

Verksamhetsberättelse 2018 & Verksamhetsplan 2019



IF Friskis & Sveltis Kungsbacka

Verksamhetsberättelse 2018

Friskis&Svettis Kungsbacka grundades den 16 maj 1989. 2018 hade vi....

- 6 personer **anställda**, på totalt 5,20 heltidstjänster
- ca 180 ideella **funktionärer**
- 7 143 aktiva **medlemmar**
- som genomförde totalt 274 457 **aktiviteter** under året
- med andra ord över 38 **aktiviteter per person** (att jämföra med 37/person 2017)
- och 176 372 av träningsaktiviteterna under året, alltså drygt 64%, var **gymbesök**
- och vi erbjöd som mest 114 **pass per vecka** på schemat (ej medräknat kajakturer och vandringar)

Vi började tyvärr året med ett inbrott i vår träningslokal på Kabelgatan. Lyckligtvis blev inget stulet men en krossad ruta och en viss förstörelse i lokalen blev naturligtvis ändå en tråkig start för oss. Men året fortsatte som tur var betydligt mer positivt.

Träningen

Den 4 mars hade vi rekrytering av nya ledare. 16 personer sökte och av dem blev 14 antagna:

- 1 gyminstruktör
- 2 jympaledare
- 3 IW-ledare
- 3 cirkelgymsledare
- 1 flexledare
- 1 skivstångsledare
- 1 yogaledare
- 1 boxledare
- 1 barnledare

Schema

Vi har haft sju schemaperioder under året.
Sommarens schema ligger numera alltid 1/6 – 31/8.

Olika pass som funnits på vårt schema

Jympa

Soft-, bas-, medel- & intensivnivå

Indoor Walking

Puls, intervall, soft och spurt

Spinning

Giro 4, junior, puls, intervall och soft

Övrig gruppträning

Box, core, core mamma, dans afro, dans crescendo, dans fusion, familjefys, familj, flex, junior mix, jympa station, power hour, skivstång, skivstång intervall, step, step explode, TRX, yoga och zumba fitness - samt ett flertal kombipass

Gym

Individuellt – gyminstruktion

Tillsammans – cirkelgym, cirkelgym soft och cirkelgym X



Träna Ute

Löpning soft, kvalitet och distans
Stavgång
Havskajak
Vandring

Nyheter på schemat

Vi har haft två konceptpass på schemat under året: Step explode och Dans crescendo.



Funktionärer & personal

Vår Staffgrupp

Staffgruppen har utökats till 10 personer, och så många som möjligt ur gruppen träffas en gång i veckan och hjälper till med olika praktiska göromål i våra lokaler.

Fler funktionärer

Vi har löpande under året rekryterat fler funktionärer till bl a medlemservice, och även tagit emot ensamkommande flyktingpojkar som hjälpt oss med viss administration och att hålla ordning på Kabelgatans gym.

Anställd personal

Vi har dragit ner den anställda personalen med 1,15 % under år 2018. Nu är vi 6 personer anställda på totalt 5,20 heltidstjänster.

Arbetstiden är fördelad enligt nedan:

- Verksamhetschef 100%
- Ekonomi & Drift 100%
- Marknad & Kommunikation 75%
- Medlemservice 125%
- Vaktmästare 50%
- Gym- & Träningsansvarig 70%

Utöver det har vi...

- timanställd personal ca 12 personer
- ideella funktionärer ca 180 personer

Funktionärsträffar

Vi hade kickoff för alla funktionärer i september där även vår nya Generalsekreterare deltog. I december hade vi ett trevligt julmingel för alla funktionärer med vacker sång av Göteborgs Gospelkör, julklappsutdelning och mysfika efteråt.

Synas

Under året har vi ökat vår synlighet och vårt engagemang främst i sociala medier, vilket givit mätbara resultat. Detta kompletterades med ökad närvaro i bland annat lokala medier och vid evenemang lokalt. Vi arbetar även strukturerat med triggade mailutskick till definierade målgrupper.

