



# Verksamhetsplan 2018-2022

## Friskis&Sveltis Eskilstuna





## Om verksamhetsplanen

Verksamhetsplanen är ett styrdokument för anställda och funktionärer i föreningen och är tillgänglig för alla medlemmar. Den ska fungera som vägvisare i föreningens arbete och vila på den idé, de värderingar och de i övrigt styrande dokument som Friskis&Svettis Eskilstuna står för. Verksamhetsplanen ska ha en tydlig strategisk riktning. Uppföljning av målen och strategierna sker kontinuerligt både av styrelsen och verksamheten genom utvärdering av de aktiviteter som genomförts. Såväl budget och verksamhetsberättelse ska hänga samman med verksamhetsplanen. Verksamhetsplanen ska fungera som en vision för föreningens arbete framåt. Verksamheten utvecklas ständigt och oförutsägbara händelser kan medföra förändringar i verksamhetsplanen.

Inför årets verksamhetsplan har ett grundligt utvecklingsarbete ägt rum där styrelse, medarbetare och funktionärer varit delaktiga. Arbetet har utgått från de mål RIKS presenterade på årsstämman 2017 som sträcker sig fram till 2022. Målen är växa, engagera, synas och samarbeta. Tre rådslag där funktionärer i föreningen fått diskuterat nuläge, förbättringar och framtid utifrån RIKS mål har genomförts som en del av förarbetet till verksamhetsplanen.

Verksamhetsplanen som utformats sträcker sig liksom RIKS mål fram till 2022. Det utvecklingsarbete som vi föreningen står inför kräver en mer långsiktig plan därför har strategierna spridits ut under perioden 2018 - 2022.

## Historik och föreningsbeskrivning

IF Friskis&Svettis Eskilstuna grundades 1982 och hade då sin verksamhet i hyrda lokaler. Efter några år öppnade "FriskisHuset" på Fristadstorget i centrala Eskilstuna. Från den 5 april 2014 finns Friskis&Svettis på våning 2 i Sveaplans Centrum, Lundbladsvägen 6 i Eskilstuna. Vid årsskiftet 2017-2018 var antalet medlemmar i Friskis&Svettis Eskilstuna 8845 och antalet funktionärer 260.

Rörelseglädje i Eskilstuna AB bildades 2013-02-07 och är ett helägt dotterbolag till IF Friskis&Svettis Eskilstuna. Under 2016 förändrades Skatteverkets regler vilket resulterade i att Friskis&Svettis lade över all verksamhet i aktiebolaget förutom den kalenderårsvisa medlemsavgiften och utomhusträningen. Bolagets verksamhet ska bedrivas utan syfte att utge utdelning till aktieägaren/föreningen. Större ekonomiska beslut för bolaget skall ske i samråd med ägaren/föreningen.



## **Idé, vision och styrande dokument**

Friskis&Svettis är en ideell förening med gemensam idé, vision och ändamål. Den omfattas av en rad styrdokument såsom stadgar, regler för medlemsföreningar och Friskis&Svettis värderingar. Därutöver har Friskis&Svettis Eskilstuna sina egna stadgar, verksamhetsplan och policier som styrande dokument för verksamheten.

**Vår vision:** Människor ler när de tänker på träning.

**Vårt ändamål:** Att få så många som möjligt i rörelse.

**Vår verksamhetsidé:** Erbjudast lustfylld och lättillgänglig träning av hög kvalitet för alla

**Friskis&Svettis värderingar som ligger till grund för all vår träning och allt vi gör:**

Träning ska vara fri från krav

Träning ska utveckla hela människan

Gränser ska testas

Varje enskild medlem och varje idé är viktig

Träning ska vara lustfylld

Att mötas är lika viktigt som att träna

Människan kan ta ansvar för sin hälsa

Hög kvalitet är viktigt på alla områden

Det ska vara lätt att börja, lätt att fortsätta

Att stå fri är värdefullt

Att träna är inget märkvärdigt

Alla ska kunna träna



## Trender

Den växande träningstrenden har haft en stabil trend uppåt de kommande åren och förväntas fortsätta så. Hälsa, wellness, träning och mat har idag mycket utrymme i media. Nya träningsformer utvecklas och etableras och gamla träningsformer kommer tillbaka ett exempel är att intresset för gruppträning som ökar igen. De som redan är igång med träningen tränar mer och gör träningen till en livsstil och med det har mer avancerade och prestationsinriktade träningsformer fått allt fler anhängare. Den andelen av befolkningen (ca 60%) som inte är tillräckligt fysiskt aktiva ur ett hälsoperspektiv fortsätter vara konstant. Det innebär att hälsoklyftan ökar.

