

## Verksamhetsbeskrivning Sundkraft Gym

Vi startade i december 2013 upp Sundkraft Gym. Företaget startades som ett familje företag bestående av mig, min hustru och son med hustru. Anledningen till att vi startade gymmet var att vi tyckte det saknades ett gym i Lund med inriktning på fria vikter och Strongman (Starke man/kvinna). Vi ville också skapa ett komplement till de stora gymkedjorna med ett gym med familjär stämning och medlemsinflytande. Ytterligare en faktor är att jag och min hustru är födda och uppväxta i Lund så det kändes naturligt att söka lokal där. Vi hittade en perfekt lokal på Nova området, med bra förbindelser både kollektivt och med eget transportmedel. Vi startade från en tom lokal och anpassade den till ett gym med omklädningsrum med dusch och toalett samt separat handikapptoalett, samt investerade i maskiner och utrustning som jag och min hustru finansierade. Det var som med alla nystartade företag tufft de 4 första åren. Men idag är det ett företag med sund ekonomi som går med vinst.

Under dessa år har vi verkligen satt Lund på kartan för alla som utövar Strongman, helt beroende av den perfekta lokalen vi har idag. Sundkraft Gym är idag ett ställe där ungdomar har hittat en plats att träffas och få en meningsfull sysselsättning på sin fritid. Detta har bekräftats av många olika personer som bor i områdena runt gymmet. Viktigt för oss är att alla skall känna sig välkomna oavsett ålder, kön och ambition med sitt tränande. Vi har också skapat ett gym där medlemmarna har stort inflytande på utvecklingen gällande utrustning och innehåll. Med våra öppettider som är dygnet runt har vi också gett möjlighet till träning för personer inom sjukvården, "blåljus" personal och andra personer med oregelbunden arbetstid, vilket idag utgör en hel del av våra medlemmar. Dessutom har vi en grupp militärer som pendlar från Revinge 3 gånger i veckan bara för att få träna hos oss.

Vi har idag cirka 450 medlemmar i ålder från 15 till 72 år. Vi har tränande från alla område i närheten som exempel Gunnesbo, Nöbbelöv, Kobjer och Klosters Fälad. Samtidigt som vi har medlemmar från flera olika orter och städer i Skåne på grund av vår unika lokal och utrustning, men också för att vi har en gemenskap där många professionella medlemmar delar med sig av sin erfarenhet. Men vi har också skapat ett centrum för Strongmanträning i södra Sverige.

Sundkraft gym är också mycket uppskattat av de företag som ligger i vår närhet, det har blivit en naturlig del av området. Dels så är det många som tränar innan, efter eller på lunchen och på så sätt bidrar vi till ett ökat välbefinnande för personalen på dessa företag i området. Men också genom att bidra med ett flöde av tränande i området även kvälls och nattetid. Detta har skapat en trygghet i området och säkerligen har vår närvaro medfört minskad skadegörelse och inbrott. Detta har många av företagen återkopplat till mig och dessutom att dom "känner sig trygga" med att vi finns där. Vi har heller ingen konflikt med parkering som vi delar med kontorsföretagen i vår omedelbara närhet då vi har vår största mängd tränande på kvällstid och helger.

Sundkraft Gym har sedan starten varje år haft SM kval eller finaler i Strongman. Vi har under åren byggt upp ett ökat intresse kring sporten och har idag ett 50 tal som regelbundet tränar Strongman i vårt gym. Vi har lockat till oss de tre skåningar som tävlar på högsta nivån inom Strongman för vi har utrustning och lokal som saknar motsvarighet i Södra Sverige. Med 12 deltagare i de olika klasserna i 2021 års Strongmanfinaler var Sundkraft Gym absolut det gym i Sverige som hade flest deltagare i de 4 olika klasserna. Sundkraft Gym hade 7 deltagare i -90 finalen som veklingen var ett kvitto på vår strategi att avdramatisera sporten Strongman, (man behöver inte väga 150 kilo och vara 2 meter).

Sundkraft Gym hade också den första SM finalen 2021 i en helt ny klass i Sverige som heter -80 (man får väga max 80 kilo), som också detta är helt i linje med vår strategi. Vi fick en direkt fråga från kommittén att hålla denna då vi sen många år har den erfarenheten av tävlingar och dessutom utrustning och möjlighet att genomföra en tävling i vår lokal, vilket i stort sätt inget gym i Sverige har möjlighet till.

Sundkraft Gym blev också inofficiellt utsett till bästa Strongman Gym i Sverige, vilket vi så klart är mycket stolta över. Vi fick också utmärkelsen "Månaden Gym" redan 2015 av den största branschtidningen i Sverige.

Förutom Strongman så har vi skapat ett gym där många tränar på en mycket hög nivå inom bodybuilding och body fitness. Där har vi haft representanter på SM, EM och VM nivå. Vi hade också 2021 halva landslaget i armbrytning som tränade regelbundet inför VM. Trots alla dessa tränande med höga ambitioner så är vi givetvis också ett gym där par, familjer och alla andra också får utrymme och möjlighet att träna.

Vi kommer för andra året i följd att ha en välgörenhets dag (planerad i april) där alla intäkter oavkortat går till barncancer fonden. Vi har dessutom redan idag blivit tilldelade ett SM kval i -90 klassen under maj månad 2022. Vi kommer också starta upp yoga klasser som efterfrågats av företagen runt om oss, då vi har en yoga instruktör knuten till gymmet. Vi har dessutom en Personlig Tränare knuten till gymmet.

Sundkraft Gym är inte bara en träningsanläggning utan vi är en mötesplats för området och där likasinnade samlas, viktigare än någonsin i dessa tider.

Varför kommer denna bygglovsansökan så sent? Anledningen till detta är att för 2 år sedan hoppade min son och hans hustru av verksamheten och jag tog över allt kring gymmet. Tidigare var sonen den som skötte allt med gymmet och jag fanns med som stöd. Vid möte med fastighetsägare framkom det att i den finstilla i hyreskontraktet var det vårt ansvar att ansöka om bygglov för verksamheten. Eftersom jag alltid gjort rätt för mig så var det givetvis en självklarhet att detta också skulle hanteras.

Sundkraft Gym har blivit mitt allt då jag för 3 månader sedan gick i avtalspension och nu lägger majoriteten av min tid på gymmet.



Håkan Strandberg

Lund 20220303