

ОПИСАНИЕ УСЛУГИ

Общая характеристика услуги

Самозанятый Федоткин Денис Дмитриевич (ИНН: 744723728795) оказывает информационно-консультационные услуги по составлению персонализированных планов питания и нутрициологическому сопровождению через интернет-платформу <https://ru-snet-67ee489733b143210a2a104c-clkid-de6.website>.

Услуга представляет собой разработку индивидуальных рекомендаций по питанию на основе предоставленных клиентом данных о физических параметрах, образе жизни, пищевых предпочтениях и целях в области здоровья.

Состав предоставляемых услуг

В рамках оказания услуг клиенту предоставляется:

1. Индивидуальная консультация (30 минут) - 3000Р:

- Экспресс-анализ текущего рациона питания
- Персональные рекомендации по корректировке питания
- Ответы на конкретные вопросы по питанию и здоровью
- Советы по формированию здоровых пищевых привычек
- Рекомендации по режиму питания
- Возможность доплатежирования при превышении времени (100Р/мин)

2. Разбор питания по дневнику - 2490Р:

- Детальный анализ предоставленного дневника питания
- Оценка калорийности и макронутриентного состава
- Выявление нарушений в режиме питания
- Рекомендации по оптимизации рациона
- Список рекомендуемых и ограничиваемых продуктов
- Примерное меню на 3-5 дней

3. План питания по анализу состава тела - 3990Р:

- Интерпретация данных анализа состава тела
- Расчет индивидуальной потребности в калориях

- Детальное меню на 14 дней с вариациями
- Рекомендации по распределению макронутриентов
- Советы по питьевому режиму
- Рекомендации по физической активности

4. Онлайн-встреча с нутрициологом (60 минут) - 5000Р:

- Комплексный анализ питания и образа жизни
- Постановка реалистичных целей
- Разработка пошагового плана изменений
- Ответы на все вопросы клиента
- Письменные рекомендации по итогам встречи
- Возможность доплатежирования при превышении времени (83Р/мин)

5. Информационные материалы:

- Методические рекомендации по здоровому питанию
- Советы по соблюдению рекомендованного режима питания
- Информация о пищевой ценности продуктов
- Рекомендации по приготовлению здоровой пищи

6. Техническое сопровождение:

- Доступ к личному кабинету на платформе
- Возможность корректировки личных данных и предпочтений
- Техническая поддержка по вопросам использования сервиса
- Консультационная поддержка после предоставления услуг

Условия предоставления услуг

Требования к клиенту:

- Достижение возраста 18 лет
- Предоставление достоверной информации о состоянии здоровья
- Указание актуальных данных о физических параметрах и целях
- Информирование об аллергиях, непереносимости продуктов и хронических заболеваниях

Ограничения услуги:

- Услуга носит исключительно информационно-консультационный характер
- Не является медицинской услугой или лечебным назначением
- Не заменяет консультации врача-диетолога, нутрициолога или других медицинских специалистов
- Не предназначена для лиц с серьезными заболеваниями, требующими специальной диеты

Порядок оказания услуг

1. Регистрация и сбор данных:

- Создание личного кабинета на платформе
- Заполнение анкеты с указанием физических параметров
- Указание целей, пищевых предпочтений и ограничений
- Выбор тарифного плана и оплата услуг

2. Обработка информации и составление плана:

- Анализ предоставленных данных
- Расчет индивидуальных потребностей в питательных веществах
- Формирование персонализированного плана питания или подготовка к консультации
- Размещение материалов в личном кабинете клиента или проведение встречи

3. Предоставление доступа:

- Уведомление о готовности плана питания или назначение времени консультации
- Предоставление доступа к материалам через личный кабинет
- Возможность скачивания и просмотра рекомендаций
- Консультационная поддержка в рамках выбранного тарифа

Сроки оказания услуг

- Консультации проводятся по предварительной записи в согласованное время
- Разбор питания по дневнику: до 48 часов с момента предоставления материалов
- План питания по анализу состава тела: до 2 рабочих дней
- Доступ к услугам предоставляется в течение 24 часов с момента поступления оплаты
- Услуги оказываются на условиях холдирования средств с последующим списанием

Важные уведомления

ВНИМАНИЕ! Планы питания носят рекомендательный характер и не являются медицинскими назначениями. Перед началом следования любому плану питания настоятельно рекомендуется проконсультироваться с врачом, особенно при наличии:

- Хронических заболеваний
- Пищевых аллергий и непереносимости
- Расстройств пищевого поведения
- Беременности и периода лактации
- Возраста до 18 лет

Отказ от ответственности: Исполнитель не несет ответственности за последствия применения предоставленных рекомендаций. Клиент самостоятельно принимает решение о следовании плану питания и несет полную ответственность за возможные последствия.

ВАЖНО: Планы питания, предоставляемые Исполнителем, не являются медицинской рекомендацией. Перед применением Пользователь обязан самостоятельно убедиться в отсутствии противопоказаний и проконсультироваться со специалистом при необходимости.

Система оплаты

Все услуги оплачиваются по системе холдирования средств:

- При заказе услуги средства блокируются на счете клиента
- Списание происходит только после фактического оказания услуги
- Для консультаций: холдирование за 48 часов, списание после проведения
- Для планов и разборов: холдирование на время подготовки, списание при предоставлении результата
- При превышении времени консультаций возможно автоматическое доплатежирование

Интеллектуальная собственность

Все планы питания, методические материалы и рекомендации являются результатом интеллектуальной деятельности исполнителя и защищены авторским правом. Клиент получает право использования материалов исключительно для личных, некоммерческих целей.

Запрещается:

- Передача планов питания третьим лицам
- Коммерческое использование предоставленных материалов
- Публикация или распространение контента без письменного согласия исполнителя

Контактная информация

По всем вопросам, связанным с оказанием услуг, обращайтесь:

- **Email:** fucelin@yandex.ru
 - **Телефон:** +7 (900) 88-74-88
 - **Через форму обратной связи на сайте:** <https://ru-snet-67ee489733b143210a2a104c-clkid-de6.website>
 - **Режим работы:** Пн–Пт с 10:00 до 19:00 (МСК)
-

Настоящее описание услуги является неотъемлемой частью договора-оферты, опубликованного на сайте <https://ru-snet-67ee489733b143210a2a104c-clkid-de6.website>.

Федоткин Денис Дмитриевич

Самозанятый (налог на профессиональный доход)

ИНН: 744723728795