

VERKSAMHETSPLAN

BUDGET

2012

RONNEBY OK

TRÄNING/TÄVLING

Träning

Tisdagsträningar Sporthallen löpning/OL-träningar från april

Precis som under hösten 2011 är planen att tisdagsträningarna vintertid utgår från Sporthallen. Löpträningen kommer att vara fokuserad på back - och intervallträning.

När vi går över till sommartid så kommer vi att arrangera OL-träningar på våra kartor som vi har runt om i kommunen. Vid flertalet av tillfällena kommer vi även erbjuda Motions-OL.

Motions-OL är en satsning som Svenska orienteringsförbundet gör för att få fler att prova på orientering. Motion-OL arrangeras av orienteringsklubbar runt om i landet. Det finns banor som är anpassade för dig som vill komma ut i naturen och samtidigt utmana dig själv på något mer än enbart löpning.

Torsdagsträningar Nattcup till mars/Intervallträning från april

Under 2012 kommer vi att delta i Östra Blekinges nattcup. Några deltävlingar kommer vi själva att arrangera. I april tar intervallträningen vid, ofta med kartan i hand (som t ex kontrollstafett eller OL-tempo) men även backträning och mosslopning.

Söndagsträningar – hemlängtan t.o.m. slutet av februari

Traditionsenligt anordnar vi hemlängtansträningar med Karlsnäsgården som slutpunkt. Banalternativ finns för alla åldrar och längderna varierar från 5-15 km. Meningen är att vi ska formera oss i grupper som försöker hålla samman. Här är tiden vi är ute viktigare än den fart vi håller. Träningen startar kl 10.00 och vi räknar med löptider upp till c:a två timmar. Träningen förutsätter barmark alternativt löpbart snötäcke.

Upptaktsträff

Vid upptaktsträffen samlar vi dam- och herrtrupperna och går igenom 2012 års upplägg samt målsättning vad avser stafetter. Dessutom kör vi någon typ av träningspass i anslutning till upptaktsträffen.

Vi avser att engagera Olexander Kratov eller någon annan extern tränare för att erbjuda våra juniorer och mer rutinerade ungdomar ett extra stöd i sina orienteringsatsningar.

Tävlingar 2012

Följande klubbmästerskap kommer att avgöras under 2012:

Natt-KM, Dag-KM, Sprint-KM samt terräng-KM

Stafetter

- 7-manna 5-6/4 (ett herrlag och ett damlag)
- 10-mila 5-6/5 i Linköping (ett herrlag och ett damlag)
- Jukola 16-17/6 (ett herrlag och ett damlag)
- Tjoget 7-8/7 (tre lag)
- SM-stafett 23/9 Gästrikland (ett herrlag, ett damlag och ett juniorlag)
- 25-manna 6/10 (ett lag)
- Smålandskavlen 27-28/10 (ett herrlag och ett damlag)

Antalet lag på 10-mila och Jukola kommer att vara beroende av aktuella löparens intresse och träningsvilja.

Individuella tävlingar

- Silva league 14-15/4 i Göteborg
- Silva league 28-29/4 i Stockholm
- Silva league 4/5 i Linköping
- Silva league 26-27/5 i Alfta
- O-ringen 22-27/7 Halmstad
- SM natt 24/8 Hälsingland
- SM sprint 25-26/8 Gästrikland
- SM långdistans 15-16/9 Gästrikland
- SM medeldistans 21-22/9 Gästrikland
- Veteran RM 22-23/9 Södermanland

Tävlingsresor

I samband med att EM avgörs i Dalarna 17-20 maj arrangeras det fina publiktävlingar. Vi planerar att anordna en gemensam klubbresa för att på nära håll se världseliten göra upp om europamästartitlarna och samtidigt delta på publiktävlingarna.

EGNA ARRANGEMANG

Planerade tävlingar

5 maj	Ungdomsserien	Ronneby Södra Persborg
13 okt	DM Ultralång	Karlsnäsgården
13 okt	Nationell medeldistans	Karlsnäsgården

Naturpasset och Motionsorientering

Naturpasset är Svenska Orienteringsförbundet och Sveaskogs gemensamma friskvårdssatsning. Naturpasset är en möjlighet för alla och envar att komma ut i skog och mark med en karta i handen.

