



Årsmöte 28 april 2022

IF Friskis&Sveltis Lidingö



Välkommen!

friskis



1. Öppnande av årsmötet



styrkor

Stark ställning på Lidingö – nästan 10 % av alla lidingöbor är medlemmar

Störst eller näst störst förening på Lidingö (exkl
brevlådegolfklubbar)

Bra läge på ön

Bra och välkomnande stämning i föreningen

Starkt engagerande funktionärer som gör ett strålande jobb

Bra samarbete mellan styrelse och personal

Fixar det vi kan i lokalen med de små medel vi har



utmaningar

Pandemin i sig

Medlemstappet som för andra 20 – 30 %

Försäljningen bör öka

Slitna lokaler

Svag förståelse hos hyresvärderna

Fruktlösa försök hos Kultur och Fritidsnämnden

Men kanske kanske liten öppning i Teknik- och fastighetsnämnden



hot

Att pandemin håller lidingöbor fortsatt borta

Stenhård konkurrens

Okänslig hyresvärd

Att kommunen inte ger stödet vi förtjänar



Möjligheter

Ökat fokus på försäljning och marknadsföring

Kanske liten öppning i Teknik- och fastighetsnämnden

Pågående diskussioner om en satellitlokal

Pågående försök att komma överens med hyresvärderna

Personalen mår bra och gör ett bra jobb

Gränssnittet mellan styrelsen och verksamhetschefen är tydligt och samarbetet är mycket gott



2. Fastställande av röstlängd



3. Val av ordförande och sekreterare för mötet



4. Val av två protokolljusterare, tillika rösträknare



5. Utlysande av årsmötet enligt stadgarna

12 v innan mötet: 3 februari 2022

- Information om datum för mötet samt hur motioner skrivs och när de ska lämnas in gick ut den **3 feb** på hemsida och anslagstavlor.

4 v innan mötet: 31 mars 2022

- Kallelse med dagordning på anslagstavla och webb





6. Fastställande av dagordning och procedurregler



7. Uppföljning av föregående årsmötesprotokoll



Träningsresor som sker på icke miljömässigt sätt

- *Motion om avskaffande av träningsresor som sker på icke miljömässigt sätt bifölls på F&S Riks Årsstämma mars 2022.*
- *F&S Lidingö avslutar samarbetet med Springtime efter genomförandet av höstens resor.*



8. Genomgång av styrelsens verksamhetsberättelse, förvaltningsberättelse samt resultat- och balansräkning



corona

Verksamhetsberättelse 2021

Pandemin

-fortsatte följa restriktioner från myndigheterna

Anläggningen

-ny träningsyta och receptionsdiskar

Träningen

-Nyhet! Multifys

-Ännu mer digital träning

-Träningsweekend och spinning på Scandic Foresta

Funktionärsengagemang

- vi fick ÄNTLIGEN träffas igen



Verksamhetsberättelse 2021

Verksamheten i siffror

Antal medlemmar	2 942 st
Antal ideella funktionärer	150 st
Antal inpasseringar	drygt 74 000 st
Antal pass	3 253 st (9 per dag varje dag)
Instruktioner/PT	345 st
Tvättmaskiner körda	oändligt många!

TACK MEDLEMMAR OCH FUNKTIONÄRER!
Utan er- inget Friskis!



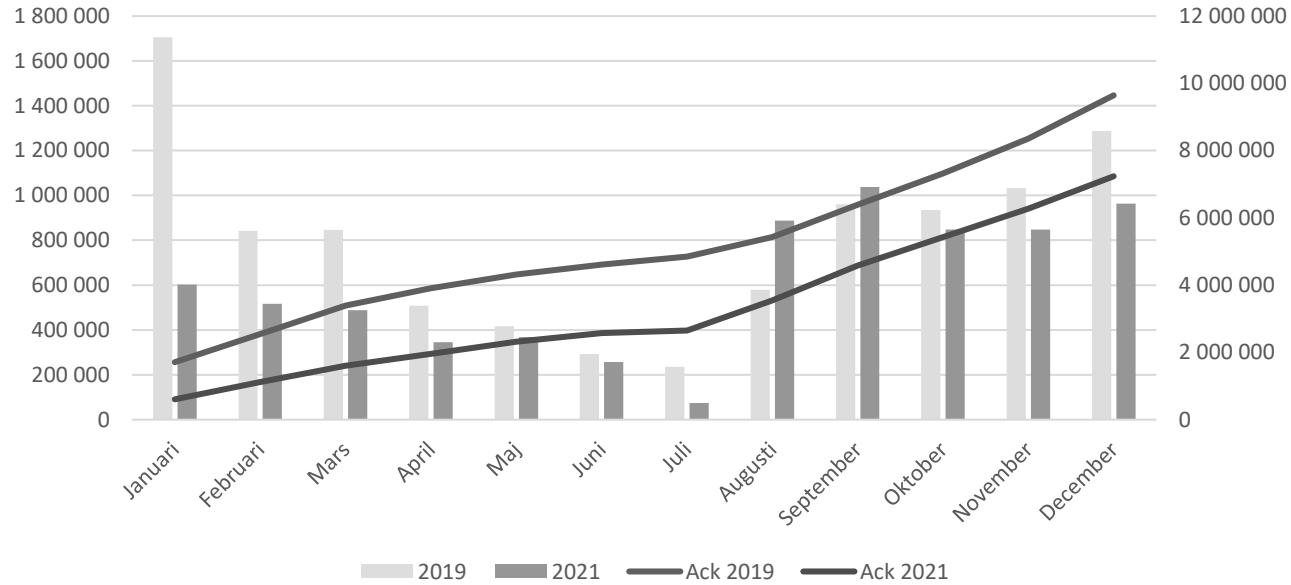


Resultat 2021

- 949 269 kr

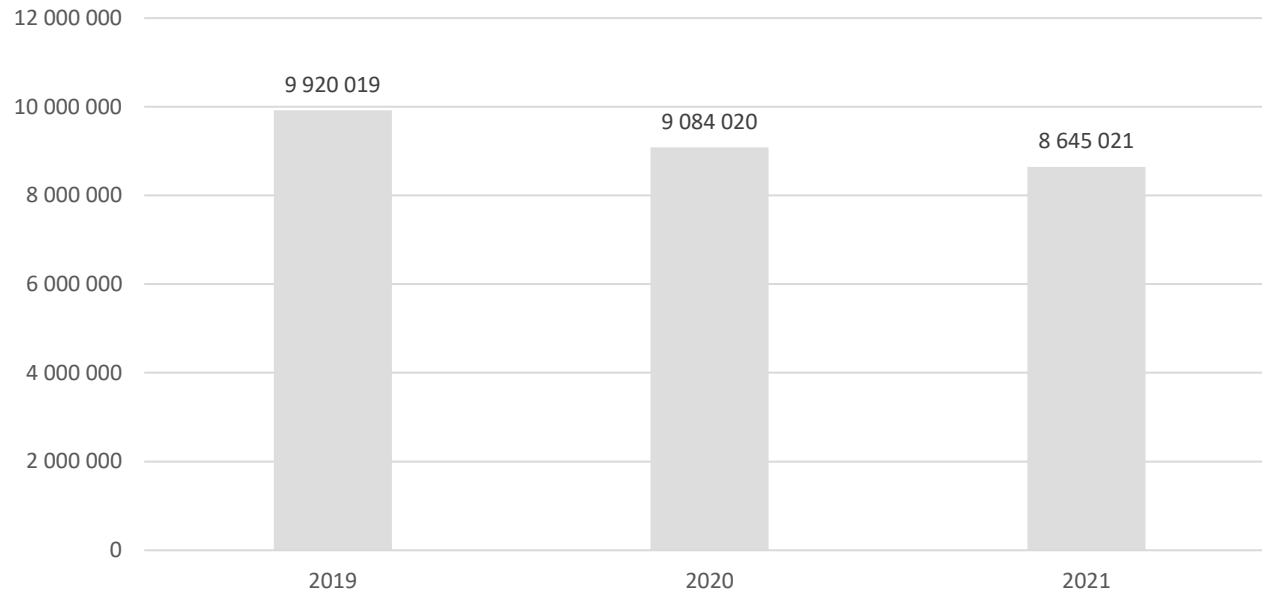


Försäljning



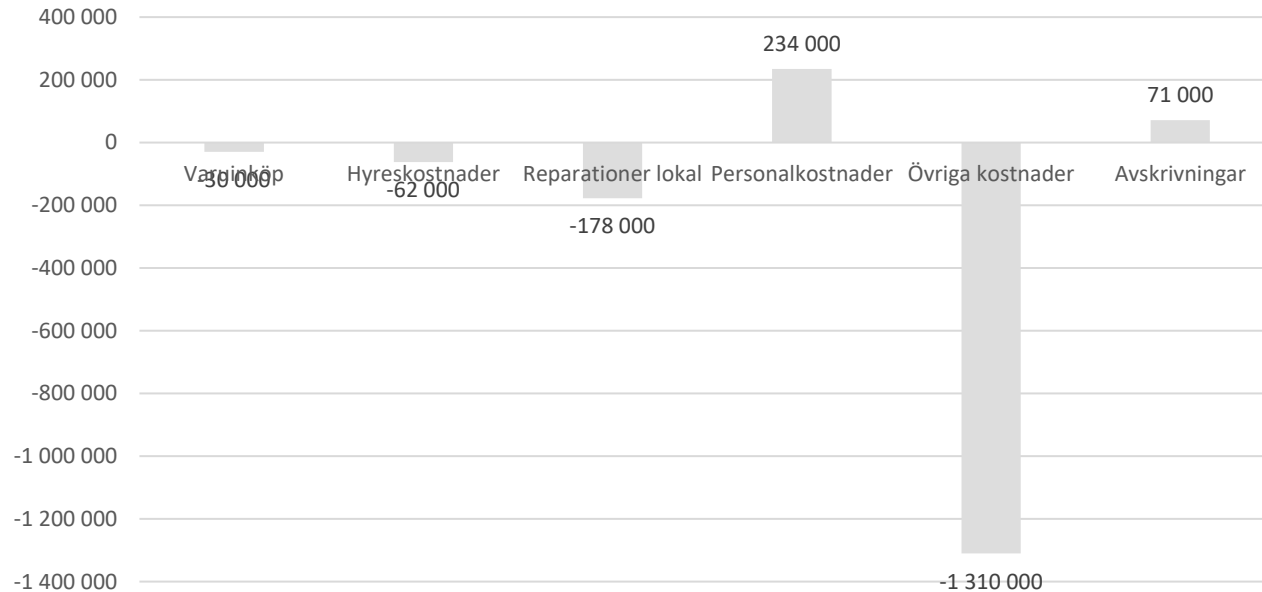


Kostnader





Utveckling kostnader





Balansräkning

	2021	2020
Tillgångar		
Anläggningstillgångar + Aktier	681	564
Omsättningstillgångar	5 174	5 085
Summa tillgångar	5 855	5 649
Eget kapital och skulder		
Eget kapital	1 089	2 039
Kortfristiga skulder	4 766	3 610
Summa eget kapital och skulder	5 855	5 649



Kassaflöde

Kassa vid årets början	4 129
Årets resultat	-949
Poster som ej påverkar kassaflödet	196
Förändring kortfristiga fordringar	-120
Förändring kortfristiga skulder	1 156
Kassaflöde från den löpande verksamheten	283
Investering inventarier	-285
Investering aktier	0
Kassaflöde 2021	-2
Kassa vid årets slut	4 127



9. Revisorernas berättelse



10. Fastställande av resultat- och balansräkning



11. Beslut om ansvarsfrihet åt styrelseledamöterna avseende verksamhetsåret 2021



12. Fastställande av medlemsavgift



Förslag medlemsavgift

Behålla nuvarande: 150 kr per år



13. Behandling av och beslut om propositioner



14. Behandling av och beslut om motioner



Motion 1

Bastupolicy

Förslag till årsstämman

Bastu temperatur herramas ligger oftast mellan 70 till 74 grader. Trots önskemål från många om en korrigering till 85 till 90 grader vilket torde vara bastu standard.

