

Regulament HomeClass

Prezentul Regulament face parte integrantă a contractului iar condițiile menționate în cadrul acestuia se aplică părților contractante.

1. Propria răspundere

Participanții trebuie să respecte întotdeauna Regulamentul de Funcționare al HomeClass MedLife, precum și reglementările, politicile sau procedurile, astfel cum acestea vor fi afișate pe site-ul www.sport.medLife.ro, inclusiv în timpul orelor de sport online. Toate aceste reguli, politici, proceduri, fac parte integrantă din prezentul Regulament Funcționare HomeClass MedLife.

Nu este recomandată participarea la cursuri persoanelor care suferă de afecțiuni incompatibile cu activitatea desfășurată. Participarea se face pe propria răspundere. HomeClass MedLife nu se face responsabilă pentru incidentele apărute în timpul sau ulterior exercițiilor desfășurate.

2. Probleme de sănătate

Participanții își vor informa instructorul de la clasă despre sarcină, eventuale probleme de sănătate sau recomandări de la medicul specialist pentru a nu face efort. Dacă participanții au stări de amețală, lipsa de aer, senzație de leșin, vor scădea intensitatea antrenamentului prin marș pe loc/activitate redusă sau vor înceta să facă efort.

Participanții vor lua legătura cu cei în măsura să ofere ajutor medical de urgență oricând au nevoie de ajutor.

3. Programarea

Participanții se pot înscrie la clasele pe săptămânale, cu minim 24 de ore în avans. Numărul de participanți este limitat, iar rezervarea are loc în ordinea înscrierii.

4. Participarea la ora

Participarea la cursuri obligă participantul să respecte o serie de măsuri menite să îmbunătățească desfășurarea cursurilor online, precum:

4.1. Participantul să țină cont de indicațiile primite de la antrenor/terapeut și să urmeze sfaturile acestuia.

4.2. Exercițiile pot fi și este recomandat să fie efectuate de către fiecare, în limitele cunoscute de către

fiecare participant.

4.3. Se vor evita exercițiile care generează dureri sau disconfort accentuat.

4.4. Participantul să specifice antrenorului/terapeutului dacă are sau cunoaște să fi avut afecțiuni de natură medicală, sau contraindicații medicale în ceea ce privește efortul fizic.

4.5. Pe parcursul efectuării exercițiilor participantul se obligă să:

a) mențină camera video deschisă astfel încât antrenorul/terapeutul să îl poată monitoriza,

b) aibă ținută de sport decentă;

c) asculte și să respecte instrucțiunile antrenorului/terapeutului;

d) nu-i deranjeze pe ceilalți participanți la curs;

e) țină microfonul închis. Pornirea acestuia se va face doar în momentul în care va avea de comunicat cu antrenorul/participantul.

4.6. Pentru anumite cursuri vă pot fi solicitate o serie de obiecte, motiv pentru care este recomandat să le

aveți pregătite, precum:

a) Saltea/pătură;

b) Obiecte de diferite greutăți;

c) băț pentru gimnastică;

d) Scaun;

e) Fitball;

f) Prosoape;

g) Apă sau alte lichide pentru hidratare;

5. Substanțe care pot afecta participarea

Este interzisă participarea la cursurile online ale:

5.1. Persoanelor aflate sub influența alcoolului, a substanțelor stimulante sau a medicației antidepresive;

5.2. Persoanelor cu probleme de sanatate care nu au primit în scris acordul medicului.

6. Recomandări

Beți suficientă apă, corpul are nevoie de hidratare în timpul antrenamentului.

Alimentați-vă corespunzător efortului fizic pe care urmează să îl depuneți dar și după acesta. În acest sens

participanții pot solicita informații suplimentare instructorului de la clasă.

7. Fotografierea/înregistrarea cursurilor

Este interzisă efectuarea pozelor și/sau înregistrărilor video/audio de către participanți sau orice altă persoană cu excepția instructorului, caz în care va informa participanții, în cadrul cursurilor online HomeClass MedLife.

Orice încălcare sau tentativă de încălcare a regulamentului se sancționează conform legislației în vigoare

privind drepturile de autor, confidențialității datelor personale și GDPR.

8. Dificultăți de conexiune

8.1. Înregistrarea la clasă în urma primirii datelor de acces se face cu 5-10 minute înainte de ora începerii, iar orice problemă tehnică întâmpinată (conexiune, aplicație, etc) vor fi comunicate instructorului înainte de începerea cursului.

Pentru problemele de natură tehnică care aparțin de HomeClass MedLife se va contacta echipa de suport prin email la sport@medlife.ro.

Problemele de natură tehnică care nu aparțin de HomeClass MedLife nu intră în responsabilitatea HomeClass MedLife.

8.2. Participantul trebuie să se asigure înainte de a participa la cursurile online HomeClass MedLife cu privire la funcționarea aplicației utilizate (versiunea actualizată a acesteia) dar și a resurselor necesare participării. HomeClass MedLife nu se face responsabilă pentru incapacitatea participării din motivele menționate mai sus.

