Persondatapolitik

Speitzer Fitness ved Mads Speitzer
Ejlskovsgade 11, 5000 Odense C
CVR 43406000 | mads@speitzerfitness.dk

Teksten er senest indholdsmæssigt opdateret 14. oktober 2026.
Denne PDF-udgave er udgivet 5. november 2026 med samlet layout og aktuelle kontaktoplysninger.

Her kan du læse, hvilke oplysninger jeg behandler, hvad de bruges til, og hvordan du bruger dine rettigheder. Afsnittet om Madplan gælder webappen på speitzer-madplan.vercel.app. Andre coachingværktøjer kan have supplerende oplysninger om deres behandling.

Kort om Madplan

Din konto samler dine planer, mål og favoritter på tværs af enheder. Madplansdata opbevares højst 12 måneder efter dit coachingforløbs afslutning og slettes tidligere, når der ikke længere er grundlag for at behandle dem. Skriv til mads@speitzerfitness.dk om indsigt, sletning eller spørgsmål. Politikken er information; den er ikke et samtykke.

1. Hvem er ansvarlig?

Speitzer Fitness ved Mads Speitzer, CVR 43406000, er dataansvarlig. Adresse: Ejlskovsgade 11, 5000 Odense C. Kontakt: mads@speitzerfitness.dk.

2. Oplysninger og formål

Henvendelser og kundeforløb: Navn, e-mail, telefonnummer, adresse og relevante oplysninger i din henvendelse bruges til at besvare spørgsmål, indgå og levere aftaler, administrere forløb og håndtere klager. Oplysningerne kommer som udgangspunkt fra dig.

Betaling og administration: Aftale-, ordre- og fakturaoplysninger bruges til betaling, dokumentation og bogføring.

Træning og kostvejledning: Relevante oplysninger om dine mål, træning og kost bruges til at tilpasse dit forløb. Oplysninger om skader, sygdom og andre helbredsforhold kræver et særskilt behandlingsgrundlag, se afsnit 3.

Studiestatus: Ved studierabat kan nødvendig dokumentation, fx studiekort, studiemail, institution og gyldighedsperiode, bruges til at kontrollere retten til rabatten. Skjul uvedkommende oplysninger.

Nyhedsbrev: Din e-mail bruges til nyhedsbrevet, når du tilmelder dig. Du kan afmelde dig via linket i e-mailen.

3. Speitzer Madplan

Det gemmes på din konto

- Navn, e-mail og et teknisk konto-ID samt oplysninger om invitation, login og adgang til appen.
- Dine energi- og makromål, ændringer i målene og de vægtmålinger, du selv registrerer.
- Madplaner, valgte opskrifter, portioner, registrerede måltider, favoritter, opskriftstags og indkøbsvalg.

- Dine præferencer, herunder valgte allergener og spor, du ønsker at undgå.
- Tekniske oplysninger, fx IP-adresse, browseroplysninger, tidspunkt og drifts- eller fejloplysninger, som behandles ved levering og sikring af tjenesten.

Du indtaster selv dine valg og registreringer. Jeg opretter din adgang ud fra navn og e-mail og administrerer, hvornår den gælder. Konto-ID'et knytter dine data til samme login på telefon og computer. Andre klienter har ikke adgang til dine data.

Oplysningerne bruges til at levere din personlige madplan, beregne næringsindhold, foreslå opskrifter, anvende dine filtre, vise din udvikling og danne indkøbslister. Forslag beregnes ud fra dine valg og opskriftskataloget; der træffes ikke automatiske afgørelser med retsvirkning eller tilsvarende væsentlig betydning for dig.

Grundlaget for behandlingen

Oprettelse af konto, adgang og de almindelige oplysninger, der er nødvendige for at levere den aftalte tjeneste, behandles efter GDPR artikel 6, stk. 1, litra b. Nødvendig teknisk drift, fejlfinding og beskyttelse mod misbrug kan ske efter artikel 6, stk. 1, litra f, på grundlag af min legitime interesse i at levere en sikker tjeneste, når dine interesser ikke går forud.

Vægt, allergivalg og andre kostoplysninger kan efter deres indhold og sammenhæng afsløre helbredsforhold. Behandling af sådanne oplysninger i Madplan forudsætter dit særskilte, udtrykkelige samtykke efter artikel 6, stk. 1, litra a, og artikel 9, stk. 2, litra a. Oplysninger om helbred må først registreres, når dette samtykke er indhentet. Et login eller et klik på denne politik udgør ikke samtykke.

Samtykke til personlig planlægning vælges særskilt i Madplan med et felt, som ikke er markeret på forhånd. Du kan læse opskrifter uden samtykke, mens din adgang er aktiv. Personlige planer, mål, vægtmålinger, favoritter og præferencer kræver samtykke. Jeg gemmer den viste samtykketekst, dens version, tidspunktet og din kontoidentitet som dokumentation for dit valg.

Du kan til enhver tid trække samtykket tilbage under Din konto eller ved at skrive til mig. Funktionen er også tilgængelig efter udløbet eller pauseret adgang. Tilbagetrækning i appen stopper personlig planlægning og sletter dine madplaner, mål, vægtmålinger, favoritter og præferencer fra den aktive Madplan-konto. Login, profil og nødvendig dokumentation for valget bevares særskilt; kontakt mig, hvis du også ønsker kontoen slettet. Dokumentationen bruges kun, så længe det er nødvendigt for at kunne påvise, hvad du har valgt, og håndtere eventuelle krav. Tilbagetrækning påvirker ikke lovligheden af behandling før tilbagetrækningen. Sikkerhedskopier håndteres som beskrevet under opbevaring og sletning.

Lagring på din enhed

Appen gemmer nødvendige loginoplysninger i browserens lokale lager for at holde dig logget ind. Dine gemte klientdata hentes fra din konto. Kopier, du selv downloader med "Hent mine data", ligger på din enhed og skal beskyttes eller slettes af dig. Log ud på delte enheder.

Madplan indeholder ikke indbyggede annonce- eller besøgsanalyseværktøjer i den aktuelle udgave. Dette er adskilt fra hjemmesidens cookievalg og leverandørernes nødvendige driftsoplysninger.

4. Grundlag for øvrige behandlinger

Aftaler og henvendelser om køb behandles efter artikel 6, stk. 1, litra b, når nødvendigt for at indgå eller opfylde aftalen. Bogføring behandles efter artikel 6, stk. 1, litra c, når en retlig forpligtelse kræver det.

Andre henvendelser og krav kan behandles efter artikel 6, stk. 1, litra f, når nødvendigt for den legitime interesse i at besvare henvendelser eller fastlægge, gøre gældende eller forsvare krav, og dine interesser ikke går forud. Nyhedsbrev behandles på grundlag af samtykke efter artikel 6, stk. 1, litra a.

Nødvendig kontrol af studierabat sker som led i aftalen. Opbevaring ud over kontrollen kræver et særskilt grundlag, fx frivilligt samtykke. Et studiekort er ikke i sig selv en særlig kategori efter artikel 9. Helbredsoplysninger i coaching kræver både et grundlag efter artikel 6 og en undtagelse efter artikel 9; samtykke skal indhentes særskilt, hvor det er grundlaget.

5. Opbevaring og sletning

Madplan: Madplaner, mål, vægt, favoritter og præferencer opbevares under dit forløb og højst 12 måneder efter den faktiske afslutningsdato, så dit forløb kan genoptages med historikken, når der fortsat er et gyldigt behandlingsgrundlag. En midlertidig pause er ikke i sig selv en afslutning. Oplysninger slettes tidligere, når de ikke længere er nødvendige, eller grundlaget bortfalder, fx ved tilbagetrækning af samtykke.

12 måneder er en maksimal frist, ikke en begrundelse for at gemme alt i hele perioden. Fristen gælder Madplansdata og erstatter ikke særskilte regler for fx regnskabsbilag. Sletning håndteres administrativt af mig; lukning af din adgang sletter ikke i sig selv oplysningerne. Kontakt mig, hvis du ønsker dem slettet før fristens udløb.

Ved sletning af Madplan fjernes de relevante Madplansdata. Hvis samme login også bruges til en anden aktiv tjeneste, vurderes login og data dér særskilt. En dataeksport kan hentes i appen under aktiv adgang; efter adgangens ophør hjælper jeg med indsigt, eksport og sletning.

Øvrige kundeoplysninger: Oplysninger slettes eller anonymiseres, når de ikke længere er nødvendige. Den hidtidige maksimale periode på 60 måneder efter levering gælder almindelige kundeoplysninger, hvor opbevaringen fortsat er nødvendig og lovlig, ikke Madplansdata. Regnskabsmateriale opbevares som udgangspunkt fem år fra udgangen af det relevante regnskabsår.

