

# IF Friskis&Svettis Östersund

## Verksamhetsplan 2026 mot 2028

När vi formar föreningens verksamhet lutar vi oss mot:

- Friskis&Svettis ändamål, verksamhetsidé, värderingsområden och vision.
- Friskis&Svettis resultatmål mot 2029
- Friskis&Svettis Riks strategi 2026-2028
- Friskis&Svettis Östersunds 8 verksamhetsområden

### Friskis på Friskis vis

I tider av förändring är det avgörande att vi står trygga i vilka vi är. Om vi utvecklar Friskis med avstamp i vårt ändamål har vi alla möjligheter att möta de utmaningar vi står inför. Beslut behöver fattas och vägval göras utifrån vår värdegrund. **Vår idé om lustfylld och lättillgänglig träning av hög kvalitet för alla** är precis lika relevant idag som när Friskis startade. Vår vilja att vara för alla förpliktigar och kräver att vi löpande synar vem som faktiskt känner sig hemma.

**Vårt ändamål - att få så många som möjligt att träna och uppleva rörelseglädje** innebär att Friskis alltid behövs och vill växa. Fler behöver få möjlighet till riktigt bra träning och en schysst mötesplats.

**Våra värderingsområden ligger till grund för all vår träning och allt vi gör.**

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

Friskis&Svettis vision lyder "**människor ler när de tänker på träning**".

Vår förening erbjuder varje dag, året runt, träning på våra tre anläggningar. Tusentals träningstillfällen varje vecka där våra ideella funktionärer möter upp i receptionen, leder träning och håller våra lokaler i toppskick. Det är så vi lever upp till vår idé om att få fler att uppleva rörelseglädje.

## Friskis Östersund resultatmål 2029

- Medlemsundersökning

- Nöjd Medlems Index överstiger 85 (mätning 2023 var 87,0)

- Uttag ur affärssystemet BRP

- Ökat antal medlemmar mot 12 000 år 2029

- Minskat medlemstappet till under 25% (2024-2025 var tappet 29,7%)

## Friskis&Svettis Riks strategi 2026-2028

I Friskis gör vi mycket som är bra, riktigt bra. Friskis fortsätter att växa och föreningarna utvecklas hela tiden. Annat behöver göras bättre och det är de utmaningarna som är i fokus för den här strategin. En gemensam strategi för hela Friskisrörelsen 2026-2028.

Medlemmen är den självklara huvudpersonen i Friskis och idag är vi över en halv miljon. Vi är stora men långt ifrån klara. Vi har nationellt 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".

Gemensamt har vi bestämt att nu lägger vi i en extra växel och zoomar in på två utvalda områden där saker behöver hända. Med tydliga målsättningar blir det möjligt att se hur väl vi lyckas. Nu startar tre år av gemensam kraft och kreativitet för att växa och bli starkare tillsammans. Bara så kan vi uppfylla vårt ändamål, att få fler att uppleva rörelseglädje. Gemensamt spänner vi bågen mot en framtid där Friskis samlar 750 000 medlemmar.

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.



MMI Nordic Medlem i hand medlemmar. Beroende på vilken typ av medlemmar vi vill ha, så kan vi välja att erbjuda olika typer av medlemskap, till exempel föräldrabesökare och föräldrabesökare för barn. Detta innebär att vi kan skapa olika typer av medlemskap för olika typer av medlemmar.

Medlemsundersökning / Föreningarna.

## FÖRSTÄRKA & FÖRÄDLA TRÄNINGEN



Allt lyfts inte i den här strategin. Det betyder inte att vi släkt oss till 100 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 FÖRSTÄRKA & FÖRÄDLA TRÄNINGEN

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

- A ORGANISATION
- B EKONOMI
- C DIGITALISERING



### STRÄVANSMÅL:

Vi har stärkt Friskis föreningar och dr en tung aktör i både träningsbranschen och idrotts-sverige. Vi är mer effektiva, hållbara och kraftfulla. Med smarta gemensamma arbets sätt och stabila ekonomi skapar vi större medlemsnytta, ökad afförsamlingen och framtidspotential.

