

REGULAMIN INDYWIDUALNEGO PLANU TRENINGOWEGO FIZJO CONTROL

§1. Postanowienia ogólne

1. Niniejszy Regulamin określa zasady zakupu i realizacji usługi „Indywidualny Plan Treningowy Fizjo Control”, zwanej dalej „Planem”.
2. Usługodawcą jest:
Fizjo Control sp. z o.o.
adres: **ul. Heliosa 20/18, 80-180 Kowale,**
NIP: **604 022 88 99**
e-mail: **fizjocontrol@outlook.com**
3. Plan jest odrębną, odpłatną usługą Fizjo Control.
4. Plan nie stanowi automatycznego elementu wizyty fizjoterapeutycznej, treningu medycznego ani innej konsultacji realizowanej w Fizjo Control.
5. W ramach standardowej wizyty specjalista może przekazać pacjentowi krótkie zalecenia lub ćwiczenia związane bezpośrednio z przeprowadzoną wizytą. Takie zalecenia nie są równoznaczne z zakupem Indywidualnego Planu Treningowego.
6. Przygotowanie Planu następuje po:
 - o zakwalifikowaniu pacjenta do usługi,
 - o wyraźnym zamówieniu Planu,
 - o zaakceptowaniu ceny i zasad jego realizacji,
 - o dokonaniu wymaganej płatności.

§2. Kwalifikacja do przygotowania Planu

1. Plan przygotowywany jest dla osoby, którą specjalista odpowiedzialny za jego opracowanie wcześniej osobiście konsultował, badał lub prowadził podczas wizyty albo treningu.
2. Fizjo Control nie przygotowuje Planu wyłącznie na podstawie wiadomości, ankiety, dokumentacji przesłanej przez pacjenta lub opisu problemu, jeżeli specjalista nie miał możliwości przeprowadzenia odpowiedniej oceny pacjenta.
3. Informacje będące podstawą przygotowania Planu powinny być wystarczająco aktualne do jego bezpiecznego opracowania.
4. Jeżeli od ostatniego spotkania nastąpiła istotna zmiana stanu zdrowia, pojawił się nowy uraz, zabieg, nowe dolegliwości lub inne okoliczności mające znaczenie dla bezpieczeństwa ćwiczeń, pacjent powinien poinformować o tym specjalistę przed rozpoczęciem przygotowania Planu.
5. Jeżeli specjalista uzna, że posiadane informacje są niewystarczające lub nieaktualne, może uzależnić przygotowanie Planu od odbycia odpowiedniej konsultacji, badania lub treningu.
6. Ostateczna decyzja o możliwości bezpiecznego przygotowania Planu oraz jego zakresie należy do specjalisty, z uwzględnieniem aktualnego stanu pacjenta, posiadanych informacji i zakresu kompetencji specjalisty.
7. W przypadku osób małoletnich stosuje się zasady dotyczące zgody przedstawiciela ustawowego wynikające z obowiązujących przepisów.

REGULAMIN INDYWIDUALNEGO PLANU TRENINGOWEGO FIZJO CONTROL

§3. Charakter i zakres Planu

1. Plan jest przygotowywany indywidualnie, na podstawie informacji uzyskanych podczas wcześniejszej pracy z pacjentem oraz celów ustalonych ze specjalistą.
2. Plan jest co do zasady projektowany na okres około **4–6 tygodni**, chyba że ze względu na indywidualną sytuację pacjenta specjalista określi inny okres jego realizacji.
3. Plan może obejmować w szczególności:
 - aktualny etap pracy,
 - cele treningowe lub funkcjonalne,
 - organizację treningów,
 - dobór ćwiczeń,
 - liczbę serii i powtórzeń,
 - zakres obciążeń,
 - częstotliwość wykonywania ćwiczeń,
 - wskazówki techniczne,
 - sposób progresowania lub modyfikowania wybranych ćwiczeń,
 - zasady bezpieczeństwa,
 - materiały graficzne lub wideo,
 - miejsce na zapis realizacji treningów i własnych obserwacji.
4. Zakres, liczba ćwiczeń, stopień szczegółowości oraz forma Planu są każdorazowo dobierane indywidualnie przez specjalistę.
5. Cena Planu nie jest uzależniona od liczby zawartych w nim ćwiczeń ani liczby stron lub materiałów dodatkowych.
6. Plan nie stanowi gwarancji osiągnięcia określonego wyniku treningowego, funkcjonalnego ani zdrowotnego. Rezultaty zależą między innymi od systematyczności wykonywania zaleceń, indywidualnych możliwości pacjenta, prawidłowej techniki wykonywania ćwiczeń oraz zmian stanu zdrowia i funkcjonowania w czasie.