Förslag:

Spika en bastupolicy som innehåller temperatur spann, skötsel och underhåll. Många uppskattar inte att basta i ca 70 till 73 grader. Mätt i bastun ej i kontrollskåpet. Det skiljer 3 grader samt så kan man reglera temperatur på egen hand genom två bänkrader vilket motiverar en högre grundtemperatur. Sätter man in extra luftintag samt har stor glipa under dörren så torde det kyla ned bastun en hel del. Kanske bör någon titta på om det är optimalt som det är? Justering kan kanske göras?

Mattias Palm



Motion 1

Bastupolicy

Styrelsens svar på motionen

Styrelsen håller med motionären om att temperaturen varit något låg i herrarnas bastu och uppskattar motionärens konstruktiva anslag.

En policy bör omfatta en mer övergripande riktlinje för verksamheten. Bastutemperaturen lever inte upp till dessa kriterier.

Styrelsen ställer sig bakom motionens ambition med en positiv bastuupplevelse.

Styrelsen föreslår årsmötet anse motionen besvarad.



15. Presentation av verksamhetsplan och budget för innevarande verksamhetsår 2021

Verksamhetsplan 2022

Få så många Lidingöbor som möjligt i rörelse genom att.....

”vara bäst på att inspirera dig att komma igång med din träning och få dig att trivas så du alltid vill fortsätta”

Styrelsens 5-års plan

- * Medlemmar
- * Funktionärer och personal
- * Ekonomi
- * Lokal
- * Utbud



Verksamhetsplan 2022

Medlemmar

- Få tillbaka tidigare medlemmar
- Nå nya medlemmar och fler målgrupper

Det gör vi genom att...

öka kännedomen om medlemmarna, fler samarbeten och målgruppsanpassad kommunikation

Funktionärer och personal

- Behålla stort engagemang och trivsel

Det gör vi genom att...

synliggöra ledarrekrutering och vidareutbilda personal och funktionärer samt arrangera funktionärsträffar



Verksamhetsplan 2022

Utbud

- Upplevs relevant och spännande

De gör vi genom att....

Ta utgångspunkt i medlemmarnas behov och efterfrågan, förnyar genom Jympasatsningen, pass i gymmet och Multifys och kryddar med kurser, träningsweekends och spontana pass och aktiviteter

Dessutom implementerar vi Friskis Go – Friskis träningsapp



Verksamhetsplan 2022

Lokal

- Nuvarande lokal känns välkomnande, flexibel avseende användning och fräsch

Det gör vi genom att...

Underhålla och investera medvetet och systematiskt i befintlig lokal, skapa förutsättningar för utökade öppettider, erbjuda plats för hyresgäst och påbörja etablering av en satellitlokal.

Ekonomi

- Det ska vara tryggt och enkelt att genomföra det löpande ekonomiarbetet samt finnas en plan för ekonomisk återväxt

Det gör vi genom att...

