

Formtoppen Atletklubb org.nr. 847000-9047

# Verksamhetsberättelse

för tiden 2019-01-01 - 2019-12-31



Ditt lokala gym

Styrelsen för **Formtoppen Atletklubb** avger följande verksamhetsberättelse för verksamhetsåret 2019.

Årsmötet hölls 2019-03-21 på Padelcourt No9 i Höllviken. Verksamheten är ideell och bedrivs på de tre egna friskvårdsanläggningarna:  
**Formtoppen i Höllviken, Skanör samt V.Ingelstad.**

Styrelsen har haft 8 protokollförda styrelsemöten under 2019

### **Styrelsen**

Thomas Panduro	ordförande
Katharina Hansson Ahlqvist	vice ordförande
Robert Mattus	Kassör
Erica Fahlin	
Hans Andersson	

### **Suppleanter**

Per Lundberg  
Lars Svensson

### **Revisorer**

Revisionsbyrå Crowe Malmö, Per Hedenus (auktoriserad revisor)

### **Revisor suppleant**

Hanna Rasmark Revisionsbyrå Crowe Malmö

### **Valberedning**

Anna Swane Popper, Daniel Engström & Patrik Meynert (sammankallande)

### **Anställda**

Föreningen har haft 10 anställda med olika anställningsgrad. Utöver detta finns det 15 timanställda som jobbar i barnpassning och i receptionen. Föreningens alla 80 ledare är även de timanställda.

### **Städning**

Städning sker varje dag året om och utförs av våra egna anställda lokalvårdare

### **Organisation?**

Verksamhetsansvarig Per Christiansson

Personal med olika ansvarsområden:

Ekonomiansvarig	Tobias Lundström
Personal/gruppträningansvarig	Matilda Larsson
Företagsansvarig	Åsa Pihlsgård
Inköpsansvarig	Sofi Lundström
Kursansvarig	Karolina Kristiansson
Styrketräningansvarig	Tomas Olsson

Cykelansvarig  
Utvärderingsgrupp

Lars Thorell  
Hanne Krook, Matilda Larsson, Sara Eklind,  
Johanna Wiklund & Sofia Jönsson

Utöver dessa personer med utökat ansvar har föreningen en ledningsgrupp och en ambassadörgrupp som består av medlemmar i olika åldrar och från dem olika anläggningarna.

### **Ekonomi**

Se separat redovisning.

### **Partners**

ICA Toppen, Swedbank, Bilia, ICA Supermarket Skanör och Bjurfors. Samarbetspartners på sko- och konfektionssidan är Nike. Huvudleverantörer på kosttillskottssidan är We Make och Be Good.

### **Medlemmar**

Under året har 7527 (fg. år 7275) personer löst medlemsavgift i föreningen varav 4020 kvinnor och 3506 män.

Därtill har vi barnklubben med 85 (83) medlemmar i åldrarna 0-10år.

### **Verksamheten**

Föreningen har som målsättning att få så många som möjligt att röra på sig. Visionen är att vara Sveriges ledande lokala gym. För att lyckas med detta ska föreningen ha ett brett utbud av träningsmöjligheter och vända sig till en bred kundkrets.

Under året har föreningen haft följande verksamhet:

### **Styrketräning**

Mer än 50 % av våra besök görs av medlemmar som styrketränar eller använder våra konditionsdelar. Våra gym ska vara välutrustade, fräscha och tilltala vår breda målgrupp. Huvudleverantör av gym och konditionsutrustning är Nordic Gym och Eleiko.

### **Gruppträning**

Formtoppen har mellan 120-130 klasser i veckan. Allt från seniorgympa till den hårdaste träningen. Med engagerade ledare ska vi vara marknadsledande i Vellinge Kommun.

### **Crossfit**

Vår box har 200 atleter. Utegygmet har blivit ett härligt häng under sommarmånaderna.

### **Aerobic**

Zumba, Dance aerobic, Step och Aerobic

### **Gympa**

PowerGympa, Gympa och MammaBaby.

## Les Mills

Förkoreograferade klasser där vi varje kvartal får ny koreografi och musik. BodyPump, BodyCombat, BodyBalance, BodyStep, BodyJam, BodyAttack, BodyVive, CXWorx, GRiT och RPM.

## IndoorCycling

En klassisk träningsform som håller i sig. Våra HiT pass som är skapade av Lars Thorell tillhör de absolut mest populära passen.

## IndoorWalking

Skonsam och bra konditionsträning. En mycket uppskattad och populär träningsform på Formtoppen i Skanör.

## Yoga

Formtoppens yoga är en fysisk yoga anpassad för gymmiljö.

## Pilates

Med övningar i långsamt tempo kombinerat med en viss andningsteknik arbetar du aktivt igenom kroppen på ett harmoniskt sätt och skapar en stark bål och rygg.

## Funktionell träning

Functional Moves, TRX, ViPR och X-Intervall.

## Cirkelträning

10 maskiner, 30-45 min träning och väldigt blandad publik.

## Barnverksamhet

Les Mills koncept Born to Move.

## Tennis

Våra medlemmar kan kostnadsfritt spela tennis på vår tennisbana i V.Ingelstad om man har ett Formtoppenkort

## Strandträning

På menyn stod BodyBalance & HIT

## Styrkelyft

Föreningen är medlem i Svenska Styrkelyftsförbundet och ett antal medlemmar tävlar i denna idrott.

## Terapeuter & Personliga tränare

Under året har följande terapeuter varit verksamma i huset:

- Ann Christiansson leg.sjukgymnast
- Mikael Olsson Kiropraktor
- Magnus Dirnberger, Björn Falkland och Charlotte Nibér massageterapeuter
- Näsets Läkargrupp

Följande personliga tränare har varit verksamma:

- Lisa Kaptein-Kvist
- Pierre Remmhagen
- Lisa Wieslander
- Magnus Dirnberger
- Astrid Hassgård
- Gabriella Billsten
- Björn Falkland (Tyngdlyftning)

### **Instruktörer**

Totalt har vi under året haft 80 instruktörer. Noterbart är att vissa har varit instruktörer i flera aktiviteter.

### **Försäljning**

Under året har vi sålt produkter från Barebells, Prime, Tyngre, Swedish Supplements, We Make, Nocco, Celsius, Nutramino, Be Good, X-Rope och kläder från Nike.