



# Verksamhetsberättelse 2021

samt Verksamhetsplan och Budget 2022

IF Friskis&Svettis Norrtälje



# Innehåll

- Friskis&Svettis Norrtälje
- Ordförande har ordet
- Verksamheten 2021
- Resultat 2021
- Statistik 2021
- Verksamhetsplan och Budget 2022



# IF Friskis&Svettis Norrtälje

Lustfylld och lättillgänglig träning av hög kvalitet  
för alla



# IF Friskis&Svettis Norrtälje

Friskis&Svettis Norrtälje ingår i F&S-rörelsen som består av 159 unika föreningar i Sverige och utomlands. 107 i Sverige. Alla föreningar bedrivs i egna juridiska enheter och eventuellt överskott går alltid tillbaka till verksamheten. Rörelsen hålls samman av en paraplyorganisation – F&S Riks, som äger varumärket, svarar för utbildningen av ledare och övriga funktionärer samt utvecklingen av träningsformerna. Föreningen är också med i Svenska Friidrottsförbundet och därigenom indirekt i Sveriges Riksidrottsförbund.

IF Friskis&Svettis Norrtälje är en ideell idrottsförening vars idé är att erbjuda lustfylld och lättillgänglig träning av hög kvalitet för alla. Det är vår idé och den säger så mycket. Vår idé hittar ständigt nya uttryck. Det är du som får det att kännas. Som gör idén till verklighet.



# IF Friskis&Svettis Norrtälje

**Vad är Friskis?**

”Hur beskriver man egentligen någonting som inte går att ta på? Som finns där. Som inte syns, men som känns. Kanske i magen, kanske i hjärtat. En känsla, en inställning, en attityd som går som en röd tråd genom allt vi gör. Som börjar där allt startade. Som gör Friskis till Friskis.”



# Ordförande har ordet

## Tack – du har startat hans vilja att röra på sig!

En mamma kommer fram efter mitt Familjeympapass. Hennes blick strålar och hon säger: Min son går på utredning för barnfetma och vi kämpar för att hitta vägen framåt för honom. Vi har letat efter någon typ av träning som han kan tänka sig att gå på, men inte hittat rätt förrän nu. Du har startat hans vilja att röra på sig, äntligen har han hittat motivationen. Tack!

Jag blir rörd ända in i hjärteroten, det är bland det finaste intyg man som ledare kan få. Att lyckas motivera, att göra skillnad. Det kan vara som för denna lilla kille, eller en vuxen som haft knas med någon kroppsdel, som tack vare regelbunden träning hos oss på Friskis fått ordning på kroppen. Ledarens pepp ledde till motivation att komma i balans igen. Likväl som att en värd motiverar genom sitt hjälpsamma sätt, som morsar glatt när du kommer till anläggningen, som växlar några ord, som ser dig helt enkelt.

Och faktum är att motivationen fungerar precis likadant åt andra hållet. Vi funkisar (funktionärer) blir lika motiverade av dig som tränar oavsett om du går på grupppass eller tränar i gymmet. Du bekräftar att det är vi tillsammans som utgör Friskis.

Men om man tappar motivationen? Du kanske tränade två till tre gånger i veckan före pandemin men nu känns det inte lika motiverande längre. Gnistan att träna kanske försvann, och sen verkar det vara stört omöjligt att hitta den igen. Du vet förnuftsmässigt att du borde komma igång, men det är väldigt vad skönt det är i soffan.


Vår förening fick rejäla utmaningar att handskas med i och med pandemin. Samtidigt har vi tvingats hantera stora renoveringar vilket har gjort att kostnaderna ökat parallellt som intäkterna minskat. Nya träningsbehov har uppstått och vi ska möta dem. Vi vill fortsätta vara en viktig samhällsaktör. Därför ökar vi tillgängligheten genom att utöka öppettiderna och införa nyckelgym. Men för att det ska kunna fortsätta vara så behöver vi motivera varandra. Vi är en förening och inte ett vinstdrivande företag. Du som medlem i föreningen utgör Friskis genom ditt medlemskap, och verksamheten bygger på våra funktionärs ideella engagemang.

Det ska fortsatt vara tryggt att veta att vi på Friskis finns här. Vi är redo att peppa dig, motivera dig att hitta din träning igen, välkomna dig. Vi vill göra det i våra lokaler och digitalt. Vi brinner för folkhälsan. Men vi behöver dig för att motivera oss att fortsätta driva vår verksamhetsidé: Lustfylld och lättillgänglig träning av hög kvalitet för alla!

Så hur kan vi fortsätta motivera varandra?

Eva Blixt  
Ordförande IF Friskis&Svettis Norrtälje



A stage with red curtains and a blue background. The stage floor is lit with a warm yellow light. There are two black circular objects on the stage floor. A large white circle is overlaid on the right side of the image, containing text.

