

Årsredovisning

för

Flex and Flow Performance AB

559096-2055

Räkenskapsåret

2022-10-01 - 2023-09-30

Fastställelseintyg

Jag intygar att resultaträkningen och balansräkningen har fastställts på årsstämman 2024-02-08.

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
2024-02-19

Styrelsen för Flex and Flow Performance AB avger följande årsredovisning för räkenskapsåret 2022-10-01 - 2023-09-30.

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.

Flerårsöversikt (Tkr)	2022/23	2021/22	2020/21	2019/20
Nettoomsättning	154	149	161	68
Resultat efter finansiella poster	5	104	29	15
Soliditet (%)	83,5	93,7	86,5	68,2

Förändringar i eget kapital

	Aktie- kapital	Balanserat resultat	Årets resultat	Totalt
Belopp vid årets ingång	50 000	31 507	103 582	185 089
Disposition enligt beslut av årsstämman:				
Balanseras i ny räkning		103 582	-103 582	0
Årets resultat			4 969	4 969
Belopp vid årets utgång	50 000	135 089	4 969	190 058

Resultatdisposition

Styrelsen föreslår att till förfogande stående vinstmedel (kronor):

balanserad vinst	135 089
årets vinst	4 969
	140 058

disponeras så att i ny räkning överföres	140 058
	140 058

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

Resultaträkning

Not

2022-10-01
-2023-09-30

2021-10-01
-2022-09-30

Rörelseintäkter, lagerförändringar m. m.

Nettoomsättning

154 323

149 051

Summa rörelseintäkter, lagerförändringar m.m.

154 323

149 051

Rörelsekostnader

Handelsvaror

-695

-2 189

Övriga externa kostnader

-76 429

-40 696

Personalkostnader

-72 308

-2 584

Summa rörelsekostnader

-149 432

-45 469

Rörelseresultat

4 891

103 582

Finansiella poster

Övriga ränteintäkter och liknande resultatposter

81

0

Räntekostnader och liknande resultatposter

-3

0

Summa finansiella poster

78

0

Resultat efter finansiella poster

4 969

103 582

Resultat före skatt

4 969

103 582

Årets resultat

4 969

103 582

Balansräkning	Not	2023-09-30	2022-09-30
TILLGÅNGAR			
Anläggningstillgångar			
<i>Materiella anläggningstillgångar</i>			
Inventarier, verktyg och installationer	2	0	0
Summa materiella anläggningstillgångar		0	0
Summa anläggningstillgångar		0	0
Omsättningstillgångar			
<i>Kortfristiga fordringar</i>			
Kundfordringar		0	11 077
Övriga fordringar		17 874	17 950
Summa kortfristiga fordringar		17 874	29 027
<i>Kassa och bank</i>			
Kassa och bank		209 759	168 443
Summa kassa och bank		209 759	168 443
Summa omsättningstillgångar		227 633	197 470
SUMMA TILLGÅNGAR		227 633	197 470

Balansräkning

Not

2023-09-30

2022-09-30

EGET KAPITAL OCH SKULDER

Eget kapital

Bundet eget kapital

Aktiekapital

50 000

50 000

Summa bundet eget kapital

50 000

50 000

Fritt eget kapital

Balanserat resultat

135 089

31 507

Årets resultat

4 969

103 582

Summa fritt eget kapital

140 058

135 089

Summa eget kapital

190 058

185 089

Kortfristiga skulder

Leverantörsskulder

25 511

0

Övriga skulder

6 064

12 381

Upplupna kostnader och förutbetalda intäkter

6 000

0

Summa kortfristiga skulder

37 575

12 381

SUMMA EGET KAPITAL OCH SKULDER

227 633

197 470

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

	2023-09-30	2022-09-30
Ingående anskaffningsvärden	0	27 856
Försäljningar/utrangeringar		-27 856
Utgående ackumulerade anskaffningsvärden	0	0
Ingående avskrivningar	0	-27 856
Försäljningar/utrangeringar		27 856
Utgående ackumulerade avskrivningar	0	0
Utgående redovisat värde	0	0

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

Stockholm 2024-02-08

Robin Berglind
Robin Berglind