



## STYRELSEN FÖR FRISKIS&SVETTIS VISBY AVGER FÖLJANDE VERKSAMHETSBERÄTTELSE FÖR VERKSAMHETSÅRET 2024

IF Friskis & Svettis Visby är en ideell idrottsförening vars idé är att erbjuda lustfylld, lättillgänglig träning av hög kvalitet för alla. Visionen är att rörelse är en självklar del av ett härligare liv. Föreningens ändamål är att få så många som möjligt att träna och uppleva rörelseglädje, erbjuda olika former av träningsaktiviteter, och ge ökad insikt om motionens betydelse för välbefinnande och hälsa.

F&S Visby ingår i Friskis-rörelsen som består av ca 160 unika föreningar i Sverige och utomlands. Alla föreningar bedrivs i egna juridiska enheter. Rörelsen hålls samman av en paraplyorganisation - F&S Riks - som äger varumärket, svarar för utbildning av ledare och tränare samt ansvarar för och utvecklar träningsformerna.

I F&S Visby ingår även ett helägt dotterbolag, Driftbolag FSV AB. I bolaget ligger sedan 2017 all kommersiell verksamhet inklusive träningsverksamhet, alla anställda och funktionärer enligt idrottsmodellen. Det är en konsekvens av att Skatteverket ändrade sin tolkning av korttidsuthyrning som skulle ha inneburit en avsevärd kostnadsökning om all verksamhet förblev kvar i föreningen.

Styrelsen har under året haft följande sammansättning.

Ordförande	Charlotta Broström
Vice ordförande	Klara Rolfart
Kassör	Ingalill Bengtsson
Sekreterare	Sofia Wollmann
Övrig Ledamot	Joakim Widegren
-"-	Leif Edman
-"-	Sebastian Engström Barck
Adjungerad	Frida Engström Verksamhetschef

Styrelsen har under året genomfört 11 protokollförda sammanträden i föreningen och ledamöterna har därutöver deltagit i olika projekt- och arbetsgrupper.



## Organisationen

Vi har under de senaste åren fortsatt att anpassa organisationen till verksamhetens behov och har idag sex anställda. I organisationen har vi följande ansvarsområden:

Träningsverksamhet, reception och gym, drift, ekonomiadministration, kommunikation/marknadsföring samt verksamhetschef och styrelse.

Organisationen består av tre delar:

1. Styrelse och verksamhetschef
2. Medarbetare
3. Funktionärer (ca 120)

## Verksamhetsrapport

Vid årsskiftet 2024/2025 har föreningen 5153 medlemmar vilket är i princip samma som 2023/2024 då vi landade på 5130 medlemmar.

2024 inledde i rekordfart, under det första kvartalet var vi fler medlemmar än någonsin tidigare så tidigt på året. Det var högt tryck både i gymmet och på gruppträningspassen. Vi har fortsatt att investera i verksamheten och uppdatera vår utrustning.

I februari bytte vi ut samtliga löpband, i april utökade vi våra spincyklar med ytterligare 6 st och i december inleddes ommålning av grupptränings-salar, gym och entré enligt Friskis locations (ett centralt och gemensamt designkoncept för alla Friskis föreningar).

### Inpasseringar

Antal inpasseringar i lokalen och i vår verksamhet under 2024 var 147 936 st. Att jämföra med totalt 137 425 st under 2023. Vi har alltså ökat antalet inpasseringar med 10 511 st.

Av dessa är under 2024 ca 70% inpasseringar i gymmet, och under 2023 ca 67% inpasseringar i gymmet.

### Beläggning

Beläggningsgraden på vår gruppträning, dvs samtliga gruppträningspass och föreläsningar, var under 2024 53%. Under 2023 var beläggningsgraden något högre, 58%. Men under 2024 erbjöd vi 451 st fler gruppträningspass (totalt 3 624 st) jämfört med 2023 (3 173 st). Och sett till antalet deltagare på gruppträningen så var det 1 489 fler incheckade deltagare på gruppträningen 2024 än 2023.



Här följer några aktiviteter vi utfört kopplade till styrelsens uppsatta mål för året. Aktivitetsplanen för 2024 finns bifogad.

- **Fler människor i rörelse**

Ett självklart mål för oss är att få fler människor att röra på sig och uppleva lustfylld träning. Vi kommer fortsatt arbeta för att tillgängliggöra och attrahera fler att börja träna hos Friskis. I det arbetet är våra medlemmar och funktionärer de bästa ambassadörerna att sprida en positiv bild av träning hos Friskis. Vårt mål är att tio procent av Gotlands befolkning ska träna på Friskis&Svettis.