Den växande träningstrenden innebär också att allt fler aktörer tar sig in på marknaden. Den största ökningen står lågpriskedjorna för. Kedjor med brett träningsutbud fortsätter vara starka i Sverige. Som komplement har nischade mikrogym på senare tid börjat etableras. Även digitala alternativ börjar bli allt vanligare.

I Eskilstuna finns idag cirka trettio stycken gym etablerade, allt ifrån större kedjor till 24-timmars gym, lågprisgym, nischade gym och mer klassiska gym.

Digitaliseringen och gameification letar sig allt mer in i träningsvärlden. Att använda sig av digitala hjälpmedel för att mäta sin träning och lagra den har blivit allt mer populärt. Likaså har samspel mellan datorspel och träning börjat utvecklas allt mer.

Ökad fokus på hållbar träning blir allt viktigare i träningsbranschen. Som individ vill man säkerställa sin fysiska kapacitet genom livet. Så förutom fokuset på högintensiv träning börjar även lågintensiv träning få ökat intresse för att klara sig från skador och besvär genom livet. Likaså ser man lite bredare på sin hälsa än bara till träning. Även kost, sömn, återhämtning och livsbalansen är viktigt för människors välbefinnande.

Trenden visar också att allt fler äldre tränar, både bland de som varit fysiskt aktiva tidigare i livet och bland de som börjar sin träning senare i livet.

Samverkan mellan olika aktörer är en växande trend inom träning och hälsa, t.ex. har fler hälsoaktörer börjat satsa på att hjälpa företag med deras företagshälsovård. Likaså har samarbetet med sjukvårdsbranschen och träningsbranschen börjat växa.

Vad gäller engagemang går trenden alltmer åt ett mer flexibelt och föränderligt levnadsmönster. Det talas om "gig-ekonomi", där man mer frilansar och har kortare uppdrag jämfört med fasta och långa överenskommelser. Detta är intressant vad gäller engagemang i föreningar men också t.ex. bindning av träningskort och liknande.



## Våra utmaningar

Att behålla de medlemmar vi har och få fler att bli medlemmar

Att behålla föreningskänslan trots att föreningen växt

Att se, bekräfta, ge feedback och uppskattning till alla våra funktionärer

Att ta tillvara på idéer och kreativiteten hos våra funktionärer och medlemmar

Att rekrytera funktionärer samt att utveckla funktionärsrollerna

Att nå de målgrupper som ännu inte börjat träna hos oss och främja mångfald både hos medlemmar och funktionärer

Att kontinuerligt uppfylla medlemmars förväntningar på utbud och kvalité

Att tydligare marknadsföra vår kvalité och vår variation av träning och nå alla

Att utöka vårt samarbete med företag, offentlig sektor och andra föreningar

Att effektivisera vår administration och se möjligheter med ny digital teknik



## Mål och strategier för 2018 - 2022

*”Genom att engagera, synas och samarbeta kommer vi växa och samtidigt bli den bästa träningsaktören i Eskilstuna både för våra medlemmar och för våra funktionärer.”*

### Mål och strategier för 2018

#### **Engagera** – Funktionärerna är navet i vår verksamhet, vi inspirerar till engagemang

- Våra befintliga funktionärer stannar kvar hos oss
- Våra funktionärer känner större gemenskap och föreningskänsla
- Våra funktionärer träffas kontinuerligt i de olika funktionärsgrupperna
- Våra funktionärens idéer och engagemang tas till vara på
- Vi ser, bekräfta, ger feedback och uppskattning till våra funktionärer
- Personalen är synlig i lokalen
- Vi inspirerar fler till att bidra och engagera sig i föreningen
- Vi ser över och planerar för möjligheten att digitalisera schemalägningsprocessen
- Vi förenklar kommunikationen mellan funktionärer och mellan funktionärer och personal genom digital lösning.

