

BEVÆG  
DIG FOR  
LIVET

# Retningslinjer for lån i Bevæg dig for livet – Fitness

# Vejledning

Denne vejledning beskriver retningslinjer og rammer for Bevæg dig for livet – Fitness' lån til etablering af fitnessaktiviteter eller faciliteter.

Bevæg dig for livet – Fitness prioriterer at støtte projekter, der har en målsætning om at få flere danskere til at dyrke fitness i forening. I ansøgningen til Bevæg dig for livet – Fitness er det vigtigt at beskrive projektet så præcist og fyldestgørende som muligt. Benyt ansøgningskemaet og den tilknyttede projektbeskrivelse:

[Ansøgningskema](#)

[Projektbeskrivelse](#)

Bevæg dig for livet – Fitness' rådgivere står til rådighed med gratis vejledning og afklaring i forbindelse med ansøgning om lån og hjælp til konkretisering og opstart.

## Hvem kan ansøge?

Alle folkeoplysende foreninger, der beskæftiger sig med idræt kan ansøge om lån i Bevæg dig for livet – Fitness. Er det en ny forening, der skal etableres, er der inspiration til vedtægter her: <https://www.dgi.dk/foreningsledelse/vejledninger/vedtaegtsgenerator> Forud for udbetaling af lån skal der foreligge underskrevne vedtægter for foreningen.

## Lån til fitnesscenter, udendørs fitnessanlæg eller holdaktiviteter

### Lånerammer og ansøgningsfrist

Foreninger kan ansøge om et rentefrit lån til indkøb af fitnessudstyr (indendørs eller udendørs) eller til bygninger (nybyggeri eller renovering af lokaler). Der kan søges op til 300.000 kr. Ansøgning om lån forudsætter et forudgående samarbejde mellem foreningen og Bevæg dig for livet – Fitness i form af et gratis rådgivningsforløb, hvor Bevæg dig for livet – Fitness bistår i processen fra idé til åbning. Ansøgningsfristen er løbende. Bevæg dig for livet – Fitness tilstræber at behandle og besvare ansøgninger inden for 14 dage efter, at ansøgningen er modtaget.

### Hvad kan foreninger søge lån til?

Formålet med Bevæg dig for livet – Fitness lån er at skabe basis for udvikling af fitnessstilbud i idrætsforeningerne. Foreninger, der ønsker

### Fra idé til åbning

Din rådgiver fra Bevæg dig for livet - Fitness er med hele vejen fra idé til åbning af jeres nye fitnesscenter. Find din lokale rådgiver på [bevaegdigforlivet.dk/fitness](http://bevaegdigforlivet.dk/fitness).

at igangsætte eller videreudvikle fitnessstilbud, kan søge om et rentefrit lån.

### Foreningsbaseret fitnesscenter

Der kan ydes rentefrit lån til indkøb af nyt fitnessudstyr til etablering af et foreningsbaseret fitnesscenter hos en af Bevæg dig for livet – Fitness' anbefalede leverandører:

Medicsport A/S

Pedan A/S

Fitness Engros

### Udendørs fitness

Der kan ydes rentefrit lån til indkøb af nyt stationært fitnessudstyr til udendørs brug. Det skal forud for bevilling af lån dokumenteres, at udstyret har en holdbarhed, så det som minimum kan stå udenfor i fem år (lånets løbetid) uden at blive påvirket af vejrliget i Danmark. Derudover skal det dokumenteres, at udstyret efterlever gældende bygningsreglement og EU standarder på området for fastinstalleret fitnessudstyr. Samtidigt er det afgørende, at der sikres en foreningsforankring og holdaktiviteter, der sikrer medlemsvækst og – fastholdelse i foreningen.

### Bygninger

Der kan ydes rentefrit lån til bygninger, såvel nybyggeri som renovering af eksisterende bygninger.

### Brugsret

For alle lånekategorier skal foreningen have en aftale, der sikrer brugsret over lokalerne eller udendørs faciliteterne i lånets løbetid. For fitnessudstyr (ude og inde) er løbetiden 5 år og for byggeri/renovering er løbetiden 10 år.

### Bevilling

Ansøgninger kan efter sagsbehandling enten godkendes til fuld bevilling, godkendes til delvis bevilling eller afslås. Ansøgere er derfor ikke garanteret at få tilbud om det fulde ansøgte lån. Godkendelse til delvis bevilling medfører et tilbud om en delvis bevilling. Da der er tale om et tilbud, kan foreningen vælge at takke nej, hvis foreningen ikke mener, at en større egenfinansiering eller delvis realisering af projektet er realistisk eller meningsfuldt. Der ydes ikke lån til færdige projekter og allerede foretagne investeringer. Bevillinger udbetales til foreningens konto. Det er et krav for udbetaling, at foreningen har et CVR-nummer. CVR-nummer kan fås her: [https://virk.dk/myndigheder/stat/ERST/selvbetjening/Frivillige\\_foreninger/](https://virk.dk/myndigheder/stat/ERST/selvbetjening/Frivillige_foreninger/) Alle bevillinger udbetales, når der foreligger dokumentation i form af betalt faktura. Alternativt ved ordrebekræftelse efter forudgående aftale med Bevæg dig for livet – Fitness.





## Lån til udendørs fitnessanlæg

### Tilbagebetaling af lån

Lånet tilbagebetales over 5 år for fitnessudstyr og 10 år for bygninger (renovering eller nybyggeri). Lånet afvikles i lige store rater. Er lånet udbetalt efter 1. april afdrages 1 rate december året efter. Udbetales lånet før 1. april afdrages 1. rate december samme år. Foreningen modtager en årlig opkrævning fra Bevæg dig for livet – Fitness.

