

Motion 1

Från: annmari jonsson

Skickat: den 20 januari 2026 10:26

Till: Styrelsen <styrelsen@gbg.friskissvettis.se>

Ämne: Motion För allas trivsel

Hej!

Önskar att Friskis trivselregler sätts upp på synliga ytor på våra anläggningar.

Varför?

Trivselregler finns på hemsidan men tror att de flesta inte aktivt letar fram dessa.

Personligen har jag aldrig letat upp reglerna förrän nyligen (varit medlem i Friskis sedan slutet av -80 talet).

- Anläggningarna är allas ansvar och blir upprörd då jag dagligen ser vuxna som passerar gränsen för ytterskor. Lata vuxna som inte orkar ta skorna i handen för att undvika att grus dras in och hamnar på golv och bland dyra maskiner.
- Vuxna som tränar barfota.
- Vuxna som belamrar gym ytor med stora bagar istället för att låsa in sina väskor.

Det borde vara enkelt och billigt att sätta upp trivselregler synligt nära inlogg för allas trivsel.

Vänlig hälsning Annmari Jonsson

Motion 1, styrelsens svar

Motion om att anslå Friskis trivselregler vid incheckningsdatorerna

Motionären påtalar att föreningens trivselregler inte efterlevs av alla och borde synliggöras bättre på våra anläggningar.

Friskis vill vara en inbjudande, trivsamt plats för alla utan alltför många pekpinor och anslag med förbud. Samtidigt håller vi med om att en väl placerad påminnelse om våra trivselregler kan bidra till bättre ordning och trivsel. Styrelsen ger verksamheten i uppdrag att se över hur vi kan kommunicera våra trivselregler på ett bättre sätt på våra anläggningar.

Styrelsen föreslår därmed att motionen ska anses vara besvarad.

Motion 2

Datum: 2026-01-27

Motion om att ändra i Normalstadgar för idrottsföreningen

Friskis&Svettis Göteborg

Enligt stadgarna så lyder paragraf 5.2 enligt följande:

5.2 Rösträtt samt yttrande- och förslagsrätt på årsmötet

Medlem, som, senast tolv veckor innan årsmötet, betalat medlemsavgift och fyller lägst 15

år under innevarande år har rösträtt på mötet. Rösträtten är personlig. Även hedersmedlem

har rösträtt på årsmötet. Medlem som inte har rösträtt har dock rätt att yttra sig om årsmötet så beslutar.

Förslag till stämman att besluta om ny formulering:

5.2 Rösträtt samt yttrande- och förslagsrätt på årsmötet

Medlem, som:

- senast tolv veckor innan årsmötet betalat medlemsavgift och ej varit medlem året innan

- eller har betalt medlemsavgift innan mötet och som var medlem året innan

Dessutom fyller lägst 15 år under innevarande år har rösträtt på mötet. Rösträtten är personlig. Även hedersmedlem har rösträtt på årsmötet. Medlem som inte har rösträtt har dock rätt att yttra sig om årsmötet så beslutar.

Ändringsförslag:

En medlem som varit medlem under föregående år och har betalt medlemsavgiften innan

årsmötet startar har rösträtt på mötet.

Med vänlig hälsning

Thomas Gårdelöv

Motion 2, styrelsens svar

I motionen föreslås en ändring av paragraf 5.2 i föreningens stadgar, så att den som varit medlem året innan ska kunna få rösträtt på årsmötet så länge medlemsavgiften är betald innan mötet startar. Syftet är att göra det enklare för fler att vara med och påverka.

Friskis&Svettis Göteborg följer de normalstadgar som gäller för samtliga Friskis&Svettis-föreningar. De i sin tur utgår från Riksidrottsförbundets stadgemall för idrottsföreningar. För att erhålla rösträtt måste enligt dessa normalstadgar medlemsavgiften vara betald senast tolv veckor före årsmötet. Att som motionären föreslår införa mer generösa rösträttsregler för Friskis&Svettis Göteborg är inte möjligt då samtliga föreningar är skyldiga att följa den av Riks beslutade normalstadgan.

Vi delar motionärens ambition att fler medlemmar ska känna till sin rätt att delta och påverka. Styrelsen kommer därför att tydligare informera om medlemskap, rösträtt och tidsgränser inför årsmötet, till exempel i samband med kortköp och i digitala kanaler. På så sätt kan vi både värna en trygg och stabil föreningsdemokrati och samtidigt uppmuntra fler att engagera sig.

Styrelsens förslag till beslut:

Att årsmötet avslår motionen

Att årsmötet ger styrelsen i uppdrag att tydligt informera om medlemskap, rösträtt och tidsgränser inför årsmötet.

Motion 3

1 feb. 2026 kl. 12:54 skrev Helena Larsdotter

Byt till parfymfri tvål på anläggningarnas toaletter

På vissa anläggningar finns skyltar som ber medlemmarna vara sparsamma med att använda parfymerade produkter. Det kan upplevas som lite ironiskt med tanke på att tvålen på anläggningarna är parfymerad. Lukten av tvålen är så stark att den sitter kvar efter flera tvättar med oparfymerad tvål. Personer med överkänslighet mot parfym måste alltså ta med egen tvål när de går på toaletten.

Ur miljösynpunkt är produkter utan onödiga ingredienser att föredra. Parfym är en onödig ingrediens.

