

**Verksamhetsberättelse
2024 för idrottsföreningen
Friskis&Svettis Partille**



Inledning

Friskis&Svettis finns för att ge alla som vill möjlighet att hitta sin egen lust till rörelse. Vi vet att om träning ska bli av måste den vara kul. Och vi vet att rörelseglädje är personlig. Därför är vår träning på många olika sätt. Men oavsett vad du väljer är vår träning en upplevelse för både kroppen och sinnena.

Friskis ser träning som en naturlig del av livet. Alla människor behöver rörelse för att må bra. Därför är vår träning en frizon från prestationskrav och skeva ideal. Hos oss får du vara precis den du är.

Friskis idé är lustfylld och lättillgänglig träning av hög kvalitet för alla. Vi vill få så många som möjligt att träna och uppleva rörelseglädje. Vi erbjuder olika former av träningsaktiviteter med Friskis&Svettis värderingar och kvalitet som grund.

Vi bedriver vår verksamhet på 1900 m² fräsch träningsyta på Björndammens torg 1. I vår träningsanläggning finns ett grymt gym på 600 m² och vi erbjuder gruppträning i fem olika salar; Spinning, Cirkelgym, Lilla salen, Stora salen samt Indoor walking. Vi erbjuder även gruppträning utomhus.

När vi summerar 2024 ser vi tillbaka på ett år med ökat antal medlemmar och fler inpasseringar till träningen. Detta avspeglas även positivt i föreningens ekonomi.

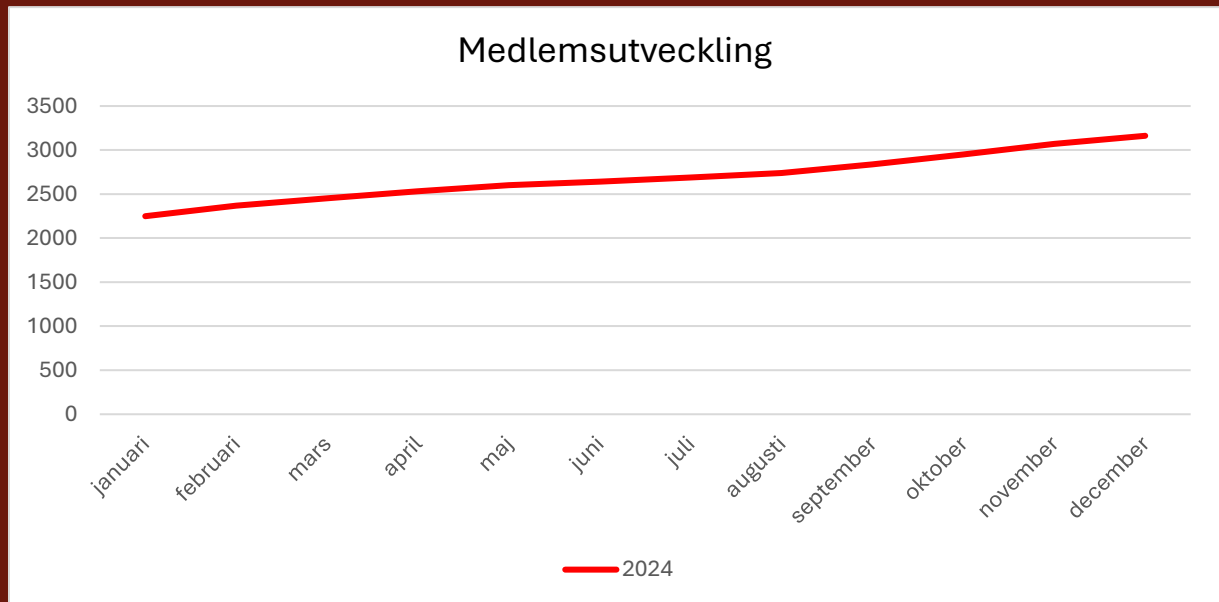
För den ekonomiska utvecklingen hänvisas till Årsredovisningen.

Här följer en sammanfattning av friskisåret 2024.

