



2017

VERKSAMHETSBERÄTTELSE  
FRISKIS&SVETTIS ÖREBRO



friskis

## Verksamhetschefens krönika


Historien upprepar sig. Friskis&Svettis Örebro fortsätter att växa och locka fler medlemmar till föreningen. Det är så fantastiskt roligt och jag, styrelsen och hela kansliet är otroligt stolta över detta faktum. Men det är inte något som jag tar för givet eller som gör sig självt. Nej, det är som en bra relation eller ett gott äktenskap. Ett ständigt pågående arbete. Där det handlar om att vara nyfiken på och intresserad av medlemmarnas önskemål och synpunkter. Att höra, se och bekräfta de ideellt engagerade och fantastiska funktionärerna, vara observant på vad som händer i omvärlden och vara beredd att göra förbättringar utifrån det man ser och hör. Och att ha roligt tillsammans.

Allt det tror jag vi är duktiga på. Och när vi är det så gör medlemmar och funktionärer ett makalöst arbete som ambassadörer för föreningen. Ni sprider Friskis idé om träning på ett helt otroligt sätt och bättre och trovärdigare marknadsförare finns inte. För ni har själva upplevt hur det är att träna i allmänhet och att träna hos Friskis i synnerhet. Ni vet att det gör skillnad för kroppen och för själen. För det är inte bara kroppen som mår bra, hela människan mår bra av träningen, mötet och gemenskapen.

Vad har vi gjort särskilt i år då? Vi har fokuserat på att vässa oss på många områden. Lokalerna, servicen, utrustningen och utbudet. Det har gett resultat, både i antal medlemmar och på den medlemsenkät som vi bett medlemmarna svara på. Medlemsenkäteten visade på en större nöjdhet nu än 2015 och i antal har vi vuxit med 9 % och är nu 20 262 medlemmar. Det känns magiskt att komma över 20 000 och därmed inspirera 13,5 % av örebroarna att träna och röra på sig. Vi har även lyckats få varje medlem att träna lite mer. Ökningen i inpasseringar i våra lokaler är 15 % vilket i antal betyder totalt drygt 726 000 träningstillfällen. Det är respekt. Heja er!

Vi känner oss också väldigt stolta över föreningens stabila ekonomiska situation som 2017 gjorde det möjligt att ge alla medlemmar tillgång till all träning och ändå sänka priset på Träna allt-kortet. Överskottet går tillbaks till medlemmarna. Det är så det funkar i en förening. I en förening har också varje medlem en röst. Välkommen att använda din på årsmötet torsdagen den 21 mars. Och vill du inte använda rösten så kom och lyssna. Vi har mycket roligt att berätta. Hoppas vi ses. Välkommen!

Stolta men ödmjuka hälsningar,



Helena Tranquist  
Verksamhetschef

# Inledning

I detta dokument beskrivs vad som hänt under året och främst avsett att användas internt för att dokumentera statistiken för året och beskriva allt som hänt utöver den dagliga verksamheten för att uppnå våra mål och viljeinriktningar. Externt kommuniceras verksamhetsberättelsen mer kortfattat i form av en krönika i Friskispressen och en film som kommuniceras i våra informationskanaler som informationsskärmar och hemsida.

## Vår idé

”Friskis&Svettis skall erbjuda lustfylld och lättillgänglig träning av hög kvalitet för alla.”

Vi är en idrottsförening med ett något ovanligt mål, här finns inget målsnöre att spränga och inga medaljer att erövrta. Här är målet ett leende. Det skall vara kul att träna, då vill man göra det igen. Det ger en inre tillfredställelse och ett leende. Du är nöjd med dig själv, du mår bra och din kropp gillar det. För att inspirera fler till att börja träna och vilja fortsätta behöver vi hela tiden utveckla oss själva. Friskis&Svettis Örebro ska fortsätta växa med bevarade värderingar och ständigt förbättrad kvalitet med visionen ”Friskis&Svettis, det självklara träningsalternativet i Örebro”.

## Vår vision

Människor ler när de tänker på träning.

