resultat efter finansiella poster	190	-66	-48	-401
Soliditet %	68	30	70	49

FÖRÄNDRINGAR I EGET KAPITAL

	Aktiekapital	Balanserat resultat	Årets resultat
- Belopp vid årets ingång	50 000	170 064	-65 507
<i>Resultatdisposition enligt bolagsstämman</i>			
- Balanseras i ny räkning		-65 507	65 507
- Årets resultat			190 431
- Belopp vid årets utgång	50 000	104 557	190 431

RESULTATDISPOSITION

Till årsstämman förfogande står följande medel:

Balanserat resultat	104 557
<i>Årets resultat</i>	<i>190 431</i>
<i>Summa</i>	<i>294 988</i>

Styrelsen föreslår att medlen disponeras enligt följande:

Balanseras i ny räkning	294 988
<i>Summa</i>	<i>294 988</i>

RESULTATRÄKNING

1

	2024-12-01 2025-11-30	2023-12-01 2024-11-30
Rörelseintäkter, lagerförändringar m.m.		
Nettoomsättning	919 691	885 683
Övriga rörelseintäkter	73	0
Summa rörelseintäkter, lagerförändringar m.m.	919 764	885 683
Rörelsekostnader		
Råvaror och förnödenheter	-40 478	-36 892
Övriga externa kostnader	-216 100	-383 527
Personalkostnader	-409 883	-520 867
Av- och nedskrivningar av materiella och immateriella anläggningstillgångar	-23 344	-5 836
Övriga rörelsekostnader	-24 906	-2 387
Summa rörelsekostnader	-714 711	-949 509
Rörelseresultat	205 053	-63 826
Finansiella poster		
Övriga ränteintäkter och liknande resultatposter	1 549	530
Räntekostnader och liknande resultatposter	-16 171	-2 211
Summa finansiella poster	-14 622	-1 681
Resultat efter finansiella poster	190 431	-65 507
Resultat före skatt	190 431	-65 507
Årets resultat	190 431	-65 507

BALANSRÄKNING

1

		2025-11-30	2024-11-30
TILLGÅNGAR			
Anläggningstillgångar			
<i>Materiella anläggningstillgångar</i>			
Inventarier, verktyg och installationer	3	0	169 245
<i>Summa materiella anläggningstillgångar</i>		0	169 245
<i>Finansiella anläggningstillgångar</i>			
Andelar i koncernföretag	4	12 500	12 500
<i>Summa finansiella anläggningstillgångar</i>		12 500	12 500
Summa anläggningstillgångar		12 500	181 745
Omsättningstillgångar			
<i>Kortfristiga fordringar</i>			
Kundfordringar		97 829	53 822
Övriga fordringar		199 926	216 467
Förutbetalda kostnader och upplupna intäkter		67 542	25 743
<i>Summa kortfristiga fordringar</i>		365 297	296 032
<i>Kassa och bank</i>			
Kassa och bank		126 259	42 324
<i>Summa kassa och bank</i>		126 259	42 324
Summa omsättningstillgångar		491 556	338 356
SUMMA TILLGÅNGAR		504 056	520 101

BALANSRÄKNING

	2025-11-30	2024-11-30
EGET KAPITAL OCH SKULDER		
Eget kapital		
<i>Bundet eget kapital</i>		
Aktiekapital	50 000	50 000
<i>Summa bundet eget kapital</i>	50 000	50 000
<i>Fritt eget kapital</i>		
Balanserat resultat	104 557	170 064
Årets resultat	190 431	-65 507
<i>Summa fritt eget kapital</i>	294 988	104 557
Summa eget kapital	344 988	154 557
Långfristiga skulder		
Övriga skulder till kreditinstitut	27 120	151 198
Summa långfristiga skulder	27 120	151 198
Kortfristiga skulder		
Övriga skulder till kreditinstitut	0	22 046
Leverantörsskulder	7 678	21 788
Skatteskulder	0	0
Övriga skulder	117 271	158 755
Upplupna kostnader och förutbetalda intäkter	6 999	11 757
Summa kortfristiga skulder	131 948	214 346
SUMMA EGET KAPITAL OCH SKULDER	504 056	520 101

NOTER

Not 1 Redovisningsprinciper

Enligt BFNAR 2016:10

Årsredovisningen har upprättats enligt årsredovisningslagen och BFNAR 2016:10 Årsredovisning i mindre företag (K2).

Materiella anläggningstillgångar

Företaget har inom ramen för det allmänna rådet valt att skriva av samtliga inventarier utifrån en schablonmässig nyttjandeperiod på 5 år.

	Procent	År
Inventarier, verktyg och installationer	20	5

Not 2 Medelantalet anställda

	2025-11-30	2024-11-30
--	------------	------------

Medelantalet anställda	1	1
------------------------	---	---

Not 3 Inventarier, verktyg och installationer

	2025-11-30	2024-11-30
--	------------	------------

Ingående anskaffningsvärden	175 081	175 081
<i>Förändringar av anskaffningsvärden</i>		
Försäljningar/utrangeringar	-175 081	-
Utgående anskaffningsvärden	0	175 081
Ingående avskrivningar	-5 836	-
<i>Förändringar av avskrivningar</i>		
Försäljningar/utrangeringar	5 836	-
Årets avskrivningar	-	-5 836
Utgående avskrivningar	0	-5 836
Redovisat värde	0	169 245

Not 4 Andelar i koncernföretag

	2025-11-30	2024-11-30
--	------------	------------

Ingående anskaffningsvärden	12 500	12 500
Utgående anskaffningsvärden	12 500	12 500
Redovisat värde	12 500	12 500

Den dag årsredovisningens innehåll slutligen bestämdes 2025-12-11

UNDERSKRIFTER

Stockholm

Emma Mari Johnsson

Emma Mari Johnsson

Styrelseledamot

2025-12-11