

## Általános Tájékoztató, Egészségügyi Nyilatkozat, Felelősségvállalás, Szerzői Jogi és Tagsági Feltételek

Jelen dokumentum a Női Online Táncos Mozgásprogram igénybevételének feltételeit tartalmazza; a szolgáltatás használatával, a regisztrációval (belépéssel) a felhasználó kijelenti, hogy annak tartalmát megismerte és elfogadja.

---

### 1. Bevezető

Jelen honlap ([www.lelekoltode.hu](http://www.lelekoltode.hu)) a Női Online Táncos Mozgásprogram videóinak megosztására is szolgál, emellett más tartalmak is megtalálhatók rajta. A mozgásprogramban **táncos elemekkel kiegészített, gimnasztikai erősítő, nyújtó, fittséget fenntartó, kondicionáló feladatsorok**, valamint ezekhez kapcsolódó **instrukciók** találhatóak.

A **Női Online Táncos Mozgásprogram célja**, hogy a táncos és örömteli testmozgást népszerűsítse, és támogassa a résztvevők fizikai, lelki és mentális jólétét.

A szolgáltatás **18 év feletti**eknek szól. 18 év alatti felhasználók csak **szülői felügyelettel** vehetnek részt.

---

### 2. Egészségügyi kockázatok

A táncos mozgásprogram fizikai aktivitással jár, amely **megerőltető lehet**. A részvétel előtt minden résztvevőnek javasolt **orvos vagy gyógytornász tanácsát kikérni**.

A honlap és az oktató **nem nyújt orvosi diagnózist vagy kezelést**; minden információ, instrukció és gyakorlat **csak útmutató jellegű**, nem kötelező.

---

### 3. Saját felelősség

A felhasználó tudomásul veszi, hogy a program fizikai terheléssel jár, és minden gyakorlatot **saját felelősségére** végez.

- Nem kötelező minden gyakorlatot elvégezni.
  - A felhasználó felelős saját fizikai, lelki és mentális állapotának felméréseért, és a saját képességeihez illeszkedő gyakorlatok kiválasztásáért.
  - A felhasználó a videók során **nem lépi túl a saját fizikai teljesítőképességét**.
- 

### 4. Sérülés és kártérítés kizárása

A felhasználó vállalja, hogy **nem nyújt be kártérítési igényt** sem az online táncos mozgásprogram szolgáltatója, sem annak munkatársai vagy partnerei felé **bármilyen sérülés vagy egészségügyi panasz esetén**.

---

### 5. Tagsági Feltételek és Próbaidő

A programhoz **21 napos ingyenes próbaidő** tartozik, amely alatt a felhasználó **kockázatmentesen** kipróbálhatja a női online táncos mozgásprogramot, és eldöntheti, hogy számára megfelelő-e.

A próbaidő lejártá előtt 3 nappal és a lejárat napján a felhasználó **automatikus e-mail értesítést kap**, és dönthet a **tagság folytatásáról**. Amennyiben szeretné fenntartani a tagságát, a felhasználó a

döntéséről **értesíti az oktatót a megadott kapcsolattartási módon, azaz e-mailben ([veledance@gmail.com](mailto:veledance@gmail.com))**. A szolgáltató ezután **további tájékoztatást nyújt a tagság folytatásának feltételeiről**.

Amennyiben a felhasználó a próbaidő lejártát követően **meghosszabbítja a tagságát**, úgy mindig a tagsági időszak lejárta előtt **3 nappal**, valamint a lejárat időpontjában **automatikus e-mail értesítést kap**. Ezen értesítések alapján a felhasználó ismételten dönthet a tagság folytatásáról vagy megszüntetéséről, a fent már említett módon jelezve az oktatónak.

---

## **6. Szerzői jogok és tartalomvédelem**

A honlapon, valamint a női online táncos mozgásprogram keretében elérhető **valamennyi videós és írásos tartalom szerzői jogi védelem alatt áll**.

A tartalmak **másolása, rögzítése, terjesztése, továbbadása, nyilvános megosztása vagy bármilyen formában történő felhasználása a szolgáltató előzetes írásbeli engedélye nélkül szigorúan tilos**.

A felhasználó tudomásul veszi, hogy a hozzáférés **kizárólag saját, személyes használatra** szól.

---

## **Záró rendelkezések**

A szolgáltató fenntartja a jogot, hogy a jelen dokumentum tartalmát egyoldalúan módosítsa. A módosítások a honlapon történő közzététellel lépnek hatályba.

Jelen dokumentum hatályos: 2026. április 4.