## Vårt ändamål

Vårt övergripande ändamål är att få så många människor som möjligt i rörelse. Våra anläggningar ska upplevas som mötesplatser där vi erbjuder aktiviteter som kan utövas av många samtidigt men framförallt förgyller varje enskild medlems träningsupplevelse. Vi vill underlätta för inaktiva människor att börja träna och uppfatta träning som något lustfyllt. Vi vill med ett inspirerande utbud och välkomnande attityd få människor att börja träna och göra träning till en god och lustfylld vana.

## Friskis&Svettis Riks utvecklingsområden

På Årsstämman 2017 fattade Friskis alla föreningar beslut om att ha gemensamt fokus på följande utvecklingsområden.

- » Mångfald (genomsyrar allt)
- » Digitalisering (genomsyrar allt)
- » Funktionärskap
- » Utbildning
- » Erbjudande och utbud
- » Kommunikation

Och följande tre punkter är föreningarnas och Friskis&Svettis Riks strategiska förutsättningar.

- » Organisering
- » Finansiering
- » Ledarskap

## Årsmöte och styrelse

Årsmötet hölls torsdagen den 30 mars 2017 kl 18.30. Ordförande för mötet var Maria Larsson, landshövdning i Örebro län. Sekreterare var Marcus Lundell, funktionär i föreningen.

Valberedningen (Elisabeth Sverresson, Sofi Andersson, Ulf Marcusson, Mona Karlström, Sarah Boudrie) presenterade följande kandidater som även valdes för året 2017/2018. Styrelsen är ytterst ansvarig för verksamheten och väljs för att representera medlemmarna under året.

Ordförande: Annika Grälls (omval).

Sittande ledamöter: Mikael Hagström (vice ordförande), Kerstin Svensson (kassör).

Nya ledamöter/omval på 2 år: Angelica Byström (nyval), Jenny Holmén, Malin Landegren, Andreas Geschwind-Widegren (omval).

Florence Nilsson avgick som ledamot och avtackades efter ett antal förtjänstfulla år i styrelsen.

Till föreningens revisorer valdes Maria Hedlund, PWC, auktoriserad revisor, Gunnar Ingberg, ordinarie lekmanrevisor, Karin Sundelius, lekmanrevisorssuppleant.

Valberedningen: Där omvaldes Elisabeth Sverresson (sammanställande), Sofi Andersson, Ulf Marcusson, Mona Karlström. Sarah Boudrie valde att avgå och ersattes av Florence Nilsson.

Styrelsen har haft 11 ordinarie styrelsemöten under året. Under Strategidagen på GrenadjärvalLEN deltog styrelsen tillsammans med kansliet. Dagen hade utgångspunkt i F&S Riks gemensamma dokument Strategi 2022 med ledorden "Växa, engagera, synas och samarbeta" som beslutades på Stämman 2017 i Lund/Lomma.

### **Styrelsernas mötesplats - Friskis&Svettis Årsstämma**

På Friskis&Svettis Årsstämma i Lund/Lomma, var Örebro föreningen väl representerad av Helena Tranquist, Annika Grälls, Mikael Hagström, Kerstin Svensson, Andreas Geschwind-Widegren och Jenny Holmén. Örebro bidrog inte med någon motion, men däremot en del inlägg i debatten om Riks strategi, vision och värderingar.

## **Personal**

Vi är fortsatt organiserade i Team enligt nedan. Verksamhetsövergripande frågor diskuteras och beslutas i Ledningsteamet som består av VC, de tre teamledarna samt ekonomiansvarig.

Helena Tranquist, verksamhetschef (100 %)

Carolina Månviken, ekonomiansvarig (80 %)

### **Team träning**

Anneli Lundholm, teamledare och träningsansvarig grupp (100 %)

Helen Söderberg, träningsansvarig grupp (100 %)

André Höglund, träningsansvarig gym (100 %)

### **Team admin**

Lovisa Elfving, teamledare, kanslikoordinator (80 %)

Charlotta Larsdotter, kommunikatör (100 %) - Föräldraledig

Anna Lindholm, vikarierande kommunikatör (100 %)

Pär Beme, fastighetstekniker (100 %)