En sökning på internet visar att det inte är någon prisskillnad mellan oparfymerad och parfymerad tvål av samma märke.

Mitt förslag är att Friskis fasar ut parfymerad tvål och därefter tillhandahåller oparfymerad tvål på våra anläggningar.

Göteborg 26-02-01

Helena Larsdotter

Motion 3, styrelsens svar

Motion om att tillhandahålla parfymfri tvål på anläggningarna

Motionären påtalar att personer med överkänslighet mot parfym inte kan använda tvålen på toaletter med parfymerad tvål.

Friskis vill vara en plats för alla och vill inte sätta upp onödiga hinder. Vi har sedan tidigare haft parfymfri tvål på hälften av våra anläggningar. Vi fasar nu ut tvål med parfym på övriga anläggningar och vid inköp framöver köper vi enbart in tvål utan parfym.

Styrelsen föreslår att motionen ska anses vara besvarad.

Motion 4

Göteborg 2026-02-08

Hylla för tvål, schampo mm i damernas duschrum i Frölundaanläggningen

2018 började jag träna på Friskis & Svettis anläggning i Frölunda. Trivs bra där men saknade en hylla i damernas duschrum för att ställa ifrån sig tvål, schampo mm på under tiden som man torkar sig eller är inne i bastun så att man slipper använda golvet för detta. Pratade med de som står i receptionen vid ett par tillfällen och de sa att de skulle framföra önskemålet men inget hände. Det gick några år våren 2023 skickade jag mitt förslag via mail till Friskis. Har sedan haft kontakt till och från och frågat hur mitt önskemål ligger till i prioriteringen. Fått svar att önskemålet finns med på listan men inget besked om när hyllorna kan vara på plats. Efter en sådan kontakt kom det upp en ca 12 cm lång hylla på en sida av dörren. Jag beskrev då att det behövs en hylla på var sida om dörren till duschrummet och de behöver båda vara betydligt längre än så :) ca 2 m + 1 m.

Hyllorna skulle säkert vara uppskattade och användas av fler än mig och bidra till en bra helhetsupplevelse till en ganska ringa kostnad. Jag har full förståelse för att föreningen behöver göra prioriteringar och önskar att detta önskemål ska prioriteras inom en ganska snar framtid, kanske redan under år 2026.

Vänliga hälsningar

Helen Svenstam

Motion 4, styrelsens svar

Motion om fler hyllor i damernas duschrum i Friskis Frölunda

Motionären påtalar behovet att sätta upp fler hyllor där man kan ställa av sig tvål, schampo mm i samband med tex bastubad.

Styrelsen förstår behovet att kunna ställa ifrån sig tex tvålen och ger verksamheten i uppdrag att se över om plats finns för fler hyllor i damernas duschrum.

Styrelsen föreslår att motionen ska anses vara besvarad.

Motion 5

Från: Solveig Henriksson

Skickat: den 9 februari 2026 19:54

Till: Styrelsen <styrelsen@gbg.friskissvettis.se>

Ämne:

Motion till möte 260422

Sommaren 2018 är jag helt säker på, och 2017 eller 2019 minns inte vilket av de åren fanns något som hette sommarbonus från 1 juni till 31 augusti. Det innebär att vi som medlem i Gbg föreningen kunde träna på vårt Gbg medlemskap i bla Kungälv avd utan extra kostnad.

Detta var mycket bra, vi gäster fick träna i mån av plats. Det hände aldrig att passen blev fyllda så det fungerade utomordentligt bra.

Nu önskar jag att denna förmån o samarbete återupptas igen.

Med vänlig hälsning

Solveig Henriksson

Motion 5, styrelsens svar

Motion om att återuppta Sommarbonus

Styrelsen delar uppfattningen att sommarträningen ska vara tillgänglig och inspirerande för många. Samtidigt har de tidigare lokala överenskommelserna ersatts av ett gemensamt nationellt erbjudande som gäller i hela Friskis & Svettis-rörelsen.

Inför sommaren 2026 finns **Sommarkort Sverige**, som gäller mellan den **1 juni och 31 augusti**. Kortet kan köpas från och med den **1 maj** och ger möjligheten att träna på alla Friskisföreningar i landet under denna period.

Styrelsen föreslår att motionen ska anses vara besvarad.

Motion 6

Från: Lennart Blom

Skickat: den 13 februari 2026 14:56

Till: Styrelsen <styrelsen@gbg.friskissvettis.se>

Ämne: Motion till årsmötet: F&S Gårda halkskydd i dusch

Hej!

Golvet i herrarnas duschavdelning är belagt med stenmaterial.

Detta blir ofta mycket halt av vatten och tvålrester.

Sedan oktober har det, då jag varit där, inträffat minst tre tillfällen då personer har halkat och ett tillfälle då en person halkade och föll.

Det finns halk-mattor på delar av golvet men med allt för liten täckning.

Problemet har meddelats till personalen i receptionen vid minst 5 tillfällen sedan oktober 2025, men ingen förbättring har skett. Det är bara en tidsfråga till att någon ramlar och får alvarliga skador. Speciellt är risken stor då Seniorklubben besöker anläggningen. Är förhållandet på damavdelningen den samma?

Fler halkmattor önskas.

Vänliga Hälsningar

Lennart Blom

Motion 6, styrelsens svar

Motion om fler halkmattor i herrarnas duschrum på Friskis Gårda

Motionären påtalar behovet av fler halkmattor i herrarnas duschrum på Friskis Gårda. Detta för att undvika halkolyckor.

Styrelsen förstår behovet av halkskydd i framförallt duschutrymmena. Verksamheten har redan installerat nya halkmattor i både herrarnas och damernas duschrum på Friskis Gårda, i syfte att minska risken för halkolyckor.

Styrelsen föreslår att motionen ska anses vara besvarad.

Motion 7

Från: Lennart Blom

Skickat: den 13 februari 2026 14:40

Till: Styrelsen <styrelsen@gbg.friskissvettis.se>

Ämne: Motion till årsmötet: Utrustning F&S Gårda

Hej!

Jämfört med andra Friskislokaler i Göteborg är utrustningen i Gårda-anläggningen sliten och omodern.

Vissa maskiner kärvar och vajrar ser slitna ut. Hoppas inte det sker någon olycka.

Vi i "Gubbmaffian" önskar oss en uppgradering.

Vänliga Hälsningar

Lennart Blom

Motion 7, styrelsens svar

Motion om uppgradering av gymutrustningen på Friskis Gårda

Friskis Göteborg arbetar löpande med underhåll av gymutrustningen på alla våra anläggningar. Det som varit trasigt eller utgjort en tydlig säkerhetsrisk på Gårda har setts över och åtgärdats. Samtidigt planerar vi våra investeringar i ny utrustning utifrån både behov och ekonomi, och vi ser fortlöpande över vad som är möjligt att prioritera in i vår budget framåt.

Styrelsen föreslår att motionen ska anses vara besvarad.

Motion 8

Från: Jens Wergeland

Skickat: den 21 februari 2026 14:23

Till: Styrelsen <styrelsen@gbg.friskissvettis.se>

Ämne: Motion till årsmöte med en stadgeförändring med syfte att skydda föreningen bättre

Hej,

Jag är mån om Friskis & Svettis Göteborg (F&S) och vill att vi skall stärka energin, engagemanget samtidigt som jag anser att vi behöver säkra arbetsro och skydda vår förening ännu bättre. Därför skriver jag den här motionen inför årsmötet 2026.

Nuläge - risk att F&S skadas

Det förekommer ibland tumultartade och kapade medlemsmöten och/eller negativa stadgeändringar i föreningar och andra medlemsorganisationer. Ofta tfa att antalet aktiva/engagerade medlemmar är få och betydligt färre än det totala antalet medlemmar, vilket kan öppna upp för sk kupper. Det har hänt i F&S för några år sedan (flygskamsfrågor som drevs igenom lite kuppstat) och vi har bevittnat andra exempel (kriminellas försök till kapning av ett kommunalt politiskt parti i en kommun) där årsmöten kapas, styrelser byts bryskt ut och förändring tvingas fram utan något konstruktivt alternativ eller ännu värre en egen ofta tveksam agenda; det blir sällan bra. Ett skräckscenari är att några försöker kapa en förening av ekonomiska intressen, vilket är fullt möjligt.

För att skydda en förening och för att skapa stabilitet finns olika vanligt förekommande verktyg, som även F&S har i sina stadgar. Exempelvis möjligheten att utesluta illojala medlemmar (§2.4) och enligt §5.2 måste medlemmar ha varit medlem i minst 12 veckor innan årsmöte för att ha rösträtt.

För att ytterligare minska risken för skada på vår fina förening föreslår jag att skall krävas mer för att genomföra stadgeändringar. Det skulle göra föreningens tillvaro stabilare och tryggare och även skydda våra ekonomiska tillgångar, utan att stoppa förändring på något vis. Jag har följande förslag till ändringar av F&S stadgarna.

Förslag - förstärker skyddet för F&S genom en skärpning av en § i stadgarna

Nuvarande skrivelse

§1.10 För att ändra i dessa stadgar krävs beslut av årsmöte. Beslutet skall stödjas av minst 2/3 av antalet angivna röster. Stadgarna kan revideras om ändringar eller tillägg föreslås stämmer överens med Normalstadgar för idrottsföreningen Friskis&Svettis Riks och som inte kräver att Normalstadgarna först revideras genom Friskis&Svettis Riks Årsstämma.

Förslag på ny skrivelse

§1.10 För att ändra i dessa stadgar krävs beslut av årsmöte. Beslutet skall stödjas av minst 3/4 majoritet av antalet angivna röster eller med enkel majoritet på två på varandra följande ordinarie årsmöten. Stadgarna kan endast revideras om ändringar eller tillägg som föreslås stämmer överens med Normalstadgar för idrottsföreningen Friskis&Svettis Riks och som inte kräver att Normalstadgarna först revideras genom Friskis&Svettis Riks Årsstämma.

Jag har som företagsledare och styrelsemedlem i olika styrelser drivit på förändring och utveckling i 35 år. Det är viktigt med utveckling men bara om det sker under kontrollerade och konstruktiva former så att det leder till något bättre. Den här motionen syftar att säkerställa just det samtidigt som den skapar arbetsro och skyddar våra medlemmars tillgångar.

I konstruktiv anda,

Jens Wergeland

Stolt medlem i F&S sedan 20+ år (och var medlem i Stockholm redan 1986).

f d Ordförande i valberedningen och tidigare ledare för skivstångintervall under 14 år.

