

06 — Program și abonament

Program și abonament

Q21. Ce este programul X? Pe ce durată?

Răspuns: Bună ☺ Avem mai multe programe, fiecare cu focus diferit. Spune-mi pe care vrei să-l înțelegi mai bine și îți dau detaliile concrete. Pe scurt:

Programe de slăbit / metabolic:

- **Metabolic Reset** — resetare metabolică, alimentație + antrenamente.
- **Anticelulitic Booster** — focus pe celulita și drenaj.
- **Body Transformation Pro** — transformare completă, mai intens.
- **Summer Bikini Body** — sezonier, pregătire pentru vară.

Programe pentru postură și core:

- **Abdomen Plat v1, v2** — pentru zona abdominală.
- **Postura Reginei / Postura 2.0** — pentru postură și spate.
- **Pilates 360 / Pilates de început.**

Programe blânde / recuperare:

- **Recuperare după naștere** — postpartum.
- **Body & Mind Design** — mișcare + minte.
- **Renașterea** — pentru perimenopauză/menopauză (sezonier).

Durata: majoritatea **maratoanelor durează 21 de zile** de antrenamente diferite. După începere, accesul rămâne deschis **31 de zile**, apoi se închide. Pentru abonamentele lunare / anuale / Lifetime, accesul e prelungit conform planului.



Pentru detalii exacte despre un program anume, deschide cabinetul personal → secțiunea programe → vezi descrierea, sau spune-mi pe care vrei să-l afli.

Surse interne

- Frecvență: 11 fire pentru întrebarea generică „ce este”. În practică, întrebările sunt mai degrabă „cât durează”, „ce include” — sub-întrebări care apar în multe alte fire.
- Durate observate: maraton = 21 zile efective, acces deschis 31 zile, curs sezonier = perioada anunțată.
- Programe listate în arhivă: cele de mai sus, plus „Extra Busy”, „Bikini Body” (uneori sub denumiri diferite în campanii).

Q22. Pot pune abonamentul pe pauză / amâna?

Răspuns: Da, înțeleg perfect — viața vine cu surprize ☐☐

Opțiuni:

- **Înghețarea abonamentului** — pentru perioade clare (boală, sarcină, situație personală grea), putem îngheța accesul pe o perioadă determinată (până la 1 an observat în arhivă), apoi îl reactivezi când ești gata.
- **Extinderea perioadei** — dacă, de exemplu, ai pierdut o săptămână din maraton, putem prelungi accesul în loc să-l închidem.

Procedura oficială pentru înghețare:

1. Echipa creează comanda de înghețare în sistem.
2. Primești un mesaj de confirmare: „Salut, abonamentul tău a fost înghețat.”

Important:

- ⚠ Înghețarea **trebuie cerută înainte** ca abonamentul să intre în acțiune sau cât mai devreme — odată ce zilele au trecut, devine mai dificil să recuperăm timpul pierdut.
- Politica exactă (cât de mult se poate îngheța, în ce condiții) — îți confirm cu albinuța ta pentru cazul tău.

Spune-mi te rog:

- Pe cât timp ai vrea să-l îngheți?
- Care e motivul (ca să găsim varianta cea mai potrivită)?

Te conectez imediat cu albinuța ta să confirme și să facă schimbarea.

Surse interne

- Frecvență: 209 fire — una dintre cele mai frecvente teