

## **ÅRSMØTE I ALVDAL FRISKLIV**

**Sted: Kantina, Alvdal Barneskole torsdag 13 april kl. 19.00**

### **SAKLISTE:**

1. Åpning og konstituering
2. Årsmelding 2022
3. Regnskap 2022
4. Budsjett 2023
5. Innkomne saker
6. Valg

Vel møtt

Styret i Alvdal Friskliv

## ÅRSMELDING

For Alvdal Friskliv i perioden 2022-2023.

### STYRETS SAMMENSETNING:

Leder	Tove Aummoen
Nestleder	Gerd Marie Gjermundshaug
Styremedlem	Gudlaug Brohaug
Styremedlem	Frode Eggestad
Styremedlem	Magnus Kveberg
Styremedlem	Simen Nyhus
Varamedlem	Trine Asphaug

### UTVALG OG KOMITEER

Revisorer	Stian Sandli Mari Øien
Valgkomite	Ole Arne Sandli (leder) Olrund Tallerås Lise Drevsjømoen Trønnes

### ANSATTE

Daglig leder	Oda Louise Larsen (NY)
--------------	------------------------

### MØTER

Det er i perioden avholdt 6 ordinære styremøter.

### ØKONOMI

Det er pr.31.12.22 notert et overskudd på 152 827 kr.

Sum egenkapital pr.31.12.22 er 802 423 kr.

Det vises til det vedlagte regnskapet i sakspapirene. Regnskapet føres av Vekstra Nord-Øst avd. Alvdal.

Alvdal, 08.03.2023.

*Tove Aummoen*  
styreleder

*Gerd Marie Gjermundshaug*  
nestleder

*Magnus Kveberg*  
styremedlem

*Gudlaug Brohaug*  
styremedlem

*Frode Eggestad*  
styremedlem

*Simen Nyhus*  
styremedlem

## Lederens årsmelding for 2022/2023

Endelig kan vi se tilbake på et helt driftsår uten pandemi eller restriksjoner. 2022 ble et år hvor det ble noen endringer i ledelse og drift av Alvdal Friskliv. Oda Louise Larsen ble ansatt som ny daglig leder, noe hun utførte på en utmerket måte. Hun tok tak i arbeidsoppgavene med krum rygg, fikk et godt overblikk over organisasjonen og medlemstallet steg. Pandemiens negative tall ble snudd til et overskudd og pilen begynte å peke oppover i riktig retning igjen. Det var pr.01.01.2022 registrert 324 medlemmer og ved utgangen av året, 31.12.2022 var medlemstallet økt til 352. Det har vært godt belegg på de organiserte timene samtidig som styrkerommet har vært flittig brukt.

Det ble gjort noen investeringer, blant annet av innkjøp av vektskiver og stenger til speilsalen, samt ei stakemaskin som ble installert i styrkerommet.

Vi måtte også bytte ut noen av speilflisene i speilsalen da de var knust.

Vi iverksatte også Sommerkampanje, med stand på Steia under Midtsommerdagene samt julekampanje, noe som resulterte i flere nye medlemmer.

Dessverre er ikke 2022 noe unntaksår hva angår «sniking» og hardt bruk av utstyr. Dette er en gjenganger på senteret og styret, sammen med instruktører har gjennomført sporadiske kortkontroller for å prøve å få bukt med problemene uten at vi helt kan se at problemet har blitt noe vesentlig mindre.

Vi vil fortsette dette arbeidet og se på andre mulige tiltak som vi kan iverksette.

Rett før jul meldte Oda at hun ville si opp sin stilling fra nyåret og jobben med å skaffe ny daglig leder ble satt i gang. Det ble lyst ut på sosiale medier samt at vi fikk en omtale av saken i Alvdal Midt i Væla.

Blant saker som ble behandlet i 2022 var det å se på diverse avtaler Alvdal Friskliv har med diverse lag, foreninger og bedrifter. Arbeidet med å oppdatere og konkretisere disse avtalene ble startet og vi vil fortsette dette arbeidet i 2023.

Det ble også besluttet å bytte regnskapsfirma, fra Vekstra til Snøhetta.

Det har vært et ønske fra instruktører om økonomisk støtte til kursing/utdanning og det ble bestemt å opprette en pengepott i neste års budsjett (2023) for dette.

Styret har, under ledelse av Oda blitt mer involvert i driften av Alvdal Friskliv og så fått mer innblikk i den daglige driften av senteret og sammen vil vi fortsette arbeidet med å utvikle senteret og øke medlemsmassen.

## **Økonomi**

Økonomi Regnskapet for 2022 viser et overskudd på kr 152 827,-.  
Medlemsinntektene har økt i forhold til fjoråret. Egenkapitalen er på kr 802 423 pr.  
31.12.2023

## **Fremover**

Fremover vil styret og administrasjon jobbe med rekruttering av nye medlemmer samt utvikle gode avtaler for lag, foreninger og bedrifter. Målet er å øke medlemsmassen med å tilby attraktive gruppetimer og legge til rette for at eksisterende, og mulige nye instruktører kan videreutvikle tilbudet og seg selv hos oss. Avslutningsvis vil jeg takke resten av styret i Alvdal Friskliv for et godt samarbeid i 2022.