Motion 8, styrelsens svar

Vi håller med motionären om vikten av en trygg, stabil och långsiktig process i samband med stadgeändringar så att förhastade och ogenomtänkta beslut kan undvikas samtidigt som föreningsdemokratin värnas. Friskis&Svettis Göteborg är liksom övriga föreningar i landet skyldig att följa *Normalstadgar för idrottsföreningen Friskis&Svettis Riks*. Genom att det krävs $\frac{2}{3}$ majoritet vid stadgeändring och att medlemsavgiften betalats minst tolv veckor före årsmötet krävs en större stabilitet än vid övriga beslut av årsmötet. Göteborgsföreningen kan således inte fatta beslut som står i strid med normalstadgar som beslutats av Riks årsmöte.

Givetvis kan Friskis&Svettis Göteborg lämna in en motion till Riks årsmöte om ändring av normalstadgar i den riktning som motionären föreslår om det blir årsmötet beslut.

Styrelsens förslag till beslut

Att årsmötet **avslår motionen**.

Motion 9

Från: Katarina Engberg

Skickat: den 24 februari 2026 10:54

Till: Styrelsen <styrelsen@gbg.friskissvettis.se>

Ämne: Motion - angående upphäva beslut om förbud för flygresor på Riksnivå

Motion - angående upphäva beslut om förbud för flygresor på Riksnivå

I föreningens stadgar framgår det tydligt att vår förening Friskis & Svettis (F&S) är och ska vara en opolitisk organisation, vilket i sig borde leda 100% till att vi inte tar politiskt vinklade beslut.

Det bör därav vara medlemmen själv som tar beslut om man vill flyga eller inte av olika skäl, inte föreningens.

Sedan några år tillbaka samlades medlemmar i en lokalförening med syfte att motionera om flygförbud, och det förslaget bifölls därefter av riks-stämman.

De exempelvis uppskattade och etablerade F&S träningsresor till Portugal fick stoppas.

Denna motion handlar om ett önskemål att upphäva flygförbudet för att följa stadgarna, samt att göra det fritt att återigen starta träningsresor med flyg.

Jag önskar att F&S Göteborg ska driva frågan att upphäva flygförbudet på Riks nivå, att F&S Göteborgs årsmöte uppdrar åt föreningens styrelse att driva frågan, dvs att skriva en motion i ämnet till kommande Riks årsstämma om att upphäva föreningens flygförbud

Med vänlig hälsning

Katarina Engberg

Medlem i Gbg Friskis&Svettis med min huvudanläggning Eriksberg.

Motion 9, styrelsens svar

Motion om att driva frågan om upphävande av flygförbud på Riksnivå

Motionären tar upp en fråga som väckt stort engagemang och många diskussioner inom hela Friskisrörelsen och vi styrelsen delar uppfattningen att beslut som fattats vid en tid ska kunna tas upp och utredas på nytt om förutsättningar ändrats eller om våra medlemmar önskar det

Friskis & Svettis Göteborg delar också uppfattningen om att varje medlem och inte föreningen ska fatta beslut om hur man vill resa. Samtidigt är vi angelägna om att alltid ta vårt ansvar för att värna om miljön.

Mot denna bakgrund föreslår styrelsen att Friskis Göteborg ska bidra till dialogen inom Friskis & Sveltis Riks genom att lyfta frågan igen om träningsresor med flyg på Riks nivå och beroende på utfall där ta ställning till en eventuell motion till Riks årsstämma 2027.

Styrelsen föreslår således att motionen bifalles vad gäller att driva frågan om flygförbud på träningsresor med Riks kansli och styrelse.

Samtidigt föreslår vi avslag för yttrandet att en motion SKA skrivas till Riks årsstämma 2027. Istället förslås att styrelsen får uppdraget att ta ställning till om och hur frågan ska drivas vidare beroende på utfallet i kontakterna med Riks.

Motion 10

Från: Katarina Engberg

Skickat: den 24 februari 2026 11:06

Till: Styrelsen <styrelsen@gbg.friskissvettis.se>

Ämne: Motion om införande av web möten med röstningsfunktion för årsmöten

Till föreningsstämman/årsmötet Friskis&Svettis Göteborg

Jag föreslår att föreningen beslutar att möjliggöra genomförandet av årsmöten via webbmötesplattform med integrerad röstningsfunktion, antingen som helt digitalt möte eller som hybridmöte (kombination av fysiskt och digitalt deltagande).

Bakgrund

Föreningens årsmöte är det viktigaste demokratiska forumet där medlemmarna ges möjlighet att påverka verksamheten, fatta beslut och välja styrelse. För att säkerställa en modern, inkluderande och framtidssäkrad mötesform bör föreningen anpassa sina rutiner till dagens tekniska möjligheter.

Syfte och fördelar

1. Ökad tillgänglighet

Webbmöten gör det möjligt för fler medlemmar att delta oavsett geografisk placering, arbetstider, familjesituation eller eventuella funktionsvariationer. Medlemmar som annars inte har möjlighet att närvara fysiskt kan enkelt ansluta digitalt.

2. Ökat deltagande och engagemang

Genom att sänka tröskeln för deltagande kan fler medlemmar närvara och utöva sin rösträtt. Detta stärker föreningsdemokratien och ökar transparensen i beslutsfattandet.

