



Velkommen til årsmøtet:

Høyenhall Gymnastikkforening for 2023

Tidspunkt: Tirsdag 19. mars 2024 kl. 20.00.-22.00

Sted: Furuveien 4 (Anders Stenstad)
og digitalt på TEAMS

Link til TEAMS møtet: hjemmesiden.





Innkalling til årsmøte i Høyenhall Gymnastikkforening for 2023

Tidspunkt: Tirsdag 19. mars 2024 kl. 20.00.-22.00

Sted: Furuveien 4 (hos Anders Stenstad, styreleder)

Saksliste:

- Valg av ordstyrer, referent og to til å skrive under referat
- Godkjenning av innkalling og saksliste
- Registrering av fremmøtte medlemmer
- Årsmelding 2023
- Revidert regnskap 2023
- Innkomne forslag og saker
- Forslag til budsjett for 2024
- Valg av nye styremedlemmer
- Valg av revisor
- Valg av representanter til idrettsting og idrettsstyre
- Valg av valgkomité; valg for 2024
- Valg av kontrollutvalg

Innkallingen til årsmøtet blir lagt ut senest 19. februar på foreningens hjemmeside og andre sakspapirer blir lagt ut senest én uke før møtet.

Forslag fra medlemmer til årsmøtet må innleveres skriftlig til styret ved leder Anders Stenstad, anders.stenstad@odinfond.no, eller Furuveien 4, 0667 Oslo, senest 05.03.24 – to uker før årsmøtet 19.mars.





Sak 4: Årsmelding 2023

Årsmelding for Høyenhall Gymnastikkforening 2023

Org.nr.975712044

1 STYRET, TILLITSVALGTE OG INSTRUKTØRER:

Styret: Leder Anders Stenstad, nestleder og treningskoordinator Annette Hopland, sekretær Siv Henriksen, kasserer Heidi Stenstad Hegna, nettansvarlig Svein Lekve og barnas representant Jo Schumann. Hilde Thyness har vært i vara. Siv Kristin Henriksen tok over sekretær vervet i 2023.

Revisorer: Magne Prestegard og Tone Thingbø.

Valgkomiteen: Styret

1.1 INSTRUKTØRER

Annette Hopland var treningskoordinator for alle treningspartiene i 2023. Foreningen hadde om lag 20 trenere til enhver tid i løpet av året.

Foreningen videreførte konseptet med hovedansvarlige trenere i 2023. Oppgaver som ligger under hovedansvarlige, er å være til stede i hallen under alle treninger og påse at deltakere, foresatte og trenere blir i varetatt. Under treningene skal de følge opp at utstyr blir rigget opp og ned til rett tid og på en forsvarlig måte. Hovedansvarlige hjelper også til med nødvendige forberedelser hjemme som å finne turnøvelser som passer nivået på partiene, lage turnplaner for partiene, vedlikeholde oversikten over deltakerne på de faste grupper på partiene og påse at det til enhver tid er nok trenere på jobb

Hovedansvarlige i 2023 var Johanna Foote og Hanna Ramberg.

I 2023 ble kompetanseansvarlig innført som en ny rolle. Formålet er å påse at trenerne har rett kompetanse. Det innebærer å utvikle et kompetansehevingskonsept som trenerne må igjennom samt å veilede trenerne på jobb.

Kompetanseansvarlig i 2023 var Ylva Eide.



Hovedtrenere på Turn i løpet av 2023 var:

Ylva Eide,
Hanna Ramberg,
Johanna Foote,
Ingrid Størdal Prestegård (sluttet v2023)
Tyra Engstad, (sluttet h2023)
Marit Lunde Wormstrand,
Tia Schjølberg-Olavsén
Pernille Olafsén.
Kine Schjølberg-Olavsén
Nora Elgin Engstrøm
Sarah Hagberg
Selma Skau (fra h2023)
Elise Tobiassen Kolberg (fra h2023)

Hjelpetrenere på turnpartiene i Idrettens grunnstige:

Johanna Åsberg Sørby (sluttet sommer 2023)
Marielle Berg-Pirret (permisjon h2023 til v2024)
Julie Naustvik
Sanne Heggen
Eline Hasselstrøm
Maja Sjødergren
Kathinka Mello (ny h2023)
Milla Øen Semcesén (kun h2023)
Maren Alnæs Berg (ny h2023)
Isabella Kavli (ny h2023)
Mia Osvold-Løvehaug (ny h2023)

Følgende sluttet i 2023: Ingrid, Tyra, Johanna, Milla.