# Verksamheten 2021

---

filmtajm



# Resultat 2021

Nettoomsättning	Resultat 2021	Budget 2021	Resultat 2020
Träningskort	10 420 590	8 600 000	14 035 700
Försäljning varor	156 726	200 000	78 219
Hysesintäkter	42 100	30 000	16 000
Övriga rörelseintäkter	2 588 792	2 170 000	2 005 125
<b>Summa intäkter</b>	<b>13 208 208</b>	<b>11 000 000</b>	<b>16 135 044</b>
<b>Rörelsens kostnader</b>			
Verksamhetskostnader	-221 444	-134 000	-282 330
Övriga externa kostnader	-6 870 114	-6 603 500	-6 346 277
Personalkostnader	-6 139 858	-5 153 000	-6 804 731
<b>Summa kostnader</b>	<b>-13 231 416</b>	<b>-11 890 500</b>	<b>-13 433 338</b>
Avskrivningar	-2 031 581	-1 866 768	-2 011 359
Räntekostnader	-415 609	-399 924	-392 568
<b>Resultat</b>	<b>-2 470 398</b>	<b>-3 157 192</b>	<b>297 779</b>

Budget 2021 såg dystert ut och vi förberedde oss på ett tufft år. Vi räknade med en dålig start och så blev det också. En investering planerades och genomfördes och det var att laga det läckande taket på Hangaren i Norrtälje.

Vi har arbetat med kostnadsbesparingar och korttidspermitteringar för att minska påverkan på kärnverksamheten så mycket som möjligt. Under året har vi ansökt om och erhållit ekonomiskt stöd från Riksidrottsförbundet.





# Statistik 2021

**5 720**  
medlemmar

**9 %**  
kommuninvånare

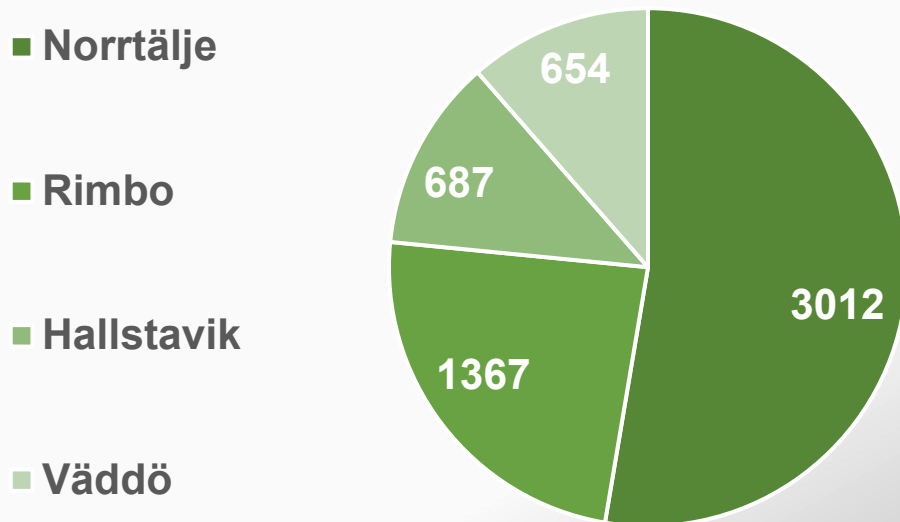
**169 263**  
inpasseringar

**3 098**  
gruppträningspass



# Statistik 2021

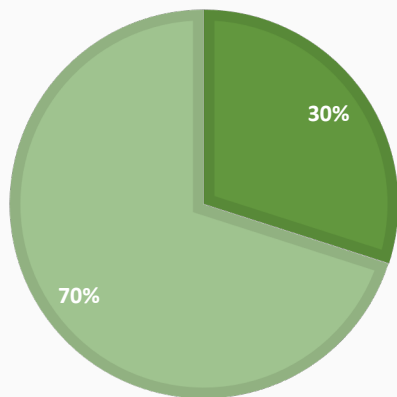
## Medlemmar fördelade på anläggningarna