Under året har vi haft en "Move your Buddy"-kampanj, en kombinerad "Återvändar"-/"Hittelön"-kampanj och en kampanj för det nya City-gymskortet, liksom fri träning för skolledig ungdom under de veckolånga skolloven. Samtliga dessa insatser har lett till ökad kortförsäljning.

I slutet av året publicerades vår nya hemsida.



Samarbete

Vi har samarbetat i vår region genom att ha möten i olika arbetsgrupper såsom verksamhetschefer, träningsansvariga, medlemserviceansvariga och marknadsansvariga. Förutom detta nätverkar vi med andra föreningar genom den interna plattformen workplace.

100% ren träning

Vi tar självklart aktivt avstånd från all doping och droganvändning.

Vi har en tydlig antidopingpolicy och arbetar med Riksidrottsförbundets "vaccination mot doping".

Vi ingår även i kommunens nätverk som tillsammans med många andra gym jobbar förebyggande i arbetet mot doping.

Vi deltar aktivt i Prodis samarbete för 100 % ren träning. Som ett led i detta har vi haft dopingkontroll på gymmet.

Kurser

- Vi har erbjudit alla våra funktionärer två brandkurser under året.
- Alla pedagoger i kommunens förskolor har bjudits in till en Röris-kurs.
- Vi bjöd in barn och pedagoger från kommunens förskolor till ett stort Miniröris-party. Det kom 220 st personer fördelat på två dagar.

Kortkontroll

Då vi fått indikationer på att motionärer smiter in för att träna, har vi under året haft kortkontroll vid entrén vid några tillfällen. Detta för att säkerställa att de som utnyttjar föreningens lokaler och tjänster verkligen är medlemmar och har aktiva träningskort; för alla våra medlemmars skull.

Föreningar som tränat här

Vi hade under 2018 avtal med nedanstående föreningar för regelbunden specialbokad gruppträning:

- Basketklubben Onsala Pirates
- Fotbollsklubben Tölö IF

Citygymmet

På vårt gym i Innerstan har vi dragit in fast personal och gymmet har till stor del blivit obemannat. Det har installerats en inpasseringsluss och vi har i och med det kunnat utöka våra öppettider där; något som sedan en tid tillbaka varit ett stort önskemål från våra medlemmar. Citygymmet bemannas med ideell personal vissa timmar per dag måndag-fredag. Lördag och söndag jobbar timanställd personal där några timmar på förmiddagarna.





Verksamhetsplan 2019

Verksamhetsplaneringen är ett kontinuerligt arbete och oförutsedda händelser kan medföra förändringar i den planerade inriktningen.

Friskis&Svettis är idag en av Sveriges största idrottsföreningar och finns på 160 olika orter både i Sverige och i övriga världen. Vi har en Vision, en Verksamhetsidé, gemensamma Värderingar & verkar utifrån olika Vägval.

Vår förening

IF Friskis&Svettis Kungsbacka startades 1989. Då höll vi till i kommunens idrottshallar. Vi flyttade in i egna lokaler på Kabelgatan 2004 och då hade föreningen 2 000 medlemmar. Idag har vi ca 7 000 medlemmar, 6 anställda och ca 180 ideella funktionärer.

Vår idé

Friskis&Svettis idé är att erbjuda lustfylld och lättillgänglig träning av hög kvalitet för alla. Vårt mål är leendet. Du ler för att du känner din kropp och gillar den och för att du vill dela denna känsla med andra. Vi vet att vi behövs och vi vill att fler människor skall ges möjligheten att dela Friskis&Svettis-upplevelsen. Att få människor att må bra och trivas är definitivt en bra idé.

Vision

Människor ler när de tänker på träning.

Värderingar

För att vidga idén om träning har Friskis&Svettis fem värderingsområden, att leva och kommunicera:

- Friskis&Svettis skapar träning som berör och ser till hela människan.
- Friskis&Svettis är ett sammanhang där människor kan mötas.
- Friskis&Svettis släpper lös människors engagemang.
- Friskis&Svettis har en avslappnad, tillåtande och personlig attityd.
- Friskis&Svettis är en modig utmanare som ständigt hittar nya och bättre vägar.

Vägval

F&S väljer leendet

Vår uppgift är att få fler att röra på sig, att få fler att uppleva rörelseglädje. Vår uppgift är se till att fler människor uppfattar träning som något lustfyllt. Ett skönt smittande leende som stannar kvar.

F&S väljer en egen profil

Vi väljer en egen väg att rekrytera, utbilda, utveckla & kommunicera. Vår förmåga att "leva" F&S ger oss hög kvalitet.

F&S väljer individen

Varje individ ska känna sig sedd. Vi respekterar varje människas personliga ansvar för sitt välbefinnande, men hjälper gärna den som ber om hjälp.

F&S väljer funktionärerna

Det finns inget "vi" och "dem". Det är vår samlade kompetens och lust inför uppgiften som ger människor chansen att få det där sköna leendet när de tänker på träning.

F&S väljer oberoende

För att kunna göra det vi själva vill och när vi vill göra det och göra det som vi bedömer vara rätt, väljer vi att stå fria från utomstående finansierare eller andra påverkare. F&S är och skall vara självständigt och omöjligt att styras av andra än medlemmarna.

Friskis&Svettis Riks långsiktiga mål 2019–2022

Mål 1: Växa

Friskis&Svettis är en del i fler människors liv, på nya och inspirerande sätt.

"Det ska inte spela någon roll om du är gammal eller ung, stark eller otränad, uppväxt i Sverige eller nyanländ, vi är Friskis tillsammans. Vi satsar på innanförskapet!"

Mål 2: Engagera

Friskis&Svettis inspirerar till mer engagemang för fler människor.

"Människors engagemang för Friskis&Svettis är och har alltid varit en av rörelsens absolut viktigaste framgångsfaktorer. Friskis måste vara en mötesplats där människors engagemang får utrymme att växa och där människor kan hitta ett engagemang som passar dem. För att lyckas måste vi lära känna våra funktionärer, vilka de är och vad som motiverar dem att engagera sig"

Mål 3: Synas

Friskis&Svettis har en tydlig ide som når ut och når in hos ännu fler!

"2022 har Friskis&Svettis en stark röst i samhället och en tydlig åsikt i viktiga frågor. Vi är enkla att välja och ännu enklare att välja om: Våra medlemmar är stoltare än någonsin. Vi inspirerar till rörelse i vardagen och vi är generösa med vår kunskap om träning."

"2022 vet nästan alla vad Friskis&Svettis erbjuder, vad vi står för och vad vi kan. Vi är ett föredöme för alla som vill beröra, berätta och skapa dialog med sin kommunikation."

"2022 är Friskis kanaler, sammanhang och digitala mognad i harmoni med samtiden. Vi inspirerar med våra berättelser. Vår kommunikation är lika tillgänglig som överraskande."

Mål 4: Samarbeta

Friskis&Svettis är smartare och starkare tillsammans.

"2022 har Friskis&Svettis en tydlig och effektiv rollfördelning, alla har en tydlig uppgift i rörelsens organisation och alla kompetenser tas tillvara. Vi är ledande inom föreningsdemokrati. Den lokala föreningens starka entreprenörsanda är fortsatt grunden och förutsättningen för vår framgång. Riks, föreningar och andra delar av organisationen har ett smart samarbete."

"2022 har Friskis&Svettis föreningsledning sitt fulla fokus på rörelseglädje, motivation och engagemang."

Mål att fokusera på för Friskis&Svettis Kungsbacka 2019–2020

Ekonomi

Mål

En förening som går med vinst för att kunna investera i och utveckla verksamheten.

Bakgrund

Under många år har medlemsantalet i F&S, såväl lokalt som på Riks nivå, stadigt ökat. Föreningarna har investerat och utökat sin verksamhet i fast förvisning om att medlemsantal och därmed inkomster kommer att fortsätta öka. Idag är situationen delvis annorlunda. Konkurrensen har hårdnat och F&S totalt ser ett stagnerande medlemsantal och många föreningar har, liksom vi i Kungsbacka, en alltmer pressad ekonomisk situation.

Åtgärder

Vi ska...

- se över kostnaderna för Citygymmet och räkna på hur det bär sig.
- ta in fler hyresgäster i våra lokaler.
- se över och omförhandla hyresavtal, leverantörs- och serviceavtal när de löper ut.
- öka försäljningen per medlem.

Uppföljning

Av...

- antal medlemmar och antal besök.
- försäljning per medlem.
- avtalskostnader.

Likvida medel bör räcka i 90 dagar.

Tidsaspekt på uppföljning

Löpande under året/kvartalsvis.

Växa

Mål

Störst och bäst i Kungsbäcka – där "alla" vill vara och det som konkurrenterna ser upp till.

Behålla de medlemmar vi har.

Öka medlemsantalet med 20% under en treårsperiod.

Bakgrund

Fler medlemmar ger en bättre ekonomi. Vi ska erbjuda ett naturligt val för våra medlemmar. För att göra detta måste verksamheten vara på topp.

Åtgärder

- Kontinuerlig omvärldspaning.
- Uppgradera gymmet, en treårsplan är lagd för detta. Föreningen har tagit in offerter för att beräkna kostnader för projektet.
- Bra utbud i vår gruppträning, som möter våra medlemmars önskemål.
- Mer fokus mot företag/föreningar där vi erbjuder dem friskvård/träning hos oss.
- Effektiv marknadsföring.
- Attrahera de målgrupper som vi är svaga på.
- Se över våra öppettider för att få mer tillgänglighet för fler målgrupper.

Uppföljning

- Snabb utvärdering av våra eventuella kampanjer.
- Regelbundna medlemsenkäter för att få veta vad våra medlemmar tycker.
- Följa upp utfallet på företags- och föreningsrekryteringen.
- Följa upp antal nya medlemmar i olika åldersgrupper.

Tidsaspekt på uppföljning

Löpande under året/kvartalsvis.



Utbud

Mål

Sträva efter att få fler motionärer att välja Friskis&Svettis för att de är nöjda med vårt utbud.

Bakgrund

Frågor vi måste ställa oss:

- Vilka tränar hos Friskis idag och vilka gör det inte? Varför?
- Vad är rätt utbud? Följer vi med när det gäller nya träningsformer?
- Är Friskis stället "där det händer"?
- Vad vill Kungsbäckaborna ha för träning?

Åtgärder

- Fler korta pass (30–40 min) inom fler träningsformer än idag.
- Alltid ha som målsättning att erbjuda de nya träningsformerna som Riks tar fram.
- Erbjudna "smallgroups" istället för individuella instruktioner på gymmet.
- Olika teman på gymmet.
- Workshops på gymmet.

Uppföljning

Stämna av...

- antal kortare pass som ligger på schemat samt deltarantalet på dessa.
- antal smallgroups på gymmet och antal deltagare per vecka.
- antal workshops på gymmet.
- hur många av de nya träningsformerna Riks erbjuder som vi har på schemat och deltagarantal på dessa.

Tidsaspekt på uppföljning

Avstämning terminsvis alternativ schemaperioder.

Synas

Mål

Öka vår digitala kommunikation via olika kanaler, både när det gäller omfattning och antal inlägg. Friskis skall synas i fler sammanhang genom direkta möten med människor.

Bakgrund

"Syns vi inte finns vi inte".

Det är stor konkurrens om var invånarna i Kungsbacka ska träna idag och det gäller då att synas i rätt sammanhang.

Åtgärder

- Använda oss ännu mer än vad vi redan gör idag av riktad kommunikation till olika målgrupper/åldersgrupper/geografiska grupper.
- Fysiskt besöka skolor och arbetsplatser.
- Större närvaro såväl fysiskt som digitalt – från sociala medier till lokala bussar.
- Finnas med vid olika arrangemang i kommunen.

Tidsaspekt på uppföljning

Löpande under hela året.

Engagemang

Mål

Engagerade och entusiastiska funktionärer och personal som jobbar tillsammans mot samma mål.

Bakgrund

Vi vill behålla befintliga funktionärer men också kunna rekrytera nya på de olika funktionärsposterna där det behöver fyllas på.

Åtgärder

- Viktigt med tydlighet med vem som gör vad i föreningen, det skapar trygghet för alla.
- Ge löpande information till alla funktionärer om vad som är på gång i föreningen.
- Aldrig bortse från att alla funktionärer är lika viktiga i vår förening oavsett vilken roll man har.
- Alla träningsformer och funktionärsgrupper har en gruppleadare som framför gruppens synpunkter och önskemål till VC.
- Funktionärsenkät.
- Personalenkät.

Tidsaspekt

Löpande under året. Utvärdering av enkätsvar ska ske snarast möjligt.

Budget 2019



2019

2018 *jmfr*

Utfall 2018

Försäljning	15 279 810	Försäljning	14 929 500	(14 138 068)
Medlemsavgifter	725 000	Medlemsavgifter	750 000	(714 300)
Summa intäkter	16 004 810	Summa intäkter	15 679 500	(14 852 368)
Lokal & övr ext.	9 916 358	Lokal & övr ext.	9 451 348	(9 440 339)
Personal & Funkt.	4 437 600	Personal & Funkt.	4 623 100	(4 353 135)
Summa omkostn.	14 353 958	Summa kostnader	14 074 448	(13 753 474)
Räntor & revision	84 000	Räntor & revision	94 000	(79 020)
Summa	84 000	Summa	94 000	(79 020)
Resultat före avsk	1 566 852	Resultat före avsk	1 511 052	(979 875)
Ack avskrivningar	1 549 787	Ack avskrivningar	1 484 367	(1 350 473)
Netto	17 065	Netto	26 685	(-370 600)



Kommentarer från Medlemsenkät 2018

”Så roligt med alla som utstrålar energi och glädje.”

”Jag tycker helt enkelt att ni är bäst. Har varit medlem av och till i många år beroende på var jag jobbat och bott. Jag har pendlat ganska mycket eftersom jag varit konsult. Är inte just nu den mest aktiva medlemmen men älskar att ni finns till och att ni har den prestigelösa stilen.”

”Jag tycker ni är grymma.”

”Jag går till F&S för det passar mig.
Skön gemenskap och go känsla och atmosfär.”


”Bevara känslan av att alla är välkomna och den avslappnade atmosfären. Det är den som sticker ut i jämförelse med andra föreningar/anläggningar.”

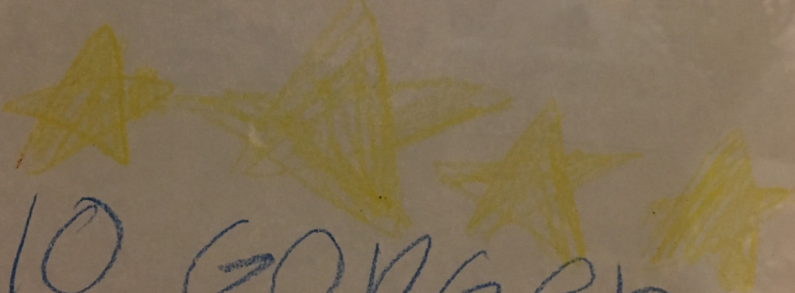



”Tack till ALLA som gör att Friskis finns i Kungsbacka!!! =)”

”Ni är fantastiska som får oss att träna när vi kommer dit i novembermörkret och absolut inte har nån lust...”

”Jag är väldigt glad och tacksam att F&S finns.”

Välkomna till
Vårdens bästa
GYM 


10 GÅNGER
Så bättre




IF Friskis&Svettis Kungsbacka
www.friskissvettis.se/kungsbacka