Høsten 2023 startet: Kathinka, Maren, Isabella, Mia, Milla

Foreningen er fornøyd med at flere av våre trenere har jobbet for oss i en årrekke. Vi ser at en stabil arbeidstokk er viktig for kvaliteten på tilbudet vi kan gi til våre medlemmer. Alle trenere som er ansatt i 2023 har solid bakgrunn i turn og/eller cheerleading.

2 MØTER

I 2023 ble det avholdt 4 styremøter og 3 statusmøter. Aktuelle saker ble behandlet fortløpende. Styret har hatt jevnlig kontakt for å avklare spørsmål og ansvarsfordeling rundt økonomi, kursopplegg og påmelding.

Det ble ikke avholdt foreldremøtet i starten av høstsemesteret fordi leder og nestleder var veldig opptatt.



2.1 EKSTERNE MØTER

Foreningen var representert av leder, Anders Stenstad, på møtet i Idrettens samarbeidsutvalg (ISU) i bydel Østsjø.

Vi har også løpende dialog med Cheermania som vi har samarbeidet godt med gjennom året.

3 TRENINGSTILBUD

Foreningen har i perioden tilbudt breddepartier i gymnastikk og turn for barn i alderen 4-14 år.

Fra høsten 2021 har foreningen blitt tildelt 3 timer på tirsdager fra kl. 16.00 -19.00 og 3 timer på torsdager fra kl. 16.00-19.00. Det var veldig gledelig å få beholde samme antall timer i 2023.

Høsten 2023 inngikk foreningen nok en gang et samarbeid med Rush Trampolinepark Oslo, og kunne dermed tilby treninger i trampolineparken til en meget gunstig pris.

3.1 BARNEPARTIENE

Foreningen jobber kontinuerlig med å høyne nivået på turnpartiene samt å beholde deltagerne ut ungdomskolen. Målet er å gi deltagerne undervisning på det nivået de er slik at alle har noe å strekke seg etter. Aldersinndelingen har i hovedsak vært 2 årstrinn per parti.

Etterspørselen etter vårt tilbud har vært økende i flere år. For å kunne gi et godt tilbud til våre medlemmer er det begrenset antall plasser per parti. Også i 2023 hadde vi ventelister på partiene for de yngste medlemmene.

Høstsemesteret ble i hovedsak gjennomført som planlagt. Juleavslutningene ble avholdt 5. og 7. desember.

3.1.1 Partier vår og høsten 2023:

Antall deltakere totalt på partiene:

363 vår 2023

445 høst 2023

Gymlek: Ekorn A, B og C (4-5år)

Idrettens grunnstige 1: Rev (1.-2.klasse), Gaupe (1.-2.klasse), Ulv (1.-2.klasse), Jerv (1.-2.klasse) Tiger A, B og C (3.-4.klasse), Jaguar A og B (5.-6.klasse).

Idrettens grunnstige 2: Panther videregående (5.-10.klasse) og Leopard A og B (7.-10.klasse).



Timeplan:

	Parti	
kl / dag	Tirsdag	Torsdag
16.00	Rev (1. -2. klasse)	Ekorn C (4.-6 år) Jerv (1. -2.klasse)
	Tiger A (3. -4. klasse)	Tiger B (3. -4. klasse)
17.00	Ekorn A (4.-6 år)	Gaupe (1. -2. klasse)
	Ekorn B (4.-6 år)	Panter (fra 5. klasse, ingen nybegynnere)
18.00	Ulv(1. -2. klasse)	Tiger C (3. -4. klasse)
	Jaguar A (5.-6.klasse)	Jaguar B (5.-6.klasse)
	Leopard A (7.klasse)	Leopard B (fra 7. klasse)

3.2 TILBUD TIL VOKSNE

Foreningen hadde ikke noe tilbud til voksne i 2023.