Systematiskt följa medlemstillväxt och det ekonomiska flödet samt kartlägga behov av digitalisering och nya betalsystem





Budget

Resultaträkning	Budget	
Intäkter		
Träningskort	8 768	6 351
Medlemsavgifter 3 350 medlemmar	502	421
Övriga intäkter	150	1 042
Totala intäkter	9 410	7 814
Kostnader		
Varuinköp	-150	-119
Hyra lokal	2 596	-2 267
Personalkostnader	-4 008	-3 881
Övriga kostnader	-2 727	-2 121
Kostnader	-9 454	-8 567
Avskrivningar	-312	-196
Resultat	-356	-949



Kassaflöde budget

Kassa vid årets början	4 127
Årets resultat	-356
Poster som ej påverkar kassaflödet	312
Förändring kortfristiga fordringar	-120
Förändring kortfristiga skulder	250
Kassaflöde från den löpande verksamheten	86
Investering inventarier	0
Investering aktier	0
Kassaflöde 2022	86
Kassa vid årets slut	4 213



16. Beslut om arvode för revisorer och eventuellt arvode för styrelse



Styrelse och suppleanter

	Namn		Period
Ordförande	Per Karlberg	Omval	1 år till 2023
Kassör	Beata Hanner	Nyval	till 2024
Sekreterare	Jennie Westerberg	Omval	till 2023*
Ledamot	Peter Wigert	1 år kvar	1 år till 2023
Ledamot	Eva Esbo	Fyllnadsval	1 år till 2023
Suppleant 1	Tomas Einarsson	Omval	1 år till 2023
Suppleant 2	Kamran Madavi	Nyval	1 år till 2023

Revisorer och revisorssuppleanter

	Namn		Period
Revisor, Auktoriserad	Anna Nordberg FAMREV	Omval	1 år till 2023
Revisor	Sven-Erik Zachrisson	Omval	1 år till 2023
Revisorssuppleant	Jens Göthberg	Omval	1 år till 2023

*Normalt skall denna ledamot väljas på en period om 2 år vid detta årsmöte. I överenskommelse med valberedningen har Jennie åtagit sig en period om 1 år.

Valberedningens förslag till Friskis Lidingös årsmöte den 28 april 2022



Per Karlberg - Ordförande

Omval för en period om 1 år till 2023

Per har varit medlem i Friskes sedan början på 90-talet. Han föredrar för egen del att intensivjympa men provar gärna många andra gruppträningsformer. Per har varit föreningsaktiv i hela sitt liv och inte sällan som ordförande. Just nu är han chef för Vårdförbundet medlemservice med drygt 30 medarbetare.



Beata Hanner – Ordinarie ledamot. Föreslås som kassör.

Nyval för en period om 2 år

Friskis har funnits med Beata hela livet. Hon är sedan 2014 en stolt och glad ledare. Just nu leder hon dans, jympa och coreflex, vilket hon gör med entusiasm och glädje. Beata går gärna på andra pass eller tränar själv i gymmet. Till vardags jobbar Beata som Financial Controller på SEB.



Jennie Westerberg – Ordinarie ledamot. Föreslås som sekreterare.

Omval

Jennie jobbar till vardags i ledningen för en statlig organisation. Hon har erfarenhet från styrelsearbete i andra ideella verksamheter och har ett stort intresse av löpning, skidåkning och utomhusaktiviteter. Är medlem i Friskis sen ett par år. Tränar gärna spinning eller annan gruppträning hos oss. Hennes vision är att hjälpa andra hitta till en långsiktig träning som är bra för kroppen många år framåt.



Peter Wigert - Ordinarie Ledamot

Ett år kvar till 2023

Peter har sedan sent 90-tal tränat på Friskis. 2010 blev Peter ledare och leder nu skivstång i F&S Lidingö och F&S Stockholm. I yrkeslivet har Peter de senaste 13 åren arbetat i verksamheter med tydliga värderingar och ofta i formen ideell förening. Bl.a. har Peter varit CFO för Telgekoncernen, Generalsekreterare för Friskis&Svettis och VD för Medborgarskolan Stockholm. Sedan 2019 är Peter CFO för Svenska kraftnät. Peter trivs med att bidra i föreningar och har varit aktiv i både idrottsföreningar och bostadsrättsföreningar, liksom styrelseuppdrag i aktiebolag. Peter, som varit med i styrelsen sen 2020, uppskattar möjligheten att bidra till Friskis Lidingös utveckling!