Alvdal, 08.03.2023

Tove Aummoen  
Styreleder.

# Alvdal Friskliv 2022



## Resultat:

<b>Inntekter:</b>	<b>Note</b>	<b>2021</b>	<b>2022</b>
Salg medlemskap		767 347	1 111 972
Drop inn		9 310	21 572
Norsk Tipping		6 454	5 663
Salg hjerte/lungetrim og annet		11 410	18 200
Gave/Støtte			
Diverse Inntekter			
<b>Sum driftsinntekter</b>		<b>794 521</b>	<b>1 157 407</b>
<b>Utgifter:</b>			
Varekostnad kaffemaskin/brikker		25 000	5 000
Lønn, styre og personalkostnader		288 248	373 498
Avskrivinger		48 576	51 611
Husleie, renhold og vedlikehold lokaler		267 970	302 113
Treningsutstyr, driftsmateriale, inventar		11 047	63 103
Programvare anskaffelse, leie, årlig vedlikehold		72 104	71 031
Annen fremmed tjeneste/ regnskapskostnader		80 033	77 306
Kontorrekvisita, verktøy, annen rekvisita		1 404	8 066
Møter, kurs		0	1 375
Telefon/internett/porto		2 017	8 425
Salgskostnad/reklame/annonser		14 810	8 021
Gaver		0	7 680
Forsikring		3 492	9 997
Andre kostnader		3 474	1 854
Bank og kortgebyr		15 570	16 394
Tap på fordringer		247 613	0
<b>Sum driftsutgifter</b>		<b>1 081 358</b>	<b>1 005 474</b>
<b>Driftsresultat</b>		<b>-286 837</b>	<b>151 933</b>
Renteinntekter, samlet		656	895
Utbytte samvirkeforetak		0	0
Rentekostnader, samlet		121	1
<b>Sum finans</b>		<b>535</b>	<b>894</b>
<b>Årsresultat (overskudd + underskudd -)</b>		<b>-286 302</b>	<b>152 827</b>

**Balanse:**

<b>Eiendeler:</b>		<b>Gjeld og egenkapital:</b>	
Inventar/ treningsutstyr	171 154	Leverandørgjeld	-2 736
<b>Sum anleggsmidler</b>	<b>171 154</b>	Offentlige avgifter	0
Kundefordinger	7 300	Forskudd kunder	0
Forskuddsbetalte kostnader	9 324	Påløpte kostnader	2 525
Sparebank) Hedm, samlet	653 418	Skyldig feriepenge	39 455
Vipps	471	<b>Sum gjeld</b>	<b>39 244</b>
<b>Sum omløpsmidler</b>	<b>670 513</b>	Egenkapital 1.1	649 596
		Årets resultat	152 827
		<b>Sum EK 31.12</b>	<b>802 423</b>
<b>Sum</b>	<b>841 667</b>	<b>Sum</b>	<b>841 667</b>

## **Budsjett 2023 - Alvdal Friskliv**

<b>Inntekter:</b>	<b>Budsjett 2023</b>	<b>Resultat 2022</b>	
Salg medlemskap	1 150 000	896 582	Per 31.10.22
Drop-In	16 500	16 302	
Salg LHL, revmatikerne, bondetrim, styrke-	18 000	11 410	
Norsk Tipping - grasrotandel	6 000	6 454	
Diverse inntekter	-	-	
Offentlig tilskudd	-	-	
Gaver/støtte	-	-	
Renteinntekter		-	
<b>Sum inntekter</b>	<b>1 190 500</b>	<b>930 748</b>	
<b>Utgifter:</b>			
Varekostnad medlemskort	5 000	5 000	
Lønn, styre og personalkostnader	400 000	288 248	
Husleie, renhold og vedlikehold lokaler	315 000	301 496	
Kompetanseheving instruktører	40 000		
Vedlikehold, service utstyr	20 000		
Treningsutstyr, driftsmateriale	60 000	16 986	
Programvare anskaffelse og vedlikehold	70 000	69 854	
Annen fremmed tjeneste / regnskapskostna	80 000	80 033	
Kontorrekvisita	1 500	1 404	
Møter, kurs	2 000	-	
Telefon	5 000	2 017	
Salgskostnad, reklame, annonser	20 000	14 810	
Gaver	5 000	4 300	
Forsikring	13 000	3 492	
Avskrivninger	60 000		
Bank og kortgebyrer	16 000	15 570	
Tap fordringer	-		
Rentekostnad	-	-	
<b>Sum utgifter</b>	<b>1 112 500</b>	<b>803 210</b>	
<b>Resultat (overskudd + underskudd -)</b>	<b>78 000</b>	<b>127 538</b>	

Utarbeidet av Tove Aummoen og Oda Louise Larsen, Alvdal Friskliv  
Styrebehandlet og godkjent dato 12.12.2022