FRISKIS IDÉ OCH VÄRDERINGAR



FRISKIS JUST FÖR DIG - TILLSAMMANS MOT 750 000



FRISKISÄNDAMÅL: FÅ SÅ MÅNGA SOM MÖJLIGT ATT TRÄNA OCH UPLEVA RÄKESBÄNDET

## 2 VÄXA ÄNNU STARKARE

Med över en halv miljon medlemmar är Friskis en betydelsefull folkhälsoaktör. Vi bidrar varje dag till social hälsbarhet 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 BEHÄLLELIHET OCH NYA MEDLEMMAR
- B LOKALER, MÄNSKET OCH ATTRAKTIVITET
- C FRISKIS OCH SAMHÄLLET

### STRÄVANSMÅL:

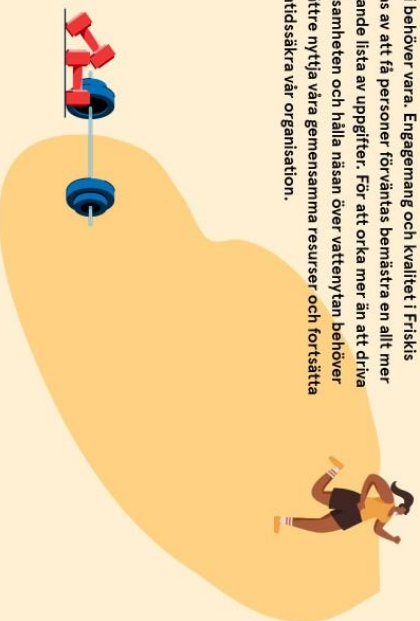
Vi växer starkare än vi gjort under de senaste tio åren. Vår träning och idé når fler människor, nya målgrupper och medlemmarna stannar längre. Vi finns på fler platser, digitalt och lokalt – och fler känner: "Friskis är för mig".



1

# Fortsätta lagbygget

Friskis-föreningar har varierade styrkor och utmaningar. För att kunna göra de förändringar som krävs behöver vi fler gemensamma arbetsätt, dra nytta av vår storlek och inte dubbeljobba i onödan. Idag är vi mer sårbara än vi behöver vara. Engagemang och kvalitet i Friskis hotas av att få personer förväntas bemästra en allt mer krävande lista av uppgifter. För att orka mer än att driva verksamheten och hålla näsan över vattenytan behöver vi bättre nyttja våra gemensamma resurser och fortsätta framtidssäkra vår organisation.



2

## STRÄVMÅL:

Vi har stärkt Friskis föreningar och dr en tung aktör i både träningsbranschen och idrottsverige. Vi är mer effektiva, hållbara och kraftfulla. Med smarta gemensamma arbetsätt och stabila ekonomiska skapar vi större medlemsnytta, ökad affärsomsättning och framtidspotential.

MÄTNING TILL 2028

### A Organisation

- Friskis har stärkt förutställningarna för långsiktigt starka och hållbara föreningar. Minst 75 % av föreningarna har deltagit i utvecklingsprocesser tillsammans med andra föreningar, med syfte att minska dubbelarbete och sårbarhet.
- Alla Friskis-föreningar upplever en tydlig förnyttning mot bättre effektivitet, stärkt kompetens och högre kvalitet i föreningsdriften.

### B Ekonomi

- Alla Friskis-föreningar har en hållbar ekonomi som säkerställer stabilitet och investeringskraft.
- Alla Friskis-föreningar och F&S Riks har en breddad intäktsbas som stärker ekonomin. Under strategiperioden har alla föreningar ökat sina intäkter från andra källor än medlems- och träningsavgifter.

