



Verksamhetsberättelse 2023 Föreningen Friskis & Svettis Landskrona

INLEDNING

Under året som gått har det varit tydligare än någonsin att det är just tillsammans vi är starka. När vi nu går mot ett år av nya utmaningar måste vi ha det med oss – tillsammans är och tillsammans bygger vi Friskis. Glädjen, svetten och tålamodet. Medlemsavgifterna, frivilligtimmarna och de goda idéerna – alltsammans skapar det vårt Friskis. Tack för att du är med!

Friskis & Svettis i Landskrona är en ideell förening som ingår i Friskis & Svettis Riks. Inom Friskis & Svettis finns totalt 153 Friskis & Svettis - föreningar där några är i Norge, Finland, Belgien, Danmark, Frankrike och i Storbritannien. I Sverige har vi 102 föreningar med sammanlagt ca 492 000 medlemmar.

Friskis & Svettis Sverige har efter pandemin tappat ca 20% av medlemmarna men verksamheten hämtar sig igen och vi är uppe i drygt (7500 gruppträningspass/v)! Friskis & Svettis är en förening och Friskis & Svettis RIKS är föreningen som sammankallar till årsstämma, planerar och genomför utbildningar och utvecklingsdagar. Extra årsmöte har ägt rum i december-22 där man tog beslut om en Strategiplan som sträcker sig fram till 2025. Allt för att fortsätta utvecklas som träningsaktör och möta konkurrensen som är hård på de flesta orter. Strategin visar på vikten av att samarbete föreningar emellan och att utveckla föreningens samarbete med kommunen och företagen på orten. Föreningarna ska se lite mer enhetliga ut (design) och ett Sverigekort lanseras. Kortet kostar 5400 :- och går alltså att använda på alla Friskis & Svettis anläggningar i Sverige.

Vi är också medlemmar i Riksidrottsförbundet och tillhör Friidrottssektionen vilket har gynnat oss då vi fått ta del av kampanjer och ekonomiskt statligt stöd.

På årsmötet valdes fyra nya ledamöter in i styrelsen. Här kompletteras kompetens med våra motionärers och funktionärers perspektiv i vår förening.

Styrelsens tidigare och nya medlemmar kom överens om att styrelsens arbetssätt, skall präglas av delaktighet och olika ansvarsområde för att underlätta arbetet. Detta upplägg har fungerat bra. Dock har Christina Karlsson avslutat sitt uppdrag under året och därmed förändrades arbetet något.

Monica "Monne" Jönsson har sedan 22-07-01 haft tjänst som tillförordnad verksamhetsledare och tackade under 2023 ja till tjänst som ordinarie verksamhetsledare. Hennes påbörjade arbete inom Friskis &Svettis Landskrona kunde därmed fortsätta. Monne har även varit adjungerande vid styrelsemöten vilket underlättat planeringen av verksamheten.

Styrelsesammansättning och övergripande arbetsområden:

Ordförande
Tomas Andersson, övergripande ansvar,
personalfrågor

Vice ordförande
Thomas Westerlund

Kassör
Oscar Sääw, ekonomi

Sekreterare
Lena Olofsson

Ledamot
Lars Hansson
Senior rådgivare

Förste suppleant
Patricia Havenor
marknadsföring/kommunikation

Andre suppleant
Christina Karlsson
Kommunikation-värdar

FRISKIS & SVETTIS VERKSAMHETS IDÉ

Att erbjuda lustfylld och lättillgänglig träning av hög kvalité för alla.

Uppföljning av verksamhetsplanen som innehöll fyra fokusområden

- Engagera
- Samarbete
- Synas
- Växa

Att driva dessa frågor på ideell basis är vår utmaning. Vi har under året arbetat vidare med ekonomin och verksamhetens olika delar för att skapa hållbarhet på både kort och lång sikt. Det har varit ett stort fokus på ekonomi för att trots vikande intäkter och ökade kostnader erbjuda och utveckla träningsutbudet.

EKONOMI

Vi har påbörjat återhämtningen efter Pandemin och hade drygt 1700 medlemmar i slutet av året. Försäljningen av träningskort har inte riktigt nått

upp till vår önskade nivå, men håller budgeten i balans. El-priser och inflation har tyvärr begränsat tillväxten något. Men förbättringarna efter pandemin tillsammans med effekterna av gjorda anpassningar under pandemin har gett signaler som gett oss kraft att inleda omsättning av några slitna träningsmaskiner.

