



TERMOS DE USO DO APLICATIVO PRORUNNING

IDENTIFICAÇÃO DO RESPONSÁVEL PELO SERVIÇO

Razão social ou nome empresarial: ProRunning Consultoria e Assessoria Esportiva

CNPJ ou CPF: 49.525.741/0001-85

Endereço: Alameda Lorena, 718, Jardins, São Paulo/SP, CEP: 01424-002

Contato de suporte: 55 11 99844-9665

Canal de privacidade e solicitações LGPD: lgpd@prorunning.com.br

Data de vigência: 28 de outubro de 2026

1. Aceitação e escopo

Estes Termos de Uso do aplicativo ProRunning regulam o acesso e a utilização do aplicativo e do site ProRunning, incluindo as áreas de alunos, treinadores e administração, quando disponíveis. Ao criar uma conta, marcar a caixa de aceite ou utilizar os recursos que dependam de cadastro, o usuário declara que leu e aceita estes Termos. Se não concordar, não deverá criar uma conta nem utilizar os recursos sujeitos a eles.

A empresa responsável pelo serviço é ProRunning Consultoria e Assessoria Esportiva, identificada no início deste documento. A relação de consumo e os direitos previstos na legislação brasileira permanecem aplicáveis.

2. Quem pode utilizar o serviço

O cadastro deve ser realizado por pessoa que possa aceitar estes Termos conforme a legislação aplicável. Usuários menores de 18 anos somente poderão utilizar os recursos com autorização e acompanhamento de seu responsável legal, conforme o fluxo e as salvaguardas que a ProRunning disponibilizar. O responsável legal deverá verificar o conteúdo e as permissões aplicáveis antes de autorizar o uso.

O usuário deve fornecer informações verdadeiras, atualizadas e completas. A ProRunning poderá solicitar confirmação de dados necessária à segurança da conta ou à prestação do serviço.

3. Recursos da ProRunning

Conforme o plano contratado e os recursos efetivamente disponibilizados, a ProRunning poderá oferecer programas e planos de treino, acompanhamento por

treinador, calendário de atividades, biblioteca de exercícios, registros manuais de treino, importação de arquivos de atividade, mensagens diretas, mural, depoimentos e compartilhamento de conteúdo pelo usuário.

A disponibilidade, o conteúdo e as condições de cada recurso podem variar conforme o perfil e o plano do usuário. Integrações com serviços externos, como Google, Apple, Garmin, ou outros, somente estarão disponíveis se forem implementadas e apresentadas no aplicativo. O uso dessas integrações também está sujeito às condições dos respectivos fornecedores.

4. Conta, acesso e segurança

O usuário é responsável por manter a confidencialidade de suas credenciais, utilizar mecanismos de autenticação de forma segura e comunicar ao suporte qualquer suspeita de acesso não autorizado. Não deverá compartilhar sua conta ou permitir que terceiros utilizem seu perfil, salvo quando o recurso do serviço prever acesso autorizado.

Os perfis de aluno, treinador e administrador possuem permissões distintas. O usuário não pode tentar acessar dados, áreas ou operações que não estejam autorizados ao seu perfil. A ProRunning poderá suspender sessões e adotar medidas proporcionais para proteger contas e dados.

5. Regras de utilização

O usuário compromete-se a utilizar o serviço de forma lícita, respeitosa e compatível com estes Termos. É proibido:

- utilizar o aplicativo para fraude, assédio, ameaça, discriminação, violação de direitos ou prática ilícita;
- tentar contornar controles de acesso, interferir na segurança ou no funcionamento do serviço ou acessar dados de outra pessoa sem autorização;
- enviar conteúdo malicioso, enganoso, ilegal ou que viole direitos de terceiros;
- copiar, revender, descompilar ou explorar comercialmente conteúdo ou recursos da ProRunning sem autorização, ressalvadas as permissões legais.

6. Orientação de treino e segurança pessoal

A ProRunning oferece recursos de organização e acompanhamento de atividade física. O aplicativo, os planos, os exercícios demonstrativos e as mensagens de treino não constituem diagnóstico, tratamento ou atendimento médico, fisioterapêutico ou de outro profissional de saúde. Nenhum conteúdo substitui avaliação individual por profissional habilitado quando necessária.

O usuário deve fornecer informações relevantes para o acompanhamento, seguir as instruções recebidas com responsabilidade e procurar orientação de profissional de

saúde antes de iniciar ou alterar o exercício quando houver condição de saúde, lesão, dúvida ou recomendação clínica. Deve interromper a atividade e buscar atendimento apropriado diante de dor intensa, mal-estar ou outro sinal preocupante. A ProRunning não garante resultados específicos, que dependem de fatores individuais e da execução do programa.