### **Team reception och medlemservice**

Håkan Lindahl, teamledare, receptionschef (100 %)

Linda Pettersson (Platsansvarig Söder 100 %)

Elin Axelsson (Platsansvarig Öster 100 %)

Lotten Hansson (Platsansvarig fram till 24 nov 100 % avslutade därefter sin anställning)

Anna Spåman (reception 100 %)

Sofia Tranquist (reception 100%)

Baaly Possnert (från april 100% vik för Emma R, tills vidare från jan 2018)

Elin Thörn (vik för Elin A mars-oktober därefter tills vidare)

Emma Helton (mars-augusti vik för Lotten Hansson)

Emma Runesson (tjänstledig för studier, jobbat extra)

## Träning

- » Gruppträningsutbud
- » Gymträning
- » Beställd träning (utöver ordinarie schema)
- » Utrustning kopplad till träning

### Viljeinriktning

Vi ska stärka synen på Friskis&Svettis som det självklara träningsalternativet i Örebro. Det gör vi genom att erbjuda ett kvalitetssäkrat, dynamiskt och varierat träningsutbud som tillfredsställer våra medlemmar och som attraherar nya. Våra gym underhålls och utvecklas ständigt för att vara inspirerande och samtida. Vi ska även uppmuntra spontanitet och när tillfälle ges bedriva träning på oväntade och tillfälliga arenor utanför de egna lokalerna. Vi följer Riks rekommendationer, medverkar och tar initiativ till utveckling av träningsutbudet. Vi frågar efter, lyssnar och tillvaratar funktionärers och medlemmars synpunkter och önskemål. Vi följer och är lyhörda för statistiken.

Nedanstående bidrog till att för leva upp till viljeinriktningen och nå våra mål under året:

- » Antal inpasseringar totalt under året är 726 165. En ökning med otroliga 15 %.
- » Inpasseringar på gym ökade med 21 % och gruppträning med 6 %
- » Fördelningen gym/grupp slutade på 65 %/35 %.
- » Inom gruppträningen såg det ut så här med inpasseringarna:
  - Övrig grupp tappade 3,5 %
  - Spin ökade med 10 %
  - Cg ökade med 22 %
  - IW ökade med 18 %
- » Det totala antalet träningsformer i utbudet är 22 och dessutom varianter av dessa, så som Cirkelgym och Cirkelgym X, Spin distans och Spin puls, Jympa bas och medel.
- » I snitt under året erbjöd vi 162 gruppträningspass i veckan
- » Det totala antalet pass som genomförts under året är imponerande 6988.
- » På dessa pass har 254 458 individuella träningstillfällen genomförts. Ett snitt på 36 deltagare per pass.
- » I topp hittar vi följande fem träningsformer räknat på totala antalet deltagartillfällen.

1. Spin	36 772
2. Cirkelgym:	28 170
3. Jympa medel	22 105
4. Cirkelfys:	16 503
5. Skivstång:	9 301
- » Under året presenterades följande nyheter på gruppträningen:
  - IW Spurt
  - Seniorklubben
  - Kettlebell strong
  - Sports Athletics
  - Cirkelgym Go
- » Två "Börja Träna kurser" har framgångsrikt genomförts med totalt ca 55 deltagare.
- » Kvarnen fick nya spincyklar.
- » På gymmen ökade inpasseringarna med 21 % och landade på 473 487 i år.
- » På Kvarnen bytte vi ut ett antal löparband och fick in nya. Vi introducerade nya produkter som Assault Airbike och Skill Mill i våra gym.
- » På Öster utökade vi med ytterligare en cable cross och tre lyftarplattor installerades. Här bytte vi även golvet i cirkelgymmet och gjorde en rejäl ommöblering av maskinerna i gymmet.

