

2023



VERKSAMHETSBERÄTTELSE
IF Friskis&Svettis Västerås

Full fart framåt

OM 2022 VAR ETT ÅTERHÄMTNINGSÅR så blev 2023 verkligen ett år präglat av framtidstro, utveckling och fulla agendor! Vi har under året deltagit på så många olika event, möten och aktiviteter och träffat så många människor.

För mig, personligen, är stolthet det ord som präglar 2023. 2023 fyllde föreningen 40 år och det uppmärksammades på flera olika sätt. I början av året tog vi fram en 40-års logga, hade tävlingar med fina priser på gruppträningspassen och bjöd in till en stor fest på Västerås Kongress med middag, underhållning och dans till liveband. 300 partysugna funktionärer, medlemmar och icke-medlemmar umgicks, skrattade och dansade loss tillsammans. En mycket lyckad kväll! Jag är stolt över föreningens alla funktionärer och medlemmar som bidrar till den fina gemenskap som genomsyrar alla våra aktiviteter, oavsett om de utövas i gymmet, gruppträningsalen eller på ett dansgolv på en konferensanläggning och som är anledningen till att vi står kvar 40 år senare. Nu siktar vi på 40 nya och starka år!

En annan höjdpunkt under året som gått var i mars då vi fick äran att stå som värdar för Friskis Riksförenings Årsstämma. I dagarna tre stod möten, stämma och såklart träning på agendan för de ca 300 deltagarna från många av de 159 Friskisföreningarna ute i landet. Jag är stolt över det arbete alla inblandade lagt ned för att få till en riktig proffsig stämmohelg från början till slut!

Under året har vi börjat en uppfräschning av Rocklundaanläggningen genom bl.a. nytt golv i Övre salen, IW och spin har bytt plats med varandra och nya Wattbaserade spincyklar har köpts in. Fortsättning följer. Jag är stolt över att kunna välkomna alla medlemmar till ett ännu bredare utbud i fräscha lokaler.

Efter sommaren började vi arbetet med vår fjärde lokal, Klockartorpet. Hösten har inneburit en hel del av planering, ritande, möten, offerter, beslut och beställningar med siktet att vår fjärde anläggning skulle stå klar i början av det kommande året. Jag är stolt över det driv och den aldrig sinande ork och energi alla inblandade uppvisat i denna process.



Under 2023 har vi blivit fler, inte bara medlemmar utan även funktionärer. Jag är stolt över alla fantastiska funktionärer som på ideell basis och med stort engagemang levererar möten och upplevelser av världsklass!

I skrivande stund har 2024 rivstartat, som sig bör, med fullbokade pass och mycket folk i gymmen. Årets aktiviteter, möten, samarbeten och event planeras för fullt och Jag är stolt över att få vara en del i allt spännande vi har framför oss!

Sarah Nääf
Verksamhetschef

Förening och organisation

ORGANISATIONEN BESTÅR AV 159 självständiga föreningar varav 107 i Sverige, övriga i utlandet. Alla är ideella idrottsföreningar utan vinstintresse. Varje förening ansvarar för sina medlemmar, funktionärer samt verksamhet och ekonomi. Rörelsen hålls samman av riksorganisationen - Friskis&Svettis Riks, som bland annat äger varumärket, ansvarar för rörelsens träningsutbud och utbildning av funktionärer.



Friskis&Svettis Riks

En förutsättning för att vara en Friskis&Svettis förening är ett medlemskap i Friskis&Svettis Riks samt anslutning till Riksidrottsförbundet via ett specialidrottsförbund. Friskis&Svettis högsta beslutande organ är Friskis&Svettis.

Varje medlemsförening har ett antal rättigheter och skyldigheter som är reglerade i gemensamma styrdokument. Riks håller årligen en stämma där alla medlemsföreningar har rätt att delta. F&S Riks årsstämma hölls detta år här i Västerås.

