



# VERKSAM HETS PLAN 2025

MED AKTIVITETER 2025 F&S VISBY



## OM VERKSAMHETSPLANEN FÖR FRISKIS & SVETTIS VISBY 2025

Verksamhetsplanen är ett styrdokument för medarbetare och funktionärer i Friskis & Svettis Visby. Den ska fungera som vägvisare för arbetet i föreningen och vila på den idé och de värderingar som Friskis & Svettis står för.

Verksamhetsplanen ska ha en tydlig långsiktig inriktning och följs upp i en aktivitetsplan som ingår i den kontinuerliga verksamhetsplaneringen. Det är en utmaning att skapa bra balans mellan styrelsens ansvar för att ta fram övergripande mål och den dagliga verksamhetens möjligheter att omsätta dem. Övergripande mål följs regelbundet upp i styrelsen och i verksamheten.

### Verksamhetsbeskrivning

Friskis Visby bildades 1989. I vår träningsanläggning på Norra Hansegatan i Visby erbjuder vi utöver gymträning ett stort och varierat utbud av träningspass varje vecka.

Hos oss finns cirka 100 ideellt engagerade funktionärer. De finns här på sin fritid för att vägleda på träningsanläggningen, ta emot i receptionen, ge en härlig träningsupplevelse och mycket mer. Våra styrelseledamöter arbetar även de ideellt d.v.s. utan arvode. Anställd personal tillsammans med våra funktionärer driver och utvecklar Friskis framåt.

## Friskis&Svettis - verksamhetsidé utan krav

Friskis & Svettis är en ideell idrottsförening med gemensam idé, vision och ändamål. Den omfattas av en rad styrdokument såsom stadgar, regler för medlemsföreningar och värderingsområden.

Friskis verksamhetsidé är lustfylld och lättillgänglig träning av hög kvalitet för alla

gentligen säger Friskis idé allt. Vi startar i lusten. Vi fortsätter att göra träningen tillgänglig. Vi lägger till ny kunskap och kvalitet i det vi gör. Vi vill att du ska hitta något som passar just dig.

Träning driven av dåligt samvete blir sällan kul, regelbunden eller långvarig. Det är därför som Friskis bygger verksamheten på idén om att träning ska vara styrd av lusten. Om det är kul att träna vill du göra det igen.

<b>Vision</b>	Rörelse är en självklar del av ett härligare liv			
<b>Affärsidé (vad)</b>	Lustfylld och lättillgänglig träning av hög kvalitet för alla			
<b>Ändamål (varför)</b>	Få så många som möjligt att träna och uppleva rörelseglädje Erbjuda olika former av träningsaktiviteter Öka insikt om motionens betydelse för välbefinnande och hälsa			
<b>Mål</b>	VÄXA	ENGAGERA	SYNAS	SAMARBETA
<b>Värdegrund</b>	Modig utmanare som ständigt hittar nya och bättre vägar Skapar träning som berör och ser till hela människan Ett sammanhang där människor kan mötas Släpper lös människors engagemang Avslappnad, tillåtande och personlig attityd			



Friskis & Svettis  
fem värderings-  
områden

## FRISKIS&SVETTIS FEM VÄRDERINGSOMRÅDEN

- ➔ **1. Friskis är en modig utmanare som ständigt hittar nya och bättre vägar.**

Vi jobbar hela tiden med att vässa och förädla allt vi gör. Ibland vill vi överraska och ibland kännas igen. Vi vill fortsätta med det vi är bra på och testa gränser för att utmana gamla sanningar, normer och skeva ideal.

- ➔ **2. Friskis skapar träning som berör och ser till hela människan.**

Det finns lika många sätt att träna som det finns människor. Vi ser träning som en upplevelse för dina sinnen. Med rörelseglädje som gemensam nämnare och med insikten att träningen ger förutsättningar för det liv du vill leva.

- ➔ **3. Friskis är ett sammanhang där människor kan mötas.**

I ett samhälle som blir både snabbare och kallare är Friskis en plats för varma träningsupplevelser och mänskliga möten. Friskis skapas i mötet mellan människor, i mötet med träningen eller i mötet med dig själv. För oss är mötet kanske större än själva träningen.

- ➔ **4. Friskis släpper lös människors engagemang-**

Friskis bygger på ideella krafter – ledare, tränare, värdar och alla andra som är där för dig för att de vill. De gör oss till vilka vi är. Det handlar om att vara med i något stort, meningsfullt och viktigt – att få fler människor i rörelse.

- ➔ **5. Friskis har en avslappnad, tillåtande och personlig attityd.**

Vår träning bygger på kunskap och vårt bemötande på en öppen människosyn. Hos Friskis kan du vara dig själv. Här finns inga pekpinningar. Inget märkvärdigt. Vårt sätt att vara gör vår träning lättillgänglig och för alla. Det betyder inte att all vår träning passar alla, utan att det ska finnas något för alla oavsett ambitionsnivå, förutsättningar, identitet eller tillhörighet. Viktigt är att träningen ger näring till själen och det speciella leendet.

## FASTSTÄLLDA MÅLOMRÅDEN OCH MÅL

### Fler människor i rörelse

Ett självklart mål för oss är att få fler människor att träna och uppleva rörelseglädje. Vi ska fortsätta arbeta för att tillgängliggöra och attrahera fler människor att börja träna hos Friskis.

### Mål:

- Tio procent av Gotlands befolkning tränar hos Friskis

### Mätetal:

- Antal medlemmar (mäts månadsvis)
- Antal aktiva medlemmar (mäts månadsvis)
- Antal inpasseringar på gym (mäts veckovis)
- Antal inpasseringar på grupp pass (mäts veckovis)
- Ålders- och könsfördelning medlemmar (mäts årsvis).

### Aktiviteter:

- Fortsätta arbeta för möjlig expansion genom kompletterande träningslokal

## UTVECKLA EN STARK SERVICE- KULTUR

### Mål:

- Mätbart förbättrad medlemsupplevelse
- Mätbart förbättrad medlemservice

### Mätetal:

- NMI "Hur nöjd är du med Friskis Visby" (mäts årsvis)
- Framtid "Sannolikhet att man är kvar som medlem de närmaste åren" (mäts årsvis)
- NPS "Skulle du rekommendera Friskis Visby till någon som frågade dig" (mäts årsvis)
- Kvalitet "Sammanvägt nyckeltal" (mäts årsvis)

### Aktiviteter:

- Utveckla träningsanläggningen så att den upplevs ändamålsenlig och tillgänglig
- Införa nytt designkoncept i träningsanläggningen
- Kommunicera våra trivselregler för medlemmar tydligare
- Utredda föreningsgemensam administration av arbetsuppgifter som inte behöver ske på specifik träningsanläggning.

## FUNKTIONÄRSKAP I FOKUS

Förutsättningar för att kunna bedriva attraktiv träningsverksamhet är ett väl fungerande funktionärskap som bygger på engagemang, trivsel och trygghet. Vi ska fortsätta arbeta för att behålla och utveckla våra funktionärer samtidigt som vi välkomnar nya människor att engagera sig i vår förening.

### Mål:

- Större mångfald bland funktionärer
- Ökad andel autogirobetalningar

### Mätetal:

- Antal instruktörer (mäts kvartalsvis)
- Antal receptionsvärdar (mäts kvartalsvis)
- Ålders- och könsfördelning instruktörer respektive receptionsvärdar (mäts årsvis)
- Andel autogirobetalningar (mäts månadsvis)

### Aktiviteter:

- Individuell uppföljning av och återkoppling till instruktörer
- Säkra enhetlig introduktion av nya receptionsvärdar
- Utveckla enhetligt



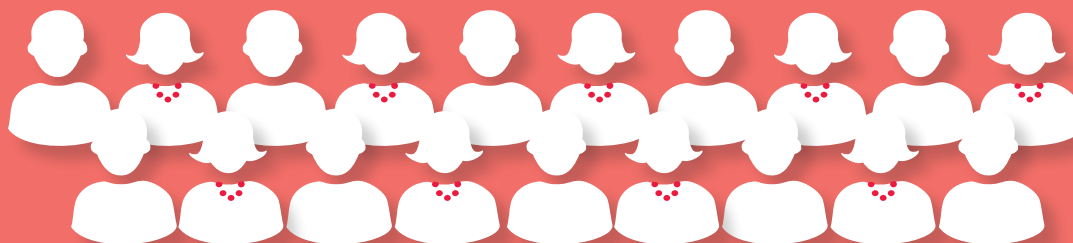
## ORGANISATION

Organisationen består av tre delar:

1. Styrelse och verksamhetschef
2. Personal
3. Funktionärer



Styrelsen



Funktionärer

## KVALITET OCH SOCIALT ANSVAR

Alla instruktörer som leder pass är utbildade och licensierade via Friskis&Svettis Riks (föreningarnas gemensamma organisation för att främja rörelsens och medlemsföreningarnas gemensamma intressen och för att förvalta Friskis&Svettis idé, träningsutveckling, våra egna utbildningar och kommunikation). Utbildningsfokus ligger på Friskis&Svettis idé, verksamhet

och ledarskap, samt på anatomi, fysiologi och träningslära. För att kontinuerligt kvalitetssäkra vår träning genomförs årligen ledaruppföljning och coachande samtal med instruktörerna.

Det sociala ansvaret är viktigt för Friskis&Svettis Visby. Det är något vi tar hänsyn till i alla våra frågor och planeringsarbeten.

## STYRELSEN

### Ansvar och uppdrag

Styrelsen har ett övergripande ansvar för föreningens organisation, långsiktiga mål, strategi och ekonomiska förvaltning. Det operativa arbetet är till stor del delegerat till verksamhetschefen.

## STYRELSENS ARBETE UNDER ÅRET

