

Regulamin świadczenia usług dietetycznych

§1. Postanowienia ogólne

1. Regulamin określa zasady korzystania z usług dietetycznych świadczonych przez Natalię Kondeusz, e-mail: kontakt@zdrowyzawodnik.pl, strona internetowa: www.zdrowyzawodnik.pl (dalej: „Usługodawca”).
2. Definicje:
 - Klient – osoba fizyczna korzystająca z usług Usługodawcy.
 - Konsument – Klient będący osobą fizyczną dokonującą czynności prawnej niezwiązanej bezpośrednio z jej działalnością gospodarczą lub zawodową.
 - Konsultacja/Spotkanie online – spotkanie dietetyczne realizowane online za pomocą komunikatora (Google Meet lub inny wskazany przez Usługodawcę).
 - Konsultacja wstępna – pierwsza rozmowa dietetyczna realizowana online, stanowiąca etap rozpoczęcia współpracy dietetycznej w ramach wybranego pakietu lub bezpłatna rozmowa informacyjna.
 - Konsultacja kontrolna – konsultacja dietetyczna online trwająca 30 minut, realizowana w ramach wybranego pakietu współpracy (1-miesięcznego lub 3-miesięcznego).
 - Współpraca 1-miesięczna – usługa obejmująca 4 cykle raportowe (28 dni) indywidualnej opieki dietetycznej, zawierająca rozmowę wstępną, indywidualny plan żywieniowy, dobór suplementacji, 1 konsultację kontrolną (30 min), cotygodniową analizę postępów, stały kontakt na czacie w aplikacji Alloweat z fotodzienniczkiem oraz dostęp do bazy przepisów i listy zamienników. Dzienniczek żywieniowy – zapisy posiłków, napojów, suplementacji i innych informacji żywieniowych Klienta, wykorzystywane w ramach konsultacji lub pakietu miesięcznego, niestanowiące odrębnej usługi sprzedawanej samodzielnie, chyba że aktualna oferta stanowi inaczej.
 - Współpraca 3-miesięczna – usługa obejmująca 12 cykli raportowych (84 dni) kompleksowej opieki dietetycznej, zawierająca rozmowę wstępną, indywidualny plan żywieniowy, dobór suplementacji, 3 konsultacje kontrolne do wykorzystania w trakcie 3 miesięcy (każda po 30 min), cotygodniową analizę postępów, stały kontakt na czacie w aplikacji Alloweat z fotodzienniczkiem oraz dostęp do bazy przepisów i listy zamienników.
 - Program „Robienie wagi” – specjalistyczna, jednorazowa usługa dietetyczna przeznaczona dla zawodników sportów walki rywalizujących z podziałem na kategorie wagowe, obejmująca konsultację wstępną, plan na fight week (robienie wagi, rekuperacja, dzień zawodów), plan suplementacji startowej oraz dostęp do aplikacji mobilnej i kontakt na czacie.
 - Aplikacja mobilna – dedykowana aplikacja Alloweat z funkcją fotodzienniczka wykorzystywana do prowadzenia dzienniczka, przekazywania planów żywieniowych i stałego kontaktu z dietetykiem.
 - Treści cyfrowe – materiały edukacyjne, przepisy, listy zamienników, e-booki, webinary lub inne materiały przekazywane Klientowi w formie elektronicznej.
 - Formularz kontaktowy – formularz udostępniony na stronie internetowej Usługodawcy, służący do przesyłania zapytań dotyczących oferty i usług, który nie stanowi zawarcia umowy ani złożenia zamówienia.
 - Klub/Organizator – klub sportowy, akademie, szkoła sportowa, fundacja, stowarzyszenie albo inny podmiot zamawiający usługi grupowe, warsztaty, webinary lub wsparcie podczas obozów sportowych.
3. Większość usług dla Klientów indywidualnych świadczona jest online. Usługi dla klubów i organizacji sportowych (z wyjątkiem webinarów) realizowane są co do zasady stacjonarnie, chyba że strony ustalą inaczej.
4. Usługi mogą być świadczone osobom pełnoletnim oraz osobom, które ukończyły 14. rok życia – wyłącznie za zgodą rodzica lub opiekuna prawnego.
5. Do korzystania z usług online niezbędne jest urządzenie z dostępem do Internetu, aktywny adres e-mail oraz możliwość korzystania z Google Meet oraz aplikacji Alloweat.