Valberedningens förslag till Friskis Lidingös årsmöte den 28 april 2022



Eva Esbo – Ordinarie ledamot

Fyllnadsval för en period om 1 år till 2023

Eva bor på Lidingö med sin familj sedan 1987 och är också uppväxt på ön. Eva har tränat med Friskis och Svettis sedan 1980-talet och Eva har varit Friskis och Svettis ledare i Stockholmsföreningen under många år som medel- jympaledare.

Eva tränar regelbundet i olika grupp träningar och har också ett stort intresse för löpning, tennis och andra utomhusaktiviteter. Har sen en tid trappat ner yrkeslivet från bl.a. olika stora koncerner och ser det som en möjlighet att få bidra med sin erfarenhet och engagemang i Friskis och Svettis Lidingö styrelse.



Tomas Einarsson Suppleant

Omval för en period om 1 år till 2023

Tomas klev in på Friskis och Svettis Lidingö för första gången 2008. Han har ett stort intresse för träning och syns flera gånger i veckan inne på gymmet. Tomas har varit aktiv i Friskis sen 2019 i servicegruppen. Tomas har en karriär inom IT och driver för tillfället ett eget bolag



Kamran Madavi

Nyval för en period om 1 år till 2023

Kamran har varit medlem i Friskis sedan 2 år tillbaka, har spelat fotboll och hållit på med idrott i hela livet. Nu är det styrketräning som gäller för det mesta. Kamran hoppas att kunna bidra med sin erfarenhet och kunskap som tidigare ledare inom ungdomsidrotten, till föreningens utveckling framöver. Kamran har också omfattande kunskap inom bygg och anläggning som också kan komma väl till pass.



Valberedningens förslag till Friskis Lidingös årsmöte den 28 april 2021



Sven-Erik Zachrisson **Revisor**

Omval för en period om 1 år till 2022

Sven-Erik tränar på Friskis Lidingö sedan 2012 och dessförinnan på City. Han arbetar som konsult och med styrelsearbete. Sven-Erik har tidigare varit koncernchef Preem och Svenska Petroleum Exploration. Han gillar att träna på F&S, åka skidor utför och på längden, vandra, plocka bär och jaga älg.

Anna Nordberg FAMREV **Revisor, Auktoriserad**

Omval för en period om 1 år till 2022



Jens Göthberg **Revisorssuppleant**

Omval för en period om 1 år till 2022

Ledare på Friskis sedan 5 år (Cirkelgym, Plaza, HIT och tränare) med gedigen föreningsbakgrund. I det civila verksam som jurist



17. Val av föreningens ordförande, tillika styrelsens ordförande, för en tid av ett år

Ordförande

Per Karlberg

Omval

1 år till 2023



18. Val av halva antalet ledamöter för en tid av två år samt eventuella suppleanter för en tid av ett år

Kassör	Beata Hanner	Nyval	2 år till 2024
Sekreterare	Jennie Westerberg	Omval	1 år till 2023*
Ledamot	Eva Esbo	Fyllnadsval	1 år till 2023
Suppleant 1	Tomas Einarsson	Omval	1 år till 2023
Suppleant 2	Kamran Madavi	Nyval	1 år till 2023

*Normalt skall denna ledamot väljas på en period om 2 år vid detta årsmöte. I överenskommelse med valberedningen har Jennie åtagit sig en period om 1 år.



19. Val av revisorer och revisorssuppleanter för en tid av ett år

Auktoriserad Revisor	Anna Nordberg FAMREV	Omval	1 år till 2023
Revisor	Sven-Erik Zachrisson	Omval	1 år till 2023
Revisorssuppleant	Jens Göthberg	Omval	1 år till 2023

20. Fastställande av valberedningens arbetsordning





**21. Val av ledamöter till
valberedningen för en tid av
ett år, varav en till
sammankallande**



22. Övriga frågor



Tack för idag!