9. Modificări de program

HomeClass MedLife își rezervă dreptul de a interveni și modifica structura programului, urmând să anunțe participanții afectați de către modificarea adusă, în timp util.

10. Anularea programului

HomeClass MedLife își rezervă dreptul de a schimba/înlocui antrenorul/terapeutul în condițiile în care cel stabilit pentru curs nu este disponibil în momentul respectiv.

HomeClass MedLife își rezervă dreptul de anula orice curs care nu îndeplinește numărul minim de participanți, urmând ca cei înscriși să se poată reprograma ulterior.

11. Anularea programării

Anularea unei programări se face cu minim 6 ore înainte de începerea cursului. HomeClass își rezervă dreptul de a contoriza programarea neonorată sau anulată într-un timp mai scurt de 6 ore ca fiind consumată din abonament/pachet.

12. Scopul antrenamentelor.

Clasele de Gimnastică medicală sunt clase de întreținere și nu de recuperare medicală. Pentru recuperare medicală participanții pot solicita informații suplimentare și suport terapeuților.

Clasele de Fitness și Pilates sunt pentru tonifiere, mobilitate, exerciții de respirație - nu pentru performanță.

13. Transmiterea abonamentului

Este interzisă participarea la exerciții a mai multor persoane - pe același abonament/curs achiziționat.

Încredințarea de către Participant a datelor de acces (user/parola/invitație, etc) către o altă persoană, în vederea folosirii acestuia la cursurile HomeClass, atrage după sine rezilierea Abonamentului și sancțiuni, în condițiile prevăzute de regulament.

14. Suspendare abonament

Constituie încălcări ale Regulamentului Intern de Funcționare, ale Termenelor și Condițiilor și ale politicilor interne, regulilor și procedurilor, următoarele acțiuni sau omisiuni: încălcarea regulilor de utilizare pentru participanți, încălcarea Regulamentului privind accesul persoanelor care nu sunt înscrise sau nu au primit datele de acces de la HomeClass MedLife, utilizarea abuzivă a sistemului de programare, încălcarea regulilor sau utilizarea frauduloasă a Regulilor privind Suspendarea Abonamentului, nerespectarea orelor de program pentru participanți, folosirea unui limbaj neadecvat, ofensator, antrenamentul efectuat cu o persoană care nu este înscrisă la curs, comportamentul neadecvat, violența verbală față de un alt Participant sau față de Instructor, nerespectarea regulilor referitoare la efectuarea de fotografii și/sau înregistrări audio/video în cadrul orelor, expunerea părților intime ale corpului în timpul cursului, participarea la exerciții cu mai multe persoane – pe același abonament/curs achiziționat;

În cazul în care Participantul a savârșit vreuna dintre faptele menționate la art. 14. de mai sus, HomeClass MedLife va avea dreptul: I) de a suspenda Abonamentul acestuia, pentru o perioadă

cuprinsă între 1 și 3 luni, în funcție de gravitatea respectivei încălcări; II) de a rezilia Abonamentul, fără a fi necesară punerea în întârziere a Participantului (Abonamentul va fi considerat reziliat de drept – pact comisoriu, conform art. 1553 Cod Civil), caz în care prețul Abonamentului sau orice parte a acestuia va fi reținut de către HomeClass MedLife cu titlul de daune prestabilite.

15. Achiziție și facturare

Achiziționarea de abonamente de către Companie pentru accesul angajaților în calitate de Participanți la HomeClass se va face conform condițiilor contractuale.

Achiziționarea de abonamente sau participări singulare de către Participanți în mod individual la HomeClass se va face conform condițiilor contractuale.

16. Tarife

HomeClass își rezervă dreptul de a modifica tariful privind abonamentele și participarea la cursuri ajustate la condițiile de piață.

17. Întrebări frecvente

Ce este HomeClass?

HomeClass reprezintă un program de antrenamente live accesibile de oriunde.

Cum procedez pentru participare?

Alegi ziua și antrenamentul dorit pentru o sesiune demo de pe www.sport.medlife.ro, iar ulterior poți opta pentru pachetul care ți se potrivește printr-un e-mail la sport@medlife.ro.

De ce instrumente am nevoie pentru participare?

Ai nevoie de aplicația Zoom instalată pe un smartphone/tabletă/PC și de conexiune la internet.

Cum achit?

După ce alegi pachetul potrivit pentru tine, vei primi pe e-mail factura aferentă.

Pot anula înscrierea la curs?

Da. Cu minim 6 ore înainte, anunță-ne printr-un e-mail pe anularesport@medlife.ro, iar noi ne vom ocupa de restul.

Am nelămuriri sau nevoie de informații suplimentare. Cui mă adresez?

Scrive-ne pe sport@medlife.ro, iar noi îți răspundem prompt la orice solicitare.