



2022

Verksamhetsberättelse  
2022

FRISKIS&SVETTIS HANINGE







## Innehåll

1. Inledning
2. Organisation, anställda och funktionärer
3. Funkisarna – viktigaste kuggen i hjulet
4. Träningen
5. Lokalerna
6. Marknadsföring & kommunikation
7. Ekonomi
8. Långsiktiga mål – 2025
9. Antidopingarbete
10. Styrelsen
11. Haninge Motion AB





## Inledning

2022 var IF Friskis&Svettis Haninges 39:e verksamhetsår och det femtonde året i egen lokal.

Under hela 2022 har vi fokuserat på att, på ett övervägande framgångsrikt sätt, arbeta med att få tillbaka de medlemmar vi tappat under pandemin.

Vid år 2022s slut hade föreningen 2303 medlemmar, en ökning med 526 medlemmar jämfört med avslutet 2021.

Vi kommunicerar kontinuerligt med våra medlemmar via bland annat medlemsutskick, hemsida och våra sociala kanaler och arbetar aktivt för att få en tätare dialog med våra medlemmar.

## Organisation, anställda och funktionärer

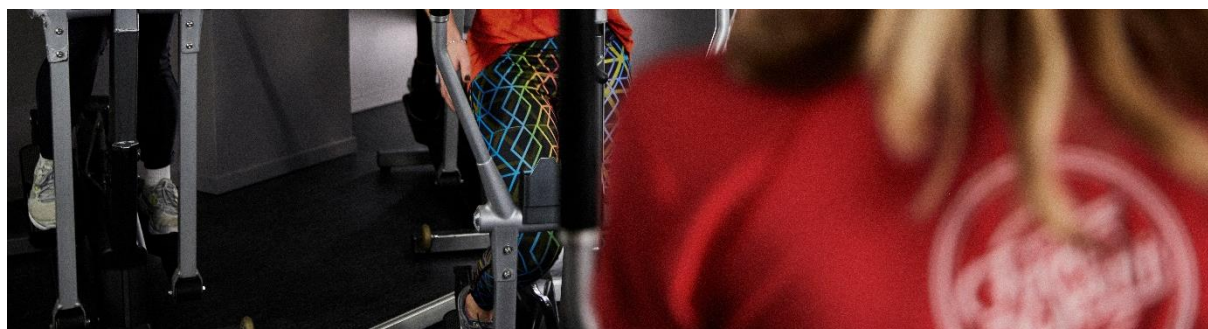
**Styrelsen är ytterst ansvarig för att verksamheten bedrivs mot uppsatta mål. Styrelsen har utsett ordförande till att leda och fördela arbetet inom föreningens verksamhetsområden.**

Vidare är styrelsen organiserad i mindre arbetsgrupper som ansvarar för:

- marknadsföring
- gym
- lokaler
- ekonomi

Vi har inte haft någon anställd personal under 2022 utan styrelsen har drivit föreningen med hjälp av styrelseledamot Johanna Jelving och gruppträningsledare Annika Wihlborg. Båda erhåller ett visst arvode för sina respektive uppdrag.

Övriga grupper har fortsatt sitt arbete på ideell basis.



### ”Funkisarna”- viktigaste kuggen i hjulet i vår organisation

2022 var strax under 100 ideella funktionärer aktiva i vår förening. Funktionärer är medlemmar som väljer att på sin fritid engagera sig extra i vår förening. I sina olika funktioner är dessa personer viktiga kuggar i hjulet som driver vår föreningsverksamhet varje dag. Våra funktionärer gör en helt ideell insats för alla medlemmar som tränar i föreningen. **Ett stort tack till alla fantastiska funktionärer i Friskis Haninge!**



Ett gäng receptionsvårdar på utbildning med Riks på F&S Södertälje. April 2022.

Under 2022 rekryterades och utbildades både nya ledare och receptionsvårdar. För att täcka receptionens öppettider behövs det ca 35 vårdar. Det är ett ständigt pågående arbete att hitta ledare och receptionsvårdar.

Liksom föregående år hade anläggningen öppet under hela sommaren och i år var receptionen bemannad av två sommarjobbade receptionister under dagtid.

Den planerade kick-offen genomfördes den 9 september och temat var umgänge, gemenskap och trivsel.

Den 20 november genomfördes en inspirationsdag för funktionärer och medlemmar.



Nyårsjympa 2022.



Spex på kick-offen 2022.