- *Under året har vi fortsatt samarbetet med Reumatikerförbundet, Visbytravet, Dalhem IF och Endre IF. Vi har även haft uppdragspass för andra föreningar och företag som bland annat Visby Bois, Hangvar IF och Gotlandshem. Även samarbetet med projektet Hållbar hälsa har löpt på under året.*
- *Samarbetet med Intersport har fortsatt.*
- *Vi har genomfört vandringar.*
- *Vi hade Öppet hus och Spin of Hope.*
- *Vi höll i uppvärmning på Ladingeränne, Blodomloppet och Lucialoppet.*
- *Vi utbildade 4 nya instruktörer (barnträning, box och gym).*

- **Ökad delaktighet och lojalitet**

Vi arbetar kontinuerligt med information och dialog för att öka medlemmarnas lojalitet, träning samt uppmärksamma idéer och förbättringsförslag.

- *Information har skickats ut regelbundet till både medlemmar och funktionärer om vad som är på gång i föreningen.*
- *Vi har erbjudit ett antal gratis föreläsningar för våra medlemmar, bland annat en föreläsning med Mattias Sunneborn. Även en föreläsning med Jonas Karlsson, känd sportjournalist, i och med vårt arbete med 100% ren hårdträning och antidopingarbete.*
- *I november hade vi en väldigt lyckad 35-årsfest på Donners event med ca 150 deltagare, både funktionärer och medlemmar.*
- *Gymtrustning och spinningcyklar har uppdaterats och ökat.*
- *Under mars genomförde vi utmaningen Svettiskampen för både medlemmar och funktionärer.*



- **Funktionärskap i fokus**

Vår träning ska upplevas vara inspirerande, lustfylld och trygg. Förutsättningar för att kunna bedriva attraktiv träningsverksamhet är ett väl fungerande funktionärskap som bygger på engagemang, glädje, trivsel och trygghet. Vi ska fortsatt satsa på att behålla och utveckla våra nuvarande funktionärer samtidigt som vi välkomnar nya människor att engagera sig i föreningen.

- *Vi genomför informationsträffar i de olika funktionärsgrupperna.*
- *Alla instruktörer och receptionsvärdar erbjuds coachande samtal.*
- *Våra funktionärer har erbjudits HLR-utbildning.*
- *Vi har haft funktionärsträffar, funkis-AW och fest under året.*
- *Vi har haft representanter på riks Verksamhetskonferens och riksstämma.*
- *Fyra nya instruktörer utbildades.*

## **Aktivitetsplan 2024**

### **Januari**

Medlemsutskick

Vandring

Kampanj "Tillgänglig tränare"

### **Februari**

Kampanj "Tillgänglig tränare"

Bilaga i Annonsbladet

Funkis-AW

Leverans av nya löpband

Vandring

Sportlov och dagpass för barn

Medlemsutskick

Uppdragspass Dalhem IF, Hangvar IF och Visby Bois



## **Mars**

Svettiskampen

Blåbärssoppespin

Mellospin

Spin of Hope

Öppet hus

Föreläsning och träningspass med Mattias Sunneborn

Föreläsning med Alexander Todoran

Föreningens årsmöte

Riksstämman i Ängelholm

Vandring

Medlemsenkät

Medlemsutskick

Uppdragspass Gotlandshem

Uppdragspass Dalhem IF och Hangvar IF

## **April**

Vandring

Besök hos Stockholmsföreningar och Nynäshamn

Kampanj "Ta med en kompis"

Gotland Out

Kurs "Börja jogga" och "Kapa tiden på milen"

Föreläsning Peter Rung

Medlemsutskick

Uppdragspass Visbytravet

## **Maj**

Morsdagerbjudande "Bjuda mamma på träning"

Gotland pride

Vandring med övernattning

Uppvärmning Ladingsränne

FunkisAW

Medlemsutskick

Uppdragspass Visbytravet

## **Juni**

Säljstart Sommarkortet

Vandring

Uppdragspass Gotlandshem

Almedalsveckan

Start för Sommarträning, uteträning

Uppvärmning Blodomloppet

Medlemsutskick



## **Juli**

Sommarträning, uteträning  
Damdagen på Visbytravet  
Vår årliga triathlon i Kappelshamn

## **Augusti**

Sommarträning, uteträning  
Medlemsutskick  
Terminsstart

## **September**

Föreläsning med Karin Wennbo, "Träning 60+"  
Wisbygymnasiedagen, Hållbar hälsa  
Uppdragspass Gotlandshem  
35-årsfest  
Öppet hus

## **Oktober**

Uppmärksamhetsvecka 100% ren hårdträning  
Föreläsning med Jonas Karlsson  
Start för Spin giro  
Verksamhetskonferens i Stockholm

## **November**

Happeningpass Allahelgona-tema  
Säljstart Nissekortet  
Red weekend  
Farsdagerbjudande "Bjud pappa på träning"

## **December**

Uppdragspass Gotlandshem  
Glöggmingel för funkisar  
Målning av lokalen