§2. Zakres usług

1. Usługodawca świadczy usługi dietetyczne, obejmujące w szczególności:
 1. Współpracę 1-miesięczną,
 2. Współpracę 3-miesięczną,
 3. Program specjalistyczny „Robienie wagi” dla zawodników sportów walki,
 4. Dostęp do aplikacji Alloweat z fotodziennikiem, bazą przepisów, listą zamienników i zakupów w ramach opłaconych pakietów,
 5. E-booki, webinary oraz materiały edukacyjne (treści cyfrowe),
 6. Warsztaty, szkolenia i wsparcie dla klubów sportowych oraz obozów.
2. Szczegółowy opis poszczególnych usług oraz ich zawartości znajduje się w aktualnej ofercie na stronie internetowej www.zdrowyzawodnik.pl, lub w materiałach przesyłanych Klientowi.
3. Zakres współpracy z klubami, w tym temat, liczba uczestników, miejsce realizacji, termin, sposób realizacji oraz wynagrodzenie, ustalany jest indywidualnie z przedstawicielem klubu lub organizacji.

§3. Ceny usług

1. Ceny usług określone są w cenniku na stronie internetowej www.zdrowyzawodnik.pl. Wszystkie ceny podawane są w złotych polskich (PLN) i stanowią kwoty brutto.
2. Każda usługa wymaga wniesienia 100% opłaty z góry przed rozpoczęciem jej realizacji. Usługodawca nie rozpoczyna świadczenia usług bez uprzedniego zaksięgowania wpłaty.
3. Aktualny cennik usług indywidualnych dostępny jest na stronie internetowej www.zdrowyzawodnik.pl.
4. Usługodawca zastrzega możliwość zmiany cennika. Zmiana nie dotyczy usług już opłaconych przez Klienta.

§4. Zawarcie umowy

1. Umowa pomiędzy Klientem a Usługodawcą zostaje zawarta w momencie:
 1. Wyboru usługi na stronie www.zdrowyzawodnik.pl,
 2. Dokonania pełnej płatności z góry za pośrednictwem systemu płatności elektronicznych Stripe,
 3. Akceptacji niniejszego Regulaminu i wymaganych zgód zdrowotnych.
2. Po dokonaniu płatności Usługodawca kontaktuje się z Klientem z instrukcją rozpoczęcia współpracy (dostęp do aplikacji Alloweat, wyznaczenie terminu rozmowy wstępnej na Google Meet).
3. Usługodawca zastrzega sobie prawo do odmowy zawarcia umowy, odmowy rozpoczęcia świadczenia usługi lub zaprzestania jej dalszej realizacji na dowolnym etapie bez podawania szczegółowych przyczyn, w szczególności w sytuacjach gdy:
 - Usługodawca uzna z innych przyczyn, że nie jest w stanie zapewnić usługi na odpowiednim poziomie lub nie podejmuje się prowadzenia danego przypadku,
 - u Klienta występują wykluczenia zdrowotne lub przeciwwskazania uniemożliwiające bezpieczne i rzetelne prowadzenie opieki dietetycznej, w tym m.in.: wiek poniżej 14. roku życia, ciąża, udział w dyscyplinach ultra, aktywna lub nieleczona postać anoreksji, choroby układu pokarmowego (np. choroba wrzodowa), choroby nerek, wątroby, choroby rzadkie i metaboliczne oraz leczenie onkologiczne,
 - Klient podaje nieprawdziwe, zatajone, niekompletne lub wprowadzające w błąd informacje dotyczące swojego stanu zdrowia, wyników badań, przyjmowanych leków, suplementów, stosowanej diety, stylu życia lub wieku.
4. W przypadku skorzystania przez Usługodawcę z prawa, o którym mowa w niniejszym ustępie, wpłacone przez Klienta środki zostaną zwrócone w całości (jeżeli usługa nie została rozpoczęta) lub w części proporcjonalnej do świadczeń jeszcze niewykonanych (jeżeli usługa została częściowo zrealizowana), przy użyciu tego samego sposobu zapłaty.

§5. Realizacja płatności

1. Płatności realizowane są z góry za pośrednictwem zewnętrznego operatora płatności online Stripe.
2. W przypadku braku skutecznego opłacenia zamówienia usługa nie zostaje uruchomiona.
3. Na życzenie Klienta Usługodawca wystawia rachunek lub fakturę zgodnie z obowiązującymi przepisami.

§6. Realizacja usług i czas odpowiedzi

1. Konsultacje (w wymiarze 30 minut) realizowane są online przez Google Meet.
2. Klient zobowiązany jest do zapewnienia sprzętu i łącza internetowego umożliwiającego udział w spotkaniu online.
3. Pakiety i plany żywieniowe przekazywane są za pośrednictwem aplikacji mobilnej Alloweat.
4. Zasady kontaktu na czacie i czasu odpowiedzi:
 - Współpraca 1-miesięczna oraz 3-miesięczna: kontakt na czacie w aplikacji Alloweat odbywa się na bieżąco. Analiza postępów przeprowadzana jest raz w tygodniu. Czas odpowiedzi w dni robocze wynosi do 24-48 godzin.
 - Program „Robienie wagi”: w trakcie realizacji programu kontakt na czacie realizowany jest z czasem odpowiedzi do 6 godzin (z wyłączeniem godzin nocnych 23:00-06:00).
5. Dni robocze oznaczają dni od poniedziałku do piątku (z wyłączeniem dni ustawowo wolnych od pracy).
6. W przypadku planowanych urlopów Usługodawcy, czas trwania opłaconej współpracy ulega odpowiedniemu przedłużeniu.