### C Digitalisering

- Vi har stärkt vår samlade digitala kapacitet via gemensamma lösningar och enhetliga processer. 80 % av funktionärer och medarbetare upplever de gemensamma systemen i hög grad som relevanta och användarvänliga.
- Via våra gemensamma digitala plattformar och arbetsätt har vi gjort det enklare att bli medlem och inspirerande att fortsätta vara det. 80 % av medlemmarna upplever de gemensamma plattformarna i hög grad som relevanta och användarvänliga.

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. En majoritet av föreningarna har positiv medlemsstillväxt. Men det finns också de som tappat mark och kämpar för sin existens. Här måste vi agera.

Vi har en stolt tradition av att blanda in i en avspänd anda och välkomna nya perspektiv. Det kräver att vi har ett relevant och uppdaterat träningsutbud som gör att fler väljer oss.



### STRÄVANSMÅL:

Vi villor starkare än vi gjort under de senaste tio åren. Vår träning och idé rör fler människor, nya målgrupper och medlemmar som rör längre. Vi är en viktig folkhälsoaktör, finns på fler platser, oögligt och lokalt – och fler känner: "Friskis är för mig".



### MÄTNÅL TILL 2028

#### A Befintliga och nya medlemmar

- Vår tillväxt är stark och stabil med ambition att ligga på minst 6 % i årlig medlemsökning i förening och på organisationsnivå.
- För medlemmar väljer att stanna längre hos Friskis, medlemskapet har minskat i föreningarna och med ambition att ligga under 25 % per år.

#### B Lokaler, närhet och attraktivitet

- Vår attraktivitet visas genom att 80 % av medlemmarna upplever att träningslokaler i hög grad är uppdaterade och inspirerande samt att träningsutbudet motsvarar deras behov och förväntningar.
- Närheten till Friskis har ökat via etablering av minst 10 nya anläggningar per år inom organisationen.

#### C Friskis och samhället

- Friskis upplevs som relevant och inkluderande av fler människor. Andelen som svarar "Friskis är för mig" i gemensam värnärkesmätning har ökat under strategiperioden.
- Vi når nya målgrupper genom samarbeten med exempelvis regioner, kommuner, föreningar och andra aktörer. Under strategiperioden har minst tre långsiktiga partnerskap etablerats på gemensam nivå och minst en på föreningsnivå med organisationer som når nya målgrupper.

# 8 prioriterade verksamhetsområden i Friskis Östersund

## **RIKS STRATEGI FORTSÄTTA LAGBYGGET**

### **1 Organisation (personal, funktionärer, rutiner)**

Vi analyserar och identifierar föreningens utvecklingsmöjligheter i föreningsdriften med fokus på effektivitet, hållbarhet och kompetensförsörjning.

Vi deltar aktivt i gemensamma diskussioner och utvecklingsprocesser via F&S Riks inklusive årsstämma, föreningskonferens och andra mötesplatser.

Vi arbetar med att stärka hela funktionärsresan. Från att attrahera och rekrytera till att ge stöd och möjligheter till utveckling för ideellt engagerade.

### **2 Ekonomi (ekonomiadministration, nyckeltal, intäktskällor)**

Vi arbetar utifrån gemensamma F&S nyckeltal och ekonomimodeller för jämförelser, uppföljning och planering.

Vi arbetar aktivt med att utveckla nya intäktskällor, exempelvis genom lokala samarbeten, bidrag/fonder, "Friskis för företag", uthyrning eller Friskis-shopen.

Vår förening deltar i och bidrar till gemensamma utbildningar inom ekonomistyrning, prissättning och hållbar finansiering, samt delar lärdomar och framgångar med andra föreningar.

### **3 Digitalisering (IT, web, appar)**

Vi använder Friskis gemensamma system och arbetssätt samt ger återkoppling kring funktionalitet och användarvänlighet.

Vi informerar och stöttar medlemmar i användningen av digitala verktyg.