# Statistik 2021

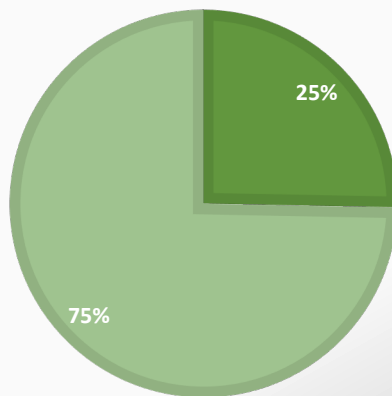
2019

■ GruppPASS ■ Gym



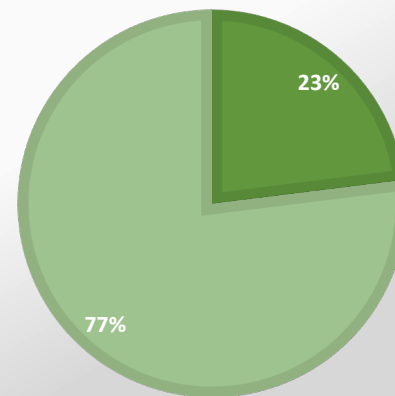
2020

■ GruppPASS ■ Gym



2021

■ GruppPASS ■ Gym

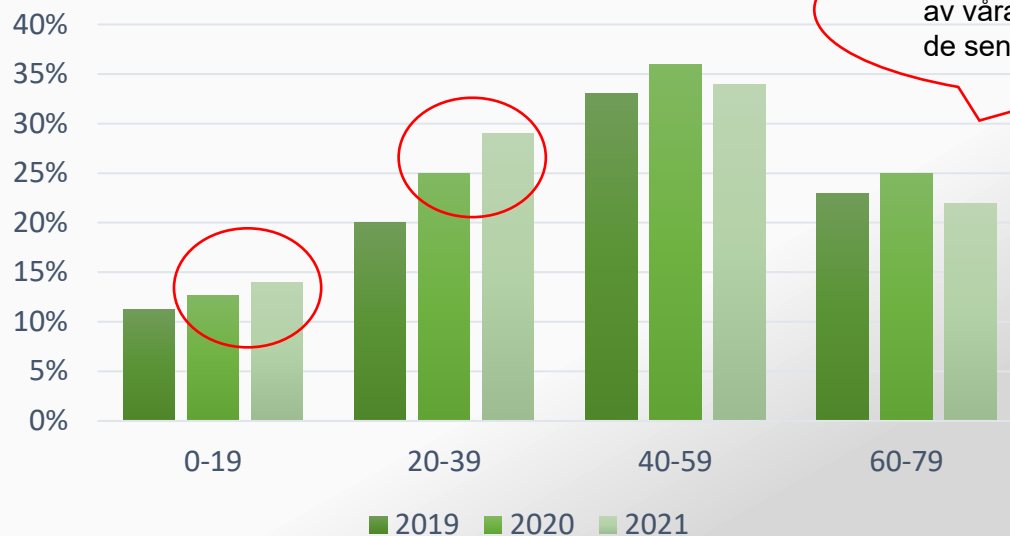


Vi ser att intresset för gymträningen ökar!



# Statistik 2021

## Åldersfördelning



Vi kan se en positiv ökning av våra yngre medlemmar de senaste två åren!