A anamnese e outras informações de saúde servem às finalidades descritas na Política de Privacidade e no fluxo de consentimento aplicável. Elas não serão usadas para emitir diagnóstico ou recomendação clínica automatizada.

7. Registros de atividade e integrações

O usuário é responsável por conferir os dados de atividade que registrar manualmente ou importar. Arquivos FIT, GPX, TCX ou outros formatos somente serão aceitos quando o aplicativo os suportar. A ProRunning poderá apresentar dados derivados dos registros, identificando-os como cálculos quando aplicável, sem garantir a exatidão de arquivos ou dispositivos de terceiros.

A conexão com serviços externos exige a autorização do usuário e pode envolver o compartilhamento dos dados estritamente necessários para a função escolhida. O usuário pode revogar permissões nas configurações do fornecedor ou no aplicativo, quando essa opção estiver disponível. A sincronização pode depender de compatibilidade, disponibilidade e regras do serviço externo.

8. Conteúdo, mensagens e depoimentos

O usuário mantém os direitos sobre textos, fotos e demais conteúdos que enviar, sem prejuízo dos direitos de terceiros. Ao enviar conteúdo para uma função privada, autoriza a ProRunning a armazená-lo e exibi-lo aos participantes autorizados na medida necessária para oferecer essa função.

Mensagens diretas são destinadas aos participantes da conversa. O usuário não deve presumir que sejam um canal de emergência ou que a outra pessoa responderá imediatamente. O conteúdo pode ser tratado pela ProRunning de modo limitado para funcionamento, segurança, atendimento a solicitações e cumprimento de obrigações legais, conforme explicado na Política de Privacidade. Não haverá acesso administrativo indiscriminado a conversas privadas.

A publicação de depoimento, nome ou imagem na área pública do site exige autorização específica, separada e clara no momento do envio. A aceitação destes Termos, por si só, não autoriza publicação pública de imagem, nome ou depoimento. O usuário poderá solicitar a retirada pelo canal de suporte indicado, sem prejuízo dos prazos técnicos razoáveis para remoção de cópias e backups.

9. Planos, preços, pagamentos e cancelamento

Quando houver planos pagos, o preço, a duração, a periodicidade da cobrança, os recursos incluídos e as regras de renovação serão apresentados antes da contratação. O pagamento poderá ser processado por fornecedor externo, sujeito às condições e à política de privacidade desse fornecedor. A ProRunning não solicita que o usuário envie dados completos de cartão por mensagens diretas.

O usuário poderá cancelar a renovação ou a assinatura pelo meio informado no momento da contratação. O cancelamento interrompe cobranças futuras conforme as condições apresentadas, sem eliminar direitos legais do consumidor. Reembolsos, cancelamentos e o direito de arrependimento serão tratados conforme a legislação aplicável, inclusive o art. 49 do Código de Defesa do Consumidor quando cabível, e as informações exibidas no fluxo de compra.

10. Proteção de dados e compartilhamento de informações

O tratamento de dados pessoais é detalhado em documento separado: a Política de Privacidade da ProRunning, disponível no link Política de Privacidade no rodapé do site/aplicativo ProRunning. Essa política deve identificar o responsável pelo tratamento, os dados utilizados, as finalidades, as bases legais, os prazos de retenção, os destinatários e os canais para exercício de direitos.

A ProRunning poderá tratar dados cadastrais, dados de treino, registros de atividade, mensagens, arquivos enviados e informações de uso para operar a conta, disponibilizar os recursos contratados, oferecer acompanhamento, proteger a segurança do serviço, atender solicitações e cumprir obrigações legais. O compartilhamento com treinadores será limitado aos alunos vinculados a eles e aos dados necessários ao acompanhamento. Prestadores de hospedagem, autenticação, armazenamento, envio de e-mail, pagamento e integrações poderão tratar dados em nome da ProRunning, conforme a Política de Privacidade e contratos aplicáveis.

Dados referentes à saúde, incluindo informações de anamnese, são dados pessoais sensíveis nos termos da LGPD. Seu tratamento seguirá as hipóteses legais aplicáveis e salvaguardas reforçadas; quando utilizado consentimento, ele deverá ser específico, destacado e separado do aceite geral destes Termos. Esses dados não serão usados para publicidade nem compartilhados para finalidade incompatível com a informada ao titular.