3. Säker och effektiv röstning

Digitala mötesplattformar med inbyggd röstningsfunktion möjliggör tydlig, spårbar och rättssäker rösthantering. Detta effektiviserar mötesprocessen och minskar risken för felräkningar.

4. Beredskap för framtida kriser

Erfarenheter från tidigare pandemier har visat vikten av att kunna genomföra formella möten utan fysisk samling. Genom att införa digital mötesmöjlighet säkerställer föreningen kontinuitet i sin verksamhet även vid eventuella framtida pandemier eller andra samhällsstörningar.

Förslag till beslut

1. Att föreningen ska möjliggöra genomförandet av årsmöten via webbmötesplattform med röstningsfunktion.
2. Att styrelsen får i uppdrag att utreda och upphandla lämplig teknisk lösning.

3. Att stadgarna vid behov uppdateras för att tillåta digitala och/eller hybrida årsmöten.

Genom detta föreslagna beslut tar föreningen ett viktigt steg mot ökad tillgänglighet, stärkt medlemsinflytande och framtidssäker verksamhet.

Med vänlig hälsning

Katarina Engberg, med huvudanläggning Eriksberg

Motion 10, styrelsens svar

Styrelsens svar på motionen som får anses yrka att stadgeändring genomförs för att möjliggöra digitala stämmor.

Friskis & Svettis Riks har tidigare fattat beslut; Årsstämmor inom rörelsen ska hållas fysiskt.

Styrelsen gör samma bedömning och anser att den fysiska årsstämman fyller en viktig funktion för Friskis & Svettis Göteborg. Att träffas på plats skapar bättre möjligheter att utbyta erfarenheter, diskutera frågor på djupet och stärka den gemenskap som är kärnan i vår förening

Det ska även tilläggas att för så kallade Hybridstämmor, dels med fysisk närvaro på bestämd plats och dels med närvaro på distans, kan hållas utan stadgeändring.

Härtill kommer att digitala stämmor med tusentals medlemmar som Friskis & Svettis Göteborg kräver ett mycket omfattande arbete för att säkerställa identifiering av röstberättigade medlemmar.

Med ovan redovisad bakgrund föreslår styrelsen att motionen avslås.

Motion 11

Från: Henrik Esborn

Skickat: den 9 mars 2026 17:53

Till: Styrelsen <styrelsen@gbg.friskissvettis.se>

Ämne: Motion till Styrelsen ang. Familjegympa på ÅBY

Hej

Tycker ni skulle testa att ha familjegympa på Åby.

Förslagsvis på helgen.

Anläggningen är inte speciellt utnyttjad på lördag / söndag eftermiddagar,

Då får vi en ny generation som växer in med lite framförhållning.

Med Vänlig hälsning

Möln dal 9 mars 2026

Henrik Esborn

Motion 11, styrelsens svar

Motion om Familjegympa Åby

Styrelsen förstår och ser vikten av att erbjuda barnträning som till exempel Familjegympa på fler anläggningar.

Vi ser ständigt över vårt utbud och var vi erbjuder våra olika pass. Rekrytering av fler ledare är prioriterat, men det är svårt att hitta ledare till just barn- och helgträning. Vi arbetar ständigt och kraftfullt med att finna flera ledare. Styrelsen vill uppmuntra både motionären och andra som gillar träning att själva bli ledare för att på så vis öka möjligheten att utveckla vår barnträning. Vi erbjuder en gedigen utbildning och hälsar er mycket välkomna.

Styrelsen föreslår att motionen ska anses vara besvarad.

Motion 12

Från: Anna Ekenberg

Skickat: den 9 mars 2026 19:20

Till: Styrelsen <styrelsen@gbg.friskissvettis.se>

Ämne: Torslanda Friskis seniorpass saknar ledare

Hej. Jag vill motionera gällande att det behövs fler softgympa pass för seniorer i Torslanda. Minst ett tillfälle per dag. Känns diskriminerande med så litet utbud för seniorerna. De två pass per vecka som finns blir fullbokade direkt. Förslag: höj lönen för ledarna så finns det helt säkert många fler aspiranter till ledarskap. I alla år har det skyllst på att ingen vill vara ledare. Ge folk normalt betalt för ledarskapet! Vi betalar ju er. Vilket utbud får vi? Många med mig klagar på detta i Torslanda.

// Anna Ekenberg

Motion 12, styrelsens svar

Motion om Softjympa varje dag i Torslanda

Styrelsen har förståelse för att softjympapassen snabbt blir fullbokade i Torslanda och ser att det finns ett stort behov av fler träningspass av den här typen på dagtid. Verksamheten arbetar kontinuerligt med att rekrytera fler ledare, men det är i dagsläget mycket svårt att hitta personer som kan hålla pass just på dagtid.

Att höja ledararvodet är tyvärr inte ett alternativ, eftersom vår verksamhet i grunden bygger på ideellt engagemang där drivkraften är att bidra till folkhälsan.

I samband med denna motion vill styrelsen även passa på att uppmuntra motionären – och andra som uppskattar träningen i Torslanda – att överväga att själva bli ledare. Genom fler engagerade ledare kan vi tillsammans skapa förutsättningar för ett utökat utbud av pass.

