



# Årsberetning

## Friskis&Svettis Bergen

*Organisert i Norges Fleridrettsforbund (NIF) og Friskis&Svettis Norge og Riks*

2016

## Styrets sammensetning

Leder:	Nils Øien
Nestleder:	Kjersti Sæve Nesset
Styremedlemmer:	Lidveig Tjørve Henning Økland – permisjon fra høstsemesteret Linda Örnholmer – flyttet etter vårsemesteret
Varamedlemmer:	Lilly Koppen Mjanger Ane Thoresen
Valgkomité:	Ann Helen Kjeldstadli Frode Slettestøl
Revisorer:	Edel Johannessen Perny Naterstad

### Observatører til styret

Lederansvarlig:	Mari K. Jore og Astrid K. Mjanger (sistnevnte gikk ut av gruppen i høstsemesteret)
Utdanningsansvarlig:	Ingunn Bjåstad (erstattet av Line Omland fra høsten), Cathrine Nøttingnes og Ane Thoresen
Vertsansvarlig:	Birgit Mathisen og Henning Økland

For øvrig har Linda Örnholmer vært klesansvarlig i vårsemesteret og Linda Johnsen i høstsemesteret.

## Styrets arbeid

### Styremøter

Det er avholdt 8 styremøter, inklusive en dags styrekonferanse 2.oktober 2016. I alt er 73 sakspunkter behandlet. Vararepresentantene har deltatt på styremøtene på lik linje med styremedlemmene, men uten stemmerett. Ansvarlige for leder-, utdannings- og vertsfunksjonene har deltatt jevnlig som observatører.

### Spesielle oppgaver

I 2015 arbeidet styret mye med å utvikle en jordnær strategi og tilhørende handlingsplan for foreningen. Arbeidet munnet ut i en strategiplan 2016-2020 som ble presentert til årsmøtet 2016. Strategiplanen innebar at leieavtalen med Nordneshallen skulle sies opp og alternative lokaler søkes under den kommunale ordningen. På årsmøtet 2016 ble den utarbeidede strategiplanen vedtatt. Dette resulterte i at Nordneshallen ble lagt ned som treningssted ved vårsemesterets slutt. Funksjonærene tilknyttet Nordneshallen gikk ut i permisjon fra Friskis&Svettis Bergen, og påbegynte arbeidet med å danne en ny forening – Friskis&Svettis Nordnes-Åsane – med treningssteder Nordneshallen og Kyrkjekrinsen skole. Friskis&Svettis Bergen fortsatte med tilbudet om trening på skolene Fridalen, Lynghaug og Storetveit.

Etter avviklingen av Nordneshallen som treningssted, var det flere som hadde betalt årskort som ikke fant å kunne benytte treningstilbudet på de andre treningsstedene. Disse, til sammen elleve personer, fikk refundert treningsavgiften.

Spinnsyklene som var rigget på eget rom i Nordneshallen, samt lydutstyret som hører til der, er overlatt vederlagsfritt til den nye foreningen Friskis&Svettis Nordnes-Åsane.

Styret var ikke representert på Friskis&Svettis Norge og Fleridrettsforbundet sitt årsmøte i mars, og hadde heller ingen representant til Idrettsrådets årsmøte på Amalie Skram den 14.april.

Styret holdt sin årlige styrekonferanse på HiB Kronstad den 2.oktober 2016.

## Aktivitet

Friskis&Svettis har som mål å tilby så mange som mulig trening av høy kvalitet.

Friskis&Svettis Bergen har for tiden tre treningssteder i Bergen; Fridalen skole, Lynghaug skole og Storetveit skole. På hvert treningssted er det tilbud om trening to til tre kvelder i uken.

Lørdagstrening på Storetveit med ambulerende treningsledere er et ekstra treningstilbud men også en anledning til å prøve ut partier som en vanligvis ikke deltar på, samt at det er et markedstiltak siden treningene da er gratis og åpne for alle.

- Ved årets oppstart hadde funksjonærene ved Lynghaug dugnadsdag med utdeling av flyers og opphenging av plakater i Fyllingsdalen.
- Det ble arrangert funksjonærfest fredag 22.januar 2016 i lokalene til Bergen døvesenter.
- Friskis&Svettis Norge arrangerte Opp-Tour konferanse på Idrettens Hus i Oslo 6.-7.februar 2016. Dette var inspirerende dager med faglig påfyll og trening. Vi hadde fire deltakere fra Bergen.
- Foreningens årsmøte ble holdt på Fridalen skole 6.mars 2016.
- Agneta Stocklassa fra Linköping, Sverige, var gjestetrener i Nordneshallen 15.april.
- Inspirasjonsdag for funksjonærene ble arrangert lørdag 23.april 2016 på Storetveit skole. Vi hadde invitert Daniel Buller fra Friskis&Svettis Gøteborg, der han er ansatt som treningsansvarlig for timer med fokus på styrke. På programmet for dagen var Power Hour og Jympa trening, og foredrag med diskusjoner.
- Den 10.juni ble det arrangert sommerfest hos Lilly. Noen innledet festen med tur.
- Under ColorMeRad arrangementet med 5 km løp i Åsane lørdag 18.juni ledet to treningsledere fra foreningen oppvarmingen for deltakerne.
- Friskis&Svettis Bergen sto som arrangør av konferansen Opp-Tour 2016 den 30.oktober på Høyskolen Kronstad. Friskis&Svettis Norge stilte med innledere og møteledere med temaet medlemsutvikling. Den nye foreningen Friskis&Svettis Nordnes-Åsane deltok.
- Det ble gjennomført en vervekampanje i oktober-november i regi av Friskis&Svettis Norge.
- Friskis&Svettis Norge arrangerte inspirasjonsdager for treningsledere 19.-20.november i Bærum. Fra vår forening var det to deltakere.

**Treningsleder – ansvarlige:** Treningslederansvarlige for foreningen i 2016 har vært Mari Jore og Astrid Koppen Mjanger. Sistnevnte gikk ut av gruppa høsten 2016. På verts- og ledermøtet 23.oktober 2016 ble det foreslått å slå sammen leder- og utdanningsansvarlige i en felles gruppe for bedre å kunne avlaste hverandre med de forskjellige oppgavene, og dette vil det bli jobbet videre med framover.

Treningslederne utvikler timeplaner og har i tillegg blant annet gjennomført ambulerende lørdagstreninger på Storetveit skole som et ledd i markedsføring og rekruttering. Disse treningene har vært åpne og gratis for alle.

**Utdanningsgruppen:** Utdanningsgruppen har i 2016 bestått av tre medlemmer: Ane Thoresen, Cathrine Nøttingnes og Ingunn Bjåstad. Høsten 2016 gikk Ingunn Bjåstad ut av gruppen og Line Omland overtok plassen. Utdanningsgruppen har hatt tre møter foruten mail- og telefonkontakt i 2016. Gruppen har arrangert ett rekrutteringstreff i løpet av året, og har sendt deltagere på kurs.

Det ble utdannet en ny treningsleder, Hanna Stocklassa, i vårsemesteret 2016, og det er i tillegg rekruttert en som vil bli sendt på kurs våren 2017. Funksjonærer har deltatt på kurs og seminarer for inspirasjon og videreutvikling.

Utdanningsgruppa står for påmelding til kurs og utdanning gjennom Funknet.

Gruppen besluttet i samråd med styret å starte opp tilbud om Enkeljympa våren 2017.

**Vertsansvarlig:** Birgit Mathisen har vært vertsansvarlig i lang tid, og trådte ut av denne rollen ved inngangen til 2016. Imidlertid har det vært problemer med å finne erstatter og Birgit har derfor fungert i rollen sammen med Henning Økland. Ved inngangen til 2017 har vi fått nye vertsansvarlige, Linda Johnsen og Sissel Skoge. I 2016 hadde vi 25 aktive verter i vårsemesteret og 15 i høstsemesteret.