I Ronneby OKs verksamhet ska naturpasset och motionsorientering ingå för att få fler att uppleva de underbara skogar och parker som finns i trakten. Frisk luft och motion som naturpasset och motionsorientering ger, bidrar till bättre hälsa och ökat välbefinnande.

Naturpasset arrangeras av orienteringsklubbar runt om i landet. Ronneby OK kommer att under 2012 anordna minst tre naturpass (Bräkne-Hoby, Kallinge och Ronneby), ett cykelpass samt ett fotopass i Ronneby.

Ronneby OK kommer även att fortsätta med, att under vår och höst arrangera motionsorientering i samband med ordinarie tisdagsträningar.

Träningspaket

Under året skall vi erbjuda fasta träningspaket med bra banor kring Karlsnäsgården och Ronnebys södra delar.

Kartor

Våra kartor finns presenterade i kartbanken. www.obasen.nu/kartbanken/

Karlsnäsbasen

Kontinuerlig revidering/nyritning av kartorna kring Karlsnäsgården för att erbjuda attraktiva kartor för våra medlemmar och gäster.

Sammanfogning av kartorna Karlsnäsgården och Ettebro.

-Stråkrevidering runt Karlsnäsgården i samband med DM Ultralång (utförs av klubbmedlemmar)

Ca 2 km² revidering + Stråkrevidering

Ronneby Sprintkarta

Rita ihop sprintkartorna Ronneby Brunnsark och Gamla vattentornet.

Ronneby centrum, snäckebacken samt kvarteret Telefonen.

Ca 1 km² nyritning

Ronneby södra

Målsättningen är att komplettera kartdatabasen Ronneby Södra så att de vita fläckar som finns blir karterade.

- Kilen mellan Brunnsskogen och Ronnebyån (Kan göras av klubbmedlemmar)
- Ekenäs, mellan Ekenäsvägen och havet (Kan göras av klubbmedlemmar)
- Området mellan Brunnsskogen och Järnvägen samt centrum (I samband med Ronneby sprintkarta)
- Samt revidering av området norr om Ekenäs

Ca 2 km² revidering och enklare nyritning

Kallinge östra

Revidering av de centrala delarna av gamla Kallinge-Bohaga

Ca 2 km² revidering

Övrigt

Under februari och mars planeras det för en enklare banläggartutbildning främst inriktat mot träningsbanläggning. Innehållet kommer att vara banläggningsteori och praktik samt enklare OCAD-utbildning. Dessa tillfällen kommer att varvas med utbildning i SportIdent. Ledare för banläggning är Ingemar Ericsson och Lennart Smedenmark håller i SportIdent.

Om intresse finns kommer det att under vintern 2012-13 även att arrangeras en utbildning (i form av lärgrupp) för att erhålla Banläggarkort 1.

ORIENTERINGSSKYTTE

Rekrytering/Träning

Under 2012 skall rekryteringsverksamheten fortsätta. Det skall genomföras någorlunda regelbundna skytteträningar främst riktade till ungdomar/juniorer men där även äldre är välkomna.

Det skall även erbjudas ett par träningar i Punkt-OL under året. Datum, tid och plats för träningarna kommer att finnas på föreningens hemsida samt i ROK-bladet.

Permanent lösning för att bedriva .22-skytte bör hittas under året. Vapentillgången är nu inget problem längre då ett antal skidskyttevapen har skänkts till föreningen från Försvarsmakten.

Tävlingsverksamhet

Målsättning för året är att öka antalet aktiva och fördubbla antalet starter jämfört med 2011. Klubben skall även delta med minst ett stafettlag på SM och minst sex löpare på SM individuellt samt vara representerade på VM i Estland.

Arrangemang

För att ge klubbens och distriktets orienterare möjlighet att prova på sporten kommer det även att arrangeras några enklare träningstävlingar i form av öppet KM i sprint och klassisk distans samt orienteringsskytte vinter. Skyttemomentet kommer att genomföras med luftvapen och förhoppningsvis .22-vapen på kortdistansen om det går att lösa.

Februari	Öppet-KM OL-skytte vinter	Karlsnäs	Luftgevär
April	Öppet-KM Springskytte	Karlsnäs	Luftgevär
Maj	Öppet-KM Sprint	Karlsnäs	Luftgevär
Juni	Öppet-KM Kortdistans	Fornanäs?	.22 pappmål?

UNGDOM

Ronneby OK har just nu ett riktigt härligt ungdomsgäng som vi måste försöka ta hand om på bästa sätt. Detta härliga gäng lyckades 2011 vinna både östra ungdomsserien och u-seriefinalen om bästa Blekingeklubb! Ungdomskommittén målsättning under 2012 är att fortsätta skapa bra förutsättningar för våra ungdomar att utvecklas på alla plan. Sociala aktiviteter är oerhört viktigt och även att få ut så många som möjligt på riktiga tävlingar ser vi som framgångsfaktorer.

Träningar

Träningar ska anordnas med hög kvalitet som ska vara anpassade efter allas kunskapsnivå. De ska vara omväxlande, genomtänkta och roliga att delta på. Måndagarna kommer även i år vara den stora "ungdomsdagen".

Ett antal uppföljarträningar ska som vanligt genomföras under året. Vi ska även försöka få till några extra teknikpass för de lite äldre och duktigare på t.ex. andra klubbars träningspaket.

Stafetter

I år kommer vi satsa på att komma iväg med minst ett HD12 lag i ungdomens 10-mila samt ett kombinationslag i HD18.

Under året är följande ungdomsstafetter inplanerade; 7-manna, Ungdomens 10mila, Blåbärskavlen, Orions sprintstafett, DM, Vittuskavlen och Smålandskavlen.

Givetvis kommer vi att jobba för att få med så många av våra ungdomar som möjligt även på Tjoget.

Individuella tävlingar

Någon gång under året hoppas vi kunna genomföra en likadan satsning som vi gjorde 2011 med att anordna en gemensam bussresa till någon tävling. Detta för att försöka locka ut nya ungdomar och föräldrar till en "riktig" tävling.

USM går den 14-16 september i Småland. Målet är att få med minst en deltagare på detta.

Som vanligt genomförs ett antal andra resor genom Blekinge OF:s regi bl.a. SSM och GM. Någon resa till Daladubbeln kommer BLOF inte att arrangera men om intresse finns från våra ungdomar så ska vi givetvis stötta detta. Planer finns på att samarbeta med Småland.

17-20 maj kommer vi åka upp till Dalarna och springa i samband med EM.

O-ringen, årets största tävling, tänker vi i år satsa extra på. Eftersom det går i Halmstad borde det finnas ypperliga möjligheter att locka med nya. Klubben har ordnat en gemensam förläggning strax utanför Halmstad. Gratis ordinarie startavgift för alla ungdomar under 17 år som genomför denna tävling.

I november genomförs O-Event i Borås som är en av de största tävlingarna under året. Vi planerar med i alla fall en minibuss dit.

Vi kommer givetvis fortsätta satsa på Ungdomsserien och göra ett försök att behålla bucklan detta år. Minst en gång kommer vi att anordna gemensam busstransport och kommer även försöka vara mer aktiva mot ungdomarna och föräldrarna för att få med dem på dessa och även "vanliga" tävlingar.

Läger

Camp Kratov genomförs i Karlskrona i mars. Här hoppas vi få med minst 2 st.

I augusti genomförs Hällevikslägret. Ett perfekt läger för att lära känna löpare från andra klubbar i Blekinge. Klubben subventionerar.

Rikslägret i Sälen är också en höjdare som vi hoppas kunna få med några på.

Den 29-31 okt kommer vi anordna ett höstläger på Karlsnäs.

Årets sista läger blir som vanligt lucialägret på Karlsnäs den 7-9 dec.

Övriga aktiviteter

Vi kommer att anordna en upptaktsträff samt någon form av aktivitet för ungdomarna och deras föräldrar i mars.

Minst två stycken gruppaktiviteter kommer också att anordnas under året. Planerna är en badresa och ett laserdome besök.

Rekrytering

Vi fortsätter vara aktiva mot skolorna och kommer även i år erbjuda skolaktiviteter och anordna ett skolmästerskap.

En SOL skola kommer att anordnas i augusti innan skolorna börjar.

SKIDOR - RULLSKIDOR

Ronneby OK kommer att fortsätta satsningen inom skidor och rullskidor år 2012 såväl tävlings- som arrangörsmässigt.

I samtliga DM-tävlingar kommer ROK att ha deltagare, allt ifrån ungdomar upp till veteraner. Flera tävlingar i Småland är också aktuella.

I Vasaloppet, Öppet Spår och övriga lopp i Vasaloppsveckan kommer ROK att ha ett stort antal åkare anmälda.