## Mervärden

- » Värdskap
- » Samarbeten och medlemsförmåner
- » Föreningsdemokrati och medlemsansvar
- » Allmännyttan och samhällsansvar

### Viljeinriktning

Det ska vara enkelt, inspirerande och förmånligt att vara medlem i F&S Örebro. Vi jobbar aktivt för att uppfattas som en självklar mötesplats för träning och även som en oas där alla kan fylla på med inspiration och energi genom sociala möten och aktiviteter som erbjuds. Vårt förhållningssätt är präglad av medlemsinflytande och föreningsdemokrati. Hos oss bemöter vi alla med en välkomnande attityd. Vi jobbar kontinuerligt för att bibehålla och stärka gott värdskap hos alla funktionärer och anställda. Vi är en viktig samhällsaktör och samarbetspartner inom träning och hälsa.

- » I januari gjordes vårt kortsystem om och alla medlemmar ges tillgång till all vår träning (både grupp och gym) på sina kort. I samband med det sänktes priset på Träna allt-kortet från 2 900 kr per år till 2 500:- per år. På så sätt kunde förändringen göras smidigt för alla.
- » I oktober öppnades den obemannade inpasseringen på F&S Öster, vilket gjorde anläggningen tillgänglig från 05-23 för våra medlemmar.
- » För att underlätta för föräldrar att träna erbjuder vi barnpassning, nästan varje dag. Och så mycket som 768 timmar över året. 621 timmar 2018.
- » Träningens dag firades den 21 oktober med gratis prova-på-pass på Kvarnen. Två medlemsföreläsningar hölls. En med Erik Hellmén om kost och träning och en med Katarina Woxnerud om träning under och efter graviditet.
- » I samband med Vasaloppet anordnades temapass "I fädrens spår" på spin och IW och intresset att delta var som alltid stort.
- » Tillsammans med Röhnisch Outlet anordnades två medlemskvällar, en på våren och en på hösten.
- » Våra samarbetspartners, Intersport, Apoteket, Norra Cykel, Holmqvist Optik, Loka Brunn och Grythyttans Gästgiveri har under året gett rabatt till våra medlemmar, och de har medverkat i ett antal medlemsaktiviteter.
- » Vi hade ett samarbete med Örebro Hockey med medlemspris på matcher och deltagande på "Må-Bra matchen" i januari.
- » En medlemsresa med Springtime Travel arrangerades med ca 30 deltagare från Örebro. Resan gick till Oliva i Spanien.
- » Vi värmdde upp löpare inför flera lopp, bland annat Action Run, VårRuset, Gubbracet, Blodomloppet, och Å-stadsloppet.
- » Två Röris- och Mini-Rörisutbildningar genomfördes. En under våren och en under hösten.
- » Vi levererade 155 köpta pass och vi hyrde ut våra lokaler till andra för egen verksamhet under 39 timmar .
- » Under året var företagen Futurum, Lillåns Bleck& Plåt samt CRAMO Group hos oss och körde pass regelbundet.
- » Vi har under året samarbetat med flera gymnasieskolor såsom Grillska, Thoréns och Virginska.
- » Vi har deltagit i F&S Riks projekt "Öka innanförskapet" genom att under våren hålla två pass i veckan under skoltid för Spåkinroduktionselever på Karolinska skolan.
- » Under våren genomfördes en pilotutbildning i samarbete med Örebro kommun. Personal inom Vård- och omsorgsboenden utbildades till Rörelseinspiratörer. Fem boenden, ca 30 personer, deltog i utbildningen som lett till ökad fysisk aktivitet för de äldre.
- » Vi har engagerat oss i ett par insamlingar. Spin of Hope gav ett fint tillskott på 80 000 kr till Barncancerfonden. F&S bidrag till årets Världens barn insamling blev flera temapass samt eventet "Cirkelfys 100" som lockade 200 deltagare. Totalt samlade vi in 38 000 kr till Världens barn.
- » Sagoskoj i parken i juni lockade ca 800 förskolebarn att delta.
- » I Prideparaden i augusti tog vi, tillsammans med övriga Idrotten i Örebro Län, ställning för allas rätt att älska vem de vill.
- » Vi deltog på Idrottens dag den 25 september arrangerad av Örebro Läns Idrottsförbund.

