

# Motioner och motions svar till F&S Stockholms årsmöte 2023



Svaren kommer vid behov att utvecklas på årsmötet.

## 1. Åldersgrupp – begränsa tider samt guidning

Nuläge, problem

I dagsläget tar ungdomar i åldern 13/14–18 väldigt mycket utrymme på gymmet under en väldigt lång tid vilket påverkar övriga medlemmars träning negativt. Det handlar om att anläggningarna ses som en fritidsgård samt att träningen inte genomförs på ett säkert sätt för dem själva eller för de runt omkring.

Yrkande

De yngre medlemmarna ska få träna under specifika tider under dygnet för att minska "hängandet". Exempelvis på vardagar mellan 14–18 då det även förslagsvis finns tonårsinspiratörer på plats som kan guida dem genom träning på ett säkert sätt.

Malin Abrahamsson

## 2. Åldersgräns på gymmet/anpassat intro

Nuläge, problem

Önskar att ni ser över hur åldersgränsen på gymmet/hanterar särskild åldersgrupp. I dagsläget om man går tidig eftermiddag är det som en stor fritidsgård, tonåringar som sprider ut sig/ ej följer "vett & etikett", plockar ej undan vikter och tar inte hänsyn till övriga på gymmet. Om medlemmar under 18 ska träna kan jag anse att det krävs särskild introduktion allt speciella tider för dessa att vistas på gymmet. Är för rörelse för alla, men på samma villkor. Ser hur funktioner får plocka undan tunga vikter och i vissa fall be oss andra medlemmar om hjälp. Går inte dit för att städa efter andra.

Yrkande

Jag yrkar på att särskilt intro ska hållas för medlemmar mellan 13–18 år som avser att gå själva på gymmet.

Linnea Sjöholm

## 3. Höj åldern på medlemmar

Nuläge, problem

Efter sänkning av ålder på medlemmar har jag noterat att nedskräpning i omklädningsrum herrar har ökat. Ute i gymmen även en försämring där bland dom yngre medlemmarna. Ingen gymkultur alls många gånger, tex mest fokus på telefon sittandes i någon maskin etc istället för att göra klart sin övning samt många ggr lämnar kvar vikter osv.

Yrkande

Jag yrkar: höjd ålder på medlemmar

Bengt Westerberg

## Styrelsens svar på motion 1, 2 och 3

Styrelsen har förståelse för de utmaningar som lyfts i motionerna. Ungdomar har varit en starkt växande målgrupp under pandemin och individer mellan 13 och 17 år utgör nu 9% av föreningens medlemmar. Från några av våra anläggningar kommer rapporter om utmaningar av den typen som också motionärerna beskriver.

Samtidigt ser vi att psykisk och fysisk ohälsa ökar bland barn och ungdomar. Få barn och unga uppnår WHO's rekommendationer om fysisk aktivitet. Enligt den så kallade Pep-rapporten 2020 är det bara två av tio barn som når den rekommenderade mängden fysisk aktivitet per dag. Vidare visar en studie från Göteborgs Universitet att mellan år 2000 och 2017 sjönk den fysiska aktiviteten, mätt i steg per dag, med 24 procent för 14-åriga flickor och med 30 procent för jämnåriga pojkar.

Vidare visar vår egen undersökning Friskisindex, att unga stockholmare (i det fallet 18–29-åringar) mår betydligt sämre än tidigare år. Friskisindex visar också att de som rör på sig också mår bättre, och upplever mer rörelse och glädje i livet. Därför är det så viktigt att etablera goda rörelsevanor bland unga.

Vi vill skapa goda träningsvanor för livet och vi vill ta ett samhällsansvar. Det finns många, tänkbara miljöer för våra tonåringar att "hänga" på som är betydligt sämre än F&S gym. Vidare vill vi vara en mötesplats över generationer och en plats för gemenskap. Att under vissa tider utestänga unga från den gemenskapen tycker vi, mot den bakgrunden, känns som fel väg att gå.

Med detta sagt ska vi såklart ta utmaningarna på allvar och göra vad vi kan för att övervinna dem. Här är ett batteri av åtgärder som vi har genomfört eller har i plan att göra:

- Under de senaste årens rekryteringar av ideella funktionärer har fokus legat på att rekrytera tränare till våra gym. Vid senaste rekryteringen rekryterades 17 nya tränare som licensieras under våren. Flera av de befintliga tränarna har dessutom tagit extra tider under terminsstart då trycket är extra högt. Vi arbetar vidare med fokus att rekrytera fler tränare våren 2023.
- Arbetssättet Träningsinspiratör tonår, där tonåringar inspirerar andra tonåringar på gymmet både i träning och hur man betar sig, utökas till flera anläggningar på tider då många tonåringar tränar.
- Från maj sker ett test på 1–2 anläggningar där alla tonåringar 13–16 år som köper kort får en introduktion med en Träningsinspiratör.
- Vi har introducerat en ny funktionärsroll, gymvärd, för ökad närvaro i gymmen. Gymvärderna har även som uppgift att se till att det är snyggt på gymmet.
- Åldersgränsen för provträningsvecka har höjts till 16 år.
- Rutinen för vårdnadshavares samtycke vid köp av träningskort för minderåriga skärps.