Styrelsen ser mycket positivt på möjligheten att engagera fler ledare i verksamheten. Vi kommer därför att arbeta aktivt för att skapa de bästa förutsättningarna för ett ökat ledarengagemang, och vi avser att följa utvecklingen i denna fråga noggrant framöver.

Styrelsen föreslår att motionen anses vara besvarad.

Motion 13

Från: Marisa Sales

Skickat: den 10 mars 2026 08:21

Till: Styrelsen <styrelsen@gbg.friskissvettis.se>

Ämne: Motion/ modernisering

Hej

Har varit motionär på Friskis sedan ni startade i Göteborg. Alltså över 40 år.

Går numera endast på Västra Hamngatan. Den anläggningen har fastnat. Den är hopplöst omodern om man jämför med våra konkurrenter.

Att stå på löpbanden eller crosstrainings maskiner kan få den starkaste att bryta ihop. Har man tur kan man hamna framför ett fönster. Annars stirrar man in i en målad vägg. Hur tänker ni där? Det är nästan mer psykisk träning än fysisk. Varför har ni inga TV skärmar. Ingen jätte kostnad. Lite underhållning framförallt där. Att försöka titta i sin telefon är inte lätt när man springer.

När jag nu ändå skickar in en synpunkt så en uppdatering av gymmaskiner hade inte heller skadat på denna anläggning. Många maskiner är så slitna och ständigt söndriga

Motion 13, styrelsens svar

Styrelsens svar på motion om uppdatering av anläggningen på Västra Hamngatan

Tack för din motion och ditt trogna engagemang i Friskis & Svettis Göteborg! Styrelsen delar din uppfattning om att miljön där vi tränar har stor betydelse och att anläggningen på Västra Hamngatan behöver uppdateras. Vi utreder just nu på vilket sätt en sådan uppdatering kan göras inom ramen för ekonomiska resurser och lokalens specifika förutsättningar. Ambitionen och målet är en modernare och mer inspirerad träningsmiljö.

Med hänvisning till det pågående arbetet anser styrelsen att motionen är besvarad.

Motion 14

Från: Marie Edepil

Skickat: den 13 mars 2026 13:54

Till: Styrelsen <styrelsen@gbg.friskissvettis.se>

Ämne: Motion till Årsmötet

Hej

Jag har en önskan/förslag att ytterligare en träningscykel införskaffas till gymmet.

Det finns bara en bra cykel att cykla ordentligt på. Två "stolcyklar" och en gammal skraltig finns också, men min uppfattning är att den bästa är oftast upptagen.

Byt ut den "skraltiga" mot en sådan bra cykel som det finns endast en av!

Tack för ordet.

Hälsning

Marie Edepil

Det gäller på Gårda, Södra Gubberogatan.

Motion 14, styrelsens svar

Den cykel som upplevdes som skraltig har redan åtgärdats, och vi ser samtidigt över de övriga cyklarna för att säkerställa att de fungerar bra och ger en god träningsupplevelse.

Styrelsen föreslår att motionen ska anses vara besvarad.

Motion 15

Göteborg den 14/3-2026

Friskis&Svettis Göteborg Årsmöte 2026

Motion

Höjning av klassarvode till instruktörer

Jag heter Johan Hansén, Spinninginstruktör 71 år gammal, och jag har varit trogen Friskis länge och jag har nu klasser i Spinning Soft på VH fredagar kl. 09.20 och 10.30(då trycket är så stort).

På årsmötet 2025 höjdes årsavgiften från 100 kr till 180 kr. Jag har tagit redan på att arvodet för oss instruktörer har varit 100 kr/klass sedan 30 år bakåt. Vi instruktörer är också drabbade av föreningens ekonomi i form av gammal utrustning etc. För några år sedan försvann några spinninginstruktörer till en annan Fitnesskedja. Ett sätt att behålla våra instruktörer och även rekrytera nya är att höja klassarvodet från 100 kr till 150 kr.

Vänligen

Johan Hansén, 19550311-3614

Elin Lindström Claessen

Motion 15, styrelsens svar

Styrelsen delar helt bilden av de värdefulla insatser som görs och hur viktiga våra instruktörer är för vår förening. Vi är också medvetna om att arvodet till instruktörer varit detsamma under många år, då vi inte haft möjlighet att höja arvodet.

Från i år har medlemsavgiften till Friskis Göteborg höjts till 180 kr/år och i samband med detta vill vi prioritera en justering av arvoden till våra instruktörer och föreslår i enlighet med motionärerna en höjning från 100 till 150 kr per klass.

Med detta förslag anser styrelsen att motionen är besvarad.

Motion 16

Från: Charlie Boskovic

Skickat: den 14 mars 2026 12:07

Till: Styrelsen <styrelsen@gbg.friskissvettis.se>

Ämne: Motion: Utökade bastutider på anläggningen

Motion: Utökade bastutider på anläggningen

Beskriv nuläget och problemet/behovet

Bastun är idag endast på under bemannade tider. Samtidigt har gymmet öppet mellan 04.30 och 23.00 varje dag. Det innebär att många medlemmar som tränar tidigt på morgonen eller senare på kvällen inte har möjlighet att använda bastun i samband med sitt träningspass.

Bastun är för många en viktig del av träningsupplevelsen och återhämtningen efter träning. I samtal med andra medlemmar har vi personligen pratat med minst 40 betalande medlemmar som uttryckt missnöje över de begränsade bastutiderna.