IF Friskis&Svettis Västerås

Vi är en ideell allmännyttig idrottsförening som drivs av ca 270 ideella funktionärer. Föreningen bildades 1983 och är Västerås största idrottsförening samt organisationens femte största. Föreningen är ansluten till Riksidrottsförbundet via Friidrottsförbundet och medlem i Västerås Idrottsallians. I en ideell förening är det medlemmarna som äger sin förening. Det betyder att alla medlemmar kan göra sin röst hörd och att intäkter, och eventuellt överskott, alltid går tillbaka till medlemmarna. Det kan vara i form av att vi vidareutvecklar träningen, förbättrar anläggningarna och träningsutrustning, eller rekryterar och utbildar fler funktionärer.

Årsmöte

Årsmötet är föreningens högsta beslutande instans som sker senast aprils utgång. Alla medlemmar som under året fyller lägst 12 år och som har betalat medlemsavgiften för innevarande år har rösträtt.

Beslut tas bland annat om styrelsens propositioner och medlemmars motioner samt om styrelsens ansvarsfrihet för det gångna året. Verksamhetsplan och budget för det nya verksamhetsåret presenteras. På mötet väljs också ordförande, övriga ledamöter i styrelsen, revisorer och valberedning för nästa år.



Styrelsen

Styrelsen har som främsta uppgift att slå fast mål och strategier för föreningen, har ett ekonomiskt ansvar samt att de är ytterst ansvariga arbetsgivare för föreningens anställda. Styrelsen består av en ordförande och sex ledamöter. Från årsmötet 2023 röstades även en suppleant in i styrelsen.

Årsmötet 2023 genomfördes i konferensrummet på Rocklunda den 19 april. Och till styrelsen som representerar medlemmarna och leder föreningens arbete utsågs:

- Mathias Tedenbring, ordförande
- Peter Gustavsson-Lidman, vice ordförande
- Linnéa Albertsson, kassör
- Alva Matsson, sekreterare
- Ingrid Meissner, ledamot
- Ewa Frandsen, ledamot
- Birgitta Törnblom, ledamot
- Tobias Härnström, suppleant

Under året har föreningens verksamhetschef varit adjungerad till styrelsen.

Valberedning

Valberedningens uppgift är, enligt stadgarna, att till årsmötet ta fram förslag på personer till de olika uppdragen i styrelsen. Alla medlemmar kan nominera ordförande, ledamöter och revisorer.

När valberedningen utarbetat sitt förslag presenteras dessa på hemsidan och sedan för omröstning på årsmötet, där även ytterligare förslag kan lämnas. Under 2023 har följande medlemmar ingått i valberedningen:

- Monika Kahande (sammankallande)
- Anders Fallgren
- Marie Johansson
- Jan-Ove Svensson
- Nina Wennhall

Medarbetare

Vi har haft 15 heltidstjänster under året. Medarbetarnas uppgift är att underlätta för funktionärernas engagemang och att hålla verksamheten igång i våra tre anläggningar.

Vi ska vara en attraktiv arbetsgivare där medarbetarna ges möjlighet att utvecklas. Vi följer arbetsmarknadens lagar, regler och gällande branschavtal samt att vi tillsammans i teamet jobbar för en bra arbetsmiljö.

Från mars har föreningen en ny ekonom och från slutet av året en ny uppsättning på Team Träning då tidigare medarbetare på dessa poster avslutat sina anställningar samt gått på längre tjänstledighet.



14 837

medlemmar tränade med
oss under 2023.

Medlemmar och medlemsdemokrati

Friskis&Svettis är alla medlemmar. Vi vill att våra medlemmar ska få massor av upplevelser på träningsgolvet och vid alla möten i vår verksamhet. Man tränar i föreningen för att man vill må bra, utvecklas, bli starkare eller kanske för att träffa människor och för att finnas med i ett sammanhang. Medlemmen äger sin Friskisförening, tillsammans med alla andra medlemmar. Det innebär att hen kan lämna förslag för att påverka hur föreningen jobbar och utvecklas. Under 2023 blev vi 14 837 medlemmar, en ökning med 1040 medlemmar mot 2022.