Hyra och löner står för 75 procent av våra kostnader. Tack vare ett bra avtal med hyresvärden, Landskronahem, begränsas hyreshöjningen till 2 procent om året och inflationen har påverkat löneläget något, men inte mer än vad som budgeterats. Diskussioner om en prisreglering för träningskort har inletts. Beslut avses tas före tredje kvartalet 2024.

LOKALER, UTRUSTNING OCH STÖDSYSTEM

Vår ambition är att förnya och bibehålla den höga standarden vi har både i utrustning och i ledarledda pass.

Lokalerna fungerar väl. Medlemmarna upplever våra lokaler som fräscha med bra standard och tillgänglighet. Nyckelgymmet har fungerat bra vilket inneburit ökad tillgänglighet genom ett förlängt öppethållande för gym-motionärer över 18 år. Arbete med att förenkla tillgängligheten med stöd av medlemskortet har inletts och förväntas fullföljas under 2024.

BRP är systemet vi registrerar medlemmar i och passen bokas i appen Mitt Friskis som utvecklats under året 22/23. Friskis Go är vår tränings app med syfte att ge tillgänglighet och inspirera motionärerna till att utveckla sin träning.

Utifrån rådande förutsättningar och ett osäkert ekonomiskt läge under pandemin har vi gjort endast nödvändiga investeringar men har under 2023 inlett både omsättning och förnyelse av träningsmaskiner; ett löpband, en in- och utsida lår, en lutande bänkpress och en liggande baksida lår.

ORGANISATION

Personal och funktionärer har ställt upp för föreningen på ett fantastiskt sätt genom att delta i marknadsföringsevent och som ledare förnya sig för att kunna erbjuda ett varierat utbud. Verksamheten har varit igång med något färre pass och färre deltagare än åren före pandemin. Med de schemalagda passen tillsammans med möjligheten att delta i digitala pass, både schemalagt och icke schemalagt, bedöms träningsmöjligheterna vara väl tillgodosedda. Utveckling sker fortlöpande.

Medlemsavgifter och träningskort räcker inte till fullo för att driva verksamheten i den omfattning och tillgänglighet som vi önskar. Så som komplement har verksamhetsledaren tydligt mandat från styrelsen att utveckla verksamheten genom att förnya träningsutbudet och synliggöra Friskis & Svettis bl.a. genom att ha Landskrona kommun som samarbetspartner. Vi strävar efter att nå en hållbar ekonomi som ger möjlighet till investeringar, både när det gäller utbildning av ledare, lokaler och dess utrustning och för personalen.

Styrelsens mål har varit att all personal och alla funkisar ska känna delaktighet kring de rutiner och det arbete som görs. Vi behöver ständigt kommunicera och uppdatera våra rutiner för att tydliggöra dessa på alla nivåer i vår verksamhet.

Kommunikationsplattformen Workplace används för kommunikation med funktionärerna. Detta känns nu som en inarbetad kommunikationsplattform som fungerar allt bättre.

Informationsbrev från styrelsen och personal har regelbundet gått ut till samtliga funktionärer och motionärer under 2022 och med lite sämre regelbundenhet under 2023. Förbättringar kommer.

Kommunikationsvägar som vår hemsida, Facebook, Instagram samt interna Workplace är betydelsefulla och uppdateras fortlöpande. I samråd med styrelsen har marknadsförings /kommunikationsgruppen haft mandat för, och genomfört intern och extern marknadsföring och kommunikation.

SAMARBETE MED ANDRA FÖRENINGAR

Verksamhetsledaren har deltagit i Friskis &Svettis nätverk i vår region, vilket innebär att vi kan samverka i större utsträckning med närliggande föreningar i Region Syd. Ordförande har deltagit i ett samverkansmöte för ordföranden i Region Syd. Dessa kontakter har varit betydelsefulla för att kunna lyfta gemensamma problem t ex marknadsföringsåtgärder, stigande elkostnader och inköp/satsningar.

ENGAGEMANG

Funktionärerna, det vill säga ledare, receptionsvärdar, gym-värdar, fixare och styrelse är kärnan och hjärtat i vår verksamhet. Deras engagemang är ryggraden i Friskis &Svettis, Landskrona och vårt ansikte utåt. Utan dessa insatser hade vi inte kunnat erbjuda det rika utbud vi har till medlemmarna i vår verksamhet.

