



Verksamhetsberättelse 2023

Verksamhetsplan 2024

IF Friskis&Svettis Kungsbacka

verksamhetsberättelse 2023





Friskis – en oas i en orolig värld?

2023 – ett år präglat av hög inflation, räntehöjningar och en ökad politisk oro i världen – då blir den egna träningen än viktigare för att bygga motståndskraft och känna trygghet i en hållbar träningsrutin tillsammans med andra.

Ytterligare ett verksamhetsår ska nu summeras och läggas till handlingarna, starkt påverkat av omvärldsfaktorer där de ekonomiska effekterna blir kännbara för alla. Både hushåll och företag kämpar med att hantera högre kostnader som påverkar våra motionärs privatekonomi och därigenom också deras möjlighet att prioritera sin egen träning och friskvård.

Vi vet att många värdesätter sitt egna välbefinnande och därigenom också sin träning vilket har inneburit att många medlemmar har prioriterat just detta medan annat har fått stå tillbaka i jakten på kostnader. Vi hoppas att det ska fortsätta på den vägen, att medlemsantalet fortsätter att öka och att fler ska känna att det är just hos oss man kan koppla av och må bra, men också samla kraft för andra utmaningar. Det är på Friskis som det mänskliga mötet kan prioriteras i en alltmer digitaliserad värld!

Vi har under 2023 arbetat hårt och målmedvetet med att välkomna nya och återvändande medlemmar. Uppgången sker inte så snabbt som vi skulle önska, men vi vet att människor har fått både nya vanor och ovanor efter pandemin, och att det dessutom har tillkommit fler träningsaktörer i vårt område. Nyrekrytering är därför viktigt även under det kommande året.

Verksamhet & Drift

Året 2023 har varit ett år som präglats av höga kostnader beroende av hög inflation och därigenom också kostnader som är kopplade till avtal med indexklausuler. Utifrån detta har vi "fått hålla i pengarna", d v s hålla igen på allt som drivit kostnader. Tyvärr har det inverkat negativt på möjligheten att hålla bl a Kick-off och olika inspirationsträffar, men vi har förhoppningen att kunna genomföra detta under 2024 när det ekonomiska läget troligen är förbättrat.

Vi har under året systematiskt sett över och förhandlat om samtliga avtal. Det har tagit mycket tid i anspråk men har varit värt insatsen då resultatet blivit bra. Vi känner att vi därigenom får en bättre möjlighet till ett bra ekonomiskt resultat för 2024 och framåt, samt att kunna utveckla verksamheten och träningsmiljön. Parallellt med detta har vi fokuserat på att öka både medlemsantal och försäljning. Att öka försäljningen har inte bara handlat om att driva effektiva kampanjer, utan också att hitta nya vägar att nå samarbeten, kunder och medlemmar. I år har vi inte haft några "postpandemiska effekter" att kämpa mot, utan mer vetskapen om att människors vardag har blivit tuffare p g a det höga privatekonomiska kostnadsläget och därigenom format våra insatser utifrån detta.

Träning & Utbud

Träningsåret 2023 har varit spännande och utmanande på flera sätt.

Dels har vi kunnat erbjuda den ordinarie verksamheten med pass och gymträning, med flera roliga nyheter under året; Multifys Skivstång, Multifys Skivstång soft, Spin Grand Prix, IW Grand Prix, Ny på IW och Ny på Spin samt Mappapower.

Dels har vi genomfört flera olika projekt med träning på nya platser eller i nya sammanhang. En viktig målgrupp har varit tonåringar, där vi har erbjudit träning och inspiration genom ett event till gymnasieskolorna i Kungsbacka. I år blev det Elof Lindälvs gymnasiet som under en hel vecka i höstas fick ha vårt Pop Up-gym utanför skolan. En röd Friskiscontainer fulladdad med gymredskap som har turnerat på ett tiotal platser i Sverige under året. Vecka 38 var det Kungsbackas tur, och vi hade ett fantastiskt bra samarbete med gymnasiet, dess rektor och idrottslärare. Under hela veckan kunde vi erbjuda ca 550 elever från åk 1 träning utomhus, under ledning av våra härliga ledare på plats, då idrottslektionerna var förlagda med träning ute på vår containeryta, och även under rasterna. Vi kunde också bjuda på energitillskott via frukt och vatten, och tävlingar med utlottning av träningsprylar och träningskort. Uppmärksammat av media och mycket populärt bland deltagarna!