O titular poderá exercer os direitos previstos na LGPD, incluindo confirmação e acesso, correção, informação sobre compartilhamento, oposição quando cabível, portabilidade e eliminação nos casos previstos em lei, além de revogar consentimento quando essa for a base utilizada. As solicitações poderão ser encaminhadas a suporte@prorunning.com.br (responsável técnico ProRunning). Algumas informações poderão ser mantidas pelo período necessário ao

cumprimento de obrigações legais, exercício regular de direitos, segurança ou outras hipóteses legais, conforme a Política de Privacidade.

11. Propriedade intelectual

A marca ProRunning, o aplicativo, o site, os textos, as imagens, os materiais de treino, a biblioteca de exercícios e demais elementos fornecidos pela ProRunning são protegidos por direitos de propriedade intelectual. O acesso ao serviço concede ao usuário licença pessoal, limitada, não exclusiva, intransferível e revogável para utilizar os recursos durante o período em que estiver autorizado. Não há transferência de titularidade ao usuário.

12. Serviços de terceiros

Links, integrações e serviços de terceiros são operados por seus próprios fornecedores e regidos por seus termos e políticas. A ProRunning não controla a disponibilidade ou as práticas desses serviços. A existência de uma integração não significa endosso de todo o conteúdo do terceiro nem autoriza o compartilhamento de dados além das permissões concedidas pelo usuário e das finalidades informadas.

13. Disponibilidade, alterações e suspensão

A ProRunning poderá realizar manutenção, corrigir falhas, alterar ou descontinuar recursos por motivos técnicos, de segurança, legais ou operacionais. Sempre que razoável, alterações relevantes serão comunicadas pelos canais disponíveis. A ProRunning adotará medidas compatíveis para manter a continuidade e a segurança, mas não garante funcionamento ininterrupto ou livre de erros.

Em caso de violação destes Termos, risco à segurança, uso fraudulento ou obrigação legal, a ProRunning poderá limitar ou suspender o acesso de forma proporcional e, quando possível, comunicar o motivo e permitir a regularização. O encerramento da conta e a retenção ou exclusão de dados seguirão a Política de Privacidade e a legislação aplicável.

14. Limites de responsabilidade

Nada nestes Termos exclui ou limita direitos que não possam ser afastados pela legislação brasileira, inclusive direitos do consumidor e responsabilidades legais da ProRunning. Na extensão permitida por lei, a ProRunning não responde por falhas causadas exclusivamente por serviços de terceiros, indisponibilidade de conexão do usuário, uso contrário às instruções ou informações incorretas fornecidas pelo próprio usuário, sem prejuízo da análise de cada caso concreto.

15. Alterações destes Termos e contato

A ProRunning poderá atualizar estes Termos para refletir mudanças legais, técnicas ou operacionais. A versão vigente ficará disponível nos Termos de Uso, acompanhada da data de atualização. Mudanças relevantes serão comunicadas por meio adequado; quando exigido, será solicitado novo aceite. O uso após a entrada em vigor de uma versão atualizada estará sujeito às regras legais aplicáveis.

Dúvidas, reclamações e solicitações sobre o serviço podem ser encaminhadas a suporte@prorunning.com.br. Solicitações relacionadas a dados pessoais devem ser enviadas a felippe@prorunning.com.br.

16. Lei aplicável e solução de conflitos

Estes Termos são regidos pelas leis da República Federativa do Brasil. Eventuais conflitos serão submetidos aos órgãos e juízos competentes, respeitadas as regras de competência e de proteção ao consumidor aplicáveis. Nenhuma disposição deste documento impede o usuário de recorrer aos canais administrativos ou judiciais previstos em lei.

Referências legais consultadas

Este modelo considera, entre outras normas aplicáveis, a Lei nº 13.709/2018 (Lei Geral de Proteção de Dados Pessoais — LGPD), a Lei nº 8.078/1990 (Código de Defesa do Consumidor), a Lei nº 12.965/2014 (Marco Civil da Internet) e a Lei nº 8.069/1990 (Estatuto da Criança e do Adolescente), conforme a operação concreta do serviço.

- LGPD — Lei nº 13.709/2018, Portal da Legislação:
https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2018/lei/l13709.htm
- Código de Defesa do Consumidor — Lei nº 8.078/1990, texto compilado:
https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8078compilado.htm
- Estatuto da Criança e do Adolescente — Lei nº 8.069/1990:
https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8069.htm
- ANPD — Direitos dos titulares de dados:
<https://www.gov.br/anpd/pt-br/assuntos/titular-de-dados/direito-dos-titulares>