



ÁLTALÁNOS SZERZŐDÉSI FELTÉTELEK

1. SZMETANA KRISZTINA ÉS A FORMALOM.HU TEVÉKENYSÉGE

A Form Álom honlapon Szmetana Krisztina lehetőséget nyújt a Prémium Online Mentor szolgáltatás (továbbiakban: „Szolgáltatás”) havi előfizetésére, mely során mentorálja az Ügyfél egészséges életmódra és a kitűzött cél elérésére irányuló törekvéseit, biztosítja a mihamarabbi célba érést. A megvásárolható E bookokban (a továbbiakban: „Termék”). hasznos tanácsokkal látlak el, így mentor nélkül is sikerülhet az életmódváltó törekvésed.

ELÉRHETŐSÉG ÉS ADATOK

Szmetana Krisztina egyéni vállalkozó Székhelye:

1095 Budapest Thaly Kálmán utca 12

Nyilvántartási szám: 53143282

Adószáma: 69411018-1-43

Elektronikus levelezési cím:

kriszta@formalom.hu.hu

Telefonszám: +36 20 662 8442

A tárhely-szolgáltató neve: Tárhely.Eu Kft.

A tárhely-szolgáltató címe: 1097 Budapest, Könyves Kálmán körút 12-14.

A tárhely-szolgáltató e-mail címe: support@tarhely.eu

A tárhely-szolgáltató weboldala: www.tarhely.eu

2. A HONLAPON IGÉNYBE VEHETŐ SZOLGÁLTATÁSOK KÖRE

A Honlapon csak magánszemély vásárolhat.

A Honlapon a vásárlás nincsen regisztrációhoz kötve.

A Honlap különféle menüpontjai, funkciói többféle szolgáltatást kínálnak az Ügyfélnek

-Kapcsolat: a név, email cím és telefonszám megadásával az Ügyfél lehetővé teszi, hogy kérdései és kérései a Szolgáltatóhoz eljussanak, és azokra választ, felvilágosítást adjon az Ügyfélnek a megadott elérhetőségein.;

-Fizetés: az Ügyfél a rendelés leadásakor megadott személyes adataival lehetővé teszi a rendelés teljesítését (beleértve a letöltést és számlázást is). A rendelés leadásakor kerül sor a fizetésre, majd a Digitális Termék letöltésére.

3. A RENDELÉS, SZERZŐDÉSKÖTÉS MENETE

Az Ügyfél a Prémium Mentoring Program és/vagy ebook megvásárlásával tudomásul veszi, hogy önként vállalta, hogy részt vesz egy testmozgás-életmódváltás programban, amelyet Szmétana Krisztina nevű edző végez. Elismeri, hogy az alábbi nyilatkozat elolvasta és megértette:

A program céljai és eljárásai:

Tudomásul veszi, hogy ez a fizikai fitneszprogram a szív- és légzőrendszer (szív és tüdő), a mozgásszervi rendszer (izomállóképesség és -erő, valamint rugalmasság) fejlesztésére, valamint a testösszetétel javítására (a testzsír csökkentése a zsírvesztésre szoruló egyéneknél, az izom- és csontsúly növelése mellett) irányuló gyakorlatokat tartalmaz. Minden tevékenységet elmagyaráznak és bemutatnak, de bármikor bátran felteheti kérdéseit.

A lehetséges kockázatok ismertetése:

Tudomásul veszi, hogy a szív, a tüdő és az érrendszer edzésre adott reakciója nem mindig jósolható meg pontosan. Tudnia kell, hogy fennáll a veszélye annak, hogy a testmozgás során vagy azt követően bizonyos rendellenes változások következnek be, amelyek magas vérnyomást- vagy egyéb rendellenességet okozhatnak. A súlyemelő eszközök használata és a nehéz testgyakorlatok végzése izom- és csontrendszeri húzódásokhoz, fájdalomhoz és sérülésekhez vezethet, ha nem tartja be a megfelelő bemelegítést, a fokozatos haladást és a biztonsági eljárásokat. Tudomásul veszi, hogy Szmétana Krisztina (személyi edző) nem vállal felelősséget az ügyfél által a személyi edzésprogram során elszenvedett személyi sérülésekből eredő károkért. Az ügyfél a személyi edzésprogram során az edzőkészülékeket saját felelősségére használja. Az ügyfél teljes felelősséget vállal az edzés során esetlegesen bekövetkező sérülésekért vagy károkért. Ezennel teljes mértékben és örökre felmenti Szmétana Krisztinát (személyi edzőt), minden követelés, igény, kár, kártérítés, jelenlegi és jövőbeli követelés alól. Tudomásul veszi, garantálja, és elfogadja, hogy jó fizikai állapotban van, és nincs olyan fogyatékossága, károsodása vagy betegsége, amely megakadályozná abban, hogy aktív vagy passzív testmozgást végezzen, és amely káros lenne a szívére, biztonságára, vagy fizikai állapotára, ha részt vesz benne.

Kijelenti, hogy elolvasta, megértette és őszintén megválaszolta az egészségügyi kérdőívet (PARQ), és orvosi tanácsot kért, ha bármilyen kétsége van a fizikai edzés és/vagy a táplálkozási terv elvégzésére való alkalmasságával kapcsolatban.

A Fizikai Aktivitásra Felkészültség Kérdőív a 4.oldalon található.



4. A FELEK KÖTELEZETTSÉGE

A Szolgáltató vállalja az Ügyfél által megvásárolt Szolgáltatás elindítását abban a pillanatban, amint az Ügyfél kifizeti a Szolgáltatást.

A Szolgáltató feltünteti a Kérdőívekben, a pontos vissza küldés lehetőségeit.

A Szolgáltató amint megkapta a hiánytalanul kitöltött Mentor Program esetén: Egészségügyi -és Életviteli kérdőívet garantálja a 72 órán belüli kiértékelést és a felépített Program eljuttatását az Ügyfélnek.

A Mentor Szolgáltatásban a Szolgáltató napi feladatokat ad Ügyfelének, melyek segítik a fejlődését és céljai elérését. Az Ügyfél által visszaküldött feladatokban lévő adatokat naponta kiértékeli, (kivételez ez alól a Klub Tagság) és ha szükséges kiigazításokkal látja el Ügyfelét.

A Szolgáltató vállalja, hogy Ügyfelével folyamatos kapcsolatot tart. Amennyiben Ügyfelének kérdése van, vagy tanácsra, motivációra van szüksége, ezt megteszi. Fogadja Ügyfele hívásait, üzeneteit. (Kivételt képez ez alól a Klub Tagság)

A Szolgáltató vállalja, hogy semmilyen információt, sem fotókat, sem írásos adatokat nem tesz közzé Ügyfeléről a média felületeken.

Az Ügyfél vállalja, hogy a kérdőíveket a lehető legnagyobb odafigyeléssel tölti ki és küldi vissza a szolgáltató részére.

Az Ügyfél vállalja, hogy a Mentor Szolgáltatást mindig 1 hónappal előre fizeti meg a Szolgáltatónak.

Az Ügyfél vállalja, hogy képességeihez képest tartja magát a programban leírtakhoz.

Az Ügyfél vállalja és tudomásul veszi, hogy a hatályos törvények értelmében, a Digitális Termék és a Személyre Szabott Szolgáltatás vásárlása során nincsen lehetősége a vásárlástól való elállásra, felmondásra, a termék szavatosság érvényesítésére.

FIZIKAI AKTIVITÁSRA VALÓ FELKÉSZÜLTSG KÉRDŐÍV (PAR-Q)

A PAR-Q teszt tájékoztat Téged arról, hogy 15 és 60 éves korod között konzultálnod kell-e orvosoddal, mielőtt jelentős változtatásokat eszközölnél a fizikai aktivitási szokásaidban. Fordulj orvosodhoz, ha 60 évesnél idősebb vagy, és nem szokotál igazán aktív lenni.

Kérlek, olvasd el figyelmesen a kérdéseket, és válaszolj mindegyikre őszintén.

