3FLOW

ZÁSADY OCHRANY OSOBNÝCH ÚDAJOV

3FLOW • účinné od 26. 09. 2026 • www.3flow.sk

1. Kto sme a kto spracúva osobné údaje

Webové sídlo www.3flow.sk a obchodná značka 3FLOW sú prevádzkované spoločnosťami V&V Consolidated s. r. o. a HQS s. r. o. Doména www.3flowcoaching.com môže byť presmerovaná na hlavné webové sídlo.

Údaj	Identifikácia
Prevádzkovateľ / poskytovateľ	V&V Consolidated s. r. o. Sídlo: Okružná 510/104, 018 51 Nová Dubnica IČO: 57 480 532 Obchodný register: Sro, vložka 57527/R Deň zápisu: 27. 02. 2026
Prevádzkovateľ / poskytovateľ	HQS s. r. o. Sídlo: Okružná 510/104, 018 51 Nová Dubnica IČO: 56 626 274 Obchodný register: Sro, vložka 55700/R Deň zápisu: 13. 11. 2024

Kontaktné miesto pre otázky o ochrane osobných údajov: hello@3flow.sk • +421 902 096 794

> **V rozsahu, v akom V&V Consolidated s. r. o. a HQS s. r. o. spoločne určujú účely a prostriedky spracúvania údajov pre značku 3FLOW, vystupujú ako spoloční prevádzkovatelia. Pri spracúvaní viazanom výlučne na konkrétnu objednávku, fakturáciu alebo službu môže byť samostatným prevádzkovateľom konkrétny zmluvný poskytovateľ uvedený klientovi.**

2. Aké údaje spracúvame

- identifikačné a kontaktné údaje - meno, priezvisko, e-mail, telefón, adresa a prípadne fakturačné údaje;
- údaje o objednávke a zmluvnom vzťahu - vybraná služba, termín, lokalita, cena, platba, komunikácia a história spolupráce;
- športové a tréningové údaje - výkonnostná úroveň, tréningová história, ciele, výsledky, technické záznamy a údaje z tréningových platforiem, ak ich klient sprístupní;
- údaje o zdravotnom stave a obmedzeniach, ktoré klient dobrovoľne oznámi a ktoré sú potrebné na bezpečné a individuálne poskytnutie služby;
- videozáznamy, fotografie a analytické materiály vytvorené pri osobnom tréningu, analýze, pretekovej asistencii alebo kempoch;
- technické údaje pri návšteve webu - IP adresa, typ zariadenia, prehliadač, logy, identifikátory cookies a údaje o používaní webu;
- údaje z kontaktných, rezervačných alebo objednávkových formulárov;
- údaje súvisiace s marketingovým súhlasom, ak bol udelený.

3. Účely, právne základy a doby uchovávania

Účel	Právny základ	Typická doba uchovávania
Dopyt a predzmluvná komunikácia	predzmluvné opatrenia / oprávnený záujem	spravidla 12 mesiacov od poslednej komunikácie
Objednávka a poskytovanie služieb	plnenie zmluvy	počas zmluvy a následne podľa zákonných lehôt
Účtovníctvo, dane a platby	zákonná povinnosť	podľa účtovných a daňových predpisov, spravidla 10 rokov
Bezpečnosť webu a prevencia zneužitia	oprávnený záujem	podľa nevyhnutnosti, spravidla 6 až 24 mesiacov
Marketingové e-maily	súhlas, prípadne oprávnený záujem v zákonnom rozsahu	do odvolania súhlasu alebo námietky
Analytické a marketingové cookies	súhlas	do odvolania súhlasu alebo podľa životnosti cookie
Zdravotné údaje potrebné na bezpečný tréning	výslovný súhlas alebo iný príslušný právny základ	len nevyhnutne potrebný čas
Fotografie a videá na marketing	výslovný súhlas	do odvolania súhlasu alebo skončenia účelu
Právne nároky	oprávnený záujem	počas plynutia príslušných premlčacích lehôt

4. Kontaktné a objednávkové formuláre

Ak nás kontaktujete cez web, spracúvame údaje, ktoré vyplníte vo formulári, aby sme mohli odpovedať, pripraviť ponuku, rezervovať termín alebo uzatvoriť a plniť zmluvu. Povinné polia majú byť označené. Bez ich vyplnenia nemusí byť možné dopyt alebo objednávku vybaviť.

5. Športové a zdravotné údaje

Pri tréningových plánoch, osobných tréningoch, analýze techniky, pretekovej asistencii alebo kempoch môže byť potrebné poznať údaje o zdravotných obmedzeniach, zraneniach, alergiách, užívaných liekoch alebo iných okolnostiach dôležitých pre bezpečnosť. Tieto údaje spracúvame iba v nevyhnutnom rozsahu a s osobitnou ochranou.

> **Zdravotné údaje neposielajte vo väčšom rozsahu, než je potrebné. Ak ich spracúvanie vyžaduje výslovný súhlas, získame ho samostatne a preukázateľne.**

6. Videozáznamy, fotografie a multimédiá

Videozáznamy a fotografie môžeme vytvárať pri analýze techniky, osobnom tréningu, pretekovej asistencii alebo inom dohodnutom športovom servise. Primárne sa používajú na odborné vyhodnotenie, spätnú väzbu, porovnanie progresu a dokumentáciu služby. Na marketingové alebo verejné zverejnenie

použijeme fotografiu alebo video iba na samostatnom právnom základe, spravidla na základe výslovného súhlasu.