Friskis värderingar och långsiktiga mål

FRISKIS&SVETTIS ÄR EN värderingsstyrd organisation, våra värderingar ligger till grund för all vår träning och allt vi gör. Friskis idé är lustfylld och lättillgänglig träning av hög kvalitet för alla. Egentligen säger Friskis idé allt. Vi startar i lusten. Vi fortsätter göra träningen tillgänglig. Vi lägger till ny kunskap och kvalitet i det vi gör. Vi vill att du ska kunna hitta något som passar just dig.



Friskis fem värderingsområden

För att vidga idén om träning har Friskis&Svettis fem värderingsområden:

- Friskis&Svettis skapar träning som berör och ser till hela människan.
- Friskis&Svettis är ett sammanhang där människor kan mötas.
- Friskis&Svettis släpper lös människors engagemang
- Friskis&Svettis har en avslappnad, tillåtande och personlig attityd.
- Friskis&Svettis är en modig utmanare som ständigt hittar nya och bättre vägar

Friskis långsiktiga mål

Målen är riktningssmål, en beskrivning av en framtid vi vill skapa för Friskis&Svettis.

- **VÄXA:** Friskis&Svettis är en del i fler människors liv, på nya och inspirerande sätt. Friskis når fler, finns på fler platser och gör det på nya sätt.
- **ENGAGERA:** Friskis&Svettis inspirerar till mer engagemang för fler människor. Friskis tar tillvara på fler idéer, hittar fler funktionärer och inspirerar fler till att engagera sig, på nya sätt.
- **SYNAS:** Friskis&Svettis har en tydlig idé som når ut och når in hos ännu fler. Friskis är tydligare och mer synliga, på fler och nya sätt.
- **SAMARBETA:** Friskis&Svettis är smartare och starkare tillsammans. Friskis använder tid och resurser mer effektivt och har en tydligare rollfördelning.



Ekonomi

FÖRENINGENS EKONOMISKA inriktningsmål är att vi ska ha en stabil ekonomi och att den är anpassad efter verksamhetens behov. I och med att vi är en ideell idrottsförening har vi inga ägare som kräver avkastning eller som har vinstintresse. Liksom alla idrottsföreningar har vi möjlighet att erhålla lokalt föreningsstöd för vår barn- och ungdomsverksamhet i grupp, 7-20 år samt Riksidrottsförbundets lokala aktivitetsstöd, (LOK-stöd) för de mellan 7-25 år som deltar i gruppträning. Medlemsavgiften är 100 kr per kalenderår. Träningskortsavgiften, som är från datum till datum, är olika beroende på vilken typ av träningskort man väljer och för hur lång tid.

Under året har ekonomin successivt förbättrats och stabiliserats i takt med att fler medlemmar hittat till oss i kombination med fortsatt kostnadsmedvetenhet.

Marknadsföring och kommunikation

UNDER 2023 HAR VI fortsatt jobba med våra interna kanaler och även provat några nya externa. Hemsidan har som alltid varit en viktig bas där det mesta som vi gör och kommunicerar går att hitta samlat. Vi har även jobbat mycket med våra sociala kanaler, Facebook och Instagram. Här har vi ett kontinuerligt organiskt flöde som främst riktar sig till följare/medlemmar men plattformarna är även ett av våra främsta verktyg för att nå potentiella medlemmar genom annonsering. Vi har under året även syns externt i Västerås Tidning, digitalt i VLT samt på skärmar på Igor, ICA och Mälardalens universitet. I slutet mot året intensifierade vi marknadsföringen inför öppningen av Klockartorpet. Våra absolut främsta marknadsförare och ambassadörer är, och förblir, givetvis alla fantastiska funktionärer vi har i föreningen.

Vi samarbetar med följande: Bra Hak Burgers, Caparol, Intersport, Mangia mi, Skafferiet, Smarteyes, Salladsmagasinet och ICA Maxi Hålla. Medlemmarna erhåller olika rabatter hos dessa aktörer.



FRISKIS&SVETTIS RIKS utformar varje år en vår- och höstkampanj som det står sig fritt av föreningarna att använda i sina kanaler. Året inleddes med en kampanj på temat "Hitta din grej" där Friskis lyftes som ett ställe med stort utbud där du lätt kan hitta rätt. Vi passade under perioden på att erbjuda två veckors gratis provträning. Höstkampanjen hade som syfte att slå hål på fördomar om Friskis och visa på vår självdistans – som vanligt med glimten i ögat. Exempel på budskap var "Är det där alla morsor tränar?" och "Finns det ens starka personer där?" med efterföljande uppmaningen "Träna bort dina fördomar om oss. Välkommen!".