# Organisation

## Personal

- » Arbetsmiljö
- » Lön och personalförmåner
- » Inspiration och kompetensutveckling
- » Mötesforum
- » Medarbetarskap och ledarskap

## Funktionärer

- » Rekrytering
- » Utbildning
- » Inspiration
- » Mötesplatser

## Viljeinriktning

Vår organisation ska vara anpassad efter verksamhetens behov. Verksamheten vilar på engagemang-  
et hos våra ideella funktionärer och hos vår anställda personal. Vi ska vara en förening som syns och  
samverkar med Friskis&Svettis övriga föreningar och vara en aktiv part i Friskis&Svettis Riks utveck-  
lingsarbete.

## Personal

Vi följer arbetsmarknadens lagar och regler och ska vara en attraktiv arbetsgivare där anställda ges  
möjlighet att utvecklas yrkesmässigt och personligt. Arbetsplatsen ska präglas av öppenhet, inflytan-  
de och eget ansvar. Vi strävar efter ett situationsanpassat ledarskap med stor delaktighet i beslut,  
i syfte att skapa balans mellan resultat och relationer. Medarbetarna ges förutsättningar för och  
förväntas vara aktiva och ansvarstagande inom sitt område, samt bidra med idéer till verksamhets-  
förbättringar. Vi samverkar för en god psykisk och fysisk arbetsmiljö och strävar efter att samtliga  
anställda trivs på jobbet.

## Funktionärer

Vi ska arbeta ambitiöst med utveckling av våra funktionärer och öka lusten och kvaliteten i det ideella  
uppdraget. Funktionärerna ska bli bekräftade i sina uppdrag och nå personlig utveckling på sina  
villkor. Vi strävar mot mer flexibilitet och dynamik i uppdragen och mot att säkerställa antalet och  
bredden av funktionärer och deras kompetens. Vi arbetar för att hitta fler konkreta sätt att inkludera  
funktionärerna i föreningens utvecklingsarbete. Vi ska aktivt jobba för att vidga vår syn på funktionär-  
skap genom att vara öppna, lyhörda och testa nya sätt att skapa engagemang.

- » Vi har bland annat deltagit på Friskis&Svettis Årsstämma i Lund/Lomma, Föreningskonferens och  
Träningskonferens.
- » Vi åkte med ca 100 funkisar på inspirationsdag med träning och föreläsningar arrangerad av  
Friskis Tyresö.
- » I april genomfördes en inspirationsdag för alla funktionärer med tema värdskap.
- » I december inbjöds alla funktionärer på Julbord på Karlslunds Herrgård, där även julklappen  
utdelades. I år blev det trådlösa hörlurar till alla.
- » Personalen bjöds på julbord med respektive för första gången vilket var uppskattat.
- » Vi utvecklar ständigt rekryteringsprocessen för nya funktionärer för att locka fler att söka. Under  
året har 50 nya funktionärer rekryterats. 29 ledare/individuella tränare/PT och 21 värdar. 22  
personer har fortbildats inom någon träningsform.
- » Totalt under året har föreningen haft 360 funktionärer, engagerade som ledare, individuella trä-  
nare, värdar, styrelse med flera viktiga uppdrag i föreningen.
- » På våra gemensamma inspirationsdagar och fester deltar i snitt ca 42 % av funkisarna.
- » Resultatet för den årliga funkisenkäten är otroligt bra och vi når vår högsta notering någonsin  
med 89.6 av maximala 100 (en höjning från 89.2 år 2016). Det är så kul att så många trivs så väl i  
sina ideella uppdrag.

- » F&S Örebro har under 2017 varit värd för fyra stycken utbildningar i Friskis&Svettis Riks regi. Cirkelgym (2 st) och Individuell tränare (2 st).
- » Vi är engagerade i ett flertal grupper på F&S Riks såsom Marknadsrådet, projekt för gemensamt inpasseringssystem, projektgrupp "Friskis utbud utanför träning" mm.
- » Kansliet deltar i ett flertal yrkesnätverk inom Friskis. Friskis är genom verksamhetschefen representerade i styrelsen för Örebro Läns Idrottsförbund/SISU och deltar i Kvinnolobbyn i Örebro Län.
- » Vi deltog med två personer i konferensen "Utsikt" arrangerad av Handelskammaren Örebro.
- » Personalen genomförde sina Teamdagar med studiebesök på F&S Eskilstuna och teambuilding i Kungsörstorp.
- » Under året beslutades att alltid ha anställda receptionister på plats alla anläggningens bemannade tider. Så ofta det går tillsammans med ideella värdar.
- » I december gick all receptionspersonal en säkerhetsutbildning "Säkrare reception" för att öka beredskapen för oförutsedda händelser och känslan av trygghet.
- » För att öka tryggheten för receptionister och även för våra medlemmar på kvällstid har alla anläggningar nu stängningsronder med väktare.
- » I ett led att höja tryggheten under träning har installerats larmknappar i våra gruppträningsalor där man kan påkalla uppmärksamhet från receptionen om något allvarligt inträffar under passet.

## Kommunikation

Marknadsföring och kommunikation med:

- » Personal och funkisar
- » Medlemmar
- » Presumtiva medlemmar
- » Media (PR)
- » Beslutsfattare

### Stödsystem

Mjukvara; program som t.ex. medlemssystem, hemsidaplattform osv.

Hårdvara; datorer, telefoner, kortläsare, scannar, kopiatorer osv.

### Viljeinriktning

Föreningens kommunikation ska präglas av stor transparens och uppfattas som tillgänglig, personlig, avslappnad och intressant. Vi använder effektiva och moderna kommunikationskanaler och har den digitala utvecklingen i fokus. Rätt förutsättningar ska finnas som till exempel teknik, program och arbetsmetoder.

- » Vårt stående erbjudande att "Provträna första veckan gratis" utnyttjades av 6283 personer under 2017 och 43% av dom löste sedan medlemskap för 2017.
- » Riks vårkampanj "Heja dig" användes. Den berättade att vad du än står inför eller sysslar med i din vardag så kan du hämta kraft och energi hos Friskis. Den syntes som bussbaksidor, inlägg i våra sociala medier, rollups i våra lokaler och som information på vår hemsida.
- » Riks höstkampanj "Tvekoteket" användes. Den lyfte olika träningstvek som människor har. Den syntes som bussbaksidor, filmer i våra sociala medier, affischer i våra lokaler och som information på vår hemsida. Under en vecka kunde man också ringa ett journummer och få hjälp med sina träningstvek.
- » Vi gjorde själva en stor marknadsföringssatsning internt för våra softpass vilket ökade intresset för dessa under hösten.
- » Under december hade vi en uppskattad julkalender på Instagram där vi bland annat presenterade olika erbjudanden och nyheter.
- » Vi har utöver kampanjerna marknadsfört diverse event, nyheter och vårt utbud. Främst genom sociala medier och i våra egna kanaler till medlemmarna, men även annonser i lokalpress.
- » Våra följare på Facebook ökade från 4650 till 5100 följare.



- » Instagram har ökat från 1700 till 2300 följare.
- » Under året implementerades Friskis&Svettis nya grafiska profil.
- » Fitnessplayer, ett nytt musikprogram för ledare, har implementerats. Det underlättar musikletande och redigering av musik och gör det möjligt att följa rådande STIM/SAMI regler.
- » Fyra enkäter har genomförts under året; Exitenkät (för de medlemmar som lämnat oss), medlem-senkät, funktionärsenkät och en enkät om den upplevda tryggheten vid träning på obemannande tider. Samtliga enkäter har gett positiva resultat, men också mycket bra idéer till förbättringar.

## Lokaler

- » Nyetableringar
- » Underhåll/renovering
- » Säkerhet
- » Städ

### Viljeinriktning

Vi ska sträva efter att våra lokaler är tillgängliga, fräscha och attraktiva mötesplatser, väl anpassade för verksamheten. Anläggningarna ska vara ändamålsenliga och hålla hög kvalitet. Det ska kännas säkert att träna hos oss och vistas i våra lokaler, för såväl medlemmar som funktionärer och anställda. Vi ska ha en utvecklingsplan avseende våra befintliga lokaler, en lokalstrategi på längre sikt samt en relevant geografisk spridning.

