

Verksamhetsberättelse 2025

Friskis&Svettis Kristianstad



Våra medlemmar

Medlemmar

2025 var vi 6150 medlemmar, en minskning med ca 7% jämfört med 2024.

Under 2025 har vi jobbat aktivt med att få tillbaka ännu fler medlemmar som dels har haft uppehåll eller tränat på andra ställe. Vi har även haft ett stort fokus på att nå nya medlemmar.

Våra gruppträningspass har varit välbesökta under stora delar av 2025. Vår seniortränning är fortfarande väldigt populär och många seniorer tränar hos på förmiddagarna.

Ålder	Kvinnor/flickor	Män/pojkar	Totalt
0-9	8	4	19
10-19	412	478	906
20-29	537	467	1027
30-39	520	350	880
40-49	501	299	804
50-59	654	430	1084
60-69	475	358	833
70-79	237	194	431
80-89	43	50	93
90-99	0	6	6

Aktiviteter för medlemmarna

I mars hade vi spinning från Sälen till Mora samt Spin of Hope. Båda evenen var fullbokade.

Träningsappen, Friskis Go, som ingår i våra träningskort fortsätter att locka många motionärer till träning, utmaningar och tävlingar.

Vår populära uteträning i Tivoliparken körde vi hela sommaren, gratis för alla. Vi startade uteträningen med ABBA-jympa för att sen fortsätta med olika pass under hela sommaren. Vi hade även uppskattad uteträning i Åhus och Degeberga.

Under vecka 3 och 4 hade vi gratis träning både på pass och i gymmet. 18-30 april hade vi gratis prova-på på alla våra gruppträningspass. Under vecka 35, 36 och 37 hade vi gratis prova-på träning på all vår träning.

Under våren hade vi föreläsning om Yogans kraft och under hösten hade vi en föreläsning om Artros.

På våra anläggningar tycker vi det är trevligt att uppmärksamma högtider och gör detta för våra medlemmar.

För att locka nya medlemmar har vi bland annat haft funktionärer och personal, som gjort reklam för Friskis Kristianstad, på bland annat Blodomloppet, Rullstolsloppet, på Musikkvällar i City, Kdffs matcher och Kalvinknatet.



Träningen

Topp 3 i antal deltagare per år

- | | |
|-------------------|------------------|
| 1. Cirkelgym | 22 859 deltagare |
| 2. Spinning | 14 874 deltagare |
| 3. Indoor Walking | 12 426 deltagare |

Träningen under året

Vi levererade många pass på Björkhem under 2025. I juni stängdes våra två gruppträningsalar i City ner på grund av bygget av nya Högskolan. Gymmet finns kvar på City och under hösten byggde vi upp en ny vägg mellan gamla PLAZA-ytan och gymmet, detta blev vår nya Träningsal i City. Träningen på våra två gym ökade under året.

Under sommaren höll vi pass både i Tivoliparken, Degeberga och Nya Åhusparken, gratis träning för alla.

Seniorklubben har vi fortsatt att köra två kurser om året. Det är en härlig mötesplats för gruppen "äldre äldre" med träning och fika.

Friskis Go fortsatte att vara populärt och uppskattat av våra medlemmar. Målet med onlineträningen är att medlemmarna ska kunna träna var som helst och när som helst.

Cirkelgymmet på Björkhem uppdaterades i mars med nya maskiner, ny belysning och ny färg på väggarna. Detta invigde vi den 15 mars.



Våra funktionärer

Under 2025 hade föreningen 170 funktionärer.

Utbildning av ledare

Under året har det utbildats 12 nya ledare i olika träningsformer.

Ettan	Rebecka Almquist, Kasper Sandin, Anna-Karin Wigvall
Cirkelgym	Annica Andersson, Gabrielle Bezzina
Individuell träning	Rebecka Almquist, Kasper Sandin
Indoor Walking	Anna-Karin Wigvall, Elina Kjellin
Barn	Jessica Stedt, Emelie Hansson
HYROX	Hilding Rönn, Per Levin, Rebecka Nilsson, Emelie Birgersson

För funktionärerna

- I september hade vi kick off för våra funktionärer.
- Träffar och möten har skett löpande under året för alla grupper.

Receptionsvärdar

Under 2025 rekryterades nya värdar kontinuerligt, vilket gjordes via våra sociala kanaler och affischer på våra anläggningar men även genom våra nuvarande värdar.

Det annordnades en vädträff under 2025.

Kommunikation med värdarna sker via SpeakAp sedan augusti, tidigare var det på Workplace, allt för att de ska hållas uppdaterade med det senaste i föreningen.

Anläggningsvärdar

Vi rekryterade nya anläggningsvärdar till City och Björkhem. Många av dessa värdar finns på våra anläggningar på våra obemannade tider.