Funktionärer

DET IDEELLA ENGAGEMANGET är navet i föreningens verksamhet. Under året har 175 ideella funktionärer varit aktiva genom att hålla pass, instruera på gymmet och skapa bra möten på våra anläggningar. Det är medlemmar som på sin fritid vill bidra med sin tid och engagemang för att inspirera andra medlemmar till rörelseglädje.



275

funktionärer har varit engagerade under året.

Rekrytering

Föreningens verksamhet bygger på frivilliga insatser från alla ideella funktionärer. Rekryteringen av nya ledare, gymtränare och värdar är alltid ett arbete som pågår. Som funktionär bidrar man med sitt engagemang och sin tid. I gengäld får man bland annat gemenskap, inspiration och utbildning samt fri träning. Rekrytering av nya funktionärer har under året tagit fart och är uppe på en "normal" nivå igen efter flera år.

Utbildning

Friskis&Sveltis utbildning är grunden för att hålla värderingar och kultur levande, samt för att erbjuda ett brett och inspirerande utbud med hög kvalitet. Under året genomfördes funktionärssträffar i alla träningsformer samt ett par infoträffar för nya funktionärer och värdar.

Fadder

När man har blivit rekryterad som funktionär erbjuds man en fadder, en van funktionär som hjälper den nya funktionären till rätta i sin roll. Faddrarna skapar trygghet inför det kommande funktionärsuppdraget. Denna verksamhet återupptogs försiktigt under 2022 och är framåt under uveckling.

Receptionsvärdar

Receptionsvärdarnas uppgift är att ge bra service och bemötande till våra medlemmar. Vi har anställd personal i receptionerna och med hjälp av ideella receptionsvärdar stärker vi upp bemanningen under lunchtid vardagar, kvällar och vissa helgtider.

Värdar

Värdarnas främsta uppgift är att leverera ett bra värdskap i mötet med alla medlemmar. Trivselvärdar hjälper medlemmarna tillrätta och ser till att det är ordning och reda i lokalen. Passvärdar hjälper ledaren och motionärerna inne på passen. Träna Ute-värdar håller ihop löpgruppen och ser till så att alla hänger med. Barnvärdar finns i lokalen på City där vi har barnpassning vissa tider, en verksamhet vi återupptagit under 2022.

Ledare och gymtränare

Gruppträningsledarna och gymtränarnas uppgift är att leverera lustfylld träning av hög kvalitet för alla. Efter Friskis&Svettis Riks utbildningar, som krävs för att få leda/instruera, godkänns funktionären vid en licensering. Alla gruppträningsledare skapar sitt eget pass, utifrån Friskis&Svettis ramar, vilket gör att varje pass blir unikt. Gymtränarna inspirerar medlemmarna till utveckling i sin styrketräning.

Gruppsamordnare

Gruppsamordnarens uppgift är bland annat att hålla ihop funktionärsgruppen som man representerar, vara bollplank i olika frågor och ordna sociala träffar för sina funktionärskompisar. Arbetet har försiktigt kommit igång efter pandemin.



Funktionärssupport

Så kallas det nya arbetssättet som Friskis&Svettis Riks har arbetat fram för kontakten mellan föreningen och dess funktionärer.

Check-in: Samtliga funktionärer erbjuds årligen ett Check-In samtal, det vill säga en avstämning med sin funktionärsansvarig för att bland annat stämma av trivsel i föreningen och tankar kring sin egen utveckling.

Friskiscoach: En Friskiscoach är en ledare/värd som har en coachande roll inom sin funktionärsgrupp. Föreningen erbjuder regelbundet alla våra gymtränare, ledare och värdar gruppreflektioner, vilka initieras av Friskiscoachen. Som funktionär är det viktigt att utvecklas och bli inspirerad i sin roll för ett fortsatt ideellt engagemang.

