

## FAQ

### **Was ist GYMONDO?**

GYMONDO ist eine Online-Fitness Plattform, die eine umfangreiche Auswahl an professionellen Fitnesskursen bietet. Ähnlich wie in normalen Fitnessstudios bietet GYMONDO alle Werkzeuge, um fit zu werden und sich selbst etwas Gutes zu tun. Die Revolution: Sie entscheiden selbst, wann und wo Sie Ihr individuell zusammengestelltes Training durchführen möchten!

### **Gesundheitshinweise**

Die Nutzung aller GYMONDO-Inhalte geschieht auf Ihre eigene Verantwortung. Voraussetzung für die Nutzung ist ein guter gesundheitlicher Zustand ohne körperliche Beschwerden. Falls Vorerkrankungen oder andere gesundheitliche Risiken bestehen, raten wir Ihnen dringend dazu, vor der Nutzung von GYMONDO einen Arzt aufzusuchen.

Dies gilt insbesondere für folgende gesundheitliche Probleme: Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Lungen- und Atemwegserkrankungen, Wirbelsäulenprobleme, Gelenkbeschwerden, operative Eingriffe, neuromuskuläre Erkrankungen und andere gesundheitliche Einschränkungen.

Für Schwangere und stillende Mütter empfehlen wir ausschließlich die speziellen prä- und postnatalen Programme Hello Babybauch und Bye Bye Babybauch.

Bitte achten Sie bei der Nutzung von GYMONDO stets auf Ihre Gesundheit und hören Sie auf die Signale Ihres Körpers. Falls Sie sich vor, während oder nach der Nutzung von GYMONDO dauerhaft krank oder unwohl fühlen, oder andere gesundheitliche Probleme auftreten, empfehlen wir dringend einen Arzt aufzusuchen und erst dann mit Training und/oder Ernährungsprogramm fortzufahren, wenn Sie wieder gesund und fit sind. Alle von GYMONDO angebotenen Inhalte wie Ernährungsprogramme, Tipps, Videos und Trainingshinweise sind in keinem Fall ein Ersatz für eine ärztliche Beratung, Untersuchung oder Behandlung.

Alle Trainings- und Ernährungskonzepte sind von ausgebildeten Ernährungswissenschaftlern und Fitnesstrainern nach dem aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnisstand entwickelt. Trotzdem kann GYMONDO nicht garantieren, dass alle Inhalte stets auf den neuesten Forschungsständen und Erkenntnissen beruhen.

### **Wie kann ich mein Passwort ändern?**

Das Passwort können Sie unter „Mein Konto“ die Einstellung „Dein Passwort“ auswählen. Danach muss nur noch auf „Passwort ändern“ geklickt und das neue Passwort eingetragen werden. Um die Änderung wirksam zu machen, ist die neue Angabe zu speichern.

### **Ich bekomme eine Fehlermeldung, wenn ich versuche, mich zu registrieren!**

Haben Sie sich möglicherweise bereits bei GYMONDO mit der angegebenen E-Mail-Adresse registriert und besitzen schon einen GYMONDO Account? Sollten Sie bereits einen Account eingerichtet haben,

versuchen Sie bitte, sich erneut einzuloggen oder nutzen die Funktion "Passwort vergessen" im Bereich „Mein Konto“. Besteht die Fehlermeldung weiterhin oder treten andere Probleme bei der Anmeldung auf, dann hilft Ihnen gerne der Kundenservice von GYMONDO. Diesen finden Sie unter „Kontakt“.

### **Was kostet mich die Nutzung von GYMONDO?**

Die Nutzung des Online-Fitness-Studios von GYMONDO ist für Sie komplett kostenfrei. Sie müssen somit keinerlei Kosten vorstrecken, da die Gebühr direkt zwischen mhplus und GYMONDO verrechnet wird.

### **Wie lange kann ich GYMONDO kostenlos nutzen?**

Sie können GYMONDO bis zum 31.12.2019 kostenfrei nutzen. Wenn Sie sich zwischen dem 01.12.2019 und dem 31.12.2019 anmelden, können Sie GYMONDO noch bis zum 31.03.2020 nutzen.

Wenn der bestehende Kooperationsvertrag mit GYMONDO nicht verlängert wird, endet Ihre Mitgliedschaft bei GYMONDO automatisch. Uns ist aber sehr daran gelegen, Ihnen auch über den 31.12.2019 hinaus die Nutzung von GYMONDO zu ermöglichen. Entweder weiterhin kostenlos oder zu einem rabattierten Preis. Ihre mhplus informiert Sie rechtzeitig darüber.

### **Wie funktioniert der Wechsel zur kostenlosen Nutzung?**

Wenn Sie bereits bei GYMONDO Mitglied sind, müssen Sie Ihre Mitgliedschaft fristgerecht kündigen. Danach können Sie sich über die mhplus-Homepage zur kostenlosen Nutzung von GYMONDO registrieren.

Aus technischen Gründen ist es nicht möglich, Ihre bisherigen Erfolge und Daten in das neue Konto zu übernehmen.

### **Muss ich meine Mitgliedschaft bei GYMONDO kündigen?**

Ihre Mitgliedschaft muss weder bei GYMONDO noch bei der mhplus gekündigt werden. Sie können die Mitgliedschaft unter „Mein Konto“ deaktivieren

### **FAQs von GYMONDO**

Bitte beachten Sie auch die FAQs von GYMONDO unter <https://www.gymondo.de/faq/>. Hier werden noch viele weitere Fragen geklärt, die eventuell bei der Nutzung von GYMONDO aufkommen könnten.