- Mondta már az orvosod, hogy szívbetegséged van, és hogy csak az orvos által javasolt fizikai aktivitást végezd?
- Érzel fájdalmat a mellkasodban, amikor fizikai tevékenységet végzel?
- Az elmúlt hónapban volt-e mellkasi fájdalmad, amikor nem végeztél fizikai tevékenységet?
- Elveszíted az egyensúlyod szédülés miatt, vagy el szoktad veszíteni az eszméleted?
- Van olyan csont- vagy ízületi problémád, amelyet a fizikai aktivitás megváltozása súlyosbíthat?
- Kezelőorvosod jelenleg gyógyszereket (például vízajtó) ír fel a vérnyomásodra vagy szívbetegségedre?
- Tudsz bármilyen más okról, ami miatt nem szabadna fizikai aktivitást végezned?

Ha egy vagy több kérdésre IGEN volt a válaszod

Kérlek csak az után vásárold meg a Mentor Szolgáltatást, hogy konzultáltál orvosoddal annak tisztázása érdekében, hogy a jelenlegi egészségi állapotod mellett biztonságos-e számodra a fizikai aktivitás ebben az időszakban.

Ha minden válaszod Nem volt

Meglehetősen biztos lehetsz benne, hogy a fizikai aktivitásban való részvétel biztonságos fokozatosan építkezve a jelenlegi képességszintedhez képest. Megvásárolhatod a Mentor Szolgáltatást.



A Digitális Termék és/vagy Szolgáltatás megvásárlásához regisztráció nem szükséges.

A vásárlásra való felhívás gomb megnyomása után, az Ügyfél a honlap értékesítő felületére jut el. Ha elkötelezte magát a vásárlás mellett, a Fizetés gombra kattint, mellyel a Digitális Terméket (e-book) vagy Szolgáltatást (személyre szabott havi prémium előfizetés) megvásárolja.

A Termék és/vagy Szolgáltatás ellenértékének kifizetése előtt, ki kell töltenie a kért adatokat, mint számlázási adatok, email cím és telefonszám. Az adatok a számla kiállításához, az e mail cím, a számla küldésére és a sikeres vásárlást igazoló email fogadására, melyben a megvásárolt Digitális Termék letöltésének linkje található.

A fizetéshez el kell fogadnia az ÁSZF, és Adatkezelési Tájékoztatót.

A fizetési módok:

-online bankkártyás fizetés (Stripe)

Az online bankkártyás fizetés a Stripe rendszeren történik. A bankkártya adatok a kereskedőhöz nem jutnak el.

A megrendelés elküldése után a Szolgáltató visszaigazoló emailt küld, melyben az Ügyfél kézhez kapja:

Digitális Termék és/vagy Szolgáltatás kifizetésének igazolását, a letöltési linkkel együtt.

A visszaigazoló email elküldésével a szerződés létrejött.

Az Ügyfélnek, mielőtt a rendelést elküldi, meg kell győződnie az adatok helyességéről, különös tekintettel az e-mail címére.

Az Ügyfél tudomásul veszi, hogy a -Fizetés- gombra való kattintással, a terméket kifizeti, a Szerződést megkötö a Szolgáltatóval.

A Szolgáltató köteles a megrendelés megérkezését az Ügyfél felé elektronikus úton haladéktalanul, de legkésőbb 24 órán belül visszaigazolni.

A szerződés nyelve a magyar.

4. A TELJESÍTÉS MENETE

A Szolgáltatás kifizetésekor az Ügyfél letölti az Egészségügyi -és Életviteli, és/vagy az FormÁlom Klub Kérdőívet, melyet pontosan kitöltve vissza juttat a Szolgáltatóhoz. A Szolgáltató vállalja, hogy a kézhezvételtől számított 72 órán belül elkészíti az Ügyfél első havi programját, melyet a rendelkezésére is bocsájt. Az Ügyfél ez után megkapja a személyére létrehozott programot, továbbá felhasználó nevét és jelszavát a személyes felületére.

A Termék (digitális tartalom) kifizetésekor azonnal letölthető a kifizetett dokumentum.

5. A FOGYASZTÓ ELÁLLÁSI- ÉS FELMONDÁSI JOGA

Az üzlethelyiségen kívül kötött és a távollévők között kötött szerződés esetén a fogyasztót indokolás nélküli elállási jog illeti meg, amit termék adásvételére irányuló szerződés esetén a termék átvételének napjától, szolgáltatás nyújtására irányuló szerződés esetében a szerződés megkötésének napjától számított 14 napon belül gyakorolhat.

Ha a szerződés szolgáltatás nyújtására irányul, és a teljesítés a fogyasztó kérésére az elállási határidő előtt megkezdődik, a fogyasztót a fenti 14 napos határidőn belül indokolás nélküli felmondási jog illeti meg. Ebben az esetben a fogyasztó köteles megtéríteni a Szolgáltató ésszerű költségeit.

5. 1. KIVÉTELEK EZ ALÓL

A fogyasztó nem gyakorolhatja elállási- és felmondási jogát:

a) a szolgáltatás nyújtására irányuló szerződés esetében a szolgáltatás egészének teljesítését követően, ha a Szolgáltató a teljesítést a fogyasztó kifejezett, előzetes beleegyezésével kezdte meg, és a fogyasztó tudomásul vette, hogy a szolgáltatás egészének teljesítését követően felmondási jogát elveszíti;

b) a nem tárgyi adathordozón nyújtott digitális adattartalom tekintetében, ha a Szolgáltató a fogyasztó kifejezett, előzetes beleegyezésével kezdte meg a teljesítést, és a fogyasztó e beleegyezésével egyidejűleg nyilatkozott annak tudomásul vételéről, hogy a teljesítés megkezdését követően elveszíti elállási- és felmondási jogát.

6. HIBÁS TELJESÍTÉS SZABÁLYAI (FOGYASZTÓK ESETÉN)

Amennyiben az Ügyfél hibásan adta meg az email címét és ezért nem tudott megvalósulni a kapcsolat felvétel, a Szolgáltatónak ezt tudja jelezni elektronikus úton, vagy telefonon. A Szolgáltató igyekezni fog, hogy megoldja a problémát.

6.1. TERMÉK ÉS KELLÉKSZAVATOSSÁG

A Honlapon értékestett Szolgáltatás és a Digitális könyvek nem érvényesíthető sem a Termék – sem a Kellékszavatosság.

7. PANASZKEZELÉS (FOGYASZTÓK ESETÉN)

A fogyasztó a Szolgáltatás vagy/és a Termék fogyasztók részére történő forgalmazásával, illetve értékesítésével közvetlen kapcsolatban álló magatartására, tevékenységére vagy mulasztására vonatkozó panaszát szóban vagy írásban közölheti a Szolgáltatóval, annak fent megadott elérhetőségein keresztül.

7.1. SZÓBELI (TELEFONOS) PANASZ

A szóbeli panaszt azonnal meg kell vizsgálni, és szükség szerint orvosolni kell. Ha a fogyasztó a panasz kezelésével nem ért egyet, vagy a panasz azonnali kivizsgálása nem lehetséges, a Szolgáltató a panaszról és az azzal kapcsolatos álláspontjáról haladéktalanul köteles jegyzőkönyvet felvenni, és annak egy másolati példányát telefonon vagy egyéb elektronikus hírközlési szolgáltatás felhasználásával közölt szóbeli panasz esetén a fogyasztónak legkésőbb az érdemi válasszal (a beérkezését követően harminc napon belül a Szolgáltató köteles írásban érdemben megválaszolni és közölni) egyidejűleg megküldeni. A telefonon vagy elektronikus hírközlési szolgáltatás felhasználásával közölt szóbeli panaszt a vállalkozás köteles egyedi azonosítószámmal ellátni.

A vállalkozás a panaszról felvett jegyzőkönyvet öt évig köteles megőrizni, és azt az ellenőrző hatóságoknak kérésükre bemutatni.

7.2. ÍRÁSBELI PANASZ

Az írásbeli panaszt a Szolgáltató a beérkezését követően harminc napon belül köteles írásban érdemben megválaszolni és intézkedni annak közlése iránt. A panaszt elutasító álláspontját a Szolgáltatónak indokolni köteles. A Szolgáltató a válasz másolati példányát öt évig köteles megőrizni, és azt az ellenőrző hatóságoknak kérésükre bemutatni.