När bastun stängs av utanför bemannade tider upplevs det därför som att en uppskattad del av anläggningen inte går att använda trots att lokalen i övrigt är öppen.

Beskriv ditt förslag till lösning och dina argument för förslaget

Vi föreslår att bastun hålls öppen även under obemannade öppettider, alternativt att bastutiderna utökas betydligt.

Argument för detta:

- **Andra gym och badhus har bastu utan ständig personalnärvaro**, vilket visar att det går att lösa på ett säkert sätt.
- **Tekniska lösningar finns redan**, till exempel timers, temperaturbegränsning, automatisk avstängning eller fjärrövervakning.
- **Brandsäkerhet kan hanteras tekniskt**, exempelvis genom att bastun automatiskt stängs av efter en viss tid eller om ingen rörelse registreras.
- **Det skulle öka medlemsnyttan** utan att kräva stora förändringar i verksamheten.
- Eftersom gymmet redan är öppet och används av medlemmar under dessa tider skulle bastun kunna vara tillgänglig på samma sätt.

Bastun är en relativt liten del av anläggningen men bidrar mycket till upplevelsen av träningen och till medlemsnöjdheten.

Kostnadsförslag

Om brandsäkerhet är orsaken till begränsningen kan tekniska lösningar som timerstyrning eller automatisk avstängning installeras. Sådana system används redan i många bastuanläggningar och innebär normalt en engångskostnad men inga större löpande kostnader.

/ Kim Kronberg; Charlie Boskovic

Gäller Majorna

Motion 16, styrelsens svar

Svar på motion: Utökade bastutider på anläggningen

Tack för motionen och för att ni lyfter en fråga som engagerar många medlemmar! Bastun är för många en uppskattad del av träningsupplevelsen och ett viktigt inslag i återhämtningen efter passen.

Styrelsen förstår önskemålet om att kunna använda bastun även under obemannade tider. Samtidigt behöver vi beakta både säkerhet och ekonomi innan en förändring kan genomföras. Därför kommer styrelsen att se över möjligheterna till utökade bastutider och utreda de tekniska och praktiska förutsättningarna för att kunna erbjuda en trygg och hållbar lösning.

Mot bakgrund av detta anser styrelsen att motionen är besvarad

Motion 17

Från: Pål Sveningson

Skickat: den 16 mars 2026 08:10

Till: Styrelsen <styrelsen@gbg.friskissvettis.se>

Ämne: Motion: Renovering av Friskis&Svettis Majorna

Vi lämnar härmed in följande motion:

För två år sedan lade Pål Sveningson en motion om att utrusta Friskis & Svettis anläggning Majorna (hädanefter kallad Majorna) med nya spinningcyklar. En motion som tyvärr inte fick gehör hos den dåvarande styrelsen. Istället bemöttes den med information om löpande underhåll. Två år har nu gått utan att något har hänt i frågan. Det som däremot har hänt är att utrustningen på Majorna har slitits ytterligare. Det gäller såväl gym-utrustning som utrustning för klasser och lokaler.

Några konkreta exempel är:

- Böjda stänger för skivstångspass
- Vikter som är så slitna att de inte sitter ordentligt på skivstängerna
- Hål i mattan på flera ställen i stora salen
- Maskiner i gymmet som inte fått det underhåll de behöver och därför fungerar med varierande kvalitet
- Rostiga och mycket slitna spinningcyklar som med jämna mellanrum är trasiga eller fungerar sämre under spinningpass

Det är beklämmande att se hur man slår sig för bröstet med nya fina anläggningar och renoveringar runt om i staden, samtidigt som Majorna får stå kvar och fortsätta förfalla. Det är inte rimligt att vi som är medlemmar och besökare där skall vara med och bekosta satsningar på andra anläggningar medan vår egen successivt försämras.

Vi har varit i kontakt med Toomas Tartu, som informerat om att situationen till stor del handlar om budgetprioriteringar, men även uppmuntrat mig att skriva denna motion.

Då det givetvis är kostsamt att genomföra alla åtgärder samtidigt, och för att undvika att nödvändiga förbättringar skjuts på framtiden med hänvisning till budgetskäl, föreslår jag därför en stegvis genomförandeplan.

Med detta som bakgrund föreslår vi att årsmötet beslutar att:

- **Det under verksamhetsåret 2026** köps nya spinningcyklar och ny utrustning för skivstångspass in, samt att en total renovering av stora salen genomförs.
- **Det under verksamhetsåret 2027** genomförs ett större underhåll av gymutrustningen samt en totalrenovering av övriga ytor.

Huvud-motionär:

Pål Sveningson

Med-motionärer:

Agnes Christensen

Felicia Christensen

Helena Arvold

Motion 17, styrelsens svar

Styrelsen är väl medveten om att vissa delar av utrustningen på Majorna har ett stort behov av förnyelse. Vi kommer därför att se över både utrustning och lokaler, och även för en dialog med fastighetsägaren om fastighetens skick och framtida underhållsbehov.

En översyn planeras under året och vi kommer att återkoppla till medlemmarna när utredningen och förhandlingarna är färdiga.

Med ovan angivet som grund anser styrelsen att motionen är besvarad.