Bollplank: Vi uppmuntrar våra funktionärer att ge konstruktiv feedback till varandra på pass eller i sitt värdskap.

Träningen

FRISKIS&SVETTIS HAR ETT STORT och varierat utbud av träning. Vår ambition är att alla ska kunna hitta sin träningsfavorit hos oss. Utbudet är under ständig utveckling för att bibehålla vår höga kvalitet och stärka Friskis särart. Friskis träningsutbud förändras ständigt.

Gymmet

Våra gym fortsätter att locka många medlemmar och gymmen erbjuder stor variation av individuell träning. Hos oss finns bra möjligheter till tyngre styrketräning, träning i traditionella gymmaskiner, i cardiomaskiner och med kroppsvikt. Vi utbildade under 2023 fyra nya gymtränare. Inspiratörernas uppgift är att möta våra yngsta gymmare efter skolan.



503 080
inpasseringar
gjordes under året.

69,5%
var på gymmet.

Träning för specifika målgrupper

Föreningen vill erbjuda träning för alla målgrupper. Vi är igång med EnkelW, EnkelCG och Enkeljympa-träning för medlemmar med intellektuell funktionsnedsättning. För att underlätta för medlemmar med fysisk funktionsvariation finns Spinning med armcykel.

Barn och unga

Friskis&Svettis idé om träning grundar sig på att människan är byggd för rörelse och på att ha lusten i fokus. Därför är lekfullhet en självklarhet i all vår träning för barn. Även om många barn leker och står dagarna långa är det inte samma sak som träning. Rörelserna i vår barnträning syftar till att utveckla barnens motorik, balans, koordination, styrka, uthållighet och rörlighet. Barn har ett naturligt och spontant förhållningssätt till rörelse och Friskis skapar förutsättningar utifrån det. Musiken inspirerar i många av passen och är en viktig faktor att uppleva och motivera till rörelse.

Verksamheten erbjuder nu fem pass per vecka för målgruppen; Familjefys, Knattejympa, Familjejympa samt Familjeyoga. Gymintroduktionskursen Gym Ung har erbjudits under hela året vid minst ett tillfälle/vecka.

Föräldraträning

Temapass för föräldrar har erbjudit pass två gånger i veckan där föräldrar är välkomna med sina bebisar.

Seniorklubben

Seniorverksamheten erbjuder fem träningspass per vecka. Här fokuserar vi på träning som utmanar smidighet, balans och styrka. Seniorklubben bygger på seniorer som inspirerar andra seniorer. Det gör att det är enkelt att hitta likasinnade. Träningen kommer på köpet.

Personlig träning (PT)

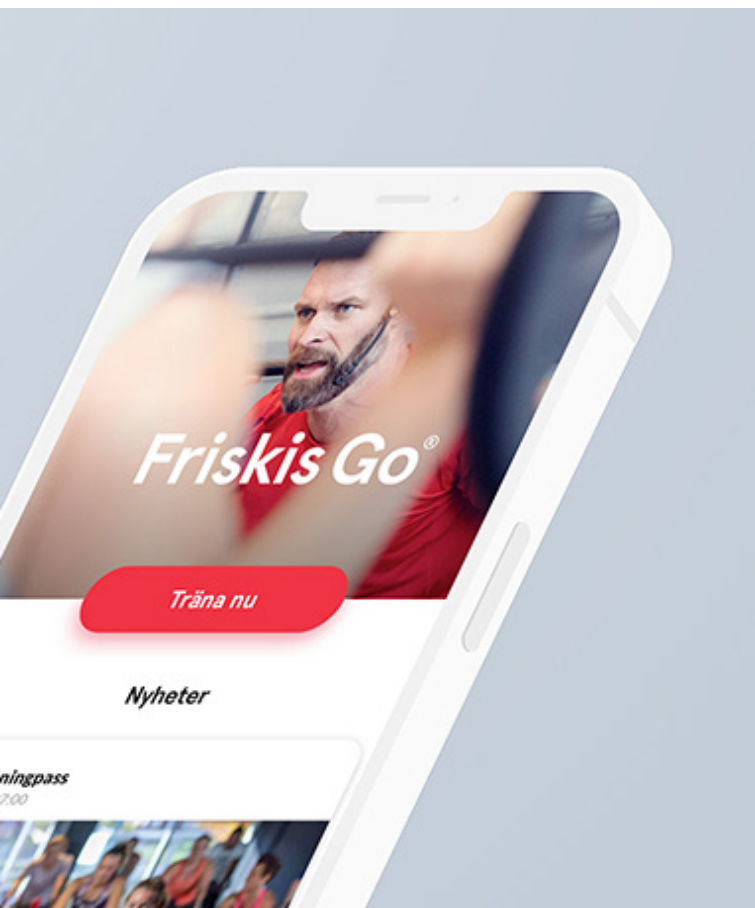
Vi har under 2023 erbjudit PT i Friskis regi på en nivå anpassat efter efterfrågan vilket inneburit några timmar per vecka.

