Regulamin opieki trenerskiej / fizjoprofilaktycznej 1:1 movementcare

Data obowiązywania	October 9, 2026
Status	Gotowy
Wersja	1.1

Wersja 1.1. Obowiązuje od 9 października 2026 r.

1. Usługodawca i zakres dokumentu

1. Usługodawcą jest Movement Care Tomasz Hruświcki, ul. Czarnucha 11/7, 61-612 Poznań, NIP 9721303184, REGON 384305064.
2. Kontakt: tomasz@movementcare.pl, tel. +48 725 166 693.
3. Niniejszy regulamin określa zasady miesięcznej opieki trenerskiej 1:1 świadczonej przez movementcare.
4. Opieka ma charakter sportowy i edukacyjny. Nie jest świadczeniem zdrowotnym, diagnostyką, leczeniem ani pomocą w nagłych sytuacjach.
5. Umowę zawiera osoba pełnoletnia. W przypadku zawodnika małoletniego umowę zawiera jego rodzic albo opiekun prawny.

2. Zakres opieki

1. Szczegółowy zakres wynika z aktualnej oferty przedstawionej klientowi przed zawarciem umowy.
2. Opieka może obejmować planowanie treningów, analizę realizacji, korekty planu, kontakt trenerski oraz okresowe podsumowania.
3. Treningi są udostępniane na Intervals.icu, TrainingPeaks albo innej platformie wskazanej przed rozpoczęciem współpracy.
4. Koszt płatnego konta na zewnętrznej platformie nie jest wliczony w cenę, chyba że oferta stanowi inaczej.
5. Standardowy czas odpowiedzi trenera wynosi do 48 godzin w dni robocze.
6. Opieka nie gwarantuje określonego wyniku sportowego. Rezultat zależy również od realizacji planu, stanu zdrowia, regeneracji, dyspozycyjności i innych okoliczności pozostających poza kontrolą movementcare.
7. W pracy trener może korzystać z narzędzi wspierających, w tym narzędzi sztucznej inteligencji, na zasadach opisanych w Polityce prywatności i cookies movementcare. Plan, decyzje treningowe i kontakt z zawodnikiem należą do trenera.

3. Rozpoczęcie współpracy

1. Przed rozpoczęciem klient otrzymuje informację o cenie, zakresie opieki, sposobie kontaktu, wymaganiach technicznych i przewidywanym terminie rozpoczęcia.
2. Umowa zostaje zawarta po przyjęciu klienta do współpracy, potwierdzeniu warunków i złożeniu zamówienia z obowiązkiem zapłaty.
3. Potwierdzenie umowy i regulamin są przekazywane klientowi na trwałym nośniku.
4. Realizacja rozpoczyna się po otrzymaniu płatności, kompletnego formularza startowego oraz wymaganych dostępów do platformy.
5. Brak danych lub dostępu odpowiednio przesuwa termin rozpoczęcia. movementcare może wstrzymać realizację, jeżeli ich brak uniemożliwia bezpieczne albo prawidłowe prowadzenie.

4. Czas trwania i płatności

1. Umowa jest zawierana na czas nieokreślony i rozliczana w miesięcznych okresach.
2. Opłatę za kolejny miesiąc należy wnieść do 25. dnia poprzedniego miesiąca, chyba że strony ustalą inaczej.

3. Pierwszy niepełny miesiąc może zostać rozliczony proporcjonalnie.
4. Cena i sposób płatności są podawane przed zawarciem umowy.
5. Faktura jest wystawiana na dane przekazane przed finalizacją zamówienia. Dane firmy i NIP należy podać przed złożeniem zamówienia.
6. Brak płatności może skutkować wstrzymaniem planowania, analiz i kontaktu trenerskiego od początku nieopłaconego okresu.

5. Obowiązki klienta i zawodnika

1. Klient i zawodnik przekazują prawdziwe, aktualne i kompletne informacje potrzebne do prowadzenia oraz informują o zmianach wpływających na trening.
2. Zawodnik zapewnia wymagany dostęp do platformy i regularnie przekazuje informacje o wykonaniu treningów, samopoczuciu, dyspozycyjności i ograniczeniach.
3. Zawodnik wykonuje trening na własną odpowiedzialność, zgodnie z przekazanymi zaleceniami oraz z uwzględnieniem aktualnego stanu zdrowia i warunków.
4. Przy bólu, urazie, nagłym pogorszeniu samopoczucia lub innych objawach alarmowych zawodnik powinien przerwać trening i skorzystać z odpowiedniej pomocy medycznej.
5. Kanały kontaktu z trenerem nie służą do obsługi nagłych sytuacji medycznych. W razie zagrożenia życia lub zdrowia należy skontaktować się z numerem 112 albo właściwą placówką.
6. Zawodnik nie powinien przesyłać pełnej dokumentacji medycznej zwykłym e-mailem. Jeżeli dokument jest potrzebny do bezpiecznego planowania, movementcare udostępnia dedykowany formularz.

