

# **Verksamhetsberättelse 2022 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. Vår träningsanläggning innehåller ett grymt gym på 600 m2 och vi erbjuder gruppträning i fem olika salar; Spinning, Cirkelgym, Lilla salen, Stora salen samt Indoor walking.

2022 var ännu ett år som påverkades av Covid-19 och restriktionerna i samband med detta. Året inleddes med begränsningar i antal på våra pass och en fortsatt oro inför framtiden. När restriktionerna så småningom togs bort såg vi en långsam återhämtning och fler och fler medlemmar återvände till träningen.

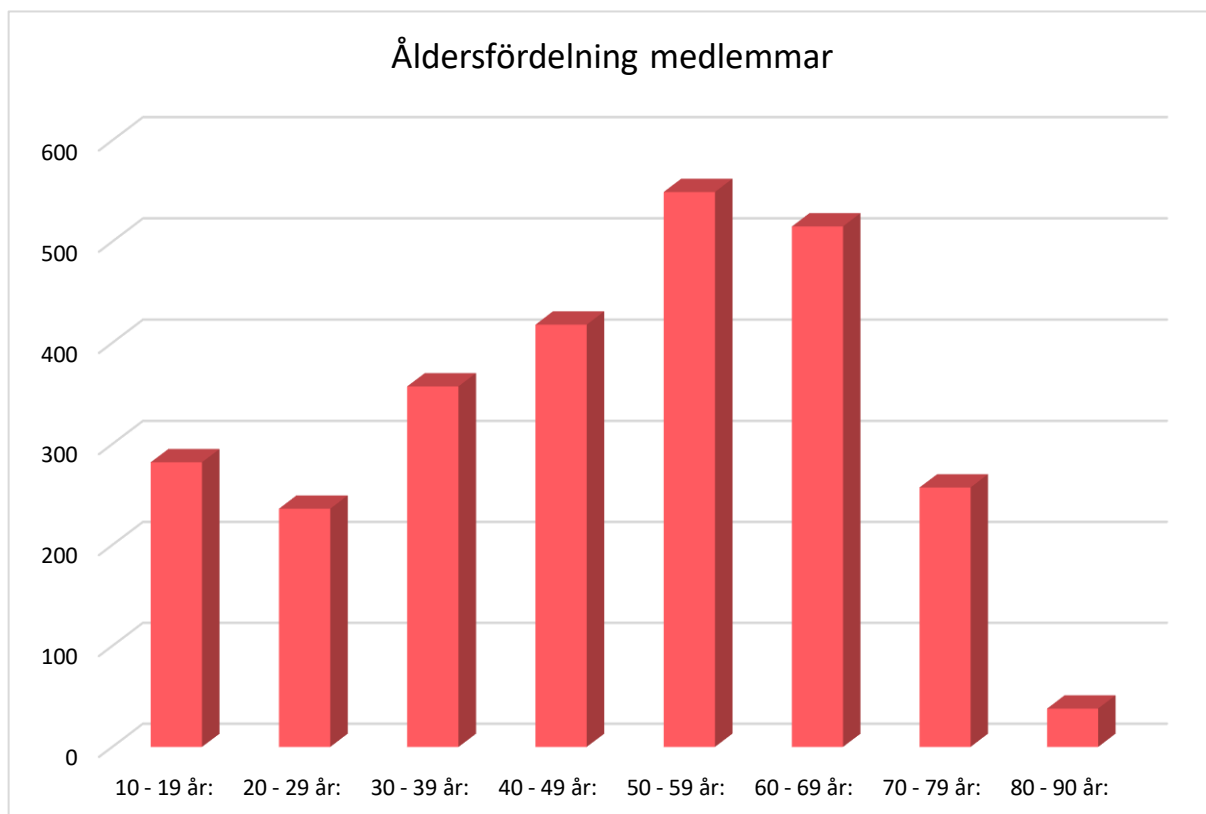
Här följer en sammanfattning av friskisåret 2022.



## Våra medlemmar

Vid årets slut hade föreningen 2652 medlemmar. Detta var en ökning från föregående år med 20% vilket var en glädjande återhämtning efter pandemiåren.

Genomsnittsåldern på våra medlemmar är 47,6 år fördelat på 57% kvinnor och 43% män. Vår yngsta medlem är 10 år och vår äldsta medlem är 90 år.



## Träningen 2022

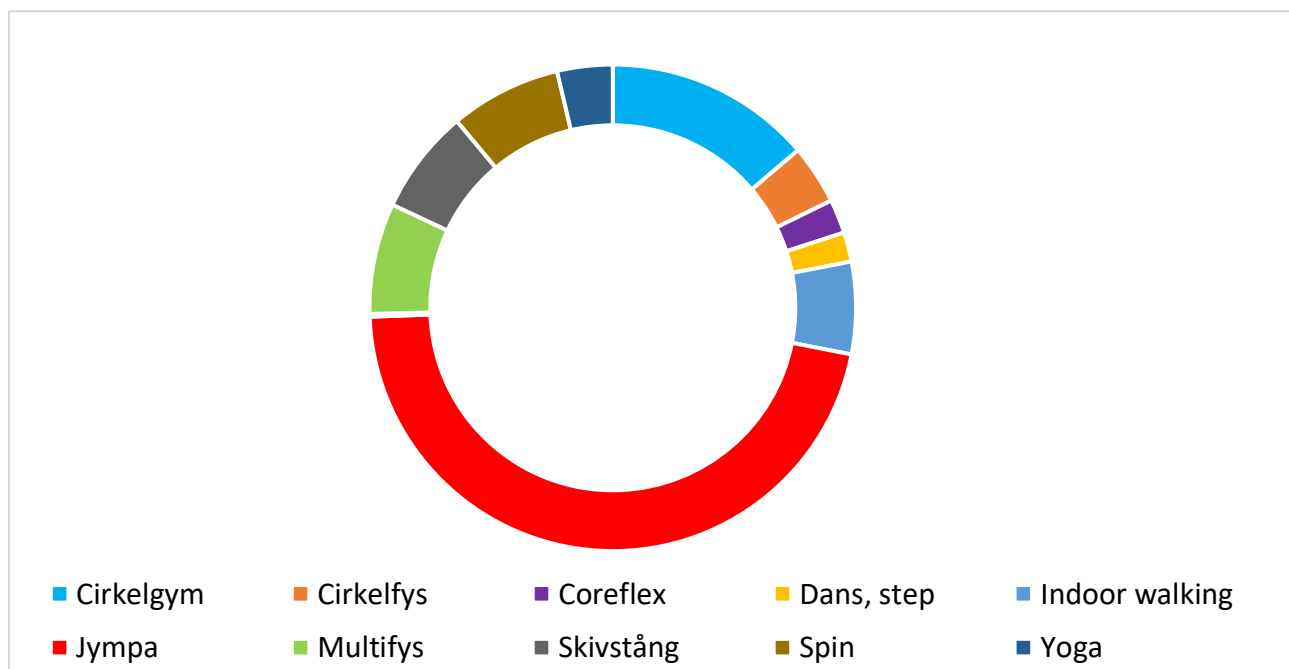
### Besök & statistik

Med generösa öppettider och ett brett utbud erbjuder vi något för alla. Vårt gruppträningsutbud följer Friskis&Svettis Riks utbud.

2022 hade vi 89 120 inpasseringar. 60% var på gymmet och 40% på gruppträningen. 25 % av inpasseringarna skedde under våra obemannade tider (tidig morgon och sen kväll).

Vi erbjöd 2 759 gruppträningspass, varav 70 var utomhus. I gymmet genomförde våra tränare 100 instruktioner.

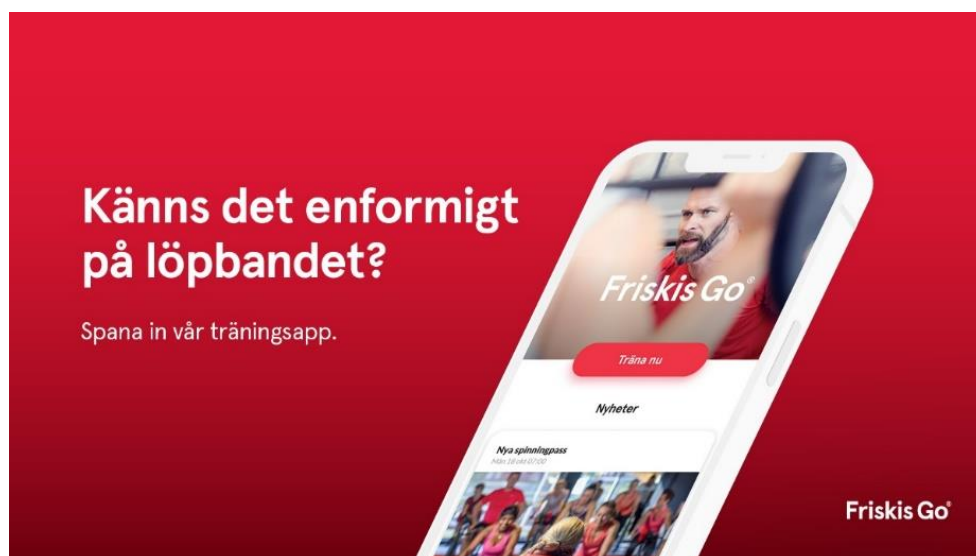
Så här fördelade sig besöken på våra olika gruppträningspass:



## Onlineträning

I mars lanserades Friskis nya app för onlineträning – Friskis GO. Här får man som medlem tillgång till massor av träning och inspiration direkt i telefonen oavsett om man är hemma, på resande fot eller rent av på gymmet.