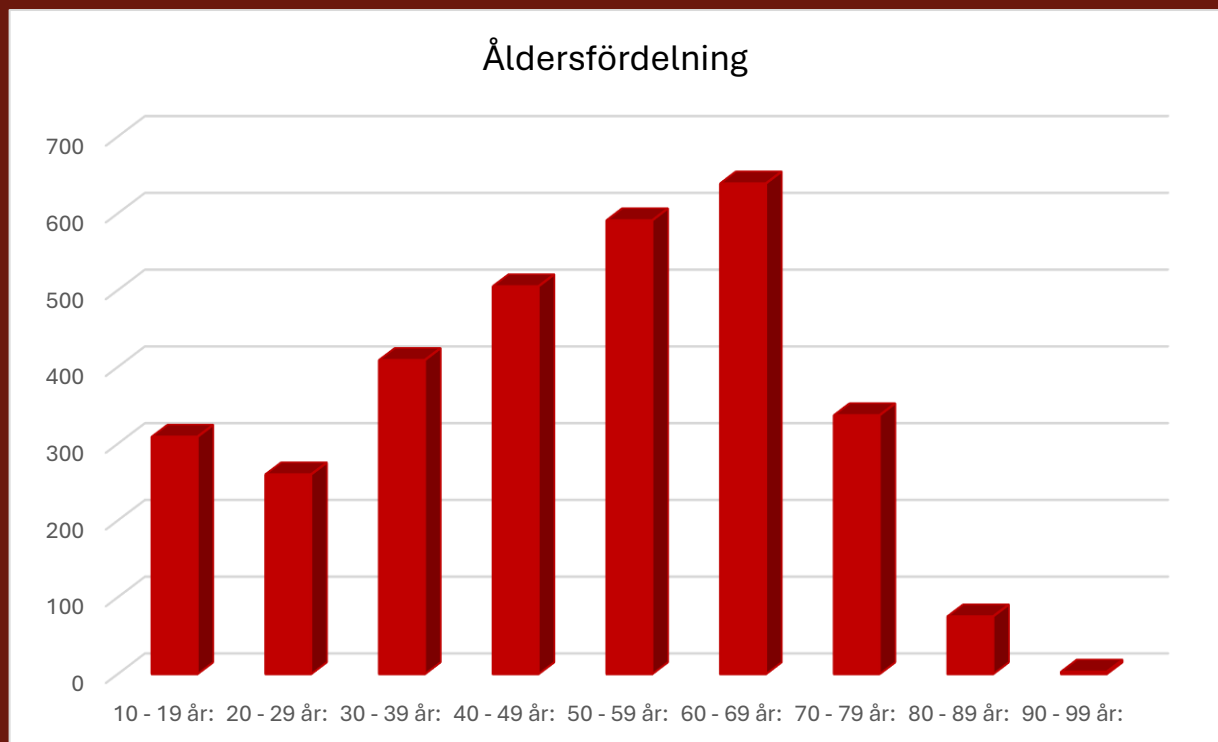


Våra medlemmar

Vid årets slut hade föreningen 3162 medlemmar. Detta var en ökning från föregående år med 7%. Totalt i hela landet ökade Friskis sitt medlemsantal med 5,5% och landade på 518 698 medlemmar



Genomsnittsåldern på våra medlemmar är 49 år, fördelat på 58% kvinnor och 42% män. Vår yngsta medlem är 10 år och vår äldsta medlem är 92 år.



