

Verksamhetsberättelse 2023

Friskis&Svettis Kristianstad



Våra medlemmar

Medlemmar

2023 var vi 6471 medlemmar, en ökning med ca 7% jämfört med 2022.

Under 2023 har vi jobbat aktivt med att få tillbaka ännu fler medlemmar som dels har haft uppehåll eller tränat på andra ställe. Vi har även haft ett stort fokus på att nå nya medlemmar.

Våra gruppträningspass har varit väldigt välbesökta under hela 2023. Vi ser att många seniorer har fått igång sin träning igen och hittat tillbaka till oss.

Ålder	Kvinnor/flickor	Män/pojkar	Totalt
0-9	40	25	65
10-19	444	585	1029
20-29	640	543	1183
30-39	586	409	995
40-49	573	357	930
50-59	666	419	735
60-69	437	316	753
70-79	203	174	377
80-89	23	31	54
90-99	0	4	4

Aktiviteter för medlemmarna

Vår Börja träna-kurs är populär och oftast fullbokad. Under 2023 har vi haft två Börja träna-kurser med bra uppslutning, en i slutet av januari och en i oktober.

I mars hade vi spinning från Sälen till Mora, 3-timmars spinning samt Spin of Hope. Kul att få annordna Spin of Hope igen efter två års uppehåll under pandemin.

För att locka nya medlemmar har vi under året haft olika kampanjer på våra träningskort och även bjudit på vår gruppträning under olika perioder. I september hade vi en väldigt uppskattad kampanj på vår träningskort år, detta gav oss många nya medlemmar.

I vår träningsapp Friskis Go har det kommit många nya pass, utmaningar och tävlingar för medlemmarna att ta del av.

Vår populära uteträning i Tivoliparken körde vi hela sommaren, gratis för alla. Vi startade uteträningen med ABBA-jympa, som blev en succé. Vi hade även uppskattad uteträning i Åhus och Degeberga.

22-31 juli annordnade vi en tränings- och vandringsresa till Bad Gastein. Flera medlemmar, samt några icke medlemmar åkte med våra 2 ledare dit.

Under hela våren och sommaren körde vi gratis Jympa, vilket uppskattades. Under vecka 37 och 38 hade vi gratis prova-på träning på all vår träning.

På våra anläggningar tycker vi det är trevligt att uppmärksamma högtider och gör detta för våra medlemmar.

För att locka nya medlemmar har vi bland annat haft funktionärer och personal som stod på Ica Maxi och högskolan och gjorde reklam för Friskis Kristianstad.



Träningen

Topp 3 i antal deltagare per år

- | | |
|-------------------|------------------|
| 1. Cirkelgym | 24 758 deltagare |
| 2. Indoor Walking | 14 507 deltagare |
| 3. Spinning | 14 021 deltagare |

Träningen under året

Under våren och sommaren bjöd vi på Jympan som förfest på vårt kommande jubileumsår där vi firar 40 år.

Vi levererade många pass både på Björkhem och City och under 2023 hittade många tillbaka till passen på City. Även träningen i våra två gym ökade under året.

Under sommaren höll vi pass både i Tivoliparken och Nya Åhusparken, gratis träning för alla.

Seniorklubben startade upp igen och är en härlig mötesplats för gruppen "äldre äldre" med träning och fika.

Vi ökade upp våra öppettider för att möta våra medlemmars önskemål och behov.

Friskis Go fortsatte att vara populärt och uppskattat av våra medlemmar. Målet med onlineträningen är att medlemmarna ska kunna träna var som helst och när som helst.



Våra funktionärer

Under 2023 hade föreningen 182 funktionärer.

Utbildning av ledare

Under året har det utbildats 3 nya ledare i olika träningsformer.

Ettan	Hilding Rönn, Carina Carlström
Yoga	Gabrielle Bezzina
Individuell träning	Hilding Rönn, Carina Carlström

För funktionärerna

- I augusti hade vi kick off för våra funktionärer.
- Träffar och möten har skett löpande under året för alla grupper.
- Vi annordnade två fixardagar på Björkhem för att få gymmet och anläggningen uppfräschad.

Receptionsvärdar

Under 2023 rekryterades nya värdar kontinuerligt, vilket gjordes via våra sociala kanaler och affischer på våra anläggningar men även genom våra nuvarande värdar. 7 nya värdar rekryterades under året till Björkhem och City.

Värdarna fick utbildning i bemötande och Friskis som förening två gånger 2023. Utbildning i HLR och krishantering hade vi två gånger under året, vår och höst. Det annordnades två värdträffar under 2023, en vår och en höst.

Kommunikation med värdarna sker via workplace, allt för att de ska hållas uppdaterade med det senaste i föreningen.