Det uppskattade samarbete med Kungsbacka kommun fortsatte även under 2023, nu med fokus kring rörelse under arbetstid, vid s k APT. Med vårt upplägg "Vi kommer till er – nära i det lilla formatet" kom vi ut till arbetsplatserna och genomförde 20-minuterspass med fokus på rörlighet i direkt anslutning till avdelningsmöten och liknande. Riktigt välbesökt, vi genomförde 60 APT-träffar på många olika typer av arbetsplatser, och flera av dessa deltagare har vi sedan kunnat hälsa välkomna till vår ordinarie verksamhet. Vi har även fått förfrågan om att fortsätta under 2024, dialog pågår i skrivande stund!



IT & Digitalisering

Året som gått har inneburit ett fortsatt stort fokus på IT och digitalisering. I linje med Strategi 2025, har fokus varit att använda IT för att jobba smartare tillsammans, bl a för att öka medlemsnyttan. Införandet av gemensamma regelverk och medlemserbjudanden har varit utmanande och ibland krävt stort mod av varje förening då det emellanåt inkräktat på "självbestämmandet". Under året togs flera stora samordnings- och digitaliseringskliv. Ett viktigt sådant steg var förbättringen av det digitala köpflödet, d v s att förenkla köp, sälj och hantering av medlemskapet digitalt. Ett annat var att samordna användandet av vårt gemensamma affärs-system BRP genom att rensa i floran av bokningsregler och namn på pass, minska antalet produktgrupper m m. Den stora effekten av detta har blivit överskådlighet och tydlighet för alla användare, och större automatisering av vissa funktioner vilket sparar administrativ tid. Ett tredje område har varit att öka IT-säkerheten, inte minst viktigt i en tid där kapningar och bedrägerier ökar i hela samhället. Ytterligare ett område som startats upp är formgivning av vår nya gemensamma webbplats, ett arbete som fortsätter under 2024.

I "Mitt Friskis"-appen (boka/avboka, köpa kort, se träningsstatistik m m) samt i Träningsappen "Friskis Go" har det skett en mängd förbättringar under året, utvecklingen fortsätter under 2024.

Marknad & Kommunikation

Under året har vår marknadsföring präglats av dels varumärkestödjande kampanjer som tagits fram av Riks under teman som "Hitta din grej" och höstens "Snacket går om Friskis". Vi har också drivit mer taktiska kampanjer som varit mer målgruppsanpassade och försäljningsdrivande. 2023 har vi lagt över merparten av våra lokala kampanjer i sociala medier, samt i direktadresserade mailutskick.

Vi har även syns i olika reportage under året, framför allt i samband med Pop Up-containern på Elof Lindälvs gymnasiet.

Vi tackar Stora Coop i Kungsbacka för att vi fått synas hela året på deras digitala stortavla på framsidan vid parkeringen med våra kampanjer utan kostnad.

Utbildning & Inspiration – ett år präglat av sparsamhet

Riks har tillsammans med föreningarna under året dragit igång ett utvecklingsprojekt med fokus på det ideella engagemanget – Funktionärsresan, vilket har tre fokusområden; Attrahera, rekrytera och introducera nya funktionärer, Support och utveckling i det ideella uppdraget samt Schyssta avslut i Friskis. Projektet kommer att intensifieras under 2024.

Lokalt hos oss i Kungsbacka har sparsamhet varit ett ledord, vi är tacksamma att våra funktionärer varit så lojala och förstående, då antal aktiviteter och genomförandet av dessa har påverkats;

- Sommarmingel genomfördes den 1 juni, där vi åt sommarinspirerad mat, hade kort info samt tackade för första halvåret och önskade alla våra funktionärer en skön sommar.
- HLR-utbildning för medlemmar och funktionärer genomfördes vid 3 tillfällen under våren. Mycket uppskattat!
- Servicedagen (med utbildare från Friskis Riks) genomfördes i år i Borås, där framför allt receptionsvårdar under en heldag jobbade med service och försäljning som tema.
- Regionala inspirationsträffar för ledare/tränare har genomförts.
- "Ny på Friskis" – infoträff för nya funktionärer infördes under året.
- Traditionsenlig Julmingel avslutade året.