6. Dane dotyczące zdrowia

1. Informacje dotyczące zdrowia są przekazywane dobrowolnie w zakresie potrzebnym do bezpiecznego planowania i są przetwarzane po wyrażeniu osobnej, wyraźnej zgody. Dotyczy to także danych z urządzeń i platform, które mogą ujawniać stan zdrowia, np. HRV, tętna spoczynkowego, snu oraz wpisów o chorobie lub urazie.
2. Wycofanie zgody nie wpływa na zgodność wcześniejszego przetwarzania.
3. Jeżeli bez informacji dotyczących zdrowia bezpieczna realizacja opieki nie jest możliwa, movementcare może ją wstrzymać albo zakończyć.
4. Zasady przetwarzania danych osobowych opisuje Polityka prywatności i cookies movementcare.

7. Zakończenie współpracy

1. Każda strona może zakończyć współpracę ze skutkiem na koniec opłaconego okresu miesięcznego. Nie obowiązuje dodatkowy okres wypowiedzenia.
2. Rezygnację można przesłać na adres tomasz@movementcare.pl.
3. Opieka świadczona jest do końca opłaconego okresu, chyba że strony uzgodnią wcześniejsze zakończenie.
4. movementcare może zakończyć albo wstrzymać współpracę w szczególności w razie braku płatności, braku współpracy koniecznej do wykonania usługi, podawania nieprawdziwych danych, naruszenia zasad komunikacji albo wystąpienia okoliczności uniemożliwiających bezpieczne prowadzenie.

8. Odstąpienie i dobrowolny pełny zwrot

1. Konsument i przedsiębiorca na prawach konsumenta mogą odstąpić od umowy zawartej na odległość w terminie 14 dni od jej zawarcia, z uwzględnieniem ustawowych wyjątków.
2. Rozpoczęcie opieki przed upływem 14 dni następuje wyłącznie na wyraźne żądanie klienta utrwalone na trwałym nośniku. Klient jest informowany o ustawowych skutkach takiego żądania.
3. Niezależnie od uprawnień ustawowych movementcare przyznaje każdemu klientowi dodatkowe umowne prawo pełnego zwrotu ceny przez 14 dni od zawarcia umowy.
4. Dodatkowy pełny zwrot przysługuje także przedsiębiorcom oraz po rozpoczęciu świadczenia usługi. movementcare nie potrąca wynagrodzenia za wykonaną część.
5. Do skorzystania ze zwrotu wystarczy jednoznaczna wiadomość wysłana na tomasz@movementcare.pl.

6. Zwrot następuje nie później niż w ciągu 14 dni od otrzymania zgłoszenia, tym samym sposobem płatności, chyba że klient zgodzi się na inny bezkosztowy sposób.
7. Dodatkowe prawo zwrotu nie ogranicza reklamacji ani innych praw wynikających z przepisów.

9. Reklamacje

1. Reklamację można wysłać na tomasz@movementcare.pl albo na adres ul. Czarnucha 11/7, 61-612 Poznań.
2. Warto podać opis problemu, datę jego ujawnienia, żądanie i dane kontaktowe. Brak tych informacji nie powoduje automatycznego odrzucenia reklamacji.
3. movementcare odpowiada na reklamację konsumenta w terminie 14 dni od jej otrzymania, o ile przepis szczególny nie przewiduje innego terminu.
4. movementcare odpowiada za zgodność usługi z umową na zasadach wynikających z obowiązujących przepisów.

10. Zmiany regulaminu

1. Do danego okresu rozliczeniowego stosuje się wersję regulaminu przekazaną klientowi.
2. Zmiana zasad na przyszłość może nastąpić z ważnej przyczyny, w szczególności zmiany prawa, zakresu usługi, ceny, technologii lub sposobu rozliczeń.
3. Nowa wersja jest przekazywana na trwałym nośniku z rozsądnym wyprzedzeniem. Klient może zakończyć współpracę przed wejściem zmiany w życie.

11. Odpowiedzialność i postanowienia końcowe

1. movementcare nie odpowiada za przerwy i awarie zewnętrznych platform, na które nie ma wpływu, ale w rozsądnym zakresie pomaga ustalić alternatywny sposób realizacji.
2. Żadne postanowienie regulaminu nie ogranicza odpowiedzialności ani praw klienta w zakresie, w którym takie ograniczenie byłoby niedopuszczalne.
3. Prawem właściwym jest prawo polskie, z poszanowaniem bezwzględnie obowiązujących praw konsumenta wynikających z prawa państwa jego zwykłego pobytu, jeżeli mają zastosowanie.
4. Konsument może skorzystać z pomocy miejskiego albo powiatowego rzecznika konsumentów oraz podmiotów uprawnionych do pozasądowego rozwiązywania sporów wskazanych przez UOKiK.
5. W sprawach nieuregulowanych stosuje się przepisy prawa powszechnie obowiązującego.
6. Regulamin jest udostępniany bezpłatnie w sposób pozwalający na jego zapisanie i odtworzenie.