Pass från annan plats

Några ledare körde utomhuspass från annan plats. Detta innebar att ledaren startade sina pass från en annan plats än Friskis anläggningar. Ledaren checkade in deltagarna på plats innan passets start. Sommarträningen utomhus på Lögarängen pausades under 2023 efter utvärdering av föregående års verksamhet (2022).

Onlineträning

All onlineträning utgår nu från Friskis Go-appen som har marknadsförts mycket under året, både lokalt och nationellt. Alla som har ett träningskort som är längre än en månad har tillgång till appen och dess innehåll. Vid årets slut hade över 100 000 medlemmar över hela Sverige loggat in i appen.



Träningssevent och inspiration

- I början av sommaren erbjöd vi gratis uteträning i vår pop-up container som var placerad i anslutning till vår anläggning på Rocklunda.
- På jul-, sport-, påsk- och höstlovet hade vi gratis träning för barn och unga. Vi byggde bland annat en hinderbana.
- För målgruppen som går på Enkelträning erbjöd vi prova-på pass där de gratis fick testa vår träning.
- 1 IW, 1 yoga, 1 CoreFlex, 1 jympa, 2 Multifys, 1 skivstångsledare samt 1 gymtränare licensierades.
- I februari arrangerade vi i samarbete med RF-Sisu en 65+ vecka med många prova-på-pass för seniorer. Veckan avslutades med en mycket uppskattad föreläsning om träning för äldre.
- Under året värmdes vi upp deltagarna vid flera löplopp, bland annat Stadsloppet, Blodomloppet och Vallbyloppet.
- Under våren åkte vi på Minirörsturné samt Rörsturné till Västerås förskolor och skolor. Vi hann med 15 förskolor och 9 skolor.
- Under en vecka i början av sommarlovet genomförde vi i samarbete med RF-Sisu projektet Summer 2023. Där fick barn och ungdomar prova på våra aktiviteter som är riktade till den målgruppen.
- Vår barn- och ungdomsverksamhet visade upp sin verksamhet under Barnfestivalen i Stadsparken samt vid ett antal stadsdelsfestivaler.
- Tillsammans med RF-Sisu och andra föreningar höll vi i Idrottens dag på Mälarenergi Arena. Målgruppen denna dag var skolelever i klass 5.
- Vi höll även en Miniröris-utbildning för förskolepedagoger. Under 2023 fick vi strax under 20 nya rörelseinspiratörer.
- I slutet av året erbjöd vi förskolebarnen ett Miniröris Live, dit kom drygt 100 barn och pedagoger.
- Även i år genomförde vi en adventskalender med olika aktiviteter och erbjudanden i samband med nedräkningen inför jul.



Anläggningarna

VÅR VISION ÄR ATT erbjuda flexibla och moderna träningsytor med ett välkomnande trivsamt bemötande där föreningen erbjuder bra förutsättningar för varierad träning, individuellt och i grupp. Vi bedriver verksamhet i tre anläggningar, om cirka 7100 m². Förutom träningsytor på anläggningarna finns det mötesplatser med en cafédel där vi har möjlighet att träffas och umgås med andra medlemmar, före och efter träningen. Under året har vi även börjat undersöka förutsättningarna för ytterligare en anläggning. Var den skulle kunna ligga och hur verksamheten i den skulle kunna se ut.



City 2000 m²

Anläggningen invigdes i september 2014 och ligger mitt i centrum på taket av gallerian Kvarteret Igor. Här ryms ett modernt utrustat gym, en Plaza-yta och två gruppträningsalar. Den ena salen erbjuder både spinning och IW. Här finns även barnpassning och en barnhörna.

Finnslätten 800 m²

I januari 2020 invigde vi vår anläggning på Finnslätten som ingår i Kungsledens Sportcenter. Anläggningen är på 800 m² och har gym, Plaza-yta och en spinningssal. Vi har även tillgång till en sporthall som vi kan ha olika gruppträningar i. Finnslätten har öppet dygnet runt och man går in via en sluss. Ny värd till huset är Castellums Sportcenter.

Rocklunda 4300 m²

Anläggningen ligger mitt i Västerås främsta idrottsområde sedan januari 2009. Den byggdes ut 2019 och rymmer numera gym i två plan, multihall, stretchrum, IW-sal, spinningssal, ett cirkelgym och två gruppträningsalar. Ett extra rum med lyftarpodier finns vilket uppskattas enormt av medlemmarna. Det finns även ett barnrum.

Största träningsytan

Vår största anläggning är stigarna, spåren, cykelvägarna, gräset och gatorna. Vår Träna ute-verksamhet är en av organisationens äldsta och största, och en verksamhet vi verkligen är stolta över. Den pågår i stort sett året runt.

Nyetablering

Efter sommaren klubbades beslutet om en fjärde anläggning igenom. Efter en intensiv höst slog vi i februari 2024 upp portarna till 1200 kvm träning på Klockartorget.

Slutord

NÄR DET ÄR DAGS ATT SUMMERA 2023 är det oundvikligt att inte beröra den oroliga tid vi befinner oss i. Krig i vårt närområde, svag ekonomi och en eskalerande våldspirall i samhället är några av de dystra inslagen i vår vardag. I en orolig och osäker tid är gemenskap och inkludering viktigare än någonsin för att vi ska känna mening, trygghet och framtidshopp och här kan och vill vi på Friskis&Svettis Västerås bidra.

Friskis&Svettis Västerås är en plats för träningsupplevelser och mänskliga möten där alla är välkomna precis som de är. Varje dag året om möts människor hos oss för att träna och umgås och min övertygelse är att det bidrar till en känsla av att tillhöra ett större sammanhang. Fysisk aktivitet, sociala relationer och att vi vågar testa nya saker gör att vi mår bra och lever längre.

Under 2023 firade Friskis&Svettis Västerås 40 år och vår idé om att erbjuda lustfylld och lättillgänglig träning av hög kvalitet för alla är minst lika stark nu som när föreningen startade. Vi har under året fortsatt att utveckla vårt träningsutbud med förhoppning om att möta våra befintliga medlemmars behov och locka nya nyfikna in i vår gemenskap.

Vi erbjuder träning och möten på våra träningsanläggningar, i utemiljö och digitalt i appen Friskis Go – träningen ska som sagt vara lättillgänglig. Vi har dessutom anordnat och deltagit i mängder av andra aktiviteter under året, alltifrån seniordagar, miniröris i skolor, uppvärmningar inför motionslopp till samarbete med kommunen för att få personer i utsatta områden i rörelse. Friskis&Svettis Västerås gör skillnad!

Vi investerade stort under 2023 genom att dels genomföra en uppfräschning av vår huvudanläggning på Rocklunda och dels starta arbetet med att etablera vår nya träningsanläggning på Klockartorpet. Det ligger väl i linje med föreningens långsiktiga strategi för att kunna erbjuda Västeråsarna mer träning och fler möten.

Navet i föreningen är våra ideella funktionärer som med stort engagemang, kunskap och passion gör att vi kan erbjuda träning, möten och gemenskap varje dag – tack till er alla – ni är riktiga eldsjälar. Nu gör vi skillnad 2024 – tillsammans!

Mathias Tedenbring
Styrelseordförande