## **RIKS STRATEGI VÄXA ÄNNU STARKARE**

### **4 Befintliga och nya medlemmar (köp och sälj, medlemskap, lojalitet, medlemsinflytande)**

Att bli och vara medlem i Friskis Östersund ska vara välkomnande och lättillgängligt. När föreningen växer jobbar vi strategiskt för att bibehålla och stärka det goda värdskapet.

Vi fördjupar förståelsen för medlemmarna genom regelbunden dialog och analys av medlemsundersökningar och träningsdata.

Vi utforskar och utvecklar initiativ som stärker medlemsresan och relationen till befintliga medlemmar, från välkomnande till lojalitet – kanske vidare mot ett ideellt engagemang.

### **5 Träning (gym, grupp, event/beställningar)**

Friskis träningsverksamhet är i ständig utveckling. Vi följer Riks rekommendationer samt medverkar och tar initiativ till utveckling av vårt gemensamma träningsutbud.

För att kunna erbjuda ännu mer individanpassad träning samt träning för externa målgrupper breddar vi vår PT-verksamhet.

Vår träning för anpassade målgrupper som har särskilda behov är stark och vi fortsätter bredda utbudet för att nå fler.

En stor andel av våra inpasseringar sker i gymmet. Vi vill därför utveckla våra arbetssätt för att bättre möta medlemmar i gymmiljö.

### **6 Anläggningar (utrustning, städ, fastighet)**

Våra lokaler ska vara tillgängliga, fräscha och attraktiva mötesplatser, väl anpassade för verksamheten.

Vi bibehåller hög standard på lokaler, träningsytor och utrustning.

Vi gör löpande uppföljningar och riskbedömningar avseende trygghet.

Vi har en underhålls- och utvecklingsplan för våra befintliga lokaler.

### **7 Kommunikation och marknad (internt funktionärer och medlemmar, presumtiva medlemmar, media, beslutsfattare)**

Vi utvecklar den interna kommunikationen med funktionärer och medlemmar i takt med att vi växer.

Vi riktar insatser mot potentiella nya målgrupper för att rekrytera fler medlemmar.

Vi stärker vår lokala synlighet med stöd av F&S Riks och extern kompetens.

Vi gör vår röst hörd i samhällsdebatten kring våra verksamhetsfrågor.

### **8 Samhällsengagemang (samarbeten, pr, projekt)**

Vi är en aktiv samhällsaktör inom folkhälsoområdet och strävar efter att få fler i rörelse och känna gemenskap.

Vi samarbetar med andra aktörer som på olika sätt stöttar ökad fysisk aktivitet.

Vi genomför initiativ som ökar delaktighet och engagemang för underrepresenterade grupper i Friskis.

# BUDGET

## Intäkter

Aktivitetsavgifter	22 399 500
Medlemsavgifter	1 635 000
Varuförsäljning	900 000
Bidrag	40 000
Övriga intäkter	400 000
<b>Summa intäkter</b>	<b>25 374 500</b>

## Kostnader

Varuinköp	-825 000
Hyra/Drift	-8 678 000
Leasing	-1 176 000
Aktivitetsinv-förb	-3 000 000
Övrigt lokaler	-4 000 000
Administration	-1 000 000
Marknadsföring	-300 000
Musikavgifter	-270 000
Förening/medlem	-820 000
Funktionärer	-400 000
Personal	-5 346 000
Utbildning	-500 000
Övrigt	-150 000
Avskrivningar	-1 537 645
Ränta	90 000
<b>Summa kostnader</b>	<b>-28 092 645</b>
<b>Resultat</b>	<b>- 2 538 145</b>

## Vill du veta mer?

Tveka inte att höra av dig till vår verksamhetsledare Christina Ravald om du blir nyfiken och vill veta mer om vilka aktiviteter vi genomför. Du är alltid välkommen med idéer och tips på hur vi kan utvecklas.