I rullskidor satsar vi på alla tävlingar i Blekinge samt flera tävlingar i Skåne och Småland.

ROK kommer att arrangera DM i sprint i klassisk stil och DM i stafett (två deltagare per lag). Elljusloppet, klubbmästerskap (KM) och Barnens Vasalopp kommer traditionsenligt att arrangeras. Eventuellt också ett 6-timmarslopp.

Under 4 onsdagskvällar med början 11 januari kommer vi att ha en skidskola på Karlsnäs. Vi kommer att göra en ungdomssatsning med någon form av försäsongs-skidresa/läger.

I rullskidor kommer vi att arrangera Karlsnäsrullen och klubbmästerskap (KM).

I samråd med Karlsnäskommittén kommer sedvanligt underhåll såsom gräsklippning, trimning och röjning att utföras på de olika skid- och motionsspåren.

Gemensamma träningar har vi hela året på söndagar och torsdagar i Karlsnäs samt på tisdagar i oktober – mars tillsammans med orienterarna.

Aktuella skid- och rullskidtävlingar samt resultat kommer efterhand att publiceras i ROK-bladet.

FRIIDROTT

Verksamheten kommer att omfatta terränglöpning, långlopp, halvmaraton- och maratonlöpning.

Dessutom kommer det att satsas på DM-tävlingar i terräng- och arenalopp samt stafettlopp.

Ronneby OK ska arrangera klubbmästerskap (KM).

Gemensamma träningar har vi hela året på söndagar och torsdagar i Karlsnäs samt på tisdagar i oktober – mars tillsammans med orienterarna.

Aktuella friidrottstävlingar samt resultat kommer efterhand att publiceras i ROK-bladet.

SKOGSVANDRARNNA

Skogsvandrarkommittén planerar att fortsätta med den verksamhet som ursprungligen var och är kommitténs uppgift dvs.:

- Skötsel och drift av Skogsvandrarhuset, samt medverka vid uthyrning.
- I Sten-Åke Petterssons regi tillverka och försälja fågelholkar, till förmån för driften av Skogsvandrarhuset.
- Röja och underhålla märkningen av ”Skogsvandrar slingan” 3,25 km.
- Fortsätta arbetet med att inventera och dokumentera Skogsvandrararnas historiska material, i form av träffar i Skogsvandrarhuset, torsdagar mellan kl 16-1800. Start 2012-01-12.
- Fortsätta med motions- och bastuträffar torsdagseftermiddagar kl 1500. Start 2012-01-12.
- Genomföra skogsvandringar, dels i form av en vårpromenad, i det lilla formatet, en lämplig torsdagskväll i april-maj.
- Vidare ska vi medverka vid genomförandet av ” Höstvandringen på Karlsnäsleden”, som 2012 bör bli söndagen den 21 oktober.
- Vi avser att genomföra den årliga ”Nostalgiträffen vid Sänksjöstugan” lördagen den 25 augusti.
- Vi ska stödja BLOF med att administrera Skogsvandrarstipendiet.

KARLSNÄS

Vi ska under 2012 vidmakthålla Karlsnäsgården med omgivande terräng och naturområde som ett centrum för friluftsliv, motionsaktiviteter, friskvård och naturnära icke arenabundna idrotter som orientering och skidåkning. Det innebär bl.a. följande aktiviteter:

- Karlsnästipset under söndagar
- Veckans bana
- Friskvård för företag och organisationer, både som utbildning och aktiviteter för grupper och enskilda
- Nätverket av samarbetspartners ska vidmakthållas inom ramen för Karlsnäsgårdens verksamhet
- Underhåll av spårssystem och motionsstigar
- Underhåll av maskiner, inventarier och byggnader
- Underhåll och reparationer av hela anläggningen i samarbete med Ronneby kommun
- Förnya kontrakt med kommunen vad gäller respektive ansvarsområden
- Hålla serveringen öppen i samband med Karlsnästipset och även lördagar under skidåkningssäsong
- Sträva efter att utnyttja anläggningen för konferenser och annan uthyrning så mycket som möjligt
- Öka vandrarhemsuthyrningen
- Betrakta spåravgifter och skiduthyrning som en viktig inkomstkälla och därför hålla god kvalitet på spår och skidutrustning
- Hyra ut logen för vinterförvaring av husvagnar
- Hålla goda relationer med Paddelkompaniet
- Hålla goda relationer med våra anställda i form av arbetsplatsträffar, utvecklingsamtal m.m.
- Möjliggör en yta för volleybollspelande.