I Friskis Go finns Friskis populära gruppträningspass men också flera programupplägg och utmaningar som kan inspirera och motivera i träningen. Man kan smidigt logga och planera sin träning, peppa och utmana sina träningskompisar.



## 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.

## Rekrytering

Under året har vi rekryterat och nyutbildat tre ledare:

- Ann-Christine L – Cirkelgym
- Lisa L – Jympa
- Sandra T – Cirkelfys



Ann-Christine L



Lisa L



Sandra T

Vi fick också tillskott av jympaledarna Lisa N och Kajsa R och cirkelfysledare Linnea A, som flyttat till Partille från Göteborg.

Under hösten rekryterade vi och utbildade 5 personer till ledare för nysatsningen Seniorsklubben.



Maria H, Marianne F, Lena N,  
Ann-Sofie A och Göran A.

## Våra värdar

Under 2022 hade vi 28 verksamma värdar (trivsel- och receptionsvärdar samt vaktmästargrupp). En fantastisk grupp människor som ställer upp för varandra och bidrar till ett varmt bemötande och en fin träningsanläggning. Under årets rekryterade vi två nya värdar, Peter L och Kent W.



## 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)
- Gruppledarträffar (1 per termin)
- Arbetet med ledaruppföljning återupptogs
- Anti-dopingsarbete påbörjades
- Säkerhetsvecka för funktionärer genomfördes
- Träningsformsträffar, lokalt och regionalt
- Sommaravslutning (ca 50 deltagare)
- Kickoff med FEST!
- Träff för receptionsvärdarna
- Julavslutning (ca 60 deltagare)
- Multifysutbildning digitalt
- Utbildning för nya funktionärer
- Storstädning av gymmet med vaktmästargruppen

Bild från fest 3 september:



## Samarbete i regionen

Tillsammans är vi starka och därför har vi under 2022 startat upp ett samarbete när det gäller inspirationsträffar i våra olika träningsformer. Friskisföreningarna Partille, Borås, Göteborg, Kungsbacka och Kungälv/Ale har tillsammans erbjudit ett antal träffar för våra ledare. Vi ses och tränar tillsammans och tar del av senaste inom träningsformen.



Här ser du våra föreningars träningsansvariga som sågs på en träff i Partille. Ej med på bilden är Annika J från Friskis Kungälv/Ale.

## Aktiviteter och event

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

- Niomilaspin (vi cyklade lika länge som vinnaren i Vasaloppet åkte)
- Lovträning (sport, påsk- och höstlov) för lediga ungdomar
- Cykeltur till Jonsereds trädgårdar
- Utomhusträning i Stadsparken för kommunen idrottsförening
- Utomhusträning öppen för alla i Björndammens aktivitetspark och en del av kommunens sommaraktiviteter
- Träning och rundvandring i anläggningen för SFI-elever
- Träningspass för skolelever från Lexbyskolan
- Värvningskampanj med chans att vinna hotellövernattning
- Uppvärmning för de olika startgrupperna i Sävedalsloppet, arrangerat av SAIK
- MiniRöris och Röris, utbildning av förskolepedagoger och pedagoger
- Frukost x 2 för deltagare på morgon-IW med Malin J
- Nyårsevent; glittrande specialpass till förmån för BRIS



## Styrelsearbetet

Styrelsen träffades en gång per månad med undantag av juli. Föreningens årsmöte hölls 20 mars. Under året deltog representanter från styrelsen på Friskis&Svettis Riks årsstämma i Borås och på föreningskonferens (FKON) i Solna. I oktober träffades styrelsen och verksamhetschef för en strategidag.



Ordförandeskapet överlämnades till Christina U

Styrelsens sammansättning efter årsmötet:

Ordförande: Christina Utzon

Sekreterare: Mona Grönberg

Kassör: Magdalena Låstbom

Ledamöter

Sofie Holmberg

Lars Lundahl Segerbard

P-O Hellqvist

Linnéa Edsand

## 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, har varit föräldraledig och återkom till arbetet i september. Vikarie för Malin har varit Tove Frisell som arbetet som receptionist 80%.