Träningen 2024

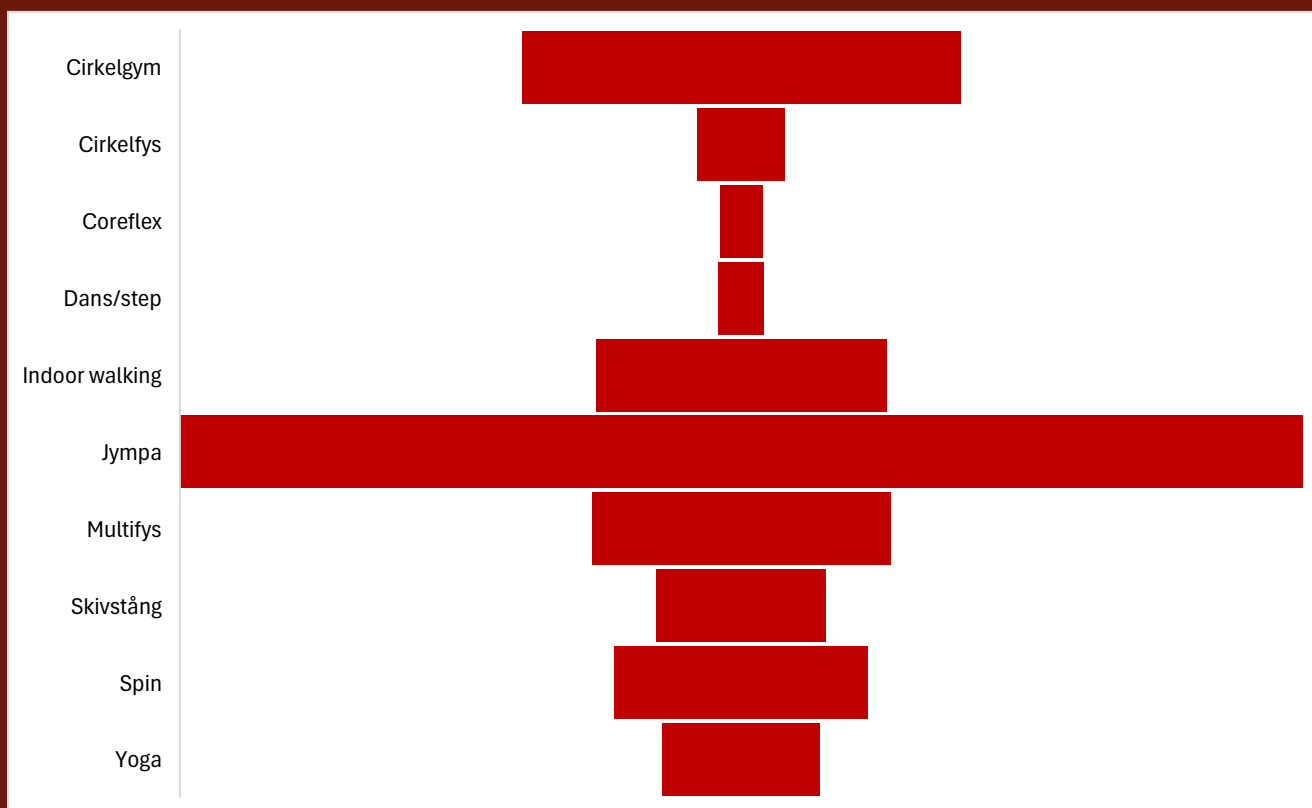
Besök & statistik

För att få så många som möjligt att röra på sig har vi generösa öppettider i gymmet, kl 05 – 23 varje dag, och ett brett utbud av gruppträning med ca 60 pass i veckan. Vårt gruppträningsutbud följer Friskis&Svettis Riks utbud.

2024 hade vi 116 768 inpasseringar, en ökning med 13% jämfört med året innan. 60% av inpasseringarna var på gymmet och 40% på gruppträningen. 23 % av inpasseringarna skedde under våra obemannade tider (tidig morgon och sen kväll).

Vi erbjöd 2 773 gruppträningspass, varav 52 var utomhus. I gymmet genomförde våra tränare 97 instruktioner.

Så här fördelade sig besöken på våra olika gruppträningspass. Ju längre fält, desto fler besök.



Storsatsning under året – EGYM

Intelligent träning som utmanar. I Friskis smarta gym får du träning för hela kroppen på bara 15 minuter. En modern gymcirkel från EGYM där maskinerna automatiskt ställer in sig efter dina förutsättningar, känner av när du blir starkare och anpassar motståndet så att du utvecklas och utmanas kontinuerligt. Som en personlig tränare i mjukvaran. På maskinernas skärmar guidas du i tempo och utförande och du kan enkelt följa utveckling och framsteg. Programmen kan utföras av alla, från nybörjare till inbitna motionärer och elit.

Efter en hel del provtränande och ekonomiska kalkyler tog styrelsen beslut om att satsa på Friskis smarta gym, EGYM. I oktober hade vi premiär för vår nya träning. I gymmet möblerade vi om och byggde ett podie för 8 nya maskiner. Vi utbildade en grupp funktionärer så att de blev "incheckare" och kan ta hand om alla som vill börja träna EGYM.

200 platser sålde vi innan premiären och det nya smarta gymmet har tagits emot väl av våra medlemmar och sätter föreningen på gymkartan då vi är ensamma i kommunen med EGYM.



Våra funktionärer

Friskis&Svettis finns tack vare ideellt engagerade ledare, tränare, värdar, vaktmästare med flera. Friskis&Svettis Partille har drygt 100 engagerade personer som får vår verksamhet att fungera och erbjuda fantastisk träning och fina möten – om och om igen.



Våra ledare

Under 2024 hade vi 66 verksamma ledare/tränare som bjöd våra medlemmar på ett varierat gruppträningschema och mycket rörelseglädje.

Under hösten rekryterade vi 3 nya gyminstruktörer som kommer gå Friskis Riks utbildning under våren 2024.



Våra värdar

Under året hade vi 26 verksamma ideella värdar (trivsel- och receptionsvärdar samt vaktmästargrupp). Tillsammans är de en viktig del i den trivsamma atmosfären i anläggningen och ser till att alla möten blir fina och håller anläggningen och träningsutrustningen i bra skick.

Ny roll – gymvärd

Under 2024 introducerade vi en ny funktionärsroll. Som gymvärd har man som uppdrag att framförallt att skapa relationer och bidra till en trygg miljö, hålla gymmet rent och snyggt, guida nya medlemmar och vid behov stötta tränare och träningsinspiratörer.



Funktionärsinspiration, fortbildning och möten

Under året har vi erbjudit mötesplatser och inspiration för att hålla engagemanget levande. Här är ett axplock av vad vi gjort för och tillsammans med våra funktionärer.

- HLR-utbildningar (2 per termin)
- Coachträffar (1 per termin)
- Arbetet med funktionärssupportfortsätte
- Träffar för receptionsvårdarna på anläggningen
- Säkerhetsvecka för funktionärer genomfördes
- Träningsformsträffar, lokala och regionala
- Inspirationsdag tillsammans med regionen i Kungälv
- Sommaravslutning med höghöjdsbana och korvgrillning
- Utbildning för nya funktionärer
- Storstädning av gymmet med vaktmästargruppen
- Infoträffar och utbildningstillfällen om EGYM.
- Julavslutning



Aktiviteter och event

Utöver vår ordinarie verksamhet där vi erbjuder gruppträning och gymträning vill vi göra fler saker, både i och utanför vår träningsanläggning.

- Indoor walkingpass till livemusik + after training
- Niomilaspin 3 mars (vi cyklade lika länge som vinnaren i Vasaloppet åkte)
- Pass för Öjersjö IF
- Lovträning (sport- och höstlov) för lediga ungdomar
- Träningspass med ABBA-tema + after training
- 5 pass för Partille kommuns idrottsklubb
- 3 Pass för Anpassad Grundskola Öjersjö Storegård
- Uthyrning till Sävedalens cykelklubb
- Del av kommunens sommarprogram Sommaren är lång
- Medlemsevent - Oktoberfest
- Träning för Furulundskolan
- Medverkan på Oluffs galej, pass för barnen
- Träning och rundvandring i anläggningen för SFI-elever
- Träningspass för skolelever från Lexbyskolan
- MiniRöris och Röris, utbildning av pedagoger
- Frukost x 2 för deltagare på morgon-IW/spinning med Malin J
- Nyårsevent med flera specialpass till förmån för BRIS



Styrelsearbetet

Styrelsen bestod av 7 personer som träffades en gång per månad med undantag av juli. Föreningens årsmöte hölls 25 april. Under året deltog representanter från styrelsen på Friskis&Svettis Riks årsstämma i Ängelholm. I september genomfördes en strategidag.

Styrelsens sammansättning efter årsmötet:

Ordförande: Christina Utzon

Sekreterare: Mona Grönberg

Kassör: Magdalena Låstbom

Ledamöter

Sofie Holmberg

Dennis Andersson

P-O Hellqvist

Hanna Fladberg

Personal/anställda

Föreningen har under året haft i genomsnitt 3 heltidsanställda.

Verksamhetschef är Johan Sommarin och som träningsansvarig arbetar Charlotte Bolneset. Malin Norrby, som arbetar som receptionsansvarig var delvis föräldraledig fram till sommaren och gick efter sommaren på tjänstledighet för studier. Vikarier för Malin för att täcka upp arbetet i receptionen har varit Åsa Johansson och Lisa Bogelius och efter sommaren började Tove Frisell som vikarierande receptionsansvarig.

På helger, röda dagar och vid ordinarie personals sjukdom har vi visstidsanställda som bemannar vår medlemservice. Under året har Lisa B, Liam N, Gunilla C och Ingela M arbetat.

Marknadsföring och kommunikation

Så här kommunicerar vi med våra medlemmar:

- nyhetsbrev som skickas via e-post ca 1 gång per månad
- digitala skärmar på anläggningen
- inlägg på Facebook och Instagram
- hemsidan – friskissvettis.se/partille
- muntlig information på anläggningen
- anslag och skyltar med korta budskap på anläggningen

Dessa kanaler använder vi för att nå potentiella medlemmar:

- Facebook, @friskispartille
- Instagram, friskispartille
- Hemsidan, friskissvettis.se/partille
- Lokalpressen Partille – tryckta annonser
- Partille tidning – digitala annonser
- Digitala storbildsskärmar i Allum
- Utskick varje månad till nyinflyttade i kommunen
- Marknadsföring på pelare i entrén till ICA Maxi Allum
- Marknadsföring på friskvårdsportalerna ePassi och Benify

Friskis&Svettis samarbetar nationellt när det gäller kommunikation och har under året haft två säsongsstartskampanjer.

I vårkampanjen fokuserade vi på att vara förberedd. Det är en del släpande, lyftande och jäktande i vardagen. Med lite rörlighet, styrka och uthållighet blir allt så mycket enklare.



I höstkampanjen fokuserade vi på att oväntade saker kan hända och fortsatte temat om att vara förberedd. Träna hos Friskis och var bättre förberedd på livet.



Vår anläggning

Under året har vi fortsatt hålla vår träningsanläggning i gott skick. Vår vaktmästargrupp gör ett fantastiskt arbete med att laga det som behövs, både när det gäller träningsutrustning och i lokalerna.

Vår vaktmästare Krister målade om den största delen av våra gemensamma vänttor.



Idrottsföreningen Friskis&Svettis Partille

Björndammens torg 1

433 44 Partille

031 44 85 85

friskissvettis.se/partille

Org nr 857206-4791

