

Podmínky účasti na specializovaném kurzu cvičení (nejen) po porodu:

Kurzy jsou určeny laické veřejnosti, která si neví rady, jak správně začít cvičit. Nejsou určeny trenérům, instruktorům apod., kteří díky svému vzdělání mají možnost si pomoci sami.

Přihláška a platba:

Na kurz je nutné se přihlásit prostřednictvím formuláře na webu www.cviceni-po-porodu.cz nebo emailem na olga@pilates4u.cz.

Přihláška do kurzu je závazná, úhrada kurzu je nutná do 7 dnů od potvrzení přijetí přihlášky. Detaily k platbě budou zaslány v rámci potvrzení přihlášky do kurzu spolu s krátkým dotazníkem.

Storno podmínky: zrušení přihlášky 14 dní před začátkem kurzu – bude vráceno pouze 50% částky
zrušení přihlášky 7 dní před začátkem kurzu – bude vráceno jen 0% částky

V některých případech je možné po dohodě poslat za sebe náhradníka.

Účast a průběh kurzu:

Kurz trvá 10 lekcí (á 55 minut), cvičí se 1x týdně. Každá lekce je na něco zaměřena tak, aby celý koncept byl co nejefektivnější. Není tedy vhodné vynechat dvě po sobě jdoucí lekce.

Součástí první lekce je přednáška o svalech a funkci CORE. Také bude pořízena fotografie postavy z přední a zadní strany postavy a profilu, aby bylo možné porovnat držení těla po ukončení kurzu. Fotografie slouží pro osobní účely a nebudou nikde prezentovány bez svolení klientky.

Klientka se účastní lekcí v dobrém zdravotním stavu, nejdříve po kontrole v šestinedělí.

Klientka má povinnost předem informovat instruktorku o změně zdravotního stavu po dobu trvání kurzu (úraz, nestandardní bolesti, operace či drobné lékařské zákroky, těhotenství apod.).

Na každou lekci je nutno dorazit včas tak, aby nebyl narušen její začátek.

1 zameškanou předem omluvenou lekci v kurzu je možno nahradit v domluveném termínu.

V ceně kurzu jsou podklady pro domácí úkoly, které na každé lekci rozebereme. Kopírování či jiné šíření bez souhlasu instruktorky není dovoleno.

Pomůcky:

Na cvičení je vhodné zvolit pohodlné oblečení, ponožky. Je nutné mít svůj ručník běžného materiálu a standardních rozměrů (ne osušku, ne žínku, ne tenký - sportovní).

Podložky a ostatní pomůcky – overbally, ježky, pěnové válce, soft míče, pilates kruhy atd. budou k dispozici ve cvičebním sále.

Psací potřeby – k poznámkám k domácím úkolům.

Ostatní:

Přihlášením do kurzu se klientka zavazuje k respektování výše uvedených podmínek. V případě jejich nedodržení jí nemusí být umožněno v kurzu pokračovat.

Zpracování osobních údajů

Ráda bych Vás tímto informovala, že poskytovatel služeb v oblasti fitness (správce), zpracovává ve smyslu **GDPR** (Obecné nařízení na ochranu osobních údajů) platného jednotně v rámci EU od 25. května 2018 (v Česku toto nařízení nahradí současnou právní úpravu ochrany osobních údajů v podobě směrnice 95/46/ES a související zákon č. 101/2000 Sb., o ochraně osobních údajů) tyto osobní údaje, které jste poskytli v minulosti ve spojení se založením účtu v rezervačním systému Reenio pro Power Plate 4U a Pilates 4U, nebo k registraci na specializovaný cvičební kurz prostřednictvím stránek www.cviceni-po-porodu.cz:

- jméno a příjmení
- e-mailovou adresu
- telefonní číslo

Jméno, příjmení, telefonní číslo a e-mailovou adresu je nutné zpracovat za účelem tvorby a rušení rezervací a s tím spojené administrativy, pro případ nutnosti informovat klienty o důležitých plánovaných i neplánovaných změnách (např. změna rozvrhu lekcí, změna ceníku a dále za marketingovými účely PP4U a P4U (speciální cvičební akce, pobyty se cvičením). Tyto údaje budou Správcem zpracovány po dobu aktivního účtu v rezervačním systému Reenio.

Vytvořením zákaznického účtu souhlasíte s výše uvedeným zpracováním a udělujete svůj výslovný souhlas.

Správce je oprávněn požadovat prokázání Vaší totožnosti za účelem zamezení přístupu neoprávněných osob k Vaším osobním údajům.

Zpracování osobních údajů je prováděno Správcem, osobní údaje však pro Správce mohou zpracovávat i tyto zpracovatelé:

- **SmartSelling a.s.**, se sídlem Netroufalky 797/5, Bohunice, 625 00 Brno, která provozuje aplikaci SmartEmailing
- **GARVIS Solutions s.r.o.**, se sídlem, Technologická 376/5, Ostrava - Pustkovec, 708 00, která provozuje rezervační systém Reenio

Za určitých, přesně definovaných, podmínek je Správce povinen některé osobní údaje klientů nebo zaměstnanců předat na základě platných právních předpisů např. Policii ČR, popř. jiným orgánům činným v trestním řízení včetně specializovaných útvarů (ÚOOZ, Celní správa atd.) a dalším orgánům veřejné správy.

Vezměte, prosíme, na vědomí, že podle zákona o ochraně osobních údajů máte právo:

- vzít souhlas kdykoliv zpět
- požadovat informaci, jaké vaše osobní údaje zpracováváme,
- požadovat vysvětlení ohledně zpracování osobních údajů,
- vyžádat si přístup k těmto údajům a tyto nechat aktualizovat nebo opravit,
- požadovat vymazání těchto osobních údajů,
- v případě pochybností o dodržování povinností souvisejících se zpracováním osobních údajů obrátit se na správce (info@pilates4u.cz) nebo na Úřad pro ochranu osobních údajů.