Utveckling & Projekt

Den nya värdorganisation som infördes under 2023 med nya funktioner såsom Gymvärd och Kringservicevärd har samordnats under den gemensamma benämningen Servicevärd. Funktionen kommer att utvärderas och utvecklas vidare under 2024.

Vi har också under 2023 medverkat i forskningsprojektet som avser Psykisk ohälsa bland unga. Forskningen styrs från BUP Halland (Barn och ungdomspsykiatri), och genomförs på några utvalda orter i Sverige, där vi i Kungsbacka har upplåtit vår anläggning på Kabelgatan för fysdelen av forskningen. 3 timmar per vecka i två olika perioder under året har deltagarna tränat enligt ett uppgjort program med en Träningsansvarig. Projektet avslutas nu i Kungsbacka och samordnas i Halmstad, där vi kommer att fortsätta att följa projektet med stort intresse.



Ledarsamtal

Som ett led i att vårda och utveckla våra ledare, samt bemöta det önskemål som tidigare kommit fram i bl a funktionärsenkät, startade vi under våren upp våra "Ledarsamtal". Syftet var att 1 gång per år få ett "utvecklingssamtal" med Verksamhetschef. Vi fokuserade på att se just ledaren, i sin situation som ledare och i sin roll i föreningen. Vad gör vi bra, vad kan bli bättre? Vi lyfter det som är viktigt för just individen.

Samtalen, som varade i ca 1 timma, var helt frivilliga, och resulterade i en för VC värdefull fördjupad kontakt med dessa ledare, men också i konkreta förändringsinsatser. Ett 20-tal ledarsamtal genomfördes under året, och avsikten är att fortsätta att erbjuda detta även under 2024.

Samarbeten

Även under 2023 har vi haft ett mycket givande samarbete med Riksidrottsförbundet Halland – RF Sisu. Tillsammans har vi vid 3 tillfällen haft Hjärt- och Lungräddning för funktionärer och medlemmar, populära kurser som vi även fortsätter med under 2024.

Vi fortsätter vårt samarbete inom Prodis för 100% ren hårdträning. Det innebär bl a regelbundna träffar med kommunens övriga träningsaktörer samt polisen, och vi har under 2023 synts på Kungsmässan och på gymnasieskolan, förnyat vår diplomering inom nätverket samt anordnat uppmärksamhetsvecka mot doping.

Ett samarbete med Kungsbacka Cykelklubb genererade under året flera nya medlemmar – glädjande!

Ett stort och viktigt samarbete startades upp under 2022 och har fortsatt under 2023, nämligen mellan 5 Friskisföreningar i region Väst; Göteborg, Partille, Kungälv, Borås och Kungsbacka. Syftet är att jobba smartare och effektivare tillsammans. Under året har vi haft fokus på de träningsansvariga och ansvariga för medlemservice i dessa föreningar. De har haft kontinuerliga möten och utvecklat verksamheten tillsammans, i år med bl a Träningsinspirationer och Serviceutbildningar. Vi kommer succesivt under året att flytta mer fokus över till strategiarbetet enligt Strategi 2025.

Strategi 2025 – dags att växla upp tillsammans

Denna gemensamma strategi (som tagits fram av samtliga Friskis-föreningar i ett stort antal workshops), lyfter inte allt bra som redan görs. Den fokuserar istället på områden som hela Friskis behöver prioritera. Konkurrensen på träningsmarknaden är tuff och faktum är att vi idag har blivit ett krångligare alternativ för de som vill träna. Tvärtemot vår idé om att erbjuda lättillgänglig träning av hög kvalitet för alla. Vi vet att medlemmar och allmänhet ser Friskis som ett och samma varumärke, det förpliktigar därför till att jobba mer gemensamt. Det har utkristalliserats 3 områden som är särskilt viktiga de närmaste åren:

1. Bli framgångsrika på träningsmarknaden
2. Framtidssäkra vår organisation
3. Stärka Friskis med fler och nya perspektiv

De 7 föreningarna kring Göteborg med omnejd har under året haft möten och workshops om hur vi kan bli starkare tillsammans, det arbetet kommer att fortsätta nu under 2024, med Stockholmsföreningarna som förebild.

