



friskis

Verksamhetsplan 2026-2028

Friskis&Svettis Västerås

Vår idé och ändamål

Vår idé

Vi erbjuder träning för alla och den ska vara lustfylld, lättillgänglig och av hög kvalitet.

Vårt ändamål

Vi vill få så många som möjligt att träna och uppleva rörelseglädje.





Vår värdegrund

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

Medlemmarna är Friskis

Medlemmen är den självklara **huvudpersonen** i Friskis – alla medlemmar kan göra sin röst hörd och allt överskott går tillbaka till våra medlemmar.

Friskis handlar om att ständigt sänka tröskeln och erbjuda riktigt bra träning för de många – så fler ska känna att **”Friskis är för mig”**.



Engagemanget

Navet i Friskisrörelsen är det **ideella engagemanget!**

I princip all vår träning hålls av ideellt engagerade ledare och tränare. På våra träningsställen finns värdar som välkomnar och guidar medlemmen, skapar skön stämning och får verksamheten att snurra.

Varje person som är engagerad i Friskis bidrar till utvecklingen av vår rörelse.




Friskis gemensamma Strategi 2028

- visar riktningen i F&S Västerås verksamhetsplan 2026-2028

- **Omvärlden** snurrar fort med otrygghet, krig, svajig ekonomi och hälsoutmaningar
- Friskis har också **utmaningar** – vissa föreningar växer – vissa föreningar kämpar för överlevnad
- Vi behöver bli mer **effektiva** och **jobba smartare** tillsammans inom Friskisrörelsen
- Vi behöver **frigöra tid** till att arbeta med det som Friskis faktiskt handlar om
- Friskis ska **växa** – få fler att känna att "Friskis är för mig" – tillsammans mot 750 000 medlemmar
- Nu växlar Friskis upp **tillsammans** inom två utvalda områden 1) **Fortsätta lagbygget** & 2) **Växa ännu starkare**
- Parallellt fortsätter vi i Västerås med att förstärka och förädla **träningen**, **ideella engagemanget** och **medarbetarskapet**

Medlemmen är den självklara huvudpersonen i Friskis. Idag utgör över en halv miljon människor Friskis genom sina medlemskap. Vi är stora men långt ifrån klara. Vi har enats om att vi behöver bli mer effektiva och jobba smartare tillsammans. För vi vet att det frigör tid till det som Friskis faktiskt handlar om – att ständigt sänka tröskeln och erbjuda riktigt bra träning för de många. Så fler ska känna att Friskis är för mig.



 NMI (Nöjd Medlem Index) bland medlemmar överstiger 85%, vilket visar att medlemmarna i hög grad upplever nöjdhets, lojalitet och förtroende och bekräftar att vi förverkligar vår idé och skapar medlemsnytta.

Mäts i medlemsundersökning i föreningarna.

3 FÖRSTÄRKA & FÖRÄDLA TRÄNINGEN

A TRÄNINGEN

B IDEELLA ENGAGEMANGET

C MEDARBETARSKAPET

Allt lyfts in i den här strategin. Det betyder inte att vi slagit oss till ro, tvärtom. Ta sådant som vår träning, vår utbildning och vårt sätt att engagera och möta människor. Det är något vi ständigt förstärker och förädlar och det ska vi fortsätta med.

1 FORTSÄTTA LAGBYGGET

Friskis föreningar har varierade styrkor och utmaningar. För att kunna göra de förflyttningar som krävs behöver vi fler gemensamma arbetssätt, dra nytta av vår storlek och inte dubbeljobba i onödan.

A ORGANISATION

B EKONOMI

C DIGITALISERING

STRÄVANSMÅL:

Vi har stärkt Friskis föreningar och är en tung aktör i både träningsbranschen och idrottsverige. Vi är mer effektiva, hållbara och kraftfulla.

Med smarta gemensamma arbetssätt och stabila ekonomier skapar vi större medlemsnytta, ökad affärsmässighet och framtidspotential.

FRISKIS IDÉ OCH VÄRDEDELNINGAR

TRÄNING JUST FÖR DIG
- TILLSAMMANS MOT
750 000



2028

2 VÄXA ÄNNU STARKARE

Med över en halv miljon medlemmar är Friskis en betydelsefull folkhälsoaktör. Vi bidrar varje dag till social hållbarhet genom fler och roligare träningsupplevelser. Men trots att det ligger i vårt ändamål att alltid vilja växa har vi en splittrad utveckling inom Friskis.

- A BEFINTLIGA OCH NYA MEDLEMMAR
- B LOKALER, MÄRKET OCH ATTRAKTIVITET
- C FRISKIS OCH SAMHÄLLET

STRÄVANSMÅL:

Vi växer starkare än vi gjort under de senaste tio åren. Vår träning och idé når fler människor, nya målgrupper och medlemmarna stannar längre.

Vi finns på fler platser, digitalt och lokalt – och fler känner: "Friskis är för mig".



FRISKIS ÄNDAMÅL: FÅ SÅ MÅNGA SOM MÖJLIGT ATT TRÄNA OCH UPPLEVA RÖRELSGLEADTJE



Verksamhetsplan 2026 – 2028

Friskis&Svettis Västerås

Aktiviteter inom respektive område

- revideras årligen

Område 1 – Fortsätta lagbygget*

Vad	Hur	När	Uppföljning

- A. Vidareutveckla
- B. Öppna
- C. Inställning

Område 2 – Växa ännu starkare*

Vad	Hur	När	Uppföljning

- A. Utveckla och utvärdera
- B. Utvärdera och utvärdera
- C. Utvärdera och utvärdera

Område 3 – Förstärka och förädla

Vad	Hur	När	Uppföljning

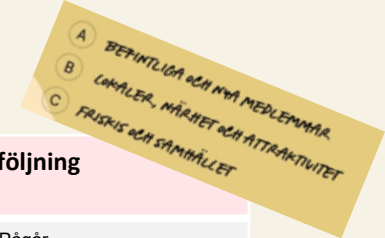
- A. TRÄNINGEN
- B. BOKSÄLLA ENKÄRNINGEN
- C. MEDVÄRDESTRÄNINGEN

Område 1 – Fortsätta lagbygget*



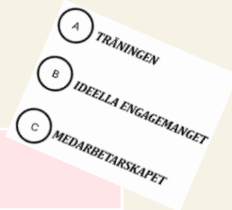
Vad	Hur	När	Uppföljning
Vi vill öka effektiviteten, minska sårbarheten och stärka kompetensen i verksamheten – arbeta smartare för att frigöra tid till vår kärnverksamhet (A)	<ol style="list-style-type: none"> 1) Genomlysning av verksamheten och organisationsstrukturen för att identifiera möjligheter till förbättring och utveckling. 2) Ta fram en långsiktig åtgärds- och tidplan utifrån genomlysningen samt hämta input från F&S Riks arbete inom organisationsutveckling. 3) Utforska samarbetsformer med andra Friskisföreningar. 	<ol style="list-style-type: none"> 1) 2026 2) 2026/2027 3) 2026/2027 	<ol style="list-style-type: none"> 1) Pågår 2) - 3) -
Vi vill vidareutveckla föreningens ekonomistyrning och förståelse om olika finansiella lösningar för att skapa ytterligare förutsättningar för en stabilt växande ekonomi (B)	<ol style="list-style-type: none"> 1) Påbörja implementeringen av F&S gemensamma analysverktyg och definierade nyckeltal för uppföljning och styrning av verksamheten samt benchmarking med andra föreningar. 2) Delta i utbildningar i ekonomistyrning och finansiering anordnade av F&S Riks. 3) Utforska hur andra Friskisföreningar arbetar med olika finansiella lösningar. 4) Fastställ föreningens måltal och säkerställ en strukturerad uppföljning. 	<ol style="list-style-type: none"> 1) 2026/2027 2) Löpande 3) 2027 4) 2026 	<ol style="list-style-type: none"> 1) - 2) - 3) - 4) Pågår
Vi vill stärka föreningens ekonomi långsiktigt genom externa samarbeten och försäljning utöver träningskort (B)	<ol style="list-style-type: none"> 1) Översyn av sortiment, pris och varuplacering i Friskisshopen på anläggningarna. Se över hur sortimentet kan utökas för att möta medlemmars behov/önskemål. 2) Ta fram anpassat upplägg för "Friskis för företag" och testa med ett par företag. 3) Genomföra aktiviteter för ökad lokaluthyrning till skolor, föreningar och företag. 4) Genomföra aktiviteter för ökad uthyrning av konferenslokal. 5) Påbörja samverkan med lokala företag och föreningar för att publicera innehåll på de digitala skärmarna. 6) Utforska hur andra föreningar arbetar med externa samarbeten som input till vår aktivitetsplan. 7) Utforska förutsättningarna för fler sponsorsamarbeten, ex lokaler, aktiviteter. 	<ol style="list-style-type: none"> 1) 2026 2) 2026 3) Löpande 4) Löpande 5) 2026 6) Löpande 7) 2027 	<ol style="list-style-type: none"> 1) Pågår 2) Pågår 3) - 4) - 5) - 6) Pågår 7) -
Vi vill nyttja Friskis gemensamma digitala system för att förenkla för våra medlemmar och för oss som förening (C)	<ol style="list-style-type: none"> 1) Löpande implementera digitala lösningar och system utvecklade av F&S Riks. 2) Säkerställ att Speakap används som primär plattform för internkommunikation för funktionärer och medarbetare. 3) Utred förutsättningar för att förenkla den digitala inpasseringen på anläggningarna. 	<ol style="list-style-type: none"> 1) Löpande 2) Löpande 3) 2026 	<ol style="list-style-type: none"> 1) Pågår 2) Pågår 3) Pågår