§4. Przygotowanie i przekazanie Planu

1. Plan jest przygotowywany po zakończeniu wymaganej kwalifikacji oraz dokonaniu wymaganej płatności.
2. Standardowy termin przygotowania Planu wynosi do **5 dni roboczych**, liczonych od dnia spełnienia wszystkich warunków niezbędnych do rozpoczęcia jego przygotowania.
3. Jeżeli przygotowanie Planu wymaga przekazania przez pacjenta dodatkowych informacji, termin biegnie od momentu ich otrzymania przez specjalistę.
4. W indywidualnych przypadkach z pacjentem może zostać uzgodniony inny termin przygotowania Planu.
5. Plan przekazywany jest pacjentowi w uzgodnionej formie elektronicznej lub innej formie stosowanej przez Fizjo Control.

REGULAMIN INDYWIDUALNEGO PLANU TRENINGOWEGO FIZJO CONTROL

6. Usługę przygotowania Planu uważa się za wykonaną z chwilą przekazania pacjentowi gotowego Planu, z zastrzeżeniem prawa pacjenta do aktualizacji i kontaktu ze specjalistą w zakresie określonym w niniejszym Regulaminie.
7. W ramach ceny Planu pacjent otrzymuje:
 - indywidualnie przygotowany Plan,
 - jedną zbiorczą aktualizację Planu,
 - możliwość jednokrotnego kontaktu ze specjalistą w celu wyjaśnienia sposobu wykonywania ćwiczeń lub zapisów znajdujących się w Planie.
8. Uprawnienia, o których mowa w ust. 7, mogą zostać wykorzystane w okresie obowiązywania Planu, nie później jednak niż w terminie **45 dni od dnia jego przekazania**.
9. Niewykorzystana aktualizacja lub możliwość kontaktu nie przechodzą na kolejny Plan ani na późniejszy okres i nie podlegają wymianie na ekwiwalent pieniężny.

§5. Aktualizacja Planu

1. Aktualizacja służy dostosowaniu istniejącego Planu do przebiegu jego realizacji i ma charakter jednorazowy.
2. Pacjent powinien zebrać uwagi dotyczące realizacji Planu i przekazać je specjaliście zbiorczo, w jednej wiadomości lub za pomocą wskazanej przez Fizjo Control formy.
3. Aktualizacja może obejmować w szczególności:
 - zmianę parametrów wykonywania ćwiczenia,
 - zmianę obciążenia, liczby powtórzeń, serii lub objętości treningowej,
 - zmianę sposobu progresji,
 - dostosowanie wybranych ćwiczeń,
 - wymianę pojedynczych ćwiczeń, jeżeli nie wymaga to opracowania nowej struktury Planu.
4. Zakres oraz zasadność wprowadzenia zmian każdorazowo ocenia specjalista. Zgłoszenie przez pacjenta propozycji określonej modyfikacji nie oznacza obowiązku jej wprowadzenia.
5. Aktualizacja nie obejmuje:
 - przygotowania całkowicie nowego Planu,
 - istotnej zmiany celu Planu,
 - ponownej diagnostyki lub pełnej oceny stanu pacjenta,
 - oceny nowego urazu lub nowych dolegliwości,
 - konsultacji dotyczącej istotnego pogorszenia lub zmiany stanu zdrowia,
 - prowadzenia leczenia lub konsultacji za pomocą wiadomości,
 - wielokrotnych zmian Planu realizowanych w kolejnych wiadomościach.
6. Jeżeli w trakcie realizacji Planu nastąpiła istotna zmiana stanu zdrowia pacjenta albo zakres koniecznych zmian przekracza zwykłą aktualizację, specjalista może zaproponować:
 - wizytę lub trening kontrolny,
 - inną odpowiednią konsultację,
 - przygotowanie nowego Planu,

