

Warunki indywidualnego planu treningowego

movementcare | obowiązuje od 2026-09-01

Pole	Wartość
Wersja	1.1
Data wejścia w życie	2026-09-01
Przedsiębiorca	Movement Care Tomasz Hruświcki
Dokument zastępowany	Warunki indywidualnego planu treningowego v1.0 z datą wejścia w życie 2026-09-01

1. Usługodawca i charakter usługi

- Usługodawcą jest Movement Care Tomasz Hruświcki, ul. Czarnucha 11/7, 61-612 Poznań, NIP 9 721 303 184, REGON 384 305 064. Kontakt: tomasz@movementcare.pl, +48 725 166 693.
- Usługa polega na przygotowaniu indywidualnego planu sportowego dla jednego wskazanego zawodnika i przekazaniu go przez Intervals.icu.
- Usługa nie obejmuje diagnozy, leczenia, fizjoterapii, stałego prowadzenia ani regularnej analizy wykonanych treningów.

2. Zakres

- Plan jest przygotowywany na okres od 1 do 6 miesięcy zgodnie z zamówieniem.
- Podstawą są: ankieta, historia treningowa, dostępność czasowa, cele, sprzęt, dane wydolnościowe i informacje zdrowotne dobrowolnie przekazane w zakresie potrzebnym do bezpiecznego planowania.
- Plan może zawierać structured workouts, opisy jednostek, testy, priorytety i wskazówki dotyczące typowych zakłóceń. Dokładny zakres wynika z oferty.
- Plan nie gwarantuje wyniku i wymaga samodzielnej oceny bieżącego samopoczucia przez zawodnika.

3. Termin wykonania

- Maksymalny termin to 21 dni roboczych od dnia, w którym łącznie: zaksięgowano płatność, otrzymano kompletną ankietę i zapewniono dostęp do konta na Intervals.icu.
- Usługodawca potwierdza brak danych, który wstrzymuje bieg terminu. Termin biegnie dalej od uzupełnienia.
- Jeżeli opóźnienie leży po stronie Usługodawcy, klient może skorzystać z uprawnień wynikających z umowy i prawa.

4. Współpraca klienta

- Klient podaje prawdziwe dane i zgłasza przeciwwskazania, urazy, choroby i leki mogące mieć znaczenie dla treningu.
- Pełną dokumentację medyczną przekazuje wyłącznie po osobnej prośbie przez bezpieczny formularz.
- Klient zapewnia konto na Intervals.icu i dostęp uzgodniony z Usługodawcą.

5. Przekazanie, wsparcie i poprawki

- Plan uznaje się za przekazany, gdy został udostępniony na koncie zawodnika, a klient otrzymał wiadomość o dostępności.
- Przez 7 kolejnych dni kalendarzowych od przekazania klient może zadawać pytania e-mail dotyczące uruchomienia, struktury i zrozumienia planu.
- Wsparcie nie obejmuje późniejszego prowadzenia, regularnej analizy, aktualizacji ani reagowania na każdy wykonany trening.

17. Błędy Usługodawcy, w tym oczywiste pomyłki dat, jednostek lub sprzeczności z zaakceptowanymi założeniami, są poprawiane bez limitu.
18. Plan na 1-3 miesiące nie obejmuje przebudowy na życzenie wynikającej z nowej sytuacji klienta.
19. Plan na okres powyżej 3 miesięcy obejmuje jedną merytoryczną przebudowę wynikającą ze zmiany sytuacji, np. terminu zawodów. Żądanie należy zgłosić w trakcie okresu planu i przekazać komplet nowych założeń.
20. Drobne wyjaśnienie lub naprawa błędu nie zużywa prawa do przebudowy.

6. Cena i płatność

21. Cena brutto i wariant są wskazane w ofercie lub zamówieniu. Nie wpisuje się stałej ceny do tych warunków.
22. Realizacja rozpoczyna się po płatności, chyba że potwierdzenie zamówienia stanowi inaczej.

7. Zdrowie i bezpieczeństwo

23. Plan jest usługą sportową. Informacje zdrowotne służą ograniczeniu ryzyka treningowego, nie rozpoznaniu choroby.
24. Przy bólu, objawach alarmowych, chorobie lub urazie zawodnik przerywa realizację i konsultuje się z właściwym specjalistą.
25. Usługodawca może odmówić przygotowania lub wstrzymać plan, gdy brak informacji uniemożliwia bezpieczne działanie. W takim przypadku rozlicza wykonaną część i zwraca pozostałą kwotę, jeżeli prawo lub umowa tego wymaga.

8. Odstąpienie, pełny zwrot i reklamacje

26. Konsument ma 14 dni na odstąpienie od umowy zawartej na odległość.
27. Jeżeli konsument wyraźnie zażąda rozpoczęcia przed upływem tego terminu, ustawowe zasady mogą przewidywać proporcjonalne rozliczenie wykonanej części, a po pełnym wykonaniu usługi także wygaśnięcie ustawowego prawa odstąpienia po spełnieniu wymaganych warunków.
28. Niezależnie od zasad ustawowych Usługodawca przyznaje każdemu klientowi dodatkowe umowne prawo pełnego zwrotu ceny, jeżeli klient zgłosi rezygnację w ciągu 14 dni od zawarcia umowy.
29. Pełny zwrot przysługuje także po rozpoczęciu pracy lub przekazaniu planu. Usługodawca nie potrąca wynagrodzenia za wykonaną część.
30. Zgłoszenie można przesłać na tomasz@movementcare.pl. Zwrot całej ceny następuje w ciągu 14 dni tą samą metodą płatności, chyba że klient zgodzi się na inną bezkosztową metodę.
31. Po zwrocie klient traci licencję, zaprzestaje korzystania z planu i usuwa kopie. Usługodawca może wyłączyć dostęp na platformie.
32. Reklamacje przyjmuje tomasz@movementcare.pl; odpowiedź dla konsumenta następuje w ciągu 14 dni. Pełny zwrot nie ogranicza reklamacji ani innych praw ustawowych.

9. Licencja i poufność

33. Klient otrzymuje niewyłączną, nieprzenoszalną licencję na osobiste korzystanie przez wskazanego zawodnika przez czas nieoznaczony, o ile oferta nie określa okresu dostępu do platformy.
34. Zakazane jest udostępnianie planu osobom trzecim, odsprzedaż, publikowanie i wykorzystywanie do świadczenia usług innym osobom.

10. Małoletni i sponsor

35. Dla małoletniego zamówienie składa rodzic lub opiekun.
36. Gdy płaci firma lub sponsor, zawodnik potwierdza udział i sam przekazuje dane. Płatnik nie otrzymuje danych zdrowotnych ani szczegółowego feedbacku bez osobnej podstawy.

11. Postanowienia końcowe

37. Stosuje się również Regulamin sklepu lub warunki zamówienia mailowego, zależnie od kanału zakupu.
38. W razie sprzeczności indywidualne potwierdzenie zamówienia ma pierwszeństwo, o ile nie ogranicza praw ustawowych klienta.