Område 2 – Växa ännu starkare*



Vad	Hur	När	Uppföljning
Vi vill växa genom att erbjuda inspirerande träningsupplevelser och moderna, välutrustade samt strategiskt placerade träningsanläggningar som möter medlemmarnas behov och förväntningar inom träning (A+B)	<ol style="list-style-type: none"> 1) Etablering av "City 2.0" med öppning hösten 2026 (<i>separat projektplan</i>) 2) Avveckling av befintliga Cityanläggningen (<i>separat projektplan</i>) 3) Kartlägga behoven på befintliga träningsanläggningar - ta fram förnyelseplan för att uppdatera träningsutrustning, teknik och lokaler för den kommande 3-års perioden. 4) Analysera och bedöm potentiella etableringsmöjligheter i Västerås och angränsande orter samt utarbeta en långsiktig etableringsplan. 5) Säkerställ efterlevnad av Friskis visuella identitet, ex i lokaler, skyltar, kläder etc 6) Utred förutsättningar för att förbättra inommiljön i anläggningen på Klockartorpet. 	<ol style="list-style-type: none"> 1) 2026 2) 2026 3) 2026 4) 2027 5) 2026 6) 2026 	<ol style="list-style-type: none"> 1) Pågår 2) Pågår 3) Pågår 4) Pågår 5) - 6) Pågår
Vi vill bygga lojalitet genom att erbjuda träningsupplevelser som får medlemmar att stanna längre, träna hållbart och känna att "Friskis är för mig" (A)	<ol style="list-style-type: none"> 1) Genomföra Medlemsundersökning vartannat år 2) Analysera resultaten från undersökningen tillsammans med träningsdata för att få en fördjupad förståelse för medlemmarnas behov, önskemål och prioriteringar. Analysen ska utgöra underlag för den årliga revideringen av verksamhetsplanen. 3) Utforska nya och kreativa sätt för dialog och för att få in fler idéer och synpunkter från medlemmarna så att vi tillsammans kan forma föreningens långsiktiga utveckling. 4) Genomföra aktiviteter för ökad lojalitet, ex välkomstbrev, träningspepp, inspiration, föreläsningar, event, tävlingar, erbjudanden mm. 5) Genomföra kommunikationsinsatser till medlemmarna med fokus på att lyfta "föreningskänslan". 6) Kartlägg förutsättningar för ökad närvaro av medarbetare och/eller ideella funktionärer på träningsanläggningarna. 	<ol style="list-style-type: none"> 1) 2026 & 2028 2) 2026/2027 3) 2026/2027 4) Löpande 5) 2026/2027 6) Löpande 	<ol style="list-style-type: none"> 1) - 2) - 3) - 4) Pågår 5) Pågår 6) Pågår
Vi vill växa genom att göra nytta för fler målgrupper och på fler platser (C)	<ol style="list-style-type: none"> 1) Kartlägg potentiella lokala aktörer (kommun, region, föreningar och företag) samt möjlig extern finansiering som kan bidra till att nå nya målgrupper. Ta även tillvara insikter från F&S riks arbete inom området. 2) Aktiviteter för att genomföra fler pass på annan plats än våra på anläggningar 	<ol style="list-style-type: none"> 1) 2027 2) Löpande 	<ol style="list-style-type: none"> 1) - 2) Pågår
Vi vill vara det självklara valet för befintliga och nya medlemmar genom ett förstklassigt bemötande och värdskap (A)	<ol style="list-style-type: none"> 1) Utforma en långsiktig aktivitetsplan som stärker och vidareutvecklar vår medlemservice. 	<ol style="list-style-type: none"> 1) 2026 	<ol style="list-style-type: none"> 1) -

