AI и медицинский дисклеймер

Сервис	«Подход»
Оператор	ИП Остапенко Денис Русланович
ИНН / ОГРНИП	321600722530 / 325320000030710
Версия	2026-10-03.v6
Дата редакции	03.10.2026

> **Сервис не является медицинской услугой и не заменяет врача. Искусственный интеллект может ошибаться. При заболеваниях, травмах, боли или противопоказаниях проконсультируйтесь с врачом до начала тренировок.**

1. Статус Сервиса

Сервис «Подход» предоставляет информационно-консультационные материалы в сфере физической культуры, спорта и фитнеса. Сервис не является медицинской организацией, не является медицинским изделием и не оказывает медицинские услуги.

Сервис не предназначен для диагностики, лечения, профилактики заболеваний, медицинской реабилитации, лечебной физкультуры, назначения лекарственных препаратов, лечебного питания или иных медицинских вмешательств.

Сервис предназначен для лиц старше 18 лет.

2. Искусственный интеллект может ошибаться

Планы тренировок, подсказки, объяснения и ответы ИИ-тренера формируются алгоритмами искусственного интеллекта. Рекомендации могут содержать ошибки или не учитывать все обстоятельства пользователя.

Пользователь не должен воспринимать ответы ИИ как медицинское заключение, диагноз, назначение лечения, персональное врачебное предписание или гарантию результата. Итоговое решение о выполнении любого упражнения пользователь принимает самостоятельно.

Исполнитель не гарантирует достижение конкретного результата — изменения веса, объёмов, силовых показателей или иных индивидуальных показателей.

ИИ-функции могут использовать внешние сервисы. Условия обработки данных описаны в Политике обработки персональных данных и соответствующих согласиях. Настоящий документ содержит правила безопасного использования, а не согласие на обработку данных.

3. Когда необходима консультация врача

До начала тренировок необходимо проконсультироваться с врачом, если у пользователя есть или были:

- сердечно-сосудистые заболевания, повышенное давление, боль в груди, одышка;
- диабет, астма, эпилепсия, неврологические состояния;

- грыжи, боли в спине, шее и суставах, травмы коленей, плеч, локтей, запястий, тазобедренных суставов;
- беременность, послеродовой период или иные состояния, требующие медицинского контроля;
- любые ограничения, по которым врач ранее запрещал физическую нагрузку;
- сомнения в безопасности конкретного упражнения или уровня нагрузки.

4. Правила безопасного использования

- начинайте с умеренной нагрузки и не выполняйте упражнение через боль;
- немедленно прекратите тренировку при боли в груди, сильной одышке, головокружении, потере координации, резкой боли, онемении или ухудшении самочувствия;
- не используйте рекомендации Сервиса вместо очного медицинского обследования;
- проверяйте технику выполнения упражнений и используйте безопасные рабочие веса;
- не вводите в Сервис чужие персональные и медицинские данные.

5. Ответственность

Пользователь принимает на себя риски, связанные с физической активностью, и отвечает за самостоятельную оценку своего состояния и соблюдение техники безопасности.

Исполнитель не отвечает за последствия, вызванные нарушением техники безопасности, игнорированием противопоказаний, предоставлением недостоверных данных о состоянии здоровья, самостоятельным изменением программы или выполнением упражнений вне разумной нагрузки.

Настоящий раздел не ограничивает ответственность Исполнителя за вред, причинённый жизни и здоровью пользователя, в случаях, предусмотренных законом.

6. Контакты

Вопросы по настоящему документу и по работе Сервиса: support@podhod.app. Режим работы: понедельник — пятница, 10:00–19:00 МСК.

ИП Остапенко Денис Русланович, ИНН 321600722530, ОГРНИП 325320000030710. Полные реквизиты приведены в Условиях сервиса.