3.3 SØKNAD OM SOMMERSKOLE SOMMEREN 2023

Foreningen søkte om midler i tiltaket «idrettssommer» i regi av Oslo Idrettskrets, men ble ikke tildelt midler så det ble ikke gjennomført sommerskole i 2023.



4 MEDLEMMER I 2023

Medlemstall for vår- og høstsemesteret 2023 ifølge idrettsregistreringen, er per 31.12.2032 495 medlemmer når trenere, utøvere og styret inkluderes. Totalt har foreningen hatt 495 medlemmer mot 486 medlemmer i 2022. I 2023 fikk vi endelig maksimert bruke av hallen i vår treningstid. Økningen er størst i alderstrinnet 0-5 år. Det er en nedgang i antall deltakere over 13 år og gutter over 6 år.

Endringer i antall medlemmer i 2023:

161 nye medlemmer

154 sluttet (41 startet i 2023, 113 startet før 2023)

Det var 227 medlemmer som starter før 2023 som fortsatte videre i 2024.

Totalt: $227 + 166 \text{ nye i 2023} + (154 \text{ sluttet} - 41 \text{ bare i 2023}) = 506$

Det er 390 medlemmer som fortsatte videre per 10.03.2024 og 82 nye (472 medlemmer totalt).

Totalt antall medlemmer (Betalende medlemmer)					
Kjønn (år)	0-5	6-12	13-19	20-25	26+
Totalt	103	349	32	4	7
Kvinner	77	295	32	4	5
Menn	26	54	0	0	2

Tabell for 2022

Totalt antall medlemmer (Betalende medlemmer)					
Kjønn (år)	0-5	6-12	13-19	20-25	26+
Totalt	96	347	33	3	10
Kvinner	63	289	33	3	7
Menn	33	58	0	0	3



5 ØKONOMI OG INNKJØP AV NYTT UTSTYR

Hovedinntekten kommer fra medlems- og treningsavgifter som styret har prøvd å holde på et lavt nivå siden foreningen ønsker å være et lavterskeltilbud for barn og unge i nærområdet. Den andre store hovedinntektskilden er støtteordninger styret søker på gjennom samordnet rapportering. I tillegg søker styret om tilskudd til fritidsaktiviteter i Bydel Østensjø for barn i bydelen som trener det.

I 2023 har foreningen snudd et negativt årsresultat på kr 448 942, til et positivt resultat på kr 168 382,45. Det negative årsresultatet i 2022 skyldtes i hovedsak endrede regnskapsrutiner. Treningsavgifter for vårsemesteret har tidligere vært ført det året det ble innbetalt, men for 2023 er inntektene bokført på det året det gjelder for. Hvis praksisen ikke hadde blitt endret ville underskuddet i 2022 vært på kr 130 000.

Foreningen mottar tilskudd per medlem og når flere medlemmer enn før trener to ganger per uke blir det i snitt mindre støtte per trening. Det betyr at foreningen måtte øke inntjeningen per parti ved å heve kursavgiften. Kursavgiften for semestrene vår 2023, høst 2023 og vinter 2024 ble derfor gradvis økt justert for dekke de faktiske utgiftene. Styret mener at kursavgiften for høsten 2024 skal ligge på nivået til høsten 2023.

Foreningen var så heldig å vinne en utstyrspakke sponset av Sparebankstiftelsen DNB for deltakere 9-13 år til en verdi av 175 000 kroner. Utstyrspakken var et kjærkommet tilskudd fordi den både inneholdt nye elementer som foreningen ikke hadde fra før og elementer som gjorde at vi fra da av hadde nok utstyr til å kunne øke antall deltakere på partiene våre.