**LOF (Lederoppfølging) 2016:** Ane Thoresen og Astrid K. Mjanger gjennomførte LOF-kurs våren 2016. Astrid er hovedansvarlig for gjennomføring av LOFing.

**Web-ansvarlig:** Birgit Mathisen har tatt seg av aktivitetsoppdateringen på hjemmesiden til foreningen, og også medlemsregistreringen på Funknet. Ane Thoresen og Mari Jore har oppdatert Facebook-siden.

### **Vurdering av aktivitet i forhold til mål**

Styret har hatt store ambisjoner med å få rekruttert nye treningsledere da dette er en forutsetning for både å opprettholde og eventuelt kunne utvide tilbudet. Dette rekrutteringsarbeidet har vist seg vanskelig, men vi vil fortsette å legge forholdene godt til rette for de som vil ta utfordringen med en treningsleder-utdanning. Etter opprettelsen av den nye foreningen Friskis&Svettis Nordnes-Åsane, har en del av medlemsmassen naturlig flyttet dit, og vi vil først i 2017 få en oversikt over det reelle medlemsgrunnlaget for treningsstedene våre.

### **Medlemstall**

I 2016 viser den offisielle statistikken at foreningen hadde 203 medlemmer. Det rette tallet er betydelig høyere (sannsynligvis mer enn 250), men avviket kan, foruten ufullstendige opplysninger, ha sammenheng med at 2016 var et turbulent år for foreningen og at innsendingsrutinene har sviktet. Uansett årsaker må vi få medlemsregistreringen på skinner igjen i 2017.

På bakgrunn av mangelfull medlemsregistrering er det vanskelig å vurdere utvikling i medlemstall. Dette må jo også settes i sammenheng med dannelsen av den nye foreningen Friskis&Svettis Nordnes-Åsane. Likevel tyder det på at det var en nedgang i medlemstallet i 2016.

Så å si alle de registrerte medlemmene (98 %) er over 26 år. Blant de voksne er 95 % kvinner.

*Antall registrerte medlemmer i 2016 fordelt på kjønn og aldersgruppe:*

	0-5 år	6-12 år	13-19 år	20-25 år	26 år og eldre	Totalt
Kvinner	0	0	2	1	183	<b>186</b>
Menn	0	0	0	0	9	<b>9</b>
<b>Totalt</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>192</b>	<b>195</b>

*Note: Det er i tillegg 8 kvinner der fødselsdata ikke er angitt.*

*Medlemsutvikling:*

	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016
<b>Totalt</b>	<b>485</b>	<b>557</b>	<b>498</b>	<b>400</b>	<b>320</b>	<b>321</b>	<b>313</b>	<b>203*</b>

*\*Note: Antallet er for lavt.*

## Årsregnskap

I 2016 har foreningen gått med et overskudd på omlag kr 156 000. Dette er omtrent det dobbelte av fjorårets overskudd. Dette er ikke nødvendigvis bare et godt tegn fordi det indikerer at vi ikke klarer å skape den aktiviteten vi har budsjettert med. Nedleggningen av Nordneshallen som treningssted reduserer leieutgiftene betraktelig. I tillegg har vi ikke fått investert det vi hadde håpet på utdanning av flere treningsledere. På lengre sikt vil det være avgjørende at vi klarer å snu denne utviklingen.

Bergen, 12.mars 2017

\_\_\_\_\_  
Nils Øien

*styreleder*

\_\_\_\_\_  
Kjersti Sæve Nesset

*nestleder*

\_\_\_\_\_  
Lidveig Tjørve

\_\_\_\_\_  
Lilly Koppen Mjanger

\_\_\_\_\_  
Ane Thoresen