Område 3 – Förstärka och förädla



Vad	Hur	När	Uppföljning
Vi vill erbjuda lustfylld, lättillgänglig träning av hög kvalitet för alla. Träningen kan ske inomhus, utomhus och digitalt året om och skapar gemenskap, energi och glädje.	<ol style="list-style-type: none"> 1) Ta fram plan för införandet av nya träningsformer 2026, ex Pilates, Power. 2) Kartlägga hur träningsutbudet kan utökas på träningsanläggningarna – prioriterat Finnslätten och Klockartorpet. 3) Analysera befintligt utbud utifrån beläggning och träningsstrender – vid behov även avsluta/flytta träningsformer. 4) Rekramera nya funktionärer – prioriterat att attrahera yngre kandidater – erbjuda vidareutbildning för befintliga funktionärer. 	<ol style="list-style-type: none"> 1) 2026 2) 2026 3) Löpande 4) Löpande 	<ol style="list-style-type: none"> 1) Pågår 2) Pågår 3) - 4) Pågår
Vi vill att varje funktionär ska känna sig involverad och betydelsefull. Genom att erbjuda möjlighet till utveckling och en stark gemensam kultur skapar vi engagemang som växer över tid. Tillsammans bygger vi en förening där varje individ får möjlighet att bidra, växa och känna stolthet (B)	<ol style="list-style-type: none"> 1) Genomföra Funktionärsundersökning vartannat år – input till aktiviteter till årliga revideringen av verksamhetsplanen. 2) Hålla funktionärerna kontinuerligt informerade via ex kommunikationsplattformen Speakap. 3) Genomföra gemensamma funktionärsträffar, inriktning 2 ggr per år. 4) Genomföra träffar i respektive funktionärsgrupp utifrån gruppernas behov och önskemål. 5) Förstärk arbetssättet avseende introduktion av nya funktionärer. 6) Genomför översyn av vårt arbete med "Funktionärsresan" – från attrahera till schyssta avslut. 7) Genomföra aktiviteter för att lyfta och skapa förståelse hos våra medlemmar för det ideella engagemanget, ex presentation av ledare, tränare, värdar. 	<ol style="list-style-type: none"> 1) 2026 & 2028 2) Löpande 3) 2026-2028 4) Löpande 5) 2026 6) 2026/2027 7) Löpande 	<ol style="list-style-type: none"> 1) - 2) Pågår 3) Pågår 4) Pågår 5) Pågår 6) - 7) -
Vi vill att varje medarbetare ska känna sig värdefull och stolt över att vara en del av organisationen. Alla tar ansvar och bidrar till våra mål. Tillsammans skapar vi en kultur av respekt, dialog och gemenskap där alla får möjlighet att växa genom feedback och utveckling.	<ol style="list-style-type: none"> 1) Genomföra Medarbetarundersökning vartannat år – input till aktiviteter till årliga revideringen av verksamhetsplanen. 2) Genomför personalaktiviteter, inriktning 2 ggr per år. 3) Genomför aktiviteter för ökad sammanhållning i medarbetarteamet. 4) Säkerställ en väl fungerande internkommunikation, ex via Speakap. 5) Uppdatera föreningens personalpolicy för ökad tydlighet om vad som förväntas inom verksamheten. 	<ol style="list-style-type: none"> 1) 2027 2) 2026-2028 3) 2026/2027 4) 2026 5) 2026/2027 	<ol style="list-style-type: none"> 1) - 2) Pågår 3) - 4) Pågår 5) -



Tillsammans mot 2028