En gång under året träffades vi för gemenskap. Kommunikation har skett via SpeakAp, fram till augusti Workplace, veckovis.

Anläggningsvärdarna har spelat en viktig roll för vår anläggning då de skapat en trygg, fin och säker träningsmiljö för våra medlemmar.

Personal

Under 2025 arbetade följande personer på kansliet:

- Johanna Nilsson, verksamhetschef
- Kicky Skoogh, träningsansvarig
- Annika Sjöström, kanslikoordinater och reception
- Felicia Johnsson, kommunikationsansvarig och reception
- Elina Kjellin, receptionsansvarig och personlig tränare (fram till februari)
- Hilding Rönn, träningsansvarig och personlig tränare
- Nilla Haure, värdansvarig och receptionist (från mars)

Fokus 2025

Mycket fokus har även detta året legat på föreningens ekonomiska läge som varit ansträngt men återhämtade sig en del under 2025.

Vi har fortsatt vara försiktiga med våra kostnader och inköp.

Ett stort fokus under året har varit att behålla medlemmar och funktionärers engagemang, genom tydlig och regelbunden information och kommunikation.

Styrelsen

Styrelsens uppgift:

- Styrelsen är ytterst ansvarig för föreningen
- Fastställer budget
- Sätter mål och följer upp dessa
- Arbetsgivaransvar
- Deltar på föreningsstämma och verksamhetskonferens
- Ansvarar för årsmötet
- Har styrelsemöte och fastlagd mötesordning
- Har strategimöte
- Ansvariga och ledamöter i bolaget Allträning Kristianstad AB

Styrelsen bestod under året av:

- Helene Öberg, ordförande (till april)
- Malin Persson, sekreterare
- Elna Johannesson, kassör
- Jennie Persson
- Bertil Andersson (till april)
- Carina Carström (till april)
- Moddy Schain
- Emma Niklasson, ordförande (från april)
- Ronja Leuhusen (från april)
- Rickard Perixon (från april)
- Revisorer: Ingrid Pettersson
- Valberedning: Stina Trimark, Carin Wibäck och Per Levin

Möte och konferenser:

Årsmötet hölls den 24 april på Björkhem.

Under året har styrelsen haft åtta styrelsemöte och ett konstituerande. Övriga möten har varit strategimöte. 15 mars representerade Jennie Persson och Johanna Nilsson Friskis Kristianstad på Riks årsstämma i Örebro. 3-4 oktober medverkade Kicky och Hilding på Föreningskonferensen i Stockholm. 18 oktober medverkade Johanna och Emma på Verksamhetskonferensen i Göteborg.

Under året har styrelsen:

Fortsatt arbeta strategiskt med utveckling av verksamheten i arbetsgrupper för marknadsföring, etablering på fler platser, ekonomi i balans och nya tjänster/produkter. Fokus har varit på att bibehålla, öka antalet medlemmar, åtgärder för kostnadskontroll och likviditetsmål för att fortsatt kunna erbjuda lustfylld och lättillgänglig träning av hög kvalitet för alla.

Marknadsföring och kommunikation

Föreningen har marknadsfört sig under året via våra digitala kanalerna såsom hemsidan, radio, Schibstedt, Facebook och Instagram. Våra sociala medier har växt och fått fler följare under året.

Digitala medlemsbrev har skickats ut via e-post, detta gör vi ca 4 gånger per år. Vi har även uppmärksammats i både radio och tidningar under året.

I lokalerna har nyheter och information satts upp i receptionen och på andra strategiska ställen. Vi har även våra digitala skärmar från Visual Art på båda våra anläggningar.

Vår interna kommunikation till funktionärerna skedde via Workplace fram till augusti. Därefter gick all vår interna kommunikation över till plattformen SpeakAp.

Som många andra föreningar deltog vi i den rikstäckande kampanjen som Friskis&Svettis Riks tagit fram. En kampanj på våren och en på hösten.

Riktade företagsutskick har gått ut under året.

Januari

Rikstäckande kampanjen marknadsfördes på vår hemsida och sociala medier.

Prova vår träning under vecka 3 och 4

50% rabatt på Träning 1 månad

Mars

Spin of Hope 8 mars

Från Sälen till Mora 3 mars

Maj-juni-juli

Radioreklam

Sommarkortet

Uteträning

Kristianstadsjournalen

September

Prova all vår träning vecka 35-37

Rikstäckande kampanjen marknadsfördes på vår hemsida och sociala medier

HYROX start

Citykortet

Oktober

Glöm inte friskvårdsbidraget

Rekrytering av nya värdar

November

Julkortet marknadsfördes

3-timmars spinning

Prova gruppträning gratis hela november

Kristianstadsjournalen

Black week-erbjudande - Träning år kr

December

Julklappstips

Julkort