## Träningen

### Vårt mål 2022

- Vi vill att våra medlemmar och funktionärer inom träning ska spegla alla grupper i samhället
- Vi vill att vår träning ska vara allsidig och funktionell
- Vi satsar på vår träning utomhus och utvecklar utomhusträningen utifrån våra möjligheter
- Vi vill utöka vårt utbud med de nyheter som utvecklas inom Friskis&Svettis träningsformer

Under året har vi utvecklat vår träning och utökat vårt utbud med nyheter inom träning från Riks.

Under hela året har vi haft utomhusträning med flertal pass i veckan både på vår uteyta, i skogen eller i närliggande område. Under sommartid har vi haft parkträning på Rudans friluftsområde. Vi har vid två tillfällen under hösten haft pop-up-träning i Västerhaninge centrum.

Friskis Onlineträning – träningsappen FriskisGo har utvecklats under året och är tillgänglig för alla medlemmar med aktivt träningskort.

Vi har fortsatt vårt samarbete med Fredrika Bremers Idrottsakademier samt haft samtal med andra idrottsföreningar om framtida samarbeten för att hjälpa unga att komma i rörelse samt sänka tröskeln för människor som kan ha svårt att hitta in i en träningsrutin.



*Parkträning i Rudan. för stora och små. Juli 2022.*



## VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2022

Seniorklubben, familjeympan och enkeljympan har haft verksamheten igång hela året och planer finns på utökning av både familjeträningen och enkelträningen.

Under året har vi licensierat en ny ledare, i Multifys, samt rekryterat två nya ledare, en spinningledare och en jympaledare som kommer licensieras under kommande år. Två befintliga ledare har vidareutbildat sig, en inom Yoga för barn och en till handledare för Seniorklubben.

Vi har under året bildat en arbetsgrupp av tidigare uppföljare som tillsammans ska driva arbetet med Riks nya upplägg kring funktionärssupport. Arbetsgruppen har haft en utbildningsdag tillsammans med Riks "Funktionärssupport-arbetsätt och uppdrag". Två ledare har även vidareutbildats till uppföljare.

Under hösten har vi haft en inspirationsdag för både befintliga och (förhoppningsvis) blivande medlemmar. Dagen erbjöd korta, 30 minuters prova-på-pass från hela vårt träningsutbud. Det hölls två föreläsningar, den ena med en inhyrd extern föreläsare på temat motivation och den andra med en lokal föreläsare på temat rörlighet.



Avslutningsfika för Seniorklubbens tisdagsgång. December 2022.



Coreflex. November 2022.



Utefys. November 2022.



## Lokalerna

### Vårt mål 2022

- **Vi vill ha en modern och ändamålsenlig anläggning anpassad till den verksamhet vi har möjlighet att bedriva i ljuset av pandemin.**

Vi har fortsatt anpassa alla våra träningsytor utifrån rekommendationer och krav från FHM och Riks. Bland annat har ett flertal av våra cardiomaskiner sedan pandemistart varit placerade i "Cardiorummet" (före detta cafédelen).

Under våren köpte vi in två helt nya musikanläggningar för ute-träningen – en för vår egen uteyta samt en för ambulerande träning så som parkträningen på Rudan eller pop-up-träning. Anläggningen sponsrades till stor del av ICA Maxi Haninge.

Vi arbetar aktivt med upprustning av lokalerna och har bland annat under sommaren rustat upp alla våra utemöbler samt vår innegård, vi har målat samtliga dörrar, dörrkarmar, foder och lister.

Vi har fortsatt samarbetet med vår nya fastighetsägare där fokus har legat på optimering och upprustning av våra lokaler. Stora problem med ventilationen har upptäckts under året och en omfattande renovering planeras. Tills vidare sätts tre stycken AC-aggregat upp på anläggningen för att hjälpa befintlig ventilation på traven.



*Ny förvaring för vikter till uteträningen.*

## Marknadsföring & kommunikation

### Vårt mål 2022

- **Vi vill att alla i Haninge ska känna till oss och hitta hit.**
- **Vi vill nå ut med vårt träningsutbud och vår kvalitet till alla i kommunen.**
- **Vi vill nå fler medlemmar via våra digitala kanaler.**
- **Vi vill starta ett samarbete med ICA Maxi Haninge utifrån det samarbetsavtal som finns mellan F&S Riks och ICA.**

Marknadsföringsgruppen har haft möte en gång i månaden, varav tre har varit digitala. Marknadsföringsgruppen har under 2022 bestått av 3–4 medlemmar.

## VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2022

Följande marknadsaktiviteter har genomförts:

- sport, påsk-, sommar- och höstlovskort har erbjudits alla ungdomar i åldrarna 13-19år.
- Under våren genomfördes en stor kampanjsatsning i syfte att försöka få tillbaka de medlemmar vi tappat under pandemin. Gamla, befintliga och nya medlemmar erbjuds under en två veckorsperiod köpa årskort till 50% rabatt.
- Vidare har vi även genomfört kampanjen "Träna året ut" där vi bjöd de medlemmar som tecknade årskort efter femtonde oktober på den tid som var kvar på året.
- I början av året marknadsförde vi oss mot våra grannföretag och erbjöd dem 25% vid köp av ett årskort. Kampanjen hette "Hej granne".
- Vi har under hösten tecknat ett avtal med AdonNews som ska hjälpa oss med synlighet och närvaro på våra digitala plattformar.
- Under året har vi haft två större marknadsföringsevent för att öka vår synlighet – ett i januari, i Vega, samt ett i maj, utanför ICA Maxi Haninge samt ICA Brandbergen.



Kampanjarbete på ICA Maxi Haninge. April 2022.



## Ekonomi

År 2021 ekonomiska verksamhet präglades av pandemins verkningar. Under november och december 2021 lättade det något och inköpen av träningskort ökad, detta innebar då en mer optimistisk syn på utvecklingen för år 2022.

Tyvärr blev det ett bakslag redan i januari och februari år 2022. Som de flesta kommer ihåg blev det en ny våg av covid 19 i början av år 2022. Träningsintäkten blev bara ca hälften av vad det normalt brukade säljas för under de första två månaderna.

Styrelsen tog utifrån den låga försäljningen i januari-februari 2022 ett beslut att även fortsättningsvis vara mycket försiktig och restriktiv under år 2022 med sin ekonomi. Som tur blev inte pandemin så allvarlig att regeringen tog några beslut om nya restriktioner i vår verksamhet.

Eftersom vår försäljning under första kvartalet var så låg, togs ännu ett radikalt beslut i början av april. Styrelsen beslutade att i månadskiftet april/maj gå ut med en försäljningskampanj där vi erbjöd ett årsträningskort till halva priset. Denna kampanj gav lite drygt 600 nya medlemmar för året.

Det andra halvåret har visat en något bättre och stabilare försäljning av träningskort. Försäljningen har legat ganska nära 2019 års försäljningssiffror. Men vi måste komma ihåg att vi haft en viss prisökning från år 2019, varför intäkterna inte är helt jämförbara.

Styrelsens beslut i början av året om återhållsamhet syns i föreningens bokslut för år 2022. Föreningen visar ett ekonomiskt överskott på drygt 1,6 miljoner kronor. I överskottet ingår ett statligt stöd på drygt 0,5 miljoner kronor för pandemipåverkan under första kvartalet.

Normalt hade föreningen före pandemin en personalorganisation som kostade ca 1,35 miljoner kronor per år. Under år 2022 var personalkostnaden ca 0,53 miljoner kronor. Ett överskott mot budget på närmare 0,8 miljoner kronor. Styrelsen känner nu när medlemsantalet åter börjar öka att personalstyrkan måste ses över. I budget för år 2023 ligger en viss utökning av personalen.

Under årets första tre kvartal låg styrelsen lågt med nya investeringar. Under sista kvartalet har vissa investeringar genomförts, med ca 100 000 kronor. Bokslutet visar utifrån låg investeringsgrad här ett överskott på ca 0,2 miljoner kronor.

Vad som är viktigt att här påpeka är att år 2023 kommer att visa ett betydligt sämre ekonomiskt resultat, detta kan slås fast redan nu, av vissa kända faktorer.

<b>Ekonomiskt resultat 2022</b>	<b>1,6 miljoner kronor</b>
<b>Inget statligt stöd år 2023</b>	<b>-0,5 miljoner kronor</b>
<b>Ingen hyresrabatt år 2023 = rejält höjd hyra</b>	<b>-0,35 miljoner kronor</b>
<b>Utökade personalkostnader</b>	<b>-0,4 miljoner kronor</b>
<b>Inflation 10 %</b>	<b>-0,3 miljoner kronor</b>