- » Föreningen erbjuder totalt på våra tre anläggningar 4 770 kvm träningsyta. Till det kommer omklädningsrum, duschar, reception, väntytor mm. Ytorna fördelas på Kvarnen 2020 kvm, Öster 1700 kvm, Söder 1050 kvm.
- » Vi har haft stort fokus på att hitta vår nästa lokal och haft långtgående kontakter med flera fastighetsägare. Inget avtal blev skrivet under året, men förhoppningsvis sker det i början av 2018.
- » Förbättringar Öster:
  - Ny gjutning, klinker och kakel i herrarnas dusch.
  - Nya lavar i herrarnas bastu
  - Lilla salen fick nytt golv.
  - Vi målade om på flera ställen.
  - Vi utökade graffitin i Cirkelgyrmet.
  - Vi byggde om så att städbolaget fick ett eget förråd.
  - En sluss installerades som gör det möjligt att träna på obemannade tider på Öster.
- » Förbättringar Kvarnen:
  - Spinsalen fick nytt golv, ny färg och tapet.
  - Konditionsavdelningen fick nytt golv.
  - Stora delar av ekgolvet i gymmet slipades.
  - Receptionen fick en ny plats för att skapa mer väntyta på entréplanet.
  - I nya väntytan på entréplanet slipades ekgolvet, väggarna målades och nya möbler skaffades
  - Förråd för träningsutrustning byggdes vid Spegelsalen.
  - Vi utökade ytan för vårt stora förråd på källarplanet.
  - Nytt golv lades i väntytan på källarplanet. Fortsättning följer med nya möbler under 2018
  - Kansliöket byggdes om för att skapa bättre ytor för personal och funktionärer.
  - Städningen har utökats, bland annat med extra kvällsstädning på Söder.

## Ekonomi

- » Budget
- » Prognoser
- » Uppföljning
- » Löpande redovisning

### Viljeinriktning

Vi ska ha en ekonomi i balans med tryggad likviditet. Vi ska ha en ekonomiprocess som säkerställer att rapporterna är tillförlitliga. Vi ska kunna förutse verksamheten och agera i tid vid förändringar.

- » För året 2017 hade vi ett budgeterat underskott om 0,7 Mkr men utfallet blev ett överskott på 4 mkr (vilket kan komma att justeras något när bokslutet är helt klart). Överskottet förklaras främst av ökade intäkter vilka översteg budgeten med 3,4 mkr.
- » Under året reviderades beslutad budget då vi såg att det fanns utrymme för att renovera på Kvarnen.
- » Likviditeten har under året varit god och kassan har aldrig understigit 13,9 mkr vilket var i juli.

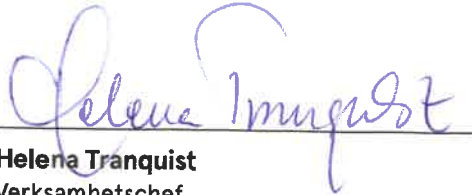
### Pengar in i %

Träningsintäkter	98%
Övriga intäkter	1,5%
Bidrag	0,5%

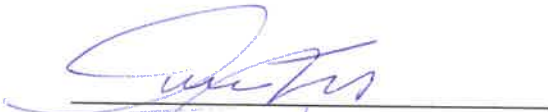
### Pengar ut i %

Lokaler	41,2%
Varuinköp	1,4%
Administration	4,6%
Marknadsföring	2,9%
Träningsutrustning	6,2%
Personal	27,1%
Utbildning	3,5%
Övrigt funktionärer	3,6%
Övriga kostnader	3,6%
Avskrivningar	5,9%

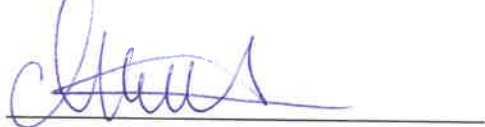
Örebro den 1 februari 2018




**Helena Tranquist**  
Verksamhetschef



**Annika Grälls**  
Ordförande



**Mikael Hagström**  
Vice ordförande



**Andreas Geschwind-Widegren**



**Malin Landegren**



**Kerstin Svensson**  
Kassör



**Jenny Holmén**



**Angelica Byström**