A panasz elutasítása esetén a Szolgáltató köteles a fogyasztót írásban tájékoztatni arról, hogy panaszával – annak jellege szerint – mely hatóság vagy békéltető testület eljárását kezdeményezheti, továbbá az illetékes hatóság, illetve a fogyasztó lakóhelye vagy tartózkodási helye szerinti békéltető testület székhelyét, telefonos és internetes elérhetőségét, valamint levelezési címét, és a Szolgáltató a fogyasztói jogvita rendezése érdekében igénybe veszi-e a békéltető testületi eljárást.

Az írásbeliség követelményének levél, továbbá bármely egyéb olyan eszközzel is eleget lehet tenni, amely a címzett számára lehetővé teszi a neki címzett adatoknak az adat céljának megfelelő ideig történő tartós tárolását, és a tárolt adatok változatlan formában és tartalommal történő megjelenítését.

8. VITARENDEZÉS

Tisztességtelen kereskedelmi gyakorlatot érintő beadványokkal kapcsolatban a területileg illetékes járási hivatalok, mint elsőfokú fogyasztóvédelmi hatóság, rendelkeznek hatáskörrel:

https://fogyasztovedelem.kormany.hu/#/fogyasztovedelmi_hatosag

A fogyasztó fogyasztói jogvita esetén jogosult békéltető testülethez fordulni. Az eljárásra a fogyasztó lakóhelye vagy tartózkodási helye szerinti békéltető testület illetékes.

A Szolgáltató székhelye szerint illetékes békéltető testület neve és székhelyének postai címe:

Budapesti Békéltető Testület

1016 Budapest, Krisztina krt. 99. I. em. 111.

Levelezési cím: 1253 Budapest, Pf.: 10.

E-mail cím: bekelteto.testulet@bkik.hu

Telefon: +36 (1) 488 21 31

Az illetékes békéltető testületek listája:

<https://www.bekeltetes.hu/index.php?id=testuletek>

9. EGYÉB SZABÁLYOK

A Szolgáltató nem felel a Szolgáltatás alábbi okokból bekövetkező hibájáért:

- a) a Szolgáltatás igénybevételéhez az Ügyfél által felhasznált eszközök működési hibája, alkalmatlansága miatt;
- b) a Szolgáltatás helytelen vagy nem rendeltetésszerű használata miatt;
- c) a jogszabályi előírások Ügyfél általi megszegése miatt (ideértve a Szolgáltatást törvénybe ütköző módon vagy célokra való felhasználását, vagy bármilyen jogellenes magatartás tanúsítását);
- d) a Szolgáltatás megszakadása vagy hibája más szolgáltató által nyújtott helyi hozzáférés vagy kapcsolódás megszakadásából ered.

Az Ügyfél köteles jóhiszeműen eljárni, saját adatait a valóságnak megfelelően feltüntetni, a Honlapot annak célja szerint használni. A Honlap és a Szolgáltatás helytelen használatáért minden felelősség az Ügyfelet terheli.

A Honlapon, Szolgáltatásban, a Termékben szereplő összes adat, szöveg, kép és tartalom a Szmecana Krisztina szellemi tulajdona, azt felhasználni az Ügyfél semmilyen formában nem jogosult.

A Szolgáltató, szolgáltatási tevékenységére magatartási kódexet nem alkalmaz.



10. AZ ÁSZF-RE IRÁNYADÓ JOG

A Honlap használatakor az Ügyfél kifejezetten elfogadja a jelen ÁSZF-et, és az Adatkezelési Tájékoztatót. E két dokumentum megtalálható itt (visszamenőlegesen is): www.getshape.hu/dokumentum1.

A Szolgáltató bármikor jogosult a jelen ÁSZF-et módosítani, amely módosítás a Honlapon történő közzététellel válik hatályossá.

A jelen ÁSZF-re és a Felek között létrejött jogviszonyra a magyar jog szabályai az irányadók. Ha valamely rendelkezés jogszabályba ütközik, érvénytelen vagy végrehajthatatlan, az nem érinti a többi rendelkezés jogszerűségét, érvényességét és végrehajthatóságát.

Dátum: Budapest, 2023 január 01.

Szmetana Krisztina