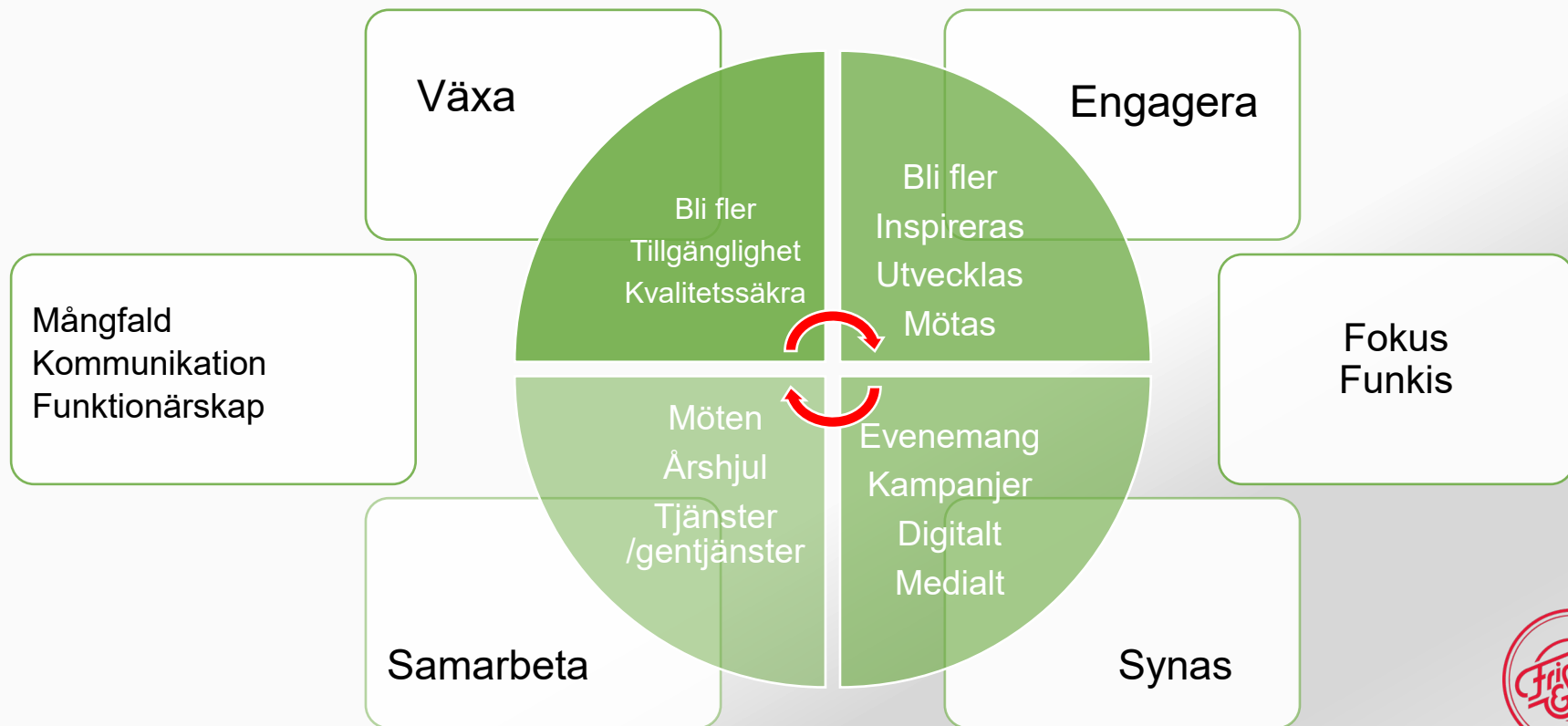


# Verksamhetsplan och Budget 2022

IF Friskis&Svettis Norrtälje



# Verksamhetsplan 2022



# Verksamhetsplan 2022

De långsiktiga målen i föreningens övergripande strategi 2021, **Växa**, **Engagera**, **Samarbeta** och **Synas**, står fortfarande i fokus och vi väljer att arbeta med utvecklingsområdena **Mångfald**, **Kommunikation** och **Funktionärskap** för att återhämta oss efter två år med pandemi.

**Växa** – Självklart vill vi växa, men vi måste även klara av att hålla kvaliteten i det vi gör. Genom att öka vår tillgänglighet och konstant jobba med kvalitetssäkring, både gällande vår träning och våra lokaler, skapar vi förutsättningar att bli fler.

**Engagera** – För att vår verksamhet ska fungera behövs ett stort engagemang. Vi är en medlemsförening som drivs med ideella krafter – våra funktionärer. Vi vill bli fler, vi vill inspireras, vi vill utvecklas och mötas i olika konstellationer. Medlem – Medlem. Funkis – Funkis. Funkis – Medlem. Mötet är superviktigt!

**Samarbeta** – är ett måste. Både internt och med externa parter. En förutsättning för ett bättre samarbete är planering – ett "Funkishjul". Har vi ett bra internt samarbete har vi en bättre förutsättning att skapa samarbeten med externa organisationer, föreningar och företag. Då syns vi mer.

**Synas** – vi vill synas på olika evenemang i kommunen, såsom marknadsaftnar, på stan och dela ut "Pröva-på-biljetter". Vi vill synas med våra egna kampanjer och i tillsammans med andra. Även digitalt, i moderna träningsappar och i olika mediekkanaler.

Det är "**Fokus på Funkisen**" som är vårt viktigaste uppdrag detta år. Utan Funkis inget Friskis! Vi är en ideell medlemsförening där engagemanget är den största drivkraften.



# Budget 2022

<b>Nettoomsättning</b>	<b>Budget 2022</b>
Träningskort	13 300 000
Försäljning varor	500 000
Hysesintäkter	60 000
Övriga rörelseintäkter	300 000
<b>Summa intäkter</b>	<b>14 160 000</b>
<b>Rörelsens kostnader</b>	
Verksamhetskostnader	-200 000
Övriga externa kostnader	-6 786 504
Personalkostnader	-5 063 850
<b>Summa kostnader</b>	<b>-12 050 354</b>
<b>Avskrivningar</b>	<b>-2 195 000</b>
<b>Räntekostnader</b>	<b>-534 000</b>
<b>Resultat</b>	<b>-619 354</b>



Efter två års pandemi ser vi nya träningsrender och andra vanor hos våra kommuninvånare. Med satsning på nyckelgym för att möta det nya normala, öka tillgängligheten och locka fler till vår verksamhet och samtidigt dra ner på våra personalkostnader hoppas vi kunna nå budget 2022.





**DU ÄR FRISKIS**

**FRISKIS ÄR VI TILLSAMMANS**

