

**Protokoll styremøte i Friskis&Svettis Tønsberg**  
**Tirsdag 10. mars 2026 kl. 17.00-20.00. Færder VGS**

**Til stede:** Per Morten Hansen, Rebekka Gudem, Terje Nundal, Jørn Reiersgård, Trine Tenvik og Inger Merete Dokken.

Ikke til stede: Anne Grethe Helgesen

17.26 Godkjenning av møteinnkalling og dagsorden

- Godkjent

18.26 Årsplan

- Gikk igjennom april – konstituerende styremøte 7. april og funksjonærmøte 21. april.  
I etterkant av styremøtet ble funksjonærmøtet flyttet til 14. april.

19.26 Statusrunde ansvarsområder

- Styreleder
  - Har forhandlet om og signert intensjonsavtale med Færder Vgs.
  - Har gitt innspill til skolens beredskapsplan i forbindelse med trening/bruk av idrettsbygget på kveldstid.
  - Har skrevet årsberetningen og forslaget om endret styresammensetning som skal legges frem på årsmøtet.
  - Har hatt dialog med valgkomiteen om endring på innstillingen på en av kandidatene.
  - Jobber sammen med Trine om søknaden til Sparebankstiftelsen.
- Nestleder- og økonomiansvarlig
  - Oppdatert budsjett 2026. Regnskapet pr. februar er nærmest identisk med budsjettet.  
Inntekter: Kr. 43.461  
Utgifter: Kr. 70.615  
Driftsresultat: Kr. -27.154
  - Pr. februar er det 293 medlemmer mot 307 i samme periode i 2025. Håper og tror at vi får enda flere medlemmer tilbake når det kommer flere timer på timeplanen.
- Kommunikasjon/Markedsføring
  - Det er avviklet 1 event i sal og 1 event spinning blir gjennomført om kort tid.

- Fått på plass påsketimeplanen.
  - Gjennomført diverse innkjøp til Yoga.
  - Samarbeider med styreleder om ny søknad til Sparebankstiftelsen. Har også fått linker til andre stiftelser det kan søkes om penger fra.
  - Er i kontakt med Martine i Friskis Norge angående utfordringer med innlogging på Instagram.
  - Motiv på reklameplakater må bestemmes.
  - Har hatt god dialog med treningsledere i forkant av eventer.
  - Legger ut ca. 3 innlegg i uka på sosiale medier – får en del nye følgere.
  - Video er bedre enn tekst, og video med tekst er det beste til å markedsføre.
  - Facebook er enn så lenge den beste plattformen for å markedsføre oss, da ca. 69% av alle fra 18 år som bruker sosiale medier er her daglig.
  - Reklamere for SpinningMix som kommer.
  - Friskis er lagt inn i Friskus, som er et nettsted man kan finne aktiviteter.
  - Timeplanen, noe redusert, skal gjennomføres både dagene før påske, eksamensdagene i mai (hvor vi er ute) og i romjulen.
- Leder- og utdanningsansvarlig
    - I denne rekrutteringsperioden har det vært kontakt med 11 personer foreslått av funksjonærer. 9 har takket nei og 2 har inngått kontrakt. Har foreløpig ikke fått tak i nye ledere til Spinning.
    - De 2 nye skal starte treningsutdannelsen og gå Ettan i april. En av de skal ta Jympakurs sammen med en annen ny leder, og den andre har ikke bestemt seg helt ennå.
    - En tidligere treningsleder som starter opp igjen med Jympa har utsatt sin oppstart til rett før påske. Hun ønsker å ta Yogautdanning og er meldt på i juni. Situasjonen er noe endret, og kursbudsjettet vil bli brukt opp på alle nye. Styret må derfor vurdere hva de ser som best.

Vedtak: Styret besluttet at denne lederen ikke skal ta Yogautdanning pr.d.d, men fortsette med sin Jympatime. Dette er også grunnet økonomien. Vi har allerede en treningsleder som har Yogatime, og vi sender også en treningsleder Spinning på utdanning Pilates. Denne treningslederen ønsker å fortsette med spinning og sette opp time med Pilates i tillegg. Vi dekker derfor behovet for denne type trening for medlemmene våre.