### Afslutningsdato

Afslutningsdatoen på en ansøgning skal beskrive, hvornår lånet forventes at være benyttet. Bevæg dig for livet – Fitness har fokus på at realisere projekter inden for en overskuelig tidshorizont. Derfor kan afslutningsdato for ansøgninger max. være 3 år fra bevillingen er givet.

### Kommunikation/PR

Bevæg dig for livet – Fitness opfordrer til, at foreningen er opmærksomme på at gøre aktiviteterne synlige og tilgængelige for beboere i lokalområdet. Foreningen skal derfor i ansøgningen beskrive, hvordan den vil arbejde med at gøre projektet og tilknyttede aktiviteter synlige og tilgængelige for lokalområdet og hvilke målgrupper foreningen henvender sig til. Bevæg dig for livet – Fitness bistår foreningen med hjælp til at afdække målgrupper, kommunikation og PR i opstartsprocessen. Der tilbydes en PR pakke i form af f.eks. flyers, foldere, hjælp til sociale medier til en samlet værdi af kr. 2000. Der er en række billeder og materialer, der kan downloades på Bevæg dig for livet – Fitness hjemmeside og anvendes i opstartsprocessen:

<https://www.bevaegdigforlivet.dk/fitness/fitness-i-foreningen/kommunikation/download-fotos-og-div-materialer>

### Budget og finansiering

Der skal udarbejdes et etableringsbudget, der beskriver de forventede etableringsomkostninger for projektet. Derudover skal der udarbejdes en plan for finansiering. Søges der fonde skal det fremgå, hvilke fonde der søges eller allerede tildelte midler.

- Ved køb af fitnessudstyr for under kr. 450.000,- skal lånet benyttes til kontantbetaling.
- Ved køb af fitnessudstyr for mere end kr. 450.000,- kan lånet alternativt også anvendes som indskud på en leasingaftale.
- Ved indgåelse af en leasingaftale er der særlige opmærksomhedspunkter, som skal drøftes med den lokale rådgiver fra Bevæg dig for livet – Fitness forud for indgåelse.

Inden udbetaling af lånet skal Bevæg dig for livet – Fitness orienteres, såfremt finansieringen ikke er som angivet i ansøgningen, eller hvis der er sket væsentlige ændringer i ansøgningsgrundlaget. Der skal udarbejdes et driftsbudget for foreningen, der dækker hele lånets løbetid, herunder de samlede indtægter og udgifter baseret på det estimerede medlemstal. Vær så detaljeret, konkret og præcis som mulig i beskrivelsen af de til projektet knyttede budgetposter. Vær opmærksom på, at budgetposter, som foreningen søger lån til, må dække allerede foretagne investeringer.



Bevæg dig for livet – Fitness' kvalitetsrammer i forbindelse med ansøgning om lån vedkender foreningen sig Bevæg dig for livet – Fitness kvalitetsrammer som gengivet nedenfor.

### Organisering

- Foreningen skal sikre fokus på fitness som aktivitet, enten via oprettelse af en selvstændig fitnessforening (økonomisk og organisatorisk), en selvstændig fitnessafdeling (økonomisk og organisatorisk) eller et udvalg/afdeling med fokus på fitness, der kan varetage fitnessaktiviteterne i foreningen.
- Uanset organiseringsform skal foreningen registrere al fitnessaktivitet under fitness i CFR ([www.medlemstal.dk](http://www.medlemstal.dk)).
- Den valgte organiseringsform skal være i stand til, at opfylde det samarbejde og den aftale om vækstsmål, der indgås mellem foreningen og Bevæg dig for livet – Fitness.

### Fitnessinstruktører

- Alle fitnessinstruktører i foreningen har en grunduddannelse indenfor det område, de instruerer i.
- Alle fitnessinstruktører i foreningen skal som minimum have en uddannelse svarende til Bevæg dig for livet – Fitness' 40 timers fitnessinstruktøruddannelse.
- For holdundervisning skal fitnessinstruktører i foreningen som minimum have en uddannelse svarende til en relevant Bevæg dig for livet – Fitness holdinstruktøruddannelse.

### Medlemmer

- Alle er medlem af foreningen (minimum for 3 måneders indmeldelse), og uanset kontingenttype skal medlemmer have stemmeret på foreningens generalforsamling.
- Medlemmer under 15 år kan udelukkende træne, når der er en instruktør tilstede under træning.

### Udstyr og kvalitetssikring

- Foreningen skal indgå i et samarbejde om forebyggelse og håndtering af doping med Antidoping Danmark.
- Foreningen skal opsætte rammer/procedurer for etik, regler, sikkerhed, vedligeholdelse og drift.

### Specielt ved indendørs fitness

- Fitnessudstyr til indendørs fitness er nyt og købt af en af Bevæg dig for livet – Fitness' anbefalede leverandører (jvf. [www.bevaegdigforlivet.dk/fitness](http://www.bevaegdigforlivet.dk/fitness)).
- Foreningen aftaler i dialog med én af Bevæg dig for livet – Fitness' anbefalede leverandører en grundpakke af fitnessudstyr, der understøtter fitnessaktivitetens formål og målgrupper. NB. håndvægte max 30 kg.

### Specielt ved udendørs fitness

- Det forudsættes, at gældende bygningsreglement og EU standarder på området for fastinstalleret fitnessudstyr overholdes.
- Det forudsættes, at der findes permanent byggetilladelse til opsætningen af det udendørs fitnessudstyr, på det ønskede område.
- Det skal dokumenteres, at udstyret har en holdbarhed, så det som minimum kan stå udenfor i fem år uden at blive påvirket af vejret i Danmark.

### Rådgivere i Bevæg dig for livet – Fitness

Kontakt din lokale rådgiver:

<https://www.bevaegdigforlivet.dk/fitness/kontakt-os>

