



VERKSAMHETSPLAN
& BUDGET
2026



Friskis för just dig – Tillsammans mot 750 000 Strategi 2026 – 2028



Medlemmen är den självklara huvudpersonen i Friskis och idag är vi över en halv miljon tillsammans. I Friskis Nynäshamn är vi 2302 medlemmar, 7,5% av Nynäshamns invånare. Vi är stora, men långt ifrån klara. Fler ska få känna att "Friskis är för mig".

När denna treåriga strategi skrivs har vi tre år kvar till Friskis 50-årsdag. I snart ett halvt sekel har vi löpande utvecklat både utbud och organisation med en bredd som gör att fler börjar och fortsätter träna. I Friskis Nynäshamn har vi utvecklats sedan 1993 och firar vår 35-årsdag under 2028.

Nu lägger vi i en extra växel och zoomar in på två utvalda områden där saker behöver hända. Nu startar tre år av gemensam kraft och kreativitet för att växa och bli starkare tillsammans. Bara så vi kan uppfylla vårt ändamål, att få fler att uppleva rörelseglädje. Gemensamt i hela Friskis spänner vi bågen mot en framtid där friskis samlar 750 000 medlemmar. I Friskis Nynäshamn har vi ambitionen att växa med minst 6% i årlig medlemsökning.

Under varje område finns ett antal punkter för att nå våra mål. Dessa kan vi dela upp under tre år och ha olika fokusområden för varje år framåt.



Sjöfågeln AB ägs till 100% av Friskis&Svettis Nynäshamn.
Bolaget verkar i Friskis&Svettis namn och anda och erbjuder i första hand Friskis&Svettis-träning, som innebär lustfylld och lättillgänglig träning av hög kvalitet för alla.
Verksamheten är förlagd till Träningsverkstan där bolaget även hyr ut lokaler till andra aktiviteter inom träning och friskvård.



Övergripande mål 2026



Fortsätta lagbygget
Växa ännu starkare
Fler i rörelse

Mål 2026



Vi ska fortsätta utvecklas och arbeta tillsammans
Stabil ekonomi och skapa eget kapital
Vi fortsätter bygga vår digitala grundplatta

Vi vill få fler att träna med oss
Vi ska lyfta vår träningslokal
Möta fler målgrupper via samarbeten



AKTIVITETER 2026

- **Fortsätta lagbygget**

Vi ska stärka Friskis och vara en stark aktör i både träningsbranschen och idrottsverige.



Organisation

Friskis framtid ligger i våra gemensamma händer, hos varje förening – stor som liten. Vi har ett ansvar för att värna om vår interna kultur och våra demokratiska processer. Vi ska fortsätta utvecklas och arbeta tillsammans med övriga Friskis föreningar och Riks.

Ekonomi

Det ekonomiska läget skiljer sig åt inom Friskis. Vi i Nynäshamn har en ekonomisk självständighet och därför behöver vi arbeta med att stärka vår ekonomiska kompetens, strategisk planering och uppföljning. Vi behöver också bygga eget kapital för att få kraft att investera och fortsätta utveckla verksamheten. Vi behöver förstärka samarbeten, söka bidrag och öka försäljningen både gällande kort, uthyrning och via Friskis-shopen. Vi behöver nå en ekonomisk stabilitet för att kunna expandera och utveckla verksamheten.

Digitalisering

Friskis Riks har arbetat hårt med att skapa gemensamma arbetssätt och har tagit stora kliv för att förenkla för både föreningen och medlemmarna. Vi fortsätter bygga vår digitala grundplatta vilket kräver kunskap, samordning och kompromisser.

AKTIVITETER 2026

- **Växa ännu starkare**

Med över en halv miljon medlemmar är Friskis en betydelsefull folkhälsoaktör. Vi bidrar varje dag till social hållbarhet och vårt ändamål är att vilja växa.



Befintliga och nya medlemmar

För att växa behöver vi stärka relationen både till befintliga medlemmar och Friskis ideellt engagerade. Vi vill få fler att träna med oss och vi vet att Friskis medlemmar vill träna mer än de gör idag. Vi vill skapa hållbara träningsrutiner samt möta deras längtan och behov. För att få nya medlemmar behöver vi även se vilka som saknas och löpande arbeta aktivt för att fler ska välja just oss.

Lokaler, närhet och attraktivitet

För att vara ett valbart alternativ behöver Friskis finnas nära. Vi behöver då växa och utveckla lokalerna vi finns i. Det kräver mod, kunskap och initiativkraft. Vi ska lyfta vår träningslokal så att den känns uppdaterad och inspirerande och löpande utveckla träningen så att vi erbjuder rätt sak på rätt plats för rätt målgrupp.

Friskis i samhället

Behovet av närhet behöver också mötas genom att erbjuda Friskis träning i nya miljöer. Med lokala samarbeten, samarbete med kommunen, andra aktörer, föreningar och företag möter vi fler målgrupper.

BUDGET 2026

SJÖFÅGELN AB



INTÄKTER	6 349 000 kr
FÖRSÄLJNING TRÄNINGSKORT	5 724 000 kr
ÖVRIGA INTÄKTER	625 000 kr

VERKSAMHETENS KOSTNADER	- 5 658 000 kr
LOKALKOSTNADER	-3 737 000 kr
PERSONALKOSTNADER	-1 881 000 kr
ÖVRIGA KOSTNADER	-40 000 kr

RESULTAT	378 000 kr
-----------------	-------------------

BUDGET 2026

FRISKIS&SVETTIS IF



INTÄKTER	540 000 kr
MEDLEMSAVGIFTER	540 000 kr
VERKSAMHETENS KOSTNADER	- 416 000 kr
FÖRENINGSKOSTNADER	- 416 000 kr
<hr/>	
RESULTAT	124 000 kr