BUDGET 2012

Budget hela klubben

	Budget 2012
Gemensam administration	128500
Träning/tävling	-230000
Ungdom	-46540
Egna Arrangemang	-12000
Skid-friidrott	-2350
Karlsnäs	180050
Skogsvandrama	0
Bingo-Lotto	15000
RESULTAT TOTALT:	32660

Gemensam administration

	Budget 2012
3540 Försäljning idrottskläder	65000
3610 Medlemsavgifter	95000
3710 Kommunala grundbidrag	0
3711 Kommunala aktivitetsbidrag	23000
3720 Bidrag förbund LOK-stöd	30000
3730 Idrottslyftet	5000
Summa Intäkter	218000
4022 BIOF-kostnader	-1000
4033 Klädsubventioner	0
4540 Inköp idrottskläder	-50000
4613 Medlemstidning	-10000
4615 Årsmöteskostnader	-1500
4616 Medlemsfester, trivsel	-1500
4620 Avgifter (SF)	-6000
5420 Dataprogram	-3000
6070 Uppvaktningar	-1000
6110 Kontorsmateriel	-1500
6230 Datakommunikation	-2000
6250 Porto & Frakt	-7000
6310 Försäkringar	-4000
6570 Post/Bankkostnader	-1500
6980 Medlems-/föreningsavgifter	-2500
7610 Utbildning	-3000
8310 Ränteintäkter	6000
Rörelsens kostnader	-89500
Beräknat Resultat	128500

Träning/tävling

	Budget 2012
3011 Medlemsbidrag startavgift	51000
3013 Medlemsbidrag läger	0
3014 Medlemsbidrag kost/logi	46000
3015 Träningsavgifter	1000
3730 Idrottslyftet	5000
Summa Intäkter	103000
4011 Startavgifter individuellt	-116000
4012 Startavgifter budkavlar	-24000
4013 Kost & logi läger	-3000
4014 Kost & logi tävlingar	-57000
4019 Övriga tävlingsavgifter	-1000
4021 Startavg SM	-8000
4023 Ranking	-3000
4025 Bilersättning tävling	-10000
4026 Busshyra	-36000
4027 Bensin	-12000
4028 Resekostnader	-21000
4029 Resekostnader utl löpare	-20000
4030 Idrottsutrustning elit	-5000
4032 Hyra träningslokal	-3000
4035 Övriga kostnader	-1000
4044 Resultatpremier	-2000
4620 Avgifter (SF)	-1000
6070 Uppvaktningar	-1000
6310 Försäkringar	-500
6980 Medlemsavgifter	-1000
7110 Arvode tränare	-5000
7610 Utbildning	-500
7620 Skaderehabilitering	-2000
Rörelsens kostnader	-333000
Beräknat Resultat	-230000

Ungdom

	Budget 2012
3011 Medlemsbidrag startavgift	2300
3013 Medlemsbidrag läger	13500
3014 Medlemsbidrag kost/logi	9400
3153 OL-skola/läger ungdom	5000
3730 Idrottslyftet	50000
Summa Intäkter	80200
4011 Startavgifter individuellt	-22000
4012 Startavgifter budkavlar	-4500
4013 Kost & logi läger	-17000
4014 Kost & logi tävlingar	-18000
4015 Startavgifter 5-dag	-7840
4020 Materialkostnader	-1500
4022 USM, GM, SSM mm (BIOF)	-19500
4025 Bilersättning tävling	-1400
4026 Busshyra	-11200
4027 Bensin	-2200
4029 Övrigt	-4500
4031 Övriga kostnader läger	-1500
4110 Materialkostnader arrangemang	-200
4113 Priser	-4000
4510 Inköp servering	-500
5910 Annonsering	-500
7110 Löner idrottsutövare	-4000
7610 Utbildning	-5400
7620 Skaderehab	-1000
Rörelsens kostnader	-126740
Beräknat Resultat	-46540

Skid-friidrott

	Budget 2012
3011 Medlemsbidrag startavgift	1000
3110 Arrangemang startavgifter	7000
3560 Försäljning märken	0
3715 Kommunala aktivitetsbidrag	6000
Summa Intäkter	14000
4011 Startavgifter individuellt	-4000
4012 Startavgifter budkavlar	-1000
4025 Bilersättning tävling	-500
4028 Resekostnader	-1000
4110 Materialkostnader arrangemang	-1000
4113 Priser, medaljer	-3000
4128 Tillstånd/förbundsavgifter	-2000
4620 Avgifter (SF)	-2700
5912 Klubbnotiser	-500
6970 Tidningar, tidskrifter, fackli	-500
6980 Medlems-/föreningsavgifter	-150
Rörelsens kostnader	-16350
Beräknat Resultat	-2350

Bingo-Lotto

	Budget 2012
Beräknat Resultat	15000

Skogsvandrarna

	Budget 2012
3019 Medlemsbidrag möten/fester	1000
3590 Övriga försäljningsintäkter	8000
3810 Hyresintäkter	16000
2250 Skogsvandrarfond	0
Summa Intäkter	25000
5020 Elavgifter	-4000
5030 Värme	-16000
5040 Vatten och avlopp	-4000
5090 Övriga lokalkostnader	-1000
Rörelsens kostnader	-25000
Beräknat Resultat	0

Egna Arrangemang

	Budget 2012
3111 Arrangemang startavgifter Nationell	20000
3112 Arrangemang startavgifter DM	7500
3120 Naturpasset	15000
3129 Övr intäkter arr	6000
3550 Försälj träningspaket	5000
3551 Övrig kartförsäljning	2500
3713 Kartbidrag	15000
3730 Idrottslyftet	25000
Summa Intäkter	96000
4110 Materialkostnader arrangemang	-7000
4113 Priser, medaljer	-5000
4120 Naturpasset	-3500
4128 Tillstånd/förbundsavgifter	-5000
4131 Kartritning	-80000
6110 Kontorsmateriel	-7500
Rörelsens kostnader	-108000
Beräknat Resultat	-12000

Karlsnäs

	Budget 2012
3210 Intäkter samarbetspartnerr/friskvård	250000
3510 Kiosk-/serveringsintäkter	160000
3520 Försäljning Tips & Bingo	90000
3530 Köprabatt	13000
3630 Årskort konstsnö	20000
3640 Dagkort konstsnö	15000
3650 Uthyrning skidutrustning mm	25000
3714 Kommunala driftsbidrag	45000
3715 Kommunala bidrag övrigt	0
3730 Idrottslyftet	45000
3750 Bidrag arbetskraft	145000
3810 Hyresintäkter	50000
3811 Uthyrning logi	350000
3812 Uthyrning konferens	10000
3813 Uthyrning logen	15000
3814 Husvagnslogi logen	12000
3816 Elintäkter	1500
3817 Äventyrsbanan	10000
3819 Övriga inkomster vid uthyrning	5000
3820 Föreläsningar	15000
Summa Intäkter	1276500
4026 Busshyra	-5000
4210 Sponsorkostnader	-25000
4430 Konsulttjänster	-20000
4510 Inköp serveringsvaror	-90000
4520 Inköp Tips & Bingo	-23000
4540 Inköp idrottskläder/material Karlsnäs	-5000
5020 Elavgifter	-130000
5040 Vatten och avlopp	-2000
5060 Renhållning, städning	-50000
5070 Reparation underhåll fastighet	-20000
5080 Drivmedel Karlsnäs	-15000
5085 Driftskostnader konstsnöspår	-5000
5170 Underhåll spår	-12000
5410 Förbrukningsinventarier	-15000
5490 Förbrukningsmaterial	-10000
5500 Rep& U-håll	-5000
5910 Annonsering	-5000
6070 Representation och uppvaktningar	-1500
6110 Kontorsmateriel	-5000
6211 Telefon	-5000
6212 Mobiltelefon	-4000
6214 TV-avgift	-2100
6230 Datakommunikation	-5000
6310 Försäkringar	-3000
6980 Medlems och föreningsavgifter	-2000
7010 Löner	-375000
7082 Semesterlöner	-35000
7331 Bilersättning,skattefri	-30000
7510 Lagstadgade sociala avgifter	-130000
7530 Särskild löneskatt på pensionskostnader	-1500
7570 Premier Fora	-20000
7831 Avskrivning skoter	-40000
8490 Fakturaavgifter ICA-kort	-350
Rörelsens kostnader	-1096450
Beräknat Resultat	180050