REGULAMIN INDYWIDUALNEGO PLANU TRENINGOWEGO FIZJO CONTROL

7. Kolejne aktualizacje wykraczające poza jedną aktualizację zawartą w cenie Planu są odpłatne zgodnie z aktualnym cennikiem Fizjo Control.

§6. Kontakt ze specjalistą

1. Zakup Planu nie obejmuje stałego ani nieograniczonego kontaktu ze specjalistą.
2. Jednokrotny kontakt zawarty w cenie Planu służy przede wszystkim wyjaśnieniu:
 - sposobu technicznego wykonania ćwiczenia,
 - zapisów lub instrukcji znajdujących się w Planie,
 - organizacji realizacji Planu zgodnie z jego treścią.
3. Kontakt ten nie stanowi dodatkowej konsultacji ani wizyty.
4. Pytania wymagające:
 - ponownej oceny stanu pacjenta,
 - diagnostyki,
 - oceny nowych dolegliwości,
 - analizy pogorszenia stanu,
 - istotnej zmiany wcześniejszych objawów,
 - zmiany podstawowych założeń Planu mogą wymagać odbycia osobnej konsultacji, wizyty lub treningu.
5. Specjalista nie ma obowiązku dokonywania oceny stanu zdrowia pacjenta ani podejmowania decyzji dotyczących dalszego postępowania wyłącznie na podstawie korespondencji, jeżeli prawidłowa i bezpieczna ocena wymaga bezpośredniego badania lub spotkania.

§7. Bezpieczeństwo realizacji Planu

1. Pacjent powinien wykonywać Plan zgodnie z przekazanymi instrukcjami, zasadami bezpieczeństwa oraz w zakresie wskazanym przez specjalistę.
2. Plan przygotowywany jest na podstawie stanu pacjenta oraz informacji znanych specjalście w momencie jego tworzenia.
3. Pacjent powinien poinformować specjalistę o istotnej zmianie stanu zdrowia, nowym urazie, zabiegu, ciąży, nowych przeciwwskazaniach lub innych okolicznościach mogących wpływać na możliwość bezpiecznego wykonywania ćwiczeń.
4. W przypadku pojawienia się podczas realizacji Planu nowych lub niepokojących objawów, istotnego pogorszenia stanu lub sytuacji budzącej wątpliwości co do bezpieczeństwa dalszego wykonywania określonego ćwiczenia, pacjent powinien zaprzestać wykonywania tego ćwiczenia i skontaktować się z Fizjo Control w celu ustalenia dalszego postępowania.
5. Jeżeli sytuacja wymaga ponownej oceny, pacjent może zostać skierowany na odpowiednią wizytę, konsultację lub do właściwego specjalisty.
6. Samodzielne zwiększanie obciążeń, zmiana techniki, częstotliwości wykonywania ćwiczeń lub inne modyfikacje wykraczające poza zakres wskazany w Planie odbywają się poza zaleceniami określonymi w Planie.

REGULAMIN INDYWIDUALNEGO PLANU TRENINGOWEGO FIZJO CONTROL

§8. Relacja Planu do innych usług Fizjo Control

1. Zakup Planu jest niezależny od zakupu kolejnych wizyt, treningów lub innych usług Fizjo Control.
2. Rezygnacja z kolejnych wizyt w Fizjo Control nie powoduje utraty praw wynikających z wcześniej zakupionego i opłaconego Planu, w zakresie i terminach określonych niniejszym Regulaminem.
3. Samo odbycie wizyty, otrzymanie krótkich zaleceń, zestawu pojedynczych ćwiczeń albo rozmowa o możliwości późniejszej modyfikacji ćwiczeń nie oznaczają zakupu Indywidualnego Planu Treningowego.
4. Indywidualne ustalenia dokonane z pacjentem i wyraźnie potwierdzone przez Fizjo Control mogą uzupełniać postanowienia niniejszego Regulaminu.