7. Cookies a podobné technológie

Web môže používať cookies a podobné technológie. Nevyhnutné cookies zabezpečujú základné fungovanie a bezpečnosť webu. Analytické, funkčné a marketingové cookies sa použijú iba podľa nastavenia cookie lišty a tam, kde je to potrebné, na základe súhlasu.

- nevyhnutné cookies - fungovanie, bezpečnosť a uloženie nastavení súhlasu;
- funkčné cookies - zapamätanie preferencií a zlepšenie používateľského komfortu;
- analytické cookies - meranie návštevnosti a používania webu;
- marketingové cookies - vyhodnocovanie kampaní alebo personalizácia reklamy, ak sa používajú.

Súhlas možno kedykoľvek zmeniť alebo odvolať cez nastavenia cookies na webe. Nepovinné cookies majú byť blokované do udelenia príslušného súhlasu.

8. Externé služby a vložený obsah

Web môže využívať alebo obsahovať služby tretích strán, ktoré môžu spracúvať technické alebo iné údaje podľa vlastných podmienok. Podľa aktuálneho technického nastavenia môže ísť najmä o:

- WebSupport - registrácia a DNS domén, prípadne e-mailové služby;
- Lovable - technická platforma použitá na vytvorenie a prevádzku webového rozhrania;
- Trustpilot - zobrazovanie reálnych recenzií prostredníctvom TrustBox/widgetu, ak je na webe aktivovaný;
- poskytovateľov videa alebo médií, ak je na stránke vložený externý obsah;
- platobné alebo rezervačné systémy, ak budú na web pripojené.

Pri vloženom obsahu môže tretia strana používať vlastné cookies alebo podobné technológie. Ak ide o nepovinné technológie, ich načítanie má byť podmienené príslušným súhlasom používateľa.

9. S kým môžeme údaje zdieľať

- druhou zo spoločností prevádzkujúcich 3FLOW, ak je to potrebné na spoločnú prevádzku značky alebo poskytnutie služby;
- trénerom a spolupracovníkom, ktorí sa podieľajú na poskytnutí objednanej služby;
- poskytovateľom hostingu, IT podpory, e-mailových, cloudových, rezervačných alebo platobných služieb;
- účtovníkovi, daňovému alebo právnemu poradcovi;
- organizátorom podujatí, športoviskám, ubytovacím alebo dopravným partnerom, ak je to potrebné na výjazd alebo kemp;
- orgánom verejnej moci, ak nám takú povinnosť ukladá zákon.

10. Prenosy mimo EHP

Niektorí poskytovatelia online služieb môžu spracúvať údaje mimo Európskeho hospodárskeho priestoru. V takom prípade sa použije primeraný právny mechanizmus prenosu podľa GDPR, napríklad rozhodnutie o primeranosti alebo štandardné zmluvné doložky, ak sú potrebné.

11. Ako dlho údaje uchovávame

Údaje uchovávame iba počas doby potrebnej na daný účel, plnenie zmluvy, splnenie právnych povinností a ochranu právnych nárokov. Po uplynutí príslušnej lehoty údaje vymažeme alebo anonymizujeme, ak nám ďalšie uchovávanie neukladá zákon.

12. Vaše práva

Za podmienok stanovených GDPR a slovenským zákonom máte najmä právo:

- na prístup k osobným údajom;
- na opravu nepresných alebo doplnenie neúplných údajov;
- na vymazanie údajov, ak sú splnené zákonné podmienky;
- na obmedzenie spracúvania;
- namietať proti spracúvaniu založenému na oprávnenom záujme alebo proti priamemu marketingu;
- na prenosnosť údajov, ak sa uplatní;
- kedykoľvek odvolať súhlas bez vplyvu na zákonnosť predchádzajúceho spracúvania;
- podať návrh alebo sťažnosť na Úrad na ochranu osobných údajov Slovenskej republiky.

Svoje práva môžete uplatniť na adrese hello@3flow.sk. Pred vybavením žiadosti môžeme primerane overiť vašu totožnosť.

13. Automatizované rozhodovanie a bezpečnosť

3FLOW nevykonáva automatizované individuálne rozhodovanie vrátane profilovania, ktoré by malo právne účinky alebo vás podobne významne ovplyvňovalo, pokiaľ vás o tom osobitne neinformuje. Prijímame primerané technické a organizačné opatrenia na ochranu údajov pred stratou, zneužitím, neoprávneným prístupom, zmenou alebo zverejnením.

14. Zmeny zásad a účinnosť

Tieto zásady môžeme aktualizovať najmä pri zmene služieb, používaných nástrojov, právnych predpisov alebo rozdelenia úloh medzi spoločnosťami V&V Consolidated s. r. o. a HQS s. r. o. Aktuálna verzia bude zverejnená na www.3flow.sk.

> **Tieto Zásady ochrany osobných údajov nadobúdajú účinnosť dňa 26. 09. 2026.**