§6a. Aplikacja mobilna Alloweat

1. W ramach opłaconych z góry pakietów współpracy Klient otrzymuje dostęp do aplikacji dietetycznej Alloweat na czas trwania danej usługi.
2. Aplikacja Alloweat służy do udostępniania planu żywieniowego, prowadzenia fotodzienniczka posiłków, korzystania z bazy przepisów i listy zamienników oraz do kontaktu tekstowego z dietetykiem.
3. Dostęp do opiekuna w aplikacji wygasa wraz z zakończeniem opłaconego okresu współpracy.
4. Usługodawca nie ponosi odpowiedzialności za przerwy techniczne wynikające z przyczyn leżących po stronie dostawcy aplikacji Alloweat.

§7. Odwołanie i zmiana terminu konsultacji

1. Klient ma prawo zmienić termin zaplanowanej w ramach pakietu konsultacji kontrolnej (30 min) najpóźniej na 48 godzin przed ustalonym terminem.
2. Termin danej konsultacji może zostać przełożony maksymalnie 1 raz.
3. Nieobecność Klienta na spotkaniu online lub odwołanie terminu w czasie krótszym niż 48 godzin przed spotkaniem skutkuje uznaniem konsultacji za odbyta i wykorzystaną w ramach pakietu.

§8. Prawo odstąpienia od umowy

1. Konsument ma prawo odstąpić od umowy w terminie 14 dni bez podania przyczyny, poprzez złożenie oświadczenia na adres e-mail: kontakt@zdrowyzawodnik.pl.
2. Jeżeli na wyraźne żądanie Konsumenta wykonywanie usługi rozpoczęło się przed upływem terminu do odstąpienia od umowy, Konsument ma obowiązek zapłaty za świadczenia spełnione do chwili odstąpienia.
3. Prawo odstąpienia nie przysługuje w odniesieniu do treści cyfrowych niedostarczanych na nośniku materialnym (np. plany żywieniowe, e-booki, aktywacja aplikacji), jeżeli spełnianie świadczenia rozpoczęło się za wyraźną i uprzednią zgodą Konsumenta przed upływem terminu do odstąpienia.

§9. Rezygnacja i zwroty

1. W przypadku rezygnacji z pakietu po rozpoczęciu świadczenia usługi (np. po przeprowadzeniu rozmowy wstępnej lub ułożeniu planu), zwrotowi podlega kwota pomniejszona o wartość świadczeń już wykonanych (przeprowadzona rozmowa, ułożony plan, czas aktywnego dostępu do aplikacji).
2. Zwrot środków następuje przy użyciu takiego samego sposobu zapłaty, jakiego użył Klient (zwrot przez Stripe).

§10. Obowiązki Klienta

1. Klient zobowiązany jest do podawania wyłącznie prawdziwych, rzetelnych i kompletnych informacji na temat swojego stanu zdrowia, przebytych i aktualnych chorób, alergenów, nietolerancji pokarmowych, przyjmowanych leków, suplementów oraz stylu życia.
2. Podanie przez Klienta nieprawdziwych informacji, zatajenie istotnych faktów zdrowotnych lub celowe wprowadzanie Usługodawcy w błąd stanowi rażące naruszenie postanowień Regulaminu. W takim przypadku Usługodawca ma prawo do natychmiastowego zaprzestania świadczenia usługi i rozwiązania umowy z winy Klienta.
3. W sytuacji rozwiązania umowy z przyczyn, o których mowa w ust. 2, zwrotowi podlega wyłącznie kwota pomniejszona o wartość świadczeń już wykonanych (np. przeprowadzoną rozmowę wstępną, ułożony plan żywieniowy, czas aktywnego dostępu do aplikacji), a Usługodawca nie ponosi odpowiedzialności za jakiegokolwiek negatywne skutki zdrowotne wynikające z podania przez Klienta nieprawdziwych danych.
4. Usługi dietetyczne mają charakter edukacyjno-doradczy i nie zastępują leczenia medycznego ani konsultacji lekarskich.
5. Zabrania się udostępniania materiałów cyfrowych, planów żywieniowych i treści z aplikacji osobom trzecim.