På helger, röda dagar och vid ordinarie personals sjukdom har vi visstidsanställda som bemannar vår medlemsservice. Under året slutade två personer och vi rekryterade tre nya; Liam N, Gunilla C och Ingela M.

## 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](https://friskissvettis.se/partille)
- muntlig information på anläggningen
- anslag och skyltar med korta budskap på anläggningen

Dessa kanaler använder vi för att nå potentiella medlemmar:

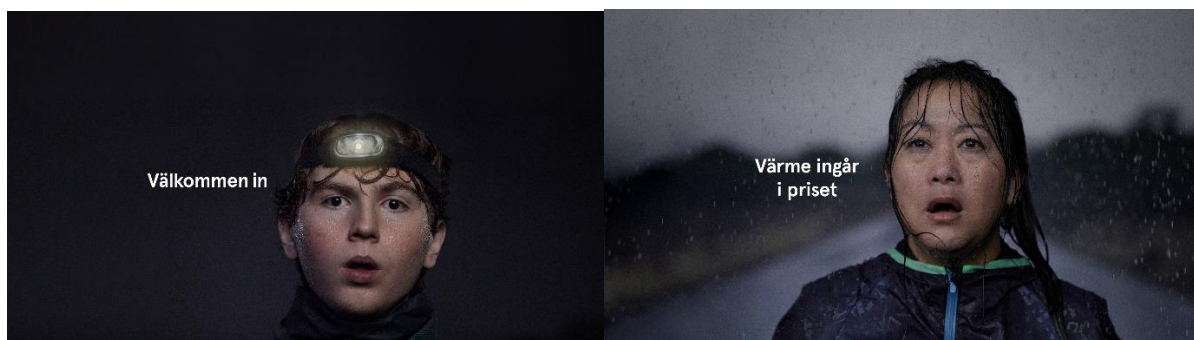
- Facebook, @friskispartille
- Instagram, friskispartille
- Hemsidan, [friskissvettis.se/partille](https://friskissvettis.se/partille)
- Lokalpressen Partille – tryckta annonser
- Partille tidning – digitala annonser
- Direktutskick företag i kommunen
- Utskick varje månad till nyinflyttade i kommunen
- Marknadsföring på pelare i entrén till ICA Maxi Allum
- Marknadsföring på digitala skärmar på ICA Maxi Allum
- Marknadsföring på friskvårdsportalerna ePassi och Benify

För att jobba smartare och effektivare gick friskisföreningarna i Borås, Partille, Kungälv, Kungsbacka och Göteborg samman och anställde en kommunikatör vars uppdrag är att sköta gemensamma kampanjer och kommunikation i sociala medier. Denna tjänst tillsattes i september.

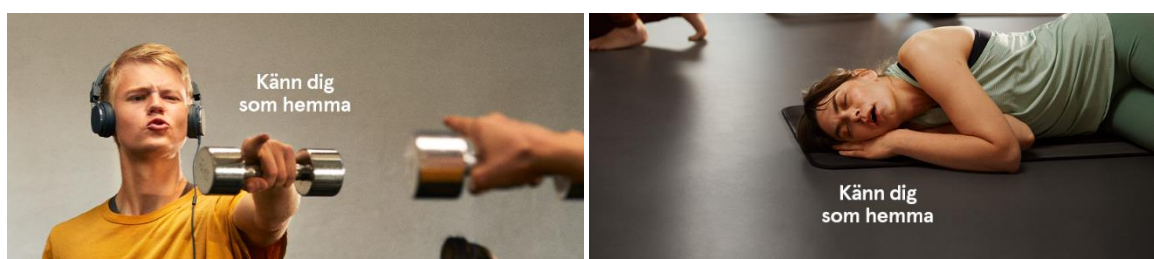
Friskis&Svettis samarbetar nationellt när det gäller kommunikation och har under året haft två säsongstartskampanjer.

2022 har fokus legat på att synliggöra bredden i Friskis träningsutbud och underlätta föreningarnas återhämtning och försäljning.

Vårkampanjen 2022 hade huvudbudskapet Välkommen in. Med hög igenkänning påminde vi om känslan av orimligt ruskväder och bjöd in till värmen hos Friskis.



Höstkampanjen 2022 hade huvudbudskapet Känn dig som hemma och framhöll Friskis avslappnade attityd till träning med hjälp av härliga karaktärer fångade i träningsmiljö.



Tillsammans är vi Friskis&Svettis Partille



# **Idrottsföreningen Friskis&Svettis Partille**

**Björndammens torg 1**

**433 44 Partille**

**031 44 85 85**

**[friskissvettis.se/partille](https://friskissvettis.se/partille)**

**Org nr 857206-4791**