Verksamheten i siffror

Vi gick ur 2023 med 5 032 medlemmar vilket är en ökning med 359 medlemmar eller 8% sedan 2022. Vi gläds åt ökningen, även om vi hade hoppats på en högre takt. Det som avviker från tidigare år är att medlemmarna kommer in senare på hösten, med en topp i oktober. Intressant är dock att ökningen håller i sig både under november och december, där vi tidigare sett en tydlig avmattning.

Medlemmarna har gjort 188 760 besök, i snitt 37,5 besök/medlem. Av dessa besök var 65% på gymmet.

Vi har under året haft 1 rekryteringsträff, men även "knackat axel" och tagit in spontanansökningar och på så sätt rekryterat 5 nya ledare och 1 tränare.

Vi har haft 6 schemaperioder under året, vilket betyder att vi är tillbaka i normal drift. Vi har genomfört 5 016 pass (ökning med 201 pass) vilket ger i snitt 96 pass per vecka. Utöver det har vi haft 171 gyminstruktioner och 6 gruppintroduktioner på gymmet, ett nytt populärt upplägg som vi kommer att fortsätta med under 2024.

Summering & insikter inför 2024

- Att få nya och aktivare medlemmar har högsta prio (Friskis som helhet har jämfört med andra aktörer en större andel "sällantränande", dessa behöver vi aktivera/motivera mer så att de inte riskerar att lämna oss vid eventuella motgångar).
- Att rekrytera fler yngre ledare för att kunna attrahera yngre motionärer.
- Att fortsätta att skapa händelser och träning på nya och ibland oväntade platser.
- Att synas i nya sammanhang med träning och hälsa, vitaliserar vårt varumärke och bidrar till att Friskis blir den träningsaktör som väljs först.
- Nätverkande – vi ska vara en självklar partner när det kommer till träning.





Verksamhetsplan 2024

Vi har lämnat pandemiåren bakom oss, men ännu märks effekterna i samhället, och vi och många med oss i branschen har ännu inte kommit tillbaka till nivån innan pandemin, dvs till 2019. En tuffare ekonomisk vardag påverkar våra medlemmar och kunder och gör att en del avvaktar med eller t o m kan avstå från sin egen träning, ibland till förmån för t ex barnens aktiviteter. Vi hoppas att 2024 blir året då man känner framtidstro och vågar satsa igen!

Även detta år kommer vi att fokusera på tillväxt, att öka medlemsantalet för att komma upp i nivå med antalet vi hade innan pandemin. Aktiviteter och insatser kommer att utgå från Strategi 2025.

Fokusområden för 2024:

Träning

- Nysatsning på löpträning – lanseras i april
- Målgruppsträning – utveckla våra skraddarsydda träningsupplägg för företag och föreningar
- Lansera pass och aktiviteter för en yngre målgrupp via nyrekryterade ungdomar
- Riks prioriterade träningsformer som genererar nyheter:
Etableringsfas; Jympa, Multifys, Spinning/IW, Yoga och Coreflex.
Utvecklingsfas (större); Löpning, Målgruppsträning och Mer Friskis i gymmet
Utvecklingsfas (mindre); Multifys, Plaza och Smarta Gym
- Friskis Play (storbildsträning på anläggning) – ny prio från Riks under 2024
- Fortsatt differentiering av "Börja träna-kurserna" till kortare mer riktade kurser, såsom Styrka & Stabilitet samt Kondition & Rörlighet, fler varianter kan komma under året

Utbildning, Motivation & Engagemang

- Ledarsamtal (ett "utvecklingssamtal" för ledare) med verksamhetschef fortsätter under 2024
- Funktionärsresan – ett utvecklingsprojekt med fokus på det ideella engagemanget fortsätter under 2024
- Föreläsningar
- Kick-Off och Mingeldagar för alla funktionärer
- Gemensamma inspirationsdagar med Region Väst/Riks
- HLR-utbildning för alla funktionärer – via RF Sisu
- Brandutbildning för alla funktionärer