Och vi kommer att fortsätta jobba för att unga ska känna sig välkomna hos oss – liksom självfallet övriga generationer. Ytterligare en åtgärd vi alla kan hjälpa åt med för att bidra till en god gymkultur är att själva föregå med gott exempel och till exempel prata med andra medlemmar som ockuperar maskiner. Fråga om du kan använda maskinen medan den andra personen vilar mellan sina set.



## Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

- att anse yrkandet om ett särskilt intro för unga inför gymträningen besvarat med vad som anförts i styrelsens yttrande
- att avslå yrkandena om att höja åldern för medlemskap eller utestänga unga under vissa tider.

## 4. Träning/utbud

Nuläge, problem

Jag tycker att jympa bas och jympa medel ska återinföras (vet ej om det ingår i det som riksorganisationen bestämmer). Som det är nu är det ett alldeles för brett spann på jympan. Man ska inte behöva känna till ledaren för att veta om jympapasset är mer åt bas- än intensivhålllet.

Yrkande

Jag yrkar att jympa bas och jympa medel återinförs.

Eva Jäderborn Hammar

## 5. Vi saknar Jympa Bas och Medel

Nuläge, problem

De flesta jag har talat med på Ringen saknar Jympa Bas och Medel. Bas som helt hoppfri och Medel som var betydligt intensivare. Nästan den enda anledning till förändringen jag har snappat upp är att "förändring är bra". Inte alltid säger jag. Jag vet att förändringen kommer från Riks, men F&S Stockholm som ju är störst i landet kan påverka Riks.

Yrkande

Jag yrkar på att F&S Stockholm ska påverka Riks så att Jympa Bas och Medel återinförs. I andra hand yrkar jag på en medlemsundersökning så att vi vet vad de som går på Jympa tycker om förändringen nu ett drygt halvår efteråt. (De som har slutat vet jag inte hur vi kan nå.)

Peter Kronberg

## 6. Jympa Puls

Nuläge, problem

Eftersom Jympa puls inte längre existerar som en form av Jympa inom Friskis o Svettis så har många medlemmar med mig, inte hittat någon ny jympaform som ersatt den, d.v.s. en Jympa som både är god träning men även ROLIG. Jympa Puls bestod av en uppvärmning, en styrkedel och resten av passet, puls. Denna pulsdel kunde vara ca 30 minuter lång och var ofta lite mer dansant i rörelserna. Detta saknas av många, vet jag. Danspassen är inte jämförbara då pulsen där är mycket lägre.

Yrkande

Jag yrkar på att Friskis o Svettis ska införa ånyo Jympa Puls i utbudet. Om så krävs, i ny tappning

Gunilla Hafström

## 7. Jympa Puls åter

Nuläge, problem

Sedan rubriken jympa puls försvunnit har även pulsinnehållet försvunnit. Pulspassen var oerhört populära och ofta fulla, troligen beroende på den unika kombinationen av kondition och koordination. Det uppstod en fantastisk fart och fläkt på passen.

Yrkande

Jag yrkar: att jympa puls återinförs som jympaform.

Kristina Ringqvist

## Styrelsens svar på motion 4, 5, 6 och 7

Styrelsen har förståelse för att det finns motionärer som har haft svårt att orientera sig i det nya Jympautbudet. Föreningen har planerat flera aktiviteter för att säkerställa att ledarna känner sig trygga i vad respektive intensitetsnivå innebär, samt för att man som motionär ska veta vad man kan förvänta sig av de olika passen.

Friskis&Svettis Riksorganisation har varit drivande i arbetet med att ta fram det nya Jympautbudet. Syftet har varit att: - ta fram ett Jympautbud som ligger i linje med F&S övriga träningsutbud (bland annat avseende vilka intensitetsnivåer som erbjuds),

- bredda Jympan för att kunna tilltala en bredare skara motionärer för varje nivå.

I och med detta arbete har de tidigare intensitetsnivåerna utgått ur Friskisrörelsens gemensamma utbud, vilket betyder att ingen förening i Sverige har möjlighet att erbjuda de tidigare varianterna Jympa bas, Jympa medel och Jympa puls. I samband med förändringen har ledarna fått större frihet i hur de lägger upp passen, till exempel avseende hur blocken med fokus på styrka respektive kondition disponeras.

Inför beslut om ändringar i till exempel träningsutbudet har Stockholmsföreningen, som den största föreningen inom Friskisrörelsen, stora möjligheter att påverka. Denna möjlighet använder vi oss av. När Friskisrörelsen gemensamt beslutar om förändringar behöver vi dock förhålla oss till förändringarna.

När förändringar i till exempel träningsutbudet vidtas behöver det alltid göras uppföljning och utvärdering. Det är viktigt för att säkerställa att vårt träningsutbud ger så mycket medlemsnytta som möjligt.

Att medlemmar tar sig tid att skriva motioner för att dela med sig av sina upplevelser kan vara en viktig del i en sådan uppföljning och utvärdering. För att fånga upp motionärernas upplevelse av träningen gör vi dessutom löpande medlemsundersökningar där medlemmar har möjlighet att lämna feedback och synpunkter. Alla dessa synpunkter är mycket värdefulla. Vi kommer att ta med dem i utvärderingsarbetet och kommer även att framföra dem till Friskis&Svettis Riks.

## Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

- att anse yrkandet om att påverka Riksorganisationen och genomföra medlemsundersökningar besvarade med vad som anförts i styrelsens yttrande.
- att avslå yrkandena om att införa träningsformer som inte längre finns i rörelsens gemensamma utbud.



## 8. Sänk ljudvolym på jumpa

Nuläge, problem

Jag yrkar: Sänkt ljudvolym. Bra ledare, bra musik, bra jympapass, men stress med för hög ljudvolym. Vi hör bra.

Yrkande

Jag yrkar: Sänkt ljudvolym. Bra ledare, bra musik, bra jympapass, men stress med för hög ljudvolym. Vi hör bra.

Kennert Landelius

### Styrelsens svar på motion 8

Musiken är för många en viktig del i träningen, den skapar känsla och ger energi. Ljudnivån på F&S Stockholms pass är inte helt sällan föremål för diskussion och synpunkter. Vissa medlemmar vill ha högre volym medan andra önskar lägre. Styrelsen har förståelse för att ljudnivån på passen kan upplevas olika och att både medlemmar och ledare har olika preferenser när det kommer till musik och ljud. Vi vet att hög volym kan vara skadligt och vill ta vårt ansvar för en hälsosam träningsmiljö. Därför har F&S Stockholm elektroniska öron i våra gruppträningsalar, som hjälper oss att reglera volymen och undvika att musiken är för hög.

Så här fungerar det elektroniska örat:

- Grönt: örat är påslaget och fungerar
- Gult: ljudvolymen kommer stundtals upp i 84-86 db, det är helt ok
- Rött: ljudvolymen kommer stundtals upp i 94-96 db, det är helt ok under en begränsad tid (blinkningar)

Musiken varierar alltid i ljudstyrka och därför indikerar örat över alla ljusfälten. Ledaren ska rätta sig efter örat och sänka volymen om gult och rött överväger. Upplever du som medlem att örat mestadels är på gult och rött så påtala gärna det för ledaren efter passet. Om du inte känner dig bekväm med att säga till ledaren så gå det bra att istället prata med personalen på anläggningen.

Några tips till dig som tycker att ljudet är för högt, trots att det är ok enligt det elektroniska örat:

- Stå inte precis under högtalarna. Placera dig istället vid kortsidorna och i mitten av salen där volymen oftast är lägre.
- Använd gärna öronproppar, fråga i receptionen om du inte har med dig egna.
- Testa andra pass – det kanske finns andra ledare vars musik du tycker bättre om och därför störs mindre av volymen?

Vår ambition är att erbjuda pass med en bra ljudnivå, som väcker medlemmars och ledares rörelseglädje och lust att ta i, utan att äventyra vår hörsel. Motionen innehåller ett yrkande om generellt sänkt ljudvolym på Jympapass, vilket styrelsen inte anser lämpligt för årsmötet att besluta om. Det skulle dessutom i praktiken vara omöjligt att följa upp.

### Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

att avslå motionen utifrån vad som anförts i styrelsens yttrande

## 9. Införa barnyoga

Nuläge, problem

Jag tycker Friskis ska erbjuda mer träning för barn med sina föräldrar. Olika företag har nischat in sig på det här träningssegmentet och tar 2900 kr för 10 gånger och av egen erfarenhet vet jag att kvaliteten är bristfällig, så här tror jag det finns stora möjligheter för Friskis att bli en viktig spelare. Dessutom ökar andelen tjocka barn och svenska barn är de minst rörliga (mest klumpiga) i Norden. Yogan är lekfull (med asanas som trädet/fisken/andas som ett lejon), förlänger barns smidighet och rörlighet och ger dem verktyg att vara i kroppen och känna inåt – vilket är värdefulla kunskaper att ha i tex en stökig skolmiljö.

Yrkande

Jag yrkar: att vi introducerar barnyoga som en del av vårt träningsutbud och att Friskis på allvar tar upp kampen för barnens hälsa och rätt till rörelseglädje.

Alicia Heimersson

### Styrelsens svar på motion 9

Styrelsen instämmer i motionärens tankar om vikten av att inspirera barn och unga till rörelse. Psykisk och fysisk ohälsa ökar bland barn och ungdomar, liksom stillasittandet. Endast två av tio barn når den rekommenderade mängden fysisk aktivitet per dag.

Detta är en oroande utveckling som vi på Friskis&Sveltis Stockholm vill vara med och motverka.

Under 2022 öppnade vi upp för 10-12-åringar att kunna träna på våra gym i sällskap med en vuxen. I skrivande stund pågår ett test under två månader där barn 10-12 år får delta med vuxen på all gruppträning på fem av våra anläggningar. Testet kommer att utvärderas och om resultatet faller väl ut kan den möjligheten komma att öppnas upp på alla anläggningar, varpå barn från 10 år kan ta del av föreningens hela utbud, tillsammans med vuxen.

Det finns idag möjlighet för befintliga ledare inom Familjefys, Familjeyoga och Yoga att gå en digital vidareutbildning i Familjeyoga. Yogan kan erbjudas både som ett specifikt barnyogapass eller som en avslutning på Familjefys eller Familjeyoga.

Intresset för denna vidareutbildning har tidigare varit svalt i ledargrupperna. Möjligheten för ledare att kunna gå utbildningen har ökat då den nu erbjuds digitalt. Finns intresse hos ledare tror vi att målgruppen för barnyoga finns och att barnyogapass skulle uppskattas.

### Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

att anse motionen besvarad med vad som anförts i styrelsens yttrande.



## 10. Ge tillbaka Indoor walking

Nuläge, problem

Träningsformen/passet Indoor walking har tagits bort i F&S Stockholm.

Yrkande

Jag yrkar: att träningsformen Indoor walking introduceras igen i Stockholm. Då behöver man också se över hur passet marknadsförs, namnet är missvisande och avskräcker vissa att ens testa. Detta är väldigt bra och hård konditionsträning som är snäll för knäna och övriga leder och saknas i utbudet.

Sema Adilagic

## 11. Återinrätta indoor walking passen

Nuläge, problem

Sedan en tid tillbaka är inte indoor walking-pass tillgängliga på några av F&S Stockholms anläggningar. Det var en av de träningsformer som lockade mig och många andra till träning. Passen är fortfarande tillgängliga i andra föreningar och tillhör väl således grundutbudet av träning inom F&S.

Yrkande

Jag yrkar: att indoor walking pass återinförs i F&S Stockholms träningsutbud.

Markus Lindarp

## 12. Inför Indoor walking igen på något Friskis t ex nya ytan i Hagastan

Nuläge, problem

Skonsam, motoriskt lätt träningsform i grupp saknas i Friskisutbudet.

Yrkande

Jag yrkar: att träningsformer för motionärer i alla skeenden i livet värnas. Lättutbudet tenderar att läggas förmiddagstider o blir då direkt riktat till pensionärer. IW är en hård träningsform för alla. Låt den exponeras i rättvis lokal.

Karin Källström

### Styrelsens svar på motion 10, 11 och 12

Styrelsen har förståelse för att Indoor Walking har varit en uppskattad träningsform bland dem som har utövat den och för förslaget till namnändring. Friskis&Svettis Riksorganisation beslutar benämningar av rörelsens gemensamma träningsutbud, vilket alla lokala F&S-föreningar behöver förhålla sig till. En översyn av Indoor Walking gjordes av F&S Riksorganisation under 2022 som bland annat resulterade i att behålla benämningen. Under våren 2022 erbjöd Stockholmsföreningen cirka 15 ledarledda Indoor Walking-pass per vecka och mindre än 1 procent av medlemmarna nyttjade träningsformen. Utöver de tider då pass erbjöds stod ytorna outnyttjade. Utrustningen är dyr och dåvarande crosstrainers var i behov av att bytas ut. Det hade inneburit en investering på cirka 1 miljon kronor, en kostnad vi bedömde att föreningen inte kunde prioritera. Skälet till avvecklingen var alltså en låg nyttjandegrad av dyra lokalytor och utrustning.

En mängd omfattande omorganisationer och besparingar gjordes under 2022 för att få föreningens ekonomi i balans. Att göra hårda, ekonomiska prioriteringar är fortsatt nödvändigt under 2023 och rimligen även längre fram. För att framtidssäkra föreningen behöver vi erbjuda ett utbud som attraherar många medlemmar.

Det finns totalt ett 80-tal olika möjliga träningsformer i Friskisrörelsens utbud, och det stämmer att Indoor Walking ingår i det utbudet. De lokala förutsättningarna avgör vilka av träningsformerna som lokalföreningarna lyfter in i sitt utbud; ingen förening erbjuder alla träningsformerna.

Vad gäller skonsam träning så har softträningen lanserats och breddats inom en rad olika träningsformer under de senaste åren. Här kommer vi under 2023 fortsätta arbetet med att få ännu fler softpass i schemat, med bättre spridning över dagar, tider och anläggningar.

### Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

att avslå motionerna utifrån vad som anförts i styrelsens yttrande

## 13. Föreningen bryter mot medlemsvillkoren och bör därför öppna basturna

Nuläge, problem

Stängningen av basturna bryter mot avsnitt 2.7 i medlemsvillkoren. Föreningen bör därför omedelbart öppna basturna. Energibesparing är inte ett skäl att hålla bastun stängd för medlemmarna. Föreningens syfte framgår av stadgarna.

Yrkande

Jag yrkar: att basturna omedelbart öppnas på sätt som var innan beslutet togs i höstas om att stänga.

Anna Formgren

### Styrelsens svar på motion 13

Styrelsen har all förståelse för att många av Friskis&Svettis Stockholms medlemmar uppskattar möjligheten att basta i anslutning till sin träning. Samtidigt har föreningen velat ta sitt ansvar i en situation där vi drabbats av en internationell energikris och kraftigt ökade elkostnader. Föreningen har följt Riksidrottsförbundets rekommendation till sina medlemsföreningar, till vilka vi hör, om att minska sin elförbrukning, bland annat genom att stänga av basturna. Vi valde att inte gå så långt som att stänga basturna, utan att under en period tillfälligt minska öppettiderna. Samtliga anläggningar hade då sina bastur öppna 3 dagar i veckan. Sedan den 27 mars har basturna ordinarie öppettider igen, till följd av att elkrisen inte längre är lika akut och att elpriserna sjunkit igen. Detta illustrerar att den här typen av frågor bör beslutas i verksamheten utifrån de aktuella förhållandena i omvärlden och inte i form av ett årsmötesbeslut.



Att basturna inte har samma öppettider som anläggningarna i stort innebär inte att föreningen bryter mot medlemsvillkoren. Avsnitt 2.7 i villkoren innebär att Friskis&Svette Stockholm har rätt att vidta ändringar och justeringar i vårt utbud, vad gäller t.ex. lokaler, träningsutbud och utrustning. Inte minst när behovet uppstår på grund av förändringar utom vår kontroll, som energikrisen. Det kan också noteras att det inte någonstans i medlemsvillkoren finns angivet att bastubad ingår i träningskortet.

### Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

att avse motionen besvarad med vad som anförts i styrelsens yttrande

## 14. Bemanning

Nuläge, problem

Personalkostnaderna var 40-50% av de totala kostnaderna. På F&S Kungsholmen står det inte sällan 4 personer i receptionen. Finns det någon explicit anledning till detta? Skulle man kunna minska antalet anställda och satsa mer på underhåll/nya maskiner?

Yrkande

Jag yrkar på att minska antalet anställda och satsa mer på underhåll/nya maskiner/utrustning.

Anders Söderquist

### Styrelsens svar på motion 14

Föreningen genomförde en organisationsförändring 2022 där vi minskade bemanningen på samtliga anläggningar och utökade de obemannade öppettiderna på flexibla anläggningarna - just i syfte att minska kostnaderna. På anläggningarna finns olika roller såsom anläggningspersonal, personliga tränare och ideellt arbetande värddar som medlemmar kan mötas av i receptionen. Det är med andra ord inte enbart anställda medarbetare du möter på anläggningen. F&S Kungsholmen är föreningens största anläggning med flest besök och där jobbar man 1-3 personer i receptionen för att kunna ge en bra service till medlemmar och funktionärer samt lösa av för lunch och genomföra uppgifter inom olika ansvarsområden. Vad gäller underhåll har föreningen ett serviceteam som underhåller samtliga föreningens 16 gym regelbundet varje vecka. Större investeringar i form av exempelvis nya maskiner planeras och budgeteras för centralt och fördelas utifrån behov. Ifall någon utrustning inte fungerar som den ska och det inte redan sitter en lapp om att bristen är felanmäld - prata gärna med personalen i receptionen, så ser vi till att åtgärda saken så snart som möjligt.

### Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

att avslå motionen utifrån vad som anförts i styrelsens yttrande

## 15. Skotvång

Nuläge, problem

Idag är det många motionärer som tränar barfota. Det känns väldigt ohygieniskt, speciellt på gruppträningar när man ligger på golvet nära varandra så känns det inte så fräscht att få någons bara fot i ens ansikte.

Yrkande

Jag yrkar: att vi inför ett krav på skor på anläggningen, både för trivsel och säkerhet för motionärerna.

Elin Wessel

### Styrelsens svar på motion 15

I F&S Stockholm har man som medlem under alla år kunnat träna med eller utan skor i våra salar och på senare år även i våra gym. I exempelvis Yoga och Core, är barfotaträning ett vanligt inslag i själva passet. Vi är olika och vi vill träna på olika sätt. Vår ambition är att så långt det är möjligt undvika förbud och pekpinnar och att varje medlem själv ska kunna besluta huruvida man önskar träna med eller utan skor.

### Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

att avslå motionen utifrån vad som anförts i styrelsens yttrande.

## 16. Telefonprat på träningsytor

Nuläge, problem

Jag - och många med mig - upplever att det är väldigt störande när medlemmar har telefonsamtal på träningsytorna. Det känns otrevligt att ofrivilligt överhöra samtal om andras angelägenheter i stort och smått. Hårtill kommer den olustkänsla som följer i de fall som en vädjan om att avsluta samtalet, eller att fullfölja det på annan plats, möts med "det onda ögat". Träningsytorna är gemensamma utrymmen, vilket förutsätter att vi visar hänsyn till varandra - inte bara genom att torka av och återställa utrustning efter användning.

Yrkande

Jag yrkar att: Ordningsreglerna på föreningens anläggningar kompletteras med en anvisning om att telefonsamtal på träningsytorna inte är tillåtet, av hänsyn till andra motionärer.

Gerd Grip

### Styrelsens svar på motion 16

Styrelsen förstår att det för vissa medlemmar kan upplevas som störande när andra talar i telefon i träningslokalen, särskilt vid högljudda, utdragna samtal om privata ting. Vi ser emellertid inte att ett förbud mot telefonsamtal vore en lämplig åtgärd. Det kan finnas situationer där man faktiskt behöver kunna bli nådd på telefonen, även under ett träningspass. Vi vill också så långt möjligt undvika förbud och pekpinnar.





Att på ett vänligt sätt prata med varandra och berätta om vi blir störda är nog trots allt den bästa åtgärden i sammanhanget. Som motionär kan du också prata med en av våra funktionärer eller medarbetare som i sin tur kan ha en dialog med medlemmen som upplevs störa.

### Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

att avslå motionen utifrån vad som anförts i styrelsens yttrande.

## 17. Inredning ska stimulera

Nuläge, problem

Flera anläggningar i Stockholm saknar elementärt möblemang och trivselinredning. Lite konst höjer trivseln. Mäster Samuelsgatan Stockholms City ser ut som akutintaget på sjukhuset. Body&Mind är en prestationshöjande kombo.

Yrkande

Jag yrkar bättre trivselmiljö. Flera anläggningar i Stockholm saknar elementärt möblemang och trivselinredning. Lite konst höjer trivsel. Mäster Samuelsgatan Stockholms City ser ut som akutintaget på sjukhuset. Body & Mind är en prestationshöjande kombo.

Kennert Landelius

## 18. Hygien skogräns

Nuläge, problem

Folk trampar in med skitiga skor och kängor i omklädningsrummet där vi går barfota. Skärpning på info och gränssättning för utomhusskor.

Yrkande

Jag yrkar: Hygienproblem måste lösas.

Kennert Landelius

## 19. Lite mer inredning, tavlor, dekor och om ytterskor

Nuläge, problem

Lokalen är i behov av trivselhöjande inredning. Hygienproblem, folk går in med smutsiga ytterskor där vi går barfota.

Yrkande

Jag yrkar 1. Mer trivselfrämjande inredning. Tavlor, illustrationer.  
Hygienproblem, folk går in med smutsiga ytterskor där vi går barfota.  
Jag yrkar 2: avgränsande inventarier.

Kennert Landelius

## Styrelsens svar på motion 17, 18 och 19

Inredning: Friskis&Svettis Riksorganisation driver ett inredningsprojekt för hela rörelsen i syfte att skapa ett gemensamt koncept som håller ihop det visuella uttrycket på våra anläggningar. Tanken är att hålla ihop varumärket bättre, att man ska känna igen sig när man besöker en Friskis anläggning oavsett var den råkar ligga. Rörelsen strävar efter fräscha, lättöverskådliga anläggningar som "andas träning" samtidigt som de också måste vara lätta att underhålla och hålla rena. Friskis Stockholm kommer att fortsätta jobba med inredningen av våra lokaler när det gemensamma konceptet har slagits fast och lanserats. Motionären exemplifierar med väntytan utanför stora hallen på F&S City, och det är en av de ytor som skulle kunna få ytterligare utsmyckning när det nationella konceptet har slagits fast.

Skogräns: Vi har tydliga avgränsningar som markerar var skogränsen går och påminner ständigt om skogränsen på våra digitala skärmar. Anläggningspersonal och värdar påminner också om frågan när de ser någon som glömt ta av sig ytterskorna. Att avgränsa med inredning för att ytterligare förtydliga var skogränsen går fungerar bra i vissa fall men det får inte hindra utrymning.

Utöver det ovan nämnda är det förstås viktigt att påminna om vikten av att varje medlem respekterar och följer trivselreglerna - vi är varandras träningsmiljö.

### Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

att bifalla yrkandena om att fortsätta arbeta med trivselhöjande inredning utifrån vad som angivits i styrelsens yttrande.

att anse yrkandena om skogräns besvarade.

## 20. Info om utrustning på hemsidan

Nuläge, problem

Idag kan man inte på anläggningarnas webbplatser se vilken utrustning varje enskild anläggning har. Utrustning, redskap, löpband med mera avgör till viss del vilket F&S man väljer att träna på.

Yrkande

Jag yrkar: att varje F&S på sin hemsida upplyser om vilken utrustning anläggningen har, gärna en lista med antal och foto på redskapen.

Björn Suneson

### Styrelsens svar på motion 20

Styrelsen förstår medlemmens önskemål om att veta vad varje anläggning har för träningsutrustning. Varje anläggning har dock hundratals olika redskap och annan utrustning och utbudet förändras successivt. En lista över all utrustning skulle behöva uppdateras konstant för att vara relevant. Det skulle kräva en oproportionerligt stor mängd administration. Det är styrelsens övertygelse att tidsåtgången för denna åtgärd inte skulle vara i paritet med medlemsnyttan. Det skulle också finnas en risk att missa att göra alla uppdateringar efter hand, varpå listan med tiden skulle bli inaktuell. I det läget finns det en risk att listan snarare skulle minska medlemsnyttan än att öka den.



## Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

att avslå motionen utifrån vad som anförts i styrelsens yttrande

## 21. Ytterligare anläggning Östermalm/Gärdet/Norra Djurgårdsstaden

Nuläge, problem

Tidigare fanns en anläggning på Gärdet/Tegeluddsvägen. Denna anläggning är sedan en tid tillbaka stängd. Förslag att översyn görs av att öppna ytterligare anläggning i området Östermalm, Gärdet, Hjorthagen eller Norra Djurgårdsstaden eftersom denna del av Stockholm inte har någon anläggning. Norra Djurgårdsstaden är ju en del av Stockholm som snabbt växer och kommer växa ännu mer framöver när Värtahamnen byggs ut.

Yrkande

Jag yrkar: att översyn görs av möjligheten att öppna en anläggning i området Östermalm, Gärdet, Hjorthagen eller Norra Djurgårdsstaden, då denna del av Stockholm saknar anläggning.

Lena Sundin

### Styrelsens svar på motion 21

Styrelsen håller helt med om att en etablering i området Östermalm, Gärdet, Hjorthagen eller Norra Djurgårdsstaden är intressant. Det är ett av flera prioriterade områden i vår etableringsstrategi.

I tillväxtfasen efter pandemin har första prioritet varit att återfylla befintliga anläggningar med medlemmar för att skapa finansiella medel för att sedan också klara av investeringar i form av nyetableringar. Flera befintliga anläggningar har omfattande renoveringsbehov som också måste omhändertas.

Under 2024 hoppas styrelsen att föreningen ska kunna öppna en ny anläggning. Även om vi inte redan nu kan utlova var den etableringen i så fall skulle ske, tar vi med oss motionärens förslag om en möjlig etablering i nämnda område i det framtida arbetet.

När och var etableringar kan ske påverkas i hög grad av när och var lämpliga lokaler blir tillgängliga. Även om föreningen kontinuerligt scannar marknaden, tar vi också tacksamt emot tips på lokaler som skulle kunna lämpa sig för en Friskisanläggning.

## Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

att bifalla motionen utifrån vad som anförts i styrelsens yttrande.

## 22. Etablering av nya anläggningar

Nuläge, problem

En grundläggande idé hos Friskis&Sveltis-rörelsen är att - "erbjuda lustfylld och lättillgänglig träning av hög kvalitet för alla."

- Att få så många som möjligt att träna och uppleva rörelseglädje

- Att erbjuda olika former av träningsaktiviteter med Friskis&Sveltis värderingar och kvalitet som grund (Citat ur stadgar för F&S Stockholm).

Yrkande

För att leva upp till de tydliga målsättningar och värderingar som föreningen står för, yrkar jag att..."

1. i stället för planering i närförort planera för anläggningar längre ut, t.ex. i Skärholmen (upptagetområdet utmed hela linje 13 och 14 sydväst om Liljeholmen), och Spånga Tensta,

2. beslutet att stänga Kista omprövas,

3. marknadsföringen mot boende i de yttre förorterna intensifieras,

4. sträva efter att öka mångfalden i sammansättningen för tränare och funktionärer

Bjarne Nivér

### Styrelsens svar på motion 22

Styrelsen håller helt med om att nyetablering är viktigt för att nå fler, vilket adresseras tydligt i vår etableringsstrategi som vi arbetar med och reviderar löpande.

I tillväxtfasen efter pandemin har prioritet ett varit att återfylla befintliga anläggningar med medlemmar för att skapa finansiella medel för att sedan också klara av investeringar i form av nyetableringar. Flera befintliga anläggningar har omfattande renoveringsbehov som också måste omhändertas.

Under 2024 hoppas styrelsen att föreningen ska kunna öppna en ny anläggning. Av erfarenhet undviker vi alltför stora avstånd till en befintlig anläggning eftersom det gör det svårt att rekrytera ideella funktionärer. Pandemin har påverkat föreningen kraftigt och i nuläget måste nyetableringar väljas försiktigt och objekt som snabbt kan bidra till ett positivt resultat behöver prioriteras.

Beslutet om att stänga träningsanläggningen i Kista fattades mot bakgrund av att anläggningen länge haft ett alldeles för litet medlemsantal för att bära sig ekonomiskt. Medlemsantalet har, trots många insatser för att vända utvecklingen, varit ett problem under en lång följd av år och under pandemin försämrades läget ytterligare - alltför få människor arbetar, bor och rör sig i området för att anläggningen ska bära sig.

Styrelsen instämmer helt i motionärens önskemål om att sträva efter ökad mångfald i funktionärskåren.

## Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

att anse yrkande 1 och 3 besvarade med vad som anförts i styrelsens yttrande.

att avslå yrkande 2.

att bifalla yrkande 4 om att sträva efter att öka mångfalden i funktionärskåren.



## 23. Bokning av pass

Nuläge, problem

Nya bokningsappen är inte användarvänlig. Återgå till den gamla appen.

Yrkande

Jag yrkar: Nya bokningsappen är inte användarvänlig. Återgå till den gamla appen.

Kennert Landelius

### Styrelsens svar på motion 23

Passbokningen är en viktig del av träningsupplevelsen. Föreningens strävan är att bokningsappen ska fungera så bra som möjligt och att det ska vara lätt att boka pass. Lanseringen av den nya appen var en del av en systemuppdatering till en gemensam lösning för hela Friskisrörelsen. Att återgå till den gamla appen är alltså inget alternativ.

Tack vare att alla Friskisföreningar i landet använder samma app, kommer vi att kunna utveckla och förbättra medlemsupplevelsen tillsammans framöver. Det kommer till exempel att bli enklare att boka pass och träna utan att hindras av kommungränser, en utveckling som efterfrågats av många medlemmar.

Vi driver på för att vår systemleverantör ska utveckla funktionalitet samt användarvänlighet i appen och förbättringar introduceras löpande.

Med detta sagt: Motionärens upplevelse av appen delas av många inom Friskisrörelsen och var också en stor fråga under den nyligen avslutade årsstämman för Friskis Riks, där Riks också gavs ett än större mandat att driva frågan för alla föreningar.

### Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

att avslå motionen med vad som anförts i styrelsens yttrande.

## 24. Funktionärsrabatt på årskort

Nuläge, problem

Idag finns ingen rabatt på träningskort för oss funktionärer.

Yrkande

Förslag om att årsmötet fattar beslut om att funktionärer i F&S Stockholm ska ha möjlighet att erbjuda en anhörig eller vän möjlighet att köpa ett rabatterat kort. Förslagsvis 20% rabatt precis som vi har i övrigt och erbjudandet gäller för ett kort per funktionär och år. På så vis kan vi potentiellt nå fler medlemmar och det ökar även attraktionskraften i att vara funktionär.

Tove Nackstad

## Styrelsens svar på motion 24

Friskis&Svettis finns tack vare alla ideellt engagerade funktionärer. Alla våra funktionärer – ledare, tränare och värdar – är en förutsättning för att kunna bedriva vår verksamhet.

Även om uppdraget i huvudsak är ideellt finns det funktionärsförmåner av olika slag, till exempel ett mindre arvode, fritt träningskort och olika typer av rabatter hos partners inom exempelvis träning, rehab och kultur. Motionsförslaget ger oss dock anledning att fundera över om de nuvarande funktionsförmånerna är de som är mest efterfrågade bland våra funktionärer.

I valet av vilka funktionärsförmåner vi ska prioritera är det självklart att föreningen ska lyssna till den samlade funktionärskårens behov och önskemål. I frågor som rör funktionärerna gör vi därför regelbundet undersökningar bland våra funktionärer, t ex via enkäter. Vår ambition är att även fånga upp önskemål och synpunkter som framförs i andra kanaler och sammanhang, från såväl funktionärer som medlemmar.

Med detta sagt bedömer vi dock att årsmötet inte är rätt forum att besluta om vare sig enskilda marknadsaktiviteter eller enskilda funktionärsförmåner. Beslut i sådana frågor hör hemma i den löpande verksamheten där anpassningar kan göras med utgångspunkt i de behov och önskemål som för närvarande råder. Att vara bunden av ett detaljerat årsmötesbeslut kan då utgöra ett hinder för att vara flexibel och snabbfotad.

Styrelsen välkomnar dock det konstruktiva förslaget och kommer att initiera en översyn av vilka funktionärsförmåner som bör finnas i föreningen.

### Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

att anse motionen besvarad med vad som anförts i styrelsens yttrande.