Foreningen arrangerer noen ekstratreninger i høst- og vinterferien samt på Rush trampolinepark. Her tar vi betalt per gang for å dekke inn noen av våre utgifter.

NGTF sitt godkjenningsskonsept er videreført for deltakere fra 5. trinn og nødvendige hefter ble kjøpt inn til deltakerne. Alle nye trenere i 2023 fikk trenerjakke, trener t-skjorte og IG instruktørhefte.

Det kjøpes fortløpende inn turndrakter, t-skjorter og antisklisokker slik at vi har et lite varelager. Innkjøpsprisen på turndraktene har økt betraktelig så utsalgsprisen ble justert i 2023.

6 TRENINGSTØY

Foreningen bestiller nå opp og selger følgende treningstøy:

T-skjorte str 128 og 134 i bomull

T-skjorte str XS-L i teknisk kvalitet

T-skjorte str S og M med «trener» på ryggen

Antisklisokker



Turndrakt str 128 – L

Turnshorts str 128 - L

Det er barnas representant, Jo Schumann, som har hatt hovedansvaret for salg av treningstøy til medlemmene. Trenerne får også en treningsjakke.

7 MARKEDSFØRING OG SAMARBEID

Markedsføringen er målrettet på forskjellig brukergrupper. Hjemmesiden og Facebook brukes for å nå nye medlemmer samt for å gi generell informasjon til medlemmene.

Spoortz leverer medlemsregisteret. Spoortz er integrert med Deltaker.no, har en brukervennlig hjemmesideløsning og en egen app.

Påmelding til partiene høst og vår gjøres via påmeldingsskjema laget i Deltaker.no. De påmeldte betaler kurs- og medlemsavgiften direkte ved påmelding via kort eller Vipps. De påmeldte deltakerne kommer i en liste som enkelt kan importeres inn i Spoortz medlemsregister. Deltaker.no tilbyr automatisk refusjon ved avmelding og utsending av e-post som bekrefter påmeldingen.

Spoortz app'en gir foresatte invitasjon til treningene, mulighet til å sende beskjeder og melde seg på ekstratreninger.

Styret bruker e-post tjenesten i Spoortz til å sende ut informasjon som går på tvers av partiene.

Generell informasjon blir lagt ut på hjemmesiden og Facebook. Treningskoordinator, Annette, legger ut informasjon direkte angående kurstilbudet til medlemmene via Spoortz.

Spoortz hjemmesideløsning er enkel i bruk og innleggene kommer automatisk i app'en og kan deles på Facebook. Foreningens www adresse peker nå på den nye hjemmesiden.

Høyenhall Rock 2023 ble avholdt i Høyenhallparken den 26. august. Det deltok 25 turnere med dansen vi hadde på sommeravslutningen 2023. Grunnet regn kunne vi ikke bruke matter og airtrack denne gangen. Det ble stor stemning tross regn, og en morsom utfordring for våre deltakere.

Jo Schumann, som er barnas representant har hatt god kontakt med medlemmene og foresatte. Han er ofte i hallen under treningene på tirsdager og torsdager og organiserer salg av turndrakter og t-skjorter. Både t-skjortene og turndraktene er populære blant foreningens medlemmer.

HGF har fremdeles samarbeid med Cheermania AS som gir medlemmene mulighet til kjøp av treningsutstyr til rabattert pris.



8 KURS OG KONFERANSER

Ingen deltakelse på eksterne kurs.

Foreningen har besluttet å arrangere interne trenerkurs og lage en kursstige som er obligatorisk for trenerne. Kursene vil bli holdt med jevne mellomrom. Målet er å jevne ut kompetanseforskjellene mellom trenerne som skyldes ulik bakgrunn før de ble ansatt.

9 STEVNER OG ARRANGEMENTER

Foreningen deltok på en felles breddetrening hos Lørenskog turn. Det ble dessverre for få deltakere på breddekonkurransen til Lørenskog turn så vi måtte avlyse vår deltakelse. Det ble ikke arrangert noe kretsturnstevne 2023.



10 SOMMER- OG JULEAVSLUTNINGENE FOR TURN OG DANS

Sommeravslutningene ble avholdt 9. og 11. mai i partienes treningstid i Høyenhallen. Semesteret var dermed avsluttet før 17. mai og vi var dermed tilbake til samme semesterlengde som før pandemien.

5. og 7. desember ble det avholdt juleavslutning i Høyenhallen.

Konseptet med inngangsavgift for voksne tilskuere ble videreført. Prisen ble satt til 40 kr per voksne tilskuer, noe som styret mente var en overkommelig pris for de fleste. Styret har evaluert at dette er et kjærkommet tilskudd til kassa og foreslås videreført i 2023.

På sommeravslutningen ble det loddsalg og premiene var jojo, badeballer og stol som var sponset av Appear.

Takk til alle: Styret takker alle i foreningen, både aktive og passive medlemmer, voksne og barn, trenere og tillitsvalgte for engasjert innsats i året som gikk.

Oslo 02.03.2024





Sak 5: Revidert regnskap for 2023

Resultatrapport

Høyenhall gymnastikkforening
975712044

Regnskapsår: 01.01.2023 - 31.12.2023

Gjelder periode: 01.01.2023 - 31.12.2023

	Periode	Akkumulert
Driftsinntekter		
3100 Salgsinntekter, avgiftsfri	1 050,00	1 050,00
3211 Andre interne salg	52 587,47	52 587,47
3250 Inntekter fra egne arrangementer	77 010,80	77 010,80
3407 Andel overskudd lotteri	31 664,24	31 664,24
3440 Offentlige tilskudd for tjenester	349 854,00	349 854,00
3920 Medlemskontingenter	100 400,00	100 400,00
3930 Treningsavgifter	679 286,09	679 286,09
	1 291 852,60	1 291 852,60
Driftskostnader		
4050 Deltakelse i stevner	-1 500,00	-1 500,00
4051 Gaver, premier, blomster	-28 521,75	-28 521,75
4052 Forbundskontingent NGTF	-105 135,00	-105 135,00
4054 Ekstratreninger eksternt	-32 602,50	-32 602,50
4300 Innkjøp varer for videresalg	-81 747,00	-81 747,00
5000 Lønn til ansatte	-726 808,32	-726 808,32
5092 Feriepenger	-70 333,00	-70 333,00
5330 Godtgjørelse til styre- og bedriftsforsamling	-20 000,00	-20 000,00
5405 Arbeidsgiveravgift av påløpte feriepenger	1 982,17	1 982,17
5500 Annen kostnadsgodtgjørelse	-2 452,55	-2 452,55
5990 Annen personalkostnad	-7 311,00	-7 311,00
6420 Leie datasystemer	-35 121,00	-35 121,00
6580 Idrettsutstyr	-2 135,70	-2 135,70
6700 Revisjons og regnskapshonorarer	-4 500,00	-4 500,00
7770 Bank og kortgebyrer	-5 612,50	-5 612,50
7798 Annen kostnad, fradragsberettiget	-1 672,00	-1 672,00
	-1 123 470,15	-1 123 470,15
Driftsresultat	168 382,45	168 382,45
Ordinært resultat før skatt	168 382,45	168 382,45
Ordinært resultat	168 382,45	168 382,45
Årsresultat	168 382,45	168 382,45
Overføringer		
8800 Årsresultat	-168 382,45	-168 382,45



Balanserapport

Høyenhall gymnastikkforening
975712044

Regnskapsår 01.01.2023 - 31.12.2023

Gjelder periode: 01.01.2023 - 31.12.2023

	Ved periodens begynnelse	Endring	Ved periodens slutt
EIENDELER			
Omløpsmidler			
1920 Bankinnskudd	671 027,15	243 591,26	914 618,41
1950 Bankinnskudd for skattetrekk	35 583,38	-2 718,00	32 865,38
	706 610,53	240 873,26	947 483,79
SUM EIEDELER	706 610,53	240 873,26	947 483,79
EGENKAPITAL OG GJELD			
Egenkapital			
Egenkapital (innskutt og opptjent)			
2030 Annen innskutt egenkapital	-314 158,57	-168 382,45	-482 541,02
Udisponert resultat			
Udisponert resultat	0,00	0,00	0,00
Sum egenkapital (inkl. udisp. resultat)	-314 158,57	-168 382,45	-482 541,02
Gjeld			
Kortsiktig gjeld			
2400 Leverandørgjeld	0,00	-3 239,86	-3 239,86
2600 Forskuddstrekk	-10 853,00	-1 798,00	-12 651,00
2785 Påløpt arbeidsgiveravgift ferielønn	0,00	1 982,17	1 982,17
2900 Forskudd fra kunder	-319 047,46	-99 498,22	-418 545,68
2930 Skyldig lønn	0,00	-385,00	-385,00
2940 Skyldige feriepenger	-62 551,50	30 448,10	-32 103,40
	-392 451,96	-72 490,81	-464 942,77
Sum gjeld	-392 451,96	-72 490,81	-464 942,77
SUM EGENKAPITAL OG GJELD	-706 610,53	-240 873,26	-947 483,79
Saldo	0,00	0,00	0,00





Revisjonsberetning 2023

Magne Prestegard
Svartdalsvn 28
0678 OSLO

Tone Thingbø
Arnes vei 3
0488 OSLO

STYRET
Høyenhall Gymnastikkforening

Revisjonsberetning Høyenhall Gymnastikkforening 2023

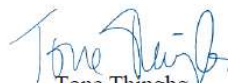
Undertegnede har gjennomgått regnskapene for Høyenhall Gymnastikkforening for 2023.
Gjennomgått materiale har vært regnskap med bilag i Visma Online.

Resultatregnskapet viser et årsresultat, på kr 168.382,45. Totale driftsinntekter er på kr 1.291.852,60.

Regnskapet godkjennes.

Oslo, 28. februar 2024


Magne Prestegard
Revisor 1


Tone Thingbø
Revisor 2

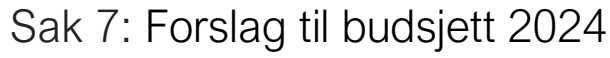




Sak 6: Innkomne forslag

Ingen







Sak 8: Valg av styret

Følgende verv er på valg:

- a) Leder - 1 år
- b) Nettansvarlig - 2 år
- c) Barnas representant - 2 år
- d) Vara – 2år

Valgkomitéens forslag:

- a) Leder - Anders Stenstad (90207244)
- b) Nettansvarlig – Linn von Krogh (92696699)
- c) Barnas representant – Tonje Olavsén (91115073)
- d) Vara - Inger Stranden (91511180)

Følgende er ikke på valg

- a) Nestleder - 2 år (Annette Hopland, 92022414)
- b) Kasserer – 2 år (Heidi Stenstad Hegna, 91532601)
- c) Sekretær – 2 år (Siv Henriksen, 91243385)

Styret består fra 2023 av:

Leder, nestleder, kasserer, barnas representant, nettansvarlig og vara.





Sak 9: Valg av to revisorer

Styrets forslag:

Magne Prestegard og Tone Thingbø (Gjenvalg)



Sak 10: Valg av representanter til Idrettsstyre og Idrettsting

Styrets forslag: Leder og nestleder



Sak 11: Valg av valgkomité ved styret

Leder:

Medlem:

Medlem:

Styret har tatt på seg jobben til valgkomiteen og har i 2023 funnet 3 nye kandidater for verv.

Det er per årsmøtets dato ingen som har meldt seg som frivillige til valgkomiteen og styret må jobbe videre med å fylle disse vervene før utgangen av 2024.



Sak 12: Valg av kontrollutvalg

Perioden 2024/2025 (1 år)

Leder:

Medlem:

Kontrollutvalget kontrollerer styrets arbeid på vegne av medlemmene/tilsluttede organisasjonsledd. Kontrollutvalget kan rapportere til årsmøtet/tinget dersom styret ikke gjør jobben det er satt til å gjøre.