Motion 18

Motion angående ordning och tillgänglighet på gymmet i Mölnlycke

Vi tränar regelbundet på flera av Friskis & Svettis anläggningar. Vår närmaste anläggning är Mölnlycke, där vi också genomför en stor del av träningen. Under en längre tid har vi upplevt återkommande problem med tillgängligheten till ytor och träningsredskap på gymmet där. Mölnlycke skiljer i detta avseende ut sig från övriga friskis-anläggningar vi använder. Det är dessutom en anläggning som i sina nuvarande lokaler har minimalt med plats och oftast bara en maskin/redskap av varje slag. Problemet är främst att många ungdomar tränar i större grupper, ofta tre till fem personer tillsammans. Det leder till att flera personer samlas kring samma maskin under lång tid. Upplägget är ofta att en person gör några repetitioner medan övriga väntar, sedan blir samma person ofta sittande vid maskinen och använder sin mobiltelefon under setvila, medan övriga i gänget väntar. Därefter upprepas tills alla i gruppen har tränat. Detta gör att maskiner blockeras under längre tid än vad som normalt krävs för träning och vila, vilket gör det svårt för andra medlemmar att komma åt utrustningen. Det är inte heller ovanligt med flera minuters tittande på skärmen samtidigt som maskinen blockeras. Utöver detta förekommer det regelbundet ett stökigt beteende i lokalen och omklädningsrum, såsom spring, högljudd lek och spill av exempelvis energidryck som inte torkas upp. Inte sällan sker träningen i "vanliga" kläder och utomhus skor som tas med in. Detta skapar en miljö som upplevas störande för oss som vill genomföra ett fokuserat träningspass. Ett ytterligare problem är att det förekommer mycket unga personer (cirka 13 år) som tränar själva utan målsmans sällskap. Träningen får en mer social karaktär, vilket i sig är positivt, men det kan också bidra till att utrustningen blockeras under längre tid och deras mognad är inte lämplig för sådan träning. Sammantaget leder detta till att träningen för oss andra försvåras och tar orimligt lång tid. Vi har vid upprepade tillfällen pratat med personalen på anläggningen, och vår uppfattning är att de känner igen problembilden men att det saknas tydliga verktyg eller riktlinjer för hur situationen ska hanteras. De är dessutom ofta ung personal vilket gör att det kan bli svårt att konfrontera grupper som är i nästan samma ålder. Vi vill därför föreslå att föreningen ser över situationen och överväger åtgärder som kan bidra till en bättre träningsmiljö för alla medlemmar och personal.

Förslag till beslut:

Att föreningen:

1. Genomför medlemsenkät årligen i syfte att förstå medlemmars upplevelser och behov vid respektive anläggning. Resultatet bör ligga till grund för hur anläggningen anpassas och utvecklas och redovisas på hemsidan och vid årsmöten.
2. Tar fram och tydliggör gemensamma regler för gymträning, exempelvis kring hur länge man bör uppta en maskin och hur utrustning kan delas mellan medlemmarså att kö minimeras.

3. Tydliggör ordningsregler kring beteende i gymmet och omklädningsrum, exempelvis gällande spring, nedskräpning och allmänt uppträdande i träningslokalen såväl som duschar och toaletter.
4. Ser över om det behövs särskilda riktlinjer eller introduktion för yngre medlemmar som tränar i gymmet.
5. Överväger ökad närvaro av personal eller seniora värdar under tider då gymmet ofta är hårt belastat.
6. Att styrelsen får i uppdrag att se över situationen kring ordning och tillgänglighet specifikt i gymmet i Mölnlycke och vid behov ta fram åtgärder som förbättrar träningsmiljön på den anläggningen. Därefter återrapportera vilka åtgärder som planeras eller har genomförts. Syftet med motionen är att bidra till en trivsamt, säker och tillgänglig träningsmiljö där alla medlemmar – oavsett ålder och träningsvana – kan genomföra sin träning på ett bra sätt. Som situationen är idag, och har varit under 2025, upplevs det ibland mer vara ett fritids än en träningslokal.

Mölnlycke – 2026-03-17

Vinton Landelius

Lena Landelius

Henrik Börjesson

Motion 18, styrelsens svar

Tack för er motion och för ert stora engagemang för Friskis Mölnlycke. Vi uppskattar verkligen att ni så tydligt beskriver hur ni upplever träningsmiljön och kommer med konkreta förslag på förbättringar.

Styrelsen tar de frågor ni lyfter på stort allvar. Vi ser ett behov av att se över ordning, tillgänglighet och bemötande i gymmet, särskilt kopplat till åldersgränser, träningsregler och förväntat uppträdande i våra lokaler. Föreningen har sedan tidigare trivsel- och medlemsregler, men vi ser att dessa kan behöva förtydligas och göras mer synliga för både medlemmar och personal.

Styrelsen kommer därför att utreda frågan vidare och ta fram förslag på tydliga regler och riktlinjer för träning, ordning och uppförande i gymmet och omklädningsrum, inklusive för yngre medlemmar. I detta arbete ingår även att se över behovet av närvaro av personal eller värdar under mer belastade tider samt att särskilt analysera situationen i Mölnlycke. När utredningen är klar kommer vi att återkoppla vilka åtgärder som planeras eller genomförs.

Mot bakgrund av detta anser styrelsen att motionen är besvarad.