#### **Synas** – Vi når ut och når in till allt fler om vår idé, vårt utbud och vår kvalité

- Vi använder modern kommunikation som är tillgänglig och överraskande i vår marknadsföring
- Vi upprättar en kommunikation och marknadsplan som kommuniceras utåt
- Vi inspirerar till rörelse och är generösa med att dela med oss av vår kunskap om träning
- Vi når ut till alltfler med vår variation och kvalité på träning
- Vi genomför prova-på-veckor
- Vi syns på nya ställen i samhället
- Vår hemsida byts ut till en mer modern och funktionell



## **Samarbeta – Vi blir smartare och starkare tillsammans**

- Vi ser över möjligheterna att utöka vårt samarbete med aktörer från kommunen, landstinget, företag, andra föreningar samt Södermanlandsidrotten

## **Växa - Vi är det självklara valet som träningsaktör för Eskilstunas befolkning**

- Vi ska behålla dom medlemmar vi har
- Vid årsskiftet 2018-2019 har vi minst 9000 medlemmar
- Vi erbjuder god service och ett trevligt bemötande
- Vi ser över vilka målgrupper som vi idag inte når med vår träning och utformar en plan för att bättre nå dom med vårt utbud.
- Steget till träning hos oss ska vara enkel och kort
- Vi uppfyller medlemmars förväntningar på utbud, kvalité och service
- Vi ser över möjligheten att omforma befintlig lokal för att göra plats för mer träning
- Vi hyr ut våra lokaler på "tom-tider" till företag, offentlig-sektor och andra föreningar
- Vi har en stabil ekonomi som möjliggör investeringar och en framtida expanderings
- Vi har en tydlig och effektiv personalorganisation där alla mår bra, trivs och är engagerade.



## **Fortsatta strategier för 2019 - 2022 som bygger på det övergripande målet**

### ***Engagera - Funktionärerna är navet i vår verksamhet, vi inspirerar till engagemang***

**2019**

Vi har digitaliserat schemaprocessen

Vi har en tydlig och förankrad verksamhetsplan

Vår lokal har omformats för att skapa mer naturliga mötesplatser för personal och funktionärer.

Rekryteringsförfarandet av funktionärer ses över och ny rekryteringsplan upprättas

Vi ser över befintliga funktionärsroller för att se hur vi kan utveckla dessa.

**2020**

Vår schemaläggning är mer flexibel

Vi har infört nya och mer flexibla sätt att engagera sig i föreningen

Utbildningsvägarna för att bli funktionär har förkortats och effektiviserats

**2022**

Friskis& Svettis Eskilstuna är en förening där många känner en stor lust att engagera sig och bli funktionär

Våra funktionärer är känner sig uppskattade, inspirerade och motiverade

### ***Synas - Vi når ut och når in till allt fler om vår idé, vårt utbud och vår kvalitet***

**2019**

Vi förmedlar vårt budskap tydligt ut i samhället

**2020**

Vi har ett utvecklat samarbete med företag, offentlig sektor och föreningar och delar med oss av vår kunskap om träning

Vi använder oss av digital teknik vid vissa av våra möten "det flippade mötet"

**2022**

Vi har tydligt nått ut med att vi är en förening

Hela Eskilstuna vet att vi erbjuder hög kvalitet på träning och att vi har ett stort variationsutbud av träning och att vi är den främsta träningsaktören i kommunen





### **Samarbete - *Vi blir smartare och starkare tillsammans***

- 2019** Vi arrangerar mässor i vår lokal
- 2022** Vi hyr ut utrymmen som inte används i våra lokaler till andra företag i hälsobranschen som lever upp till våra värderingar och kvalité

### **Växa - *Vi är det självklara valet som träningsaktör för Eskilstunas befolkning***

- 2019** Vi har omformat våra lokaler för att få plats för mer träning
- 2020** Vi har utökat våra öppettider
- 2022** Vi har expanderat vår verksamhet med ytterligare en lokal och minst 10 procent av Eskilstunas befolkning är medlemmar i föreningen.