

## Sopimusosapuolet:

### Tilaaaja:

Tilaajalla tarkoitetaan henkilöä, joka on tilannut valmennuspalvelun The Process – Health & Performance Oy:n verkkokaupasta ja tilatessaan hyväksynyt palvelun ehdot. Tilaaaja antaa omat tietonsa tilauksen yhteydessä.

### Palvelun tarjoaja (Valmentaja)

The Process – Health & Performance Oy  
Y: 2947573-9  
050 433 91 95  
[info@theprocess.fi](mailto:info@theprocess.fi)

## Sopimuksen tarkoitus:

Tällä sopimuksella sovitaan palvelun tarjoajan ja tilaaajan velvoitteista, hinnasta, maksuehdoista, kestosta sekä muista yksityiskohdista.

## Sopimuksen / Palvelun sisältö:

Ravintovalmennuspaketti sisältää:

Henkilökohtaisen ravintosuunnitelman kuukaudeksi kerrallaan.

Videokonsultointi ja keskustelu 15 minuutin ajan ravintovalmennuksen etenemisestä kahden viikon välein. Konsultaatioista joka toinen on henkilökohtainen keskustelu ja joka toinen on ryhmäkeskustelu. Valmennettava voi halutessaan olla osallistumatta ryhmäkeskusteluun, mikäli kokee ravintoasiat arkaluonteiseksi ja henkilökohtaiseksi. Keskustelun tarkoituksena on selvittää valmennuksen tavoitteiden täyttymisen ongelmakohtia, motivoida valmennettavaa ja myös muokata ravinto-ohjelmaa keskustelun pohjalta.

Jatkuvan ravintovalmennuksen hinta vuonna 2022 on kuukausilaskutuksella 150 € kuukaudessa sisältäen arvonlisäveron. Kuukausilaskutus on voimassa toistaiseksi, eikä kuukausilaskutusta voi laittaa tauolle kesken valmennuskauden.

Maksuehto on kuukauden kolmas päivä tai yksilöidysti sovittuna jokin muu päivä, joka säilyy samana läpi valmennuksen keston. Mikäli asiakkaan automaattimaksu epäonnistuu eräpäivänä, on asiakas velvollinen hoitamaan maksun heti saatuaan maksujärjestelmästä viestin maksun epäonnistumisesta. Pidätämme oikeuden muuttaa palvelun hintaa vuodelle 2023. Mahdollisista hinnanmuutoksista tiedotetaan vähintään 2 kuukautta etukäteen, jolloin valmennettava tilaa palvelun uudella hinnalla sopimuksen jatkuessa. Korttiveloitus ei voi muuttua asiakkaan tietämättä tilauksen ollessa voimassa.

## Asiakkaan vastuut ja velvollisuudet

Ravintovalmennuksella aikaansaadut tulokset ovat pitkälti riippuvaisia säännöllisyydestä ja jatkuvuudesta. Tilaaaja hyväksyy nämä tosiasiat ja sitoutuu noudattamaan ohjelmaa ja yhteisiä sääntöjä mahdollisimman määrätietoisesti ja johdonmukaisesti.

Tilaaaja on velvollinen maksamaan itse mahdolliset valmennukseen liittyvät kulut, kuten matkakulut, ruoka-aineet ja kehonkoostumusmittaukset.

Huolimatta ravinto-ohjelman suunnittelusta Tilaaajan antamiin tietoihin nojaten, todetaan Tilaaajan olevan tietoinen ja itse vastuussa esimerkiksi allergisoiviin ruoka-aineisiin liittyvistä riskeistä. Tilaaaja sitoutuu sopimukseen omalla vastuullaan. Tilaaaja vastaa lisäksi itse omista vakuutuksistaan.

Tilaaaja sitoutuu tiedottamaan valmentajaa muutoksista terveydessään tai muissa ravintovalmennukseen vaikuttavista seikoista.

Ravintovalmennus ei sisällä lääketieteellistä neuvontaa, eikä selkeästi lääketieteen piiriin kuuluvaa ohjausta. Lääkärin vastaanotolle voit hakeutua esimerkiksi [Ortonin liikuntaklinikan kautta](#).

Tilaaja sitoutuu käsittelemään ravinto-ohjelmia luottamuksella ja ravinto-ohjelmien välittäminen muille tahoille on kiellettyä.

## Valmentajan vastuut ja velvollisuudet

Valmentaja sitoutuu valmentamaan Tilaajaa parhaan kykynsä mukaan sekä rakentamaan Tilaajalle hänen yksilöllisiä tavoitteitaan palvelevan ravintokokonaisuuden. Ravinto-ohjelman perustana ovat Tilaajan välittämät tiedot itsestään ja elämäntavoistaan sekä hänen terveys- ja urheiluhistoriansa.

Valmentaja sitoutuu suunnittelemaan ja valmentamaan Tilaajaa sovittujen raamien puitteissa. Valmentaja sitoutuu vastaamaan Tilaajan kysymyksiin ja muokkaamaan ravinto-ohjelmaa tarvittaessa kahden viikon aikavälillä. Valmentaja sitoutuu tiedottamaan Tilaajaa poikkeusjärjestelyistä, kuten lomien, sairastumien tai kilpailumatkojen aiheuttamista muutoksista.

Valmentamisesta vastaa henkilökohtainen valmentaja. Palveluntarjoaja voi kuitenkin siirtää valmennusvastuun toiselle työntekijälle / valmentajalle yhteistyössä tilaajan kanssa.

## Tilaajatietojen käsittely ja luottamuksellisuus

Kaikki valmennukseen liittyvät tiedot ovat luottamuksellisia. Ryhmäkeskusteluissa keskusteltavat asiat tulevat tiedoksi myös muille ryhmäkeskusteluun osallistuville.

## Erimielisyydet ja niiden ratkaiseminen

Kaikki erimielisyydet pyritään ensisijaisesti ratkaisemaan neuvottelulla. Mikäli neuvottelut eivät johda sovintoon yhden (1) kuukauden kuluessa neuvottelujen aloittamisesta, käsitellään erimielisyydet yleisessä alioikeudessa ensimmäisenä astena palveluntarjoajan kotipaikkakunnalla.

## Sopimuksen purku

Sopimus on voimassa jatkuvana ja sen purku-aika on yksi kuukausi. Jos Tilaaja tai Palveluntarjoaja ei halua jatkaa sopimusta, tulee hänen ilmoittaa asiasta ennen tilaajakohtaista valmennuksen kuukausimaksun seuraavaa veloituspäivää, jolloin Tilaaja on vielä velvollinen maksamaan alkavan valmennuskuukauden kuukausimaksun. Valmennussuhteen päättämisestä tulee ilmoittaa kirjallisesti sähköpostiin [info@theprocess.fi](mailto:info@theprocess.fi).

Epäselvyyksien välttämiseksi, muilla tavoin irtisanottuja valmennussuhteita ei lueta irtisanotuiksi. Normaalisti veloituspäivä on kuukauden kolmas päivä, mutta tilaajakohtaisesti päiväksi ollaan voitu sopia myös mikä tahansa muu päivä. Mikäli Tilaaja ei ilmoita palvelusopimuksen purusta ennen seuraavan kuukauden valmennuksen veloituspäivää, on Tilaaja velvollinen maksamaan seuraavan kuukauden veloituksen lisäksi myös sitä seuraavan kuukauden valmennusmaksun normaalisti. Vastaavasti Tilaaja on oikeutettu valmennukseen koko maksamaltaan ajalta.