Marknad, Försäljning & Kommunikation

- 2024 – Ett jubileumsår, då föreningen firar 35 år samt Citygymmet fyller 10 år, vilket kommer att uppmärksammas på olika sätt och vid olika tillfällen under året
- Vi fortsätter det påbörjade arbetet med att synliggöra bredden i vårt träningsutbud och våra USP:ar, tex > 100 ledarledda pass/vecka m m. Vi nyttjar det av Riks framtagna gemensamma kommunikationsmaterialet för att stärka varumärket
- Fortsatt fokus på sociala medier som kostnadseffektiv kommunikationskanal
- Riktade utskick till medlemmar (ca 8 per år) samt ökat fokus på icke aktiva och även tidigare medlemmar
- Event som Friskis Gymcontainer på gymnasiet; Pop Up är en perfekt kommunikationsbärare och intresseväckare både för elever men också lokal media som tidningar, radio och faktiskt också SVT - detta planeras återigen under 2024
- Nya digitala skärmar planeras att sättas upp på båda anläggningarna för att kunna visa både rörlig och fast kommunikation samtidigt i olika bildfält
- Försäljningskampanjer rullas under hela året, starkast fokus på terminsuppstarterna vår och höst samt jubileumsaktiviteter
- Under sommarmånaderna juni – augusti jobbar vi med synlighet och inspiration och lyfter därmed varumärket Friskis Kungsbacka via gratis utejympa i centrala Kungsbacka 2 ggr/vecka

Projekt

- Pop-Up på gymnasiet – vi har anmält intresse till Riks att medverka i detta projekt med gymcontainern även under 2024, vilket gymnasium är inte klart ännu
- Friskis på jobbet – vi kommer till er – i det lilla formatet
- Friskis och laget
- Friskis Go
- Friskis Locations – enhetligt utseende i inredning och färgsättning, start under 2024
- Veteran-VM i friidrott i Göteborg augusti 2024 – lokala aktiviteter kopplat till detta

Samarbeten

- Fortsätta erbjuda skräddarsydda träningslösningar för företag, föreningar och organisationer
- Utveckla samarbetet med Region Väst – föreningar i samarbete för att jobba effektivare och smartare tillsammans
- Utveckla nya samarbeten med andra leverantörer under olika event och temadagar
- Fortsatt samarbete med RF Sisu – Halland; lär-grupper, föreläsningar och kurser







Nyinvesteringar

- Beacons – system för digital inpassering via mobilen
- Utbyte av belysning och armaturer på Kabelgatan
- Uppfräschning av duschar och omklädningsrum på Kabelgatan
- Grindsystem för inpassage på Kabelgatan

Organisationsutveckling

- Omstart för gruppleadmöten
- Uppföljning av Vårdorganisationen

Framtid - utveckling enligt Strategi 2025

- Jobba smartare tillsammans
- Öka medlemsvärdet med hjälp av det digitala
- Förenkla köp, sälj och hantering av medlemskap digitalt (t ex ny gemensam externwebb)

Budget 2024

2024

Försäljning 12 815 000
Medlemsavgifter 742 500

Summa intäkter 13 557 500

Lokal & övr ext. 9 258 007
Personal & Funk. 4 008 900

Summa omkostn. 13 266 907

Räntor & revision 30 000

Summa 30 000

Resultat före avsk. 260 593
Ack. avskrivningar 95 930

Resultat 164 663

Budget 2023 jmfr

Försäljning 14 322 750
Medlemsavgifter 885 000

Summa intäkter 15 207 750

Lokal & övr ext. 10 541 465
Personal & Funk. 4 361 600

Summa kostnader 14 903 065

Räntor & revision 30 000

Summa 30 000

Resultat före avsk. 274 685
Ack.avskrivningar 152 442

Resultat 122 243

Utfall 2023

(12 316 020)
(754 800)

(13 070 820)

(10 736 207)
(3 651 776)

(14 387 983)

(36 008)

(36 008)

(-1 353 170)
(152 440)

(-1 505 611)





Friskis&Sveltis Kungsbacka
Kabelgatan 8 • 434 37 Kungsbacka
friskissveltis.se/kungsbacka