## BUDGET 2023

### IF Friskis&Svettis Haninge

	Budget 2021	Budget 2022	Budget 2023
<b><u>Intäkter</u></b>			
<b>Intäkter, träning</b>	5 400 000,00 kr	5 400 000,00 kr	5 460 000,00 kr
<b>Sportartiklar</b>	48 000,00 kr	48 000,00 kr	50 000,00 kr
<b>Frukt</b>	6 000,00 kr	6 000,00 kr	1 000,00 kr
<b>Dricka</b>	65 000,00 kr	65 000,00 kr	55 000,00 kr
<b>Foodbox</b>	- kr	- kr	70 000,00 kr
<b>Övrigt, hyror</b>	148 000,00 kr	148 000,00 kr	110 000,00 kr
<b>Aktivitetsstöd</b>	10 000,00 kr	10 000,00 kr	10 000,00 kr
<b>Summa Intäkter</b>	5 677 000,00 kr	5 677 000,00 kr	5 756 000,00 kr
<b><u>Kostnader</u></b>			
<b>Personal</b>	1 350 000,00 kr	1 350 000,00 kr	969 000,00 kr
<b>Hyra/fastighet</b>	2 827 000,00 kr	2 827 000,00 kr	3 234 000,00 kr
<b>Avskrivningar</b>	250 000,00 kr	250 000,00 kr	200 000,00 kr
<b>Inköp gym m.m.</b>	161 000,00 kr	161 000,00 kr	205 000,00 kr
<b>Övriga kost</b>	771 000,00 kr	771 000,00 kr	846 000,00 kr
<b>Kurser, konf, m.m.</b>	128 000,00 kr	128 000,00 kr	156 000,00 kr
<b>Sportartiklar</b>	40 000,00 kr	40 000,00 kr	40 000,00 kr
<b>Frukt</b>	5 000,00 kr	5 000,00 kr	1 000,00 kr
<b>Dricka</b>	45 000,00 kr	45 000,00 kr	45 000,00 kr
<b>Foodbox</b>	- kr	- kr	60 000,00 kr
<b>Till Buffert</b>	- kr	- kr	- kr
<b>Kostnadsräntor</b>			
<b>Summa kost</b>	5 577 000,00 kr	5 577 000,00 kr	5 756 000,00 kr
<b>Nettoresultat</b>	100 000,00 kr	100 000,00 kr	- kr

Budget fastslagen av Styrelsen december 2021



## Långsiktiga mål – år 2025

- Vårt övergripande mål är att skapa en inkluderande atmosfär, där bemötande och beteenden bidrar till föreningens kultur.
- Genom medlemsinformation och medlemsaktiviteter ska vi sträva efter att locka medlemmar att bli mer aktiva i föreningen. Medlemmar som engagerar sig aktivt blir vanligtvis kvar längre.
- För att säkra föreningens framtid siktar vi mot att ha ca 3400 medlemmar inom tidsspannet 5 år.



På grund av pandemin har det varit svårt att fokusera på våra långsiktiga mål. Styrelsen har fått lägga fokus på de frågor som rör föreningens överlevnad i nutid.

Vårt mål om ca 3400 medlemmar har inte uppnåtts. Vi bedömer att pandemin haft en stor inverkan på medlemsantalet.

## Antidopingarbete

Vi har en vision om nolltolerans mot doping och jobbar ständigt för att vår anläggning ska vara dopingfri bl.a. genom tydlig information till våra medlemmar.

Handlingsplanen för antidoping är reviderad.

”Vaccination mot doping” via RF gäller tom. 2025-01-14

samt samarbete med kommunen och polisen återupptaget under hösten för ytterligare utbildningar och certifiering inom antidoping.



## Styrelsen

Styrelsen har haft 11 protokollförda ordinarie möten samt 1 konstituerande möte. Arbetsgruppen har haft regelbundna möten, cirka två per månad.

### Styrelsens sammansättning under 2022:

Ordförande Lars-Göran Persson

Ledamot Per-Ivar Viklund

Ledamot Chris Evers

Ledamot Thomas Persson

Ledamot Kim Kollberg

Ledamot Johanna Jelving

Ledamot Henric Netz

Ledamot Jenni Zetterström

Revisorer: Peter Larsson, Karin Alderlid

Valberedning: Nils Sjöbeck, Agneta Svensson

Friskis&Svettis Riks årsstämma genomfördes den 17–19 mars i Borås.

Lars-Göran Persson och Johanna Jelving deltog.

En extra årsstämma genomfördes digitalt den 15 december.

Lars-Göran Persson, Johanna Jelving och Per-Ivar Viklund deltog.

## Haninge Motion AB

Styrelsen har valt att inte bedriva någon verksamhet genom det helägda dotterbolaget under 2022.

**Stort tack till medlemmar och funktionärer för träningsåret 2022!**

Haninge, februari 2023

Styrelsen för IF Friskis&Svettis Haninge

Lars-Göran Persson, Ordförande







# Verksamhetsberättelse 2022

FRISKIS&SVETTIS HANINGE