§11. Odpowiedzialność Usługodawcy

1. Usługodawca nie ponosi odpowiedzialności za skutki zatajenia przez Klienta informacji o stanie zdrowia.
2. Brak oczekiwanych rezultatów sportowych lub sylwetkowych nie stanowi podstawy do reklamacji, ponieważ efekty końcowe zależą od indywidualnych predyspozycji organizmu oraz zaangażowania Klienta.
3. Usługodawca korzysta z zewnętrznych narzędzi (Stripe, Google Meet, Alloweat) i nie ponosi odpowiedzialności za przerwy techniczne leżące po stronie dostawców tych narzędzi.

§12. Prawa autorskie

1. Materiały, plany żywieniowe, przepisy i e-booki dostarczane Klientowi stanowią własność intelektualną Usługodawcy i są chronione prawem autorskim.
2. Klient może korzystać z nich wyłącznie na własny, osobisty użytek.

§13. Reklamacje

1. Reklamacje należy składać drogą mailową na adres: kontakt@zdrowyzawodnik.pl.
2. Usługodawca rozpatruje reklamacje w terminie do 14 dni od dnia ich otrzymania.
3. Odpowiedź przekazywana jest Klientowi w formie mailowej.

§14. Dane osobowe (RODO)

1. Administratorem danych osobowych jest Natalia Kondeusz, e-mail: kontakt@zdrowyzawodnik.pl.
2. Szczegółowe zasady przetwarzania danych znajdują się w Polityce Prywatności na stronie www.zdrowyzawodnik.pl.
3. Dane dotyczące zdrowia przetwarzane są na podstawie wyraźnej zgody Klienta.
4. Klient ma prawo dostępu do swoich danych, ich prostowania, usunięcia, ograniczenia przetwarzania oraz wniesienia skargi do Prezesa UODO.
5. W przypadku przetwarzania danych przez Usługodawcę w ramach usług online stosowane są następujące adresy e-mail do kontaktu i przetwarzania danych:
 - o dietetyk.nkondeusz@gmail.com
 - o zdrowyzawodnik@gmail.com
 - o kontakt@zdrowyzawodnik.pl
 - o dietetyk@kondeusz.pl

§15. Warsztaty i współpraca z klubami sportowymi

1. Usługodawca realizuje również warsztaty, szkolenia, webinary oraz wsparcie dla klubów sportowych i obozów.
2. Zakres, termin oraz cena ustalane są indywidualnie z Organizatorem, a płatność dokonywana jest na ustalonych warunkach przed realizacją usługi.

NATALIA KONDEUSZ – DIETETYK

Telefon: 666112841

E-mail: kontakt@zdrowyzawodnik.pl

Strona internetowa: www.zdrowyzawodnik.pl

§16. Wykorzystanie opinii i wizerunku

1. Klient może dobrowolnie wyrazić odrębną zgodę na wykorzystanie jego opinii, komentarzy oraz wizerunku (np. zdjęć lub nagrań wideo) w celach promocyjnych, edukacyjnych i marketingowych Usługodawcy, w szczególności na stronie internetowej www.zdrowyzawodnik.pl oraz w mediach społecznościowych.
2. Zgoda, o której mowa w ust. 1, nie jest warunkiem zawarcia umowy ani skorzystania z usług i jest udzielana poprzez osobny checkbox lub odrębne oświadczenie.
3. Klient ma prawo w każdej chwili cofnąć zgodę, bez wpływu na zgodność z prawem wcześniejszego wykorzystania materiałów na podstawie zgody udzielonej przed jej cofnięciem.
4. W przypadku osób małoletnich zgoda na wykorzystanie opinii lub wizerunku wymaga uprzedniej zgody rodzica lub opiekuna prawnego.
5. Materiały wykorzystywane w celach promocyjnych nie mogą naruszać dóbr osobistych Klienta ani być sprzeczne z obowiązującymi przepisami prawa.

§17. Postanowienia końcowe

1. Usługodawca zastrzega sobie prawo do zmiany Regulaminu. Zmiany nie naruszają praw nabytych Klientów przed dniem ich wprowadzenia.
2. W sprawach nieuregulowanych stosuje się przepisy prawa polskiego.
3. Regulamin obowiązuje od dnia 04.08.2026 r.

Załącznik 1

FORMULARZ ODSZKADNIENIA OD UMOWY

(należy wypełnić i odesłać tylko w przypadku chęci odstąpienia od umowy)

Adresat:

Natalia Kondeusz, e-mail: kontakt@zdrowyzawodnik.pl

Ja,, niniejszym informuję o moim odstąpieniu od umowy świadczenia usług dietetycznych/dostarczenia treści cyfrowych zawartej dnia

Imię i nazwisko konsumenta:

Adres konsumenta:

Data zawarcia umowy:

Nazwa usługi/produktu:

Sposób zwrotu płatności:

Podpis konsumenta (jeśli formularz przesyłany jest w wersji papierowej):

Data: