



Pressmeddelande 2008-05-08

## Friskis&Svettis fyller 30 och ger bort det finaste man vet

**Den 11 maj fyller Friskis&Svettis 30. Man firar genom att föreningens medlemmar delar ut 2,2 miljoner prova-på-kuponger under hela maj. Målet är att minst 100 000 ska testa Jympa, Spin, Gym eller Jogga/Gå och upptäcka att det kan vara roligt att träna.**

På Friskis&Svettis är man övertygad om att det är just den lustfyllda inställningen som gjort att man vuxit med i genomsnitt 10 procent per år och blivit nästan en halv miljon medlemmar. Fast generalsekreterare Anna Iwarsson vill lyfta fram de egna utbildningarna också.

- Ända sedan 1978 har vi omvandlat avancerad träningskunskap till enkel och lustfylld träning för alla, säger Anna Iwarsson, generalsekreterare för Friskis&Svettis sedan år 2000.

### Ständigt mer utbildning

I dag består utbildningsorganisationen av ett erfaret utvecklingsteam, 59 utbildare samt 150 diplomerare och licensierare. Antalet utbildningar under 2007 uppgick till 147 stycken med 5 704 deltagare.

- Vi har alltid utvecklat och förbättrat våra ledare- och instruktörsutbildningar. Vi satsar även på övriga funktionärer, bland annat med ledarskapsutbildningar och kurser i Friskis&Svettis värderingar, säger Anna Iwarsson.

### Ständigt fler

Vid årsskiftet hade Friskis&Svettis 442 818 medlemmar utspridda i 155 föreningar från Kiruna till Paris. Alla är med på Let's Move, den pågående presentutdelningen av 2,2 miljoner prova-på-kuponger med målet att 100 000 nya ska testa Jympa, Spinning, Gym eller Jogga/Gå under maj månad.

- Vi vill att fler ska upptäcka hur kul det kan vara att träna. Det har varit vår drivkraft i 30 år och är den finaste present vi kan tänka oss att ge bort, säger Anna Iwarsson.

*Kontakt: Anna Iwarsson, generalsekreterare, [anna@friskissvettis.org](mailto:anna@friskissvettis.org) eller 0704 65 00 59*

\* En rikstäckande undersökning genomfördes av företaget Mistat AB med hjälp av telefonintervjuer i åldersgruppen 16-79 år. Svaren från de 1 000 genomförda intervjuerna speglar en population på 4,2 miljoner personer av totalt ca 6,5 miljoner i åldersspannet. Av de tillfrågade hade knappt 30% inte något intresse av att svara på frågor om motion och är därför inte representativa för helheten. En av frågorna löd: "Har du varit eller funderat på att bli medlem i Friskis&Svettis?" Bland dem som inte är medlemmar i Friskis&Svettis svarade 14% att de funderar på ett medlemskap. Omräknat betyder det 535 000 nya medlemmar om alla kom till skott.

Friskis&Svettis är en ideell idrottsförening med ett för idrottsvärlden ovanligt mål, ett leende. I dag tränar 442 818 medlemmar i 110 föreningar i Sverige och 37 i Norge samt i föreningar i Helsingfors, Vanda, Köpenhamn, Bryssel, Luxemburg, Paris, London och Aberdeen. Tack vare 14 618 engagerade funktionärer erbjuder Friskis&Svettis lättillgänglig och lustfylld träning av hög kvalitet för alla.