- Hva gjøres med medlemmer som går over til en funksjonærrolle og/eller andre type frivillige roller som har betalt for årskort eller kjøpe månedskort med binding?

Vedtak: Styret fremmer et forslag til årsmøtet om å kunne gi refusjon for resterende på årskort og stanse automatisk trekk på månedskort med binding, måneden etter de har fullført Ettan og/eller tiltrett en annen frivillig rolle hos oss.

- Vertsansvarlig
  - Det har vært litt utfordrende å skaffe verter til påsketrening, men det er nå på plass.
  - 1 vert på Spinning onsdag før påske ønsker helst ikke denne vekten, og håper noen andre tar over, men stiller hvis ingen andre stiller opp.
  - Oppdatert dokumenter til overtagelse av neste vertsansvarlig i styret.

#### 20.26 Styreansvarlige, grupper og utvalg

- Det er satt opp mandat for arbeidsgruppene Materialforvaltningsgruppa og Oppfølgingsgruppa.
- Det jobbes videre med mandat for de 3 andre gruppene Arrangementsgruppa, Rekrutteringsgruppa og Bilde- og videograppa.

#### 21.26 Innkommen post

- Fra Friskis Norge – vi har fått ettertildelt post 3 midler for 2025 på kr. 5.125.
- Ingen andre spesielle mailer som trenger styrebehandling.

#### 22.26 Saker til oppfølging

- Speakap/Idrettens Office
  - Ikke fått testet ut Speakap ennå, men skal komme igang.
- BRP
  - Har vært noen produktive oppfølgingsmøter.
  - Det er fortsatt noen "voksesmerter" i backoffice.
  - Må enes i styret om hvilke rapporter som skal hentes ut og presenteres på styremøtene.

- Hjemmeside
  - Styreleder har fått tilgang med egen innlogging.
  - Skal opprettes tilgang til Marked – og kommunikasjon v/Trine også.
  
- Budsjett 2026
  - Gått igjennom forslaget som fremlegges på årsmøtet. Budsjettet viser er lite overskudd på kr. 1.000
  
- Fordeling av arbeidsoppgaver i styret fra 1. april.
  - Styret jobber videre med dette og vil fordeles etter det nye styret er valgt av årsmøtet.
  
- Årsmøtet 2026
  - Gått igjennom alle dokumenter.
  - Gjort noen små endringer.
  - Administrasjonen har fått tillatelse til kosmetiske endringer i alle dokumenter før disse og saksliste legges ut på hjemmesiden onsdag 18. mars.


23.26

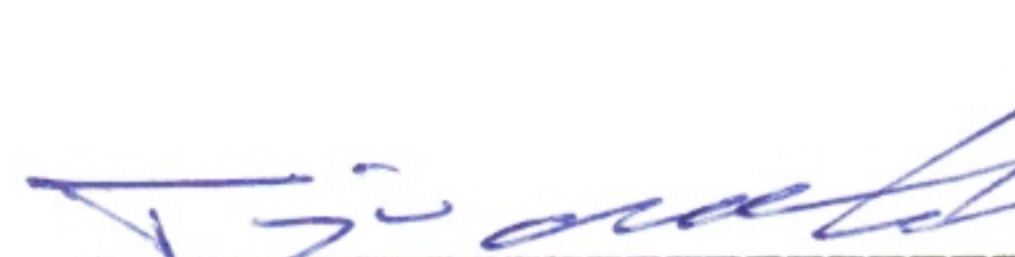
Eventuelt


- Ingen saker

Neste styremøte – 07. april.

Tønsberg 10.03.2026

  
 \_\_\_\_\_  
 Per Morten Hansen

  
 \_\_\_\_\_  
 Terje Nundal

  
 \_\_\_\_\_  
 Rebekka Gudem

  
 \_\_\_\_\_  
 Jørn Reiersgård

  
 \_\_\_\_\_  
 Trine Tenvik

  
 \_\_\_\_\_  
 Inger Merete Dokken