§9. Cena i płatność

1. Cena Planu jest każdorazowo przedstawiana pacjentowi przed dokonaniem zakupu oraz znajduje się w aktualnym cenniku Fizjo Control.
2. Plan jest przygotowywany po dokonaniu wymaganej płatności, chyba że Fizjo Control indywidualnie ustali z pacjentem inaczej.
3. Dodatkowe aktualizacje oraz inne świadczenia wykraczające poza zakres usługi określony w niniejszym Regulaminie są odpłatne zgodnie z aktualnym cennikiem Fizjo Control.
4. Jeżeli przed rozpoczęciem przygotowywania Planu okaże się, że jego bezpieczne opracowanie wymaga wcześniejszej konsultacji lub badania, pacjent zostanie o tym poinformowany przed rozpoczęciem przygotowania Planu.

§10. Korzystanie z Planu i materiałów

1. Plan przygotowywany jest indywidualnie dla konkretnej osoby i powinien być wykorzystywany wyłącznie przez tę osobę.
2. Plan nie powinien być przekazywany innej osobie w celu wykonywania go jako jej własnego planu treningowego, ponieważ został przygotowany z uwzględnieniem indywidualnej sytuacji osoby, dla której został opracowany.
3. Materiały Fizjo Control, w szczególności autorskie grafiki, filmy, opisy, układ materiałów oraz baza ćwiczeń, mogą być wykorzystywane przez pacjenta na własne potrzeby związane z realizacją Planu.
4. Sprzedaż, odpłatne udostępnianie, publikowanie lub wykorzystywanie materiałów Fizjo Control w celach komercyjnych wymaga uprzedniej zgody Fizjo Control, z zastrzeżeniem uprawnień wynikających z obowiązujących przepisów.

§11. Dane osobowe i dokumentacja

1. Dane pacjenta, w tym informacje dotyczące jego stanu zdrowia i funkcjonowania, są przetwarzane zgodnie z obowiązującymi przepisami oraz zasadami ochrony danych stosowanymi przez Fizjo Control.

REGULAMIN INDYWIDUALNEGO PLANU TRENINGOWEGO FIZJO CONTROL

2. Szczegółowe informacje dotyczące zasad przetwarzania danych osobowych znajdują się w klauzuli informacyjnej oraz polityce prywatności Fizjo Control.
3. W zakresie, w jakim przygotowanie lub realizacja Planu stanowi element udzielanego pacjentowi świadczenia zdrowotnego, informacje wymagane przepisami są ujmowane, przechowywane i udostępniane w ramach dokumentacji medycznej zgodnie z obowiązującymi przepisami.

§12. Reklamacje

1. Reklamacje dotyczące realizacji usługi można składać:
 - o na adres e-mail: **fizjocontrol@outlook.com**
 - o osobiście w Fizjo Control,
 - o w inny sposób udostępniony przez Fizjo Control.
2. Reklamacja powinna zawierać dane umożliwiające identyfikację osoby oraz zakupionego Planu, a także opis zgłaszanego problemu.
3. Fizjo Control może zwrócić się o przekazanie dodatkowych informacji niezbędnych do prawidłowego rozpatrzenia reklamacji.
4. Reklamacje są rozpatrywane zgodnie z obowiązującymi przepisami prawa.

§13. Postanowienia końcowe

1. Regulamin jest udostępniany pacjentowi przed zakupem Planu w sposób umożliwiający zapoznanie się z jego treścią oraz jej zachowanie.
2. Do danego Planu stosuje się wersję Regulaminu obowiązującą w chwili jego zakupu, chyba że późniejsza zmiana jest korzystniejsza dla pacjenta albo wynika z obowiązujących przepisów prawa.
3. Zmiana Regulaminu nie ogranicza praw wynikających z Planu zakupionego przed wejściem zmiany w życie.
4. W sprawach nieuregulowanych Regulaminem zastosowanie znajdują właściwe przepisy prawa.