De olika verksamhetsgrupperna har tagit ett stort ansvar kring sin verksamhetsform och har även ställt om utifrån nya riktlinjer om träningsformer och önskemål från motionärer. Verksamhetsgrupperna som erbjudits är: Spinning, jympa/dans, gym/instruktiva pass, yoga/coreflex, skivstång och förstås egenträning i gymmet, även med stöd av personlig tränare och gym-instruktör.

En Funkis och en motionär har utbildats till ledare under året.

Vår lokal- och fixargrupp har arbetat aktivt under året för att upprätthålla standarden över tid.

Det engagemang som vi ser i föreningen vill vi ska utvecklas ytterligare. Detta gäller både rekrytering av nya ledare och värdar, men även att man engagerar sig i olika åtaganden, till exempel i städ- och fixardagar, ansvar i funkisgrupper, styrelseuppdrag med mera. Det ideella engagemanget är viktigt för Friskis &Svettis och för att vi ska kunna driva föreningen.

VERKSAMHETEN

Totalt är vi cirka 60 funktionärer. Vi har under året varit 4 anställda fördelade på 2.5 heltidstjänster.

Antalet medlemmar var vid årsskiftet ca 1700, vilket är något fler än i fjol.

Vi har tillsammans lyckats med att:

- ha 1899 pass under året
- ha totalt 68870 inpasseringar

Typ	Pass
Gruppträning inkl spin	1899
Tillgänglig tränare i gym	98
Gyminstruktioner	82

Övriga aktiviteter

Förutom schemalagda aktiviteter har vi under 2023 haft en del icke-schemalagda aktiviteter, exempel på dessa är:

- 6 st Vandringar
- 6 st Uteträningar i Borstahusen
- Utbildning och inspirationsdagar:
 - 1 st Grundutbildning ETTAN
 - 1 st Träningsformsutbildning Gym
 - 1st Träningsformsutbildning Skivstång
- Inspirationsdag för Yoga och Spinning
- Deltagande i Nationellt möte för verksamhetsledare

MARKNADSFÖRING

Marknadsföringen under 2023 har skett genom sociala medier som Instagram, Facebook och vår egen webbsida samt våra interna skärmar. Facebook skall främst vara en informationskanal och Instagram en kanal för inspiration (vi lägger samma information på båda ställena). Vår egen hemsida och de interna skärmarna kompletterar marknadsföring och information till våra medlemmar. Vi har även ett avtal med Lokaltidningen i Landskrona där vi annonserat och haft reportage om Friskis. Friskis & Svettis har deltagit i Landskronaevent under året som Rörelseyran och Hälsans dag. Många samtal har förts vid vårt bord och Tipsfrågor samt informationsfoldrar har delats ut. Sommarjympan har marknadsförts via Landskrona kommuns evenemangskalender/TV-skärm på Landskrona station.

Vi vill fortsätta att öka information och kommunikation inom sociala medier. Informationsspridning och marknadsföring på våra interna skärmar har fungerat bra och en hel del information har kunnat delas där. Samtidigt är den bästa marknadsföringen den som vi funktionärer och motionärer gör när vi pratar om träning och F&S med vänner och bekanta.

Samarbete och externa partners, bl. a:

- Västervångskolan
- ICA
- Örestads cyklisterna
- Landskrona stad Hero

MÖTEN

Vi har genomfört följande möten under året:

- Ett ordinarie årsmöte
- Månadsvisa, protokollförda styrelsemöten efter ordinarie årsmöte 2023.
- Ett antal arbetsmöten med anledning av Landskrona Kommuns Karlslundsprojekt.
- Två värdmöten har genomförts.
- Ett antal ledarmöten har genomförts inom ledargrupperna: Redskap, spin, jympa och yoga
- 7 Arbetsplatsträffar, har avhållits för anställd personal efter ordinarie årsmöte.

Kvalitet / LUF

Från 2023 pratar vi inte längre om LUF utan behåller vår höga kvalitet med "Boosta engagemanget" genom bollplank, gruppreflektioner och friskiscoacher.

ORGANISATIONEN 2023

Styrelse: Enligt ovan.

Verksamheten:

Verksamhetsledare
Receptionspersonal
Ekonomiassistent
Lokalvårdare

Monica Jönsson
Agnes Cöster
Kjell Olofsson
Carina Svensson från aug Lisette Hjelmqvist

Landskrona den 24-03-01

Styrelsen genom:



Thomas Westerlund, Vice Ordförande,
Friskis & Svettis Landskrona / AB Motionären