



Agenda: Styremøte i Friskis&Svettis Oppegård
23.09.2025. kl 18.15
Sted: Rosenholm Campus.

	Funksjon	Tilstede	Referat	Referent
Kari Clausen	Styreleder	x		
Arild Amundsen	Nestleder	x		
Birgitte Christoffersen	Kasserer/ Styremedlem	x		
Knut Aksel Sæthre	Styremedlem	x		
Mona Hørtun	Varamedlem	x		x
Charlotte Nord Larsen	Lederansvarlige	x		
Marita Aarskog	Vertsansvarlig	x		
Ida Westergaard	Sekretariatsleder	x		

Saksliste	
1. Økonomi og medlemsutvikling. Kort Status 2. Status fra Solon nye lokaler 3. Inspirasjonstour. Hvor melder vi oss på ? 4. Status ny video og kampanjer 5. Førstehjelpskurs? Forespørsel fra Ski 6. Kontrollkomiteen ønsker møte med oss. Når? 7. Status nye ledere og timeplan høsten 2025 8. Annet?	
1. Økonomi og medlemsutvikling. Kort Status 231 medlemmer pr august Vi har 5 timer i uka på Rosenholm. Får ikke mandagstimene til vektstang likevel. Skal ha møte med Espen, men virker ikke som vi kan få mandagene med det det første.	
2. Status fra Solon nye lokaler Solon følte møtet var positivt, selv om kommunen ikke gir noen lovnader. Solon jobber for å få til noe for oss.	
3. Inspirasjonstour - hvor melder vi oss på? Melder oss på i Fredrikstad 8. november. Ida sender mail til funksjonærene med bindende påmelding.	
4. Status ny video og kampanjer Video Har opptak fra Jympa og Spinning, og trenger opptak fra Vektstang. Vi må rapportere tilbake til de fikk penger av. Marita har snakket med nye lederen på Kvalifiseringssenteret og håper vi får ja til å ha filmen gående der. Markedsføring/kampanjer	

• Arild sjekker ut muligheten til å annonsere/markedsføre oss på Hudd. • Vaffeltirsdag på Rosenholm er siste tirsdag hver måned. Der kan vi ha «stand» med tilbud til ansatte. • Gi Oslo-medlemmene som trener på KFUM et godt tilbud om de vil trene hos oss i tillegg (f.eks. 100 kr. pr måned). Ida sjekker hvilke muligheter nye systemet har.	
5. Førstehjelpskurs? Forespørsel fra Ski Venter til neste høst med førstehjelpskurs.	
6. Kontrollkomiteen ønsker møte med oss. Når? Inviterer kontrollkomiteen til neste styremøte, i tillegg ønsker de et eget møte om økonomi.	
7. Status nye ledere og timeplan høsten 2025 Charlotte og Mona ambulerer på lørdager. Vekstang Intervall på onsdager legges ned inntil videre.	
8. Annet Meldeminfo. ang.nye BRP-appen: Påmelding til timene på mandag, må skje samme dag i nye appen. Neste møtedatoer for styret: 21. oktober 25. november	