Studiedokumentation: Studiekort- eller ID-foto slettes efter verificeringen, senest efter 30 dage. Studiemail og institution kan efter den hidtidige ordning gemmes i op til 12 måneder, hvis du ønsker fortsat studierabat og har samtykket til opbevaringen.

Tekniske logs og sikkerhedskopier har særskilte frister hos leverandørerne. Ved en sletteanmodning skal eventuelle rester i disse systemer også håndteres. Du kan få oplysninger om de konkrete frister og håndteringen ved at kontakte mig; der gives ikke et løfte om øjeblikkelig sletning fra alle sikkerhedskopier.

6. Leverandører og overførsler

Jeg bruger tekniske leverandører til at levere og administrere ydelserne. Databehandlere må kun behandle oplysninger efter instruks og på et relevant aftalegrundlag. Oplysninger sælges ikke til andres markedsføring. Oplysninger kan videregives til myndigheder, når loven kræver det.

- **Simply.com:** Hosting af speitzerfitness.dk.
- **Brevo:** Hjemmesidens nyhedsbrevstilmelding og udsendelse af nyhedsbrev.
- **Supabase:** Madplans login, database og adgangskontrol. Her behandles konto- og madplansdata. Projektets database er placeret i EU-regionen Irland. EU-placeringen er ikke en garanti for, at al behandling, support og teknisk drift bliver inden for EU/EØS.

- **Vercel:** Hosting og levering af Madplans webapp. Vercel kan behandle tekniske besøgs- og driftsoplysninger. Appens gemte madplansdata ligger i Supabase og sendes fra browseren til Supabase.

Supabases databehandleraftale er indarbejdet i deres servicevilkår og gælder automatisk for organisationen; dette er bekræftet i organisationens aftaleoversigt. Vercels databehandleraftale gælder Pro- og Enterprise-planer. Den nuværende Hobby-plan er derfor ikke bekræftet dækket, og aftalegrundlaget skal bringes på plads før klientopstart.

Supabase og Vercel benytter internationale koncernselskaber og underleverandører, og behandling kan ske uden for EU/EØS. Leverandørernes vilkår beskriver overførselsmekanismer, herunder EU-Kommissionens standardkontraktbestemmelser. Det konkrete overførselsgrundlag skal vurderes og dokumenteres; en henvisning til leverandørvilkår erstatter ikke vurderingen af de konkrete overførsler og garantier.

Læs Supabases databehandlervilkår, Supabases oplysninger om dataplacering og Vercels databehandlervilkår. Kontakt mig for oplysninger om det konkrete overførselsgrundlag og en kopi af relevante garantier.

7. Hjemmesidens cookies

Ved besøg på hjemmesiden kan tekniske oplysninger som IP-adresse og browseroplysninger behandles til drift og sikkerhed. Hvor reglerne kræver det, skal du give samtykke til ikke-nødvendige cookies og tilsvarende teknologier. Hjemmesidens cookievalg er adskilt fra samtykke til helbredsoplysninger i coaching og Madplan.

8. Dine rettigheder

Afhængigt af behandlingen og lovens betingelser kan du anmode om indsigt, rettelse, sletning, begrænsning og dataportabilitet. Du kan gøre indsigelse mod behandling på grundlag af legitime interesser og til enhver tid trække et samtykke tilbage.

Skriv til mads@speitzerfitness.dk. Jeg kan bede om nødvendige oplysninger for at kontrollere din identitet. Send ikke din adgangskode eller dit invitationslink. Jeg besvarer som udgangspunkt anmodningen uden unødig forsinkelse og senest inden en måned. Ved en lovlig forlængelse får du besked om årsagen.

“Hent mine data” i appen giver en kopi af din gemte profil og plan. Du kan stadig kontakte mig om yderligere indsigt eller oplysninger, der ikke indgår i eksporten. Retten til sletning kan være begrænset, hvor fortsat behandling er nødvendig på et andet gyldigt grundlag.

Du kan klage til Datatilsynet, hvis du mener, at behandlingen strider mod reglerne.

9. Ændringer

Politikken opdateres, når behandlingen ændrer sig. Ved væsentlige ændringer får berørte klienter relevant information. Nye formål eller funktioner, som kræver samtykke, bliver ikke dækket alene ved at ændre denne tekst.

Madplan udbydes aktuelt som en del af coaching. Denne version beskriver ikke et selvstændigt betalt abonnement eller en særskilt appbutik-app.