Anläggningsvärdar

Vi rekryterade 9 nya anläggningsvärdar till City och Björkhem. Många av dessa värdar finns på våra anläggningar på våra obemannade tider.

En gång på våren och en gång på hösten träffades vi för gemenskap. Kommunikation har skett via Workplace veckovis.

Värdarna fick utbildning i bemötande och Friskis som förening samt en utbildning i HLR och krishantering.

Anläggningsvärdarna har spelat en viktig roll för vår anläggning då de skapat en trygg, fin och säker träningsmiljö för våra medlemmar.

Personal

Under 2023 arbetade följande personer på kansliet:

- Johanna Nilsson, verksamhetschef
- Kicky Skoogh, träningsansvarig
- Annika Sjöström, kanslikordinater och reception
- Felicia Johnsson, kommunikationsansvarig och reception
- Elina Kjellin, receptionsansvarig och personlig tränare (föräldraledig från februari)
- Malin Björklund, värdansvarig och reception
- Hilding Rönn, träningsansvarig och personlig tränare (började i augusti)

Fokus 2023

Mycket fokus har även detta året legat på föreningens ekonomiska läge som varit ansträngt.

Vi har fått jobba aktivt med att dra ner på kostnader och minska på inköp.

Vi har fokuserat på att hitta nya sätt att nå ut till potentiella medlemmar samt hitta nya samarbetspartners och sponsorer.

Ett stort fokus under året har varit att behålla medlemmar och funktionärers engagemang, genom tydlig och regelbunden information och kommunikation.

Styrelsen

Styrelsens uppgift:

- Styrelsen är ytterst ansvarig för föreningen
- Fastställer budget
- Sätter mål och följer upp dessa
- Arbetsgivaransvar
- Deltar på föreningsstämma och verksamhetskonferens
- Ansvarar för årsmötet
- Har styrelsemöte och fastlagd mötesordning
- Har strategimöte
- Ansvariga och ledamöter i bolaget Allträning Kristianstad AB

Styrelsen bestod under året av:

- Helene Öberg, ordförande (från april)
- Malin Persson, sekreterare (från april)
- Elna Johanesson, kassör
- Fredrik Kristiansson
- Jennie Persson
- Bertil Andersson
- Revisorer: Ingrid Pettersson
- Valberedning: Stina Trimark, Carin Wibäck och Per Levin

Möte och konferenser:

Årsmötet hölls den 26 april på Björkhem.

Under året har styrelsen haft tretton styrelsemöte och ett konstituerande. Övriga möten har varit strategimöte.

I mars representerade Helene Öberg och Johanna Nilsson Friskis Kristianstad på Riks årsstämma.

I år medverkade vi inte på Verksamhetskonferensen samt Föreningskonferensen i Göteborg.

Under årsmötet tackade vi av ordförande Per Persson och sekreterare Mats Svensson.

Under året har styrelsen:

Fortsatt arbeta strategiskt med utveckling av verksamheten i arbetsgrupper för marknadsföring, etablering på fler platser, ekonomii balans, nya tjänster/produkter och jubileumsåret Friskis 40 år. Fokus har varit på att bibehålla, öka antalet medlemmar, åtgärder för kostnadskontroll och likviditetsmål för att fortsatt kunna erbjuda lustfylld och lättillgänglig träning av hög kvalitet för alla.

Marknadsföring och kommunikation

Föreningen har marknadsfört sig under året via våra digitala kanalerna såsom hemsidan, Facebook och Instagram. Våra sociala medier har växt och fått fler följare under året. Stor del av vår kommunikation handlade under året om att få tillbaka medlemmar och även hitta nya medlemmar.

Digitala medlemsbrev har skickats ut via e-post, detta gör vi ca 4 gånger per år. Vi har även uppmärksammats i både radio och tidningar under året.

På lokalerna har nyheter och information satts upp i receptionen och på andra strategiska ställen.

Vår interna kommunikation till funktionärerna sker via Workplace.

Som många andra föreningar deltog vi i den rikstäckande kampanjen som Friskis&Svettis Riks tagit fram. En kampanj på våren och en på hösten.

Riktade företagsutskick har gått ut under året.

Januari

Rikstäckande kampanjen "Hitta din grej" marknadsfördes på vår hemsida och sociala medier

Radioreklam - hela 2023

Mars

Spin of Hope 25 mars

Från Sälen till Mora 5 mars

Maj-juni-juli

Sommarkortet

Uteträning

September

Prova all vår träning vecka 37 & 38

Jubileumskampanj - Träning år 3000 kr

Rikstäckande kampanjen "Träna bort dina fördomar" marknadsfördes på vår hemsida och sociala medier

Oktober/November

Julkortet marknadsfördes

Black friday-erbjudande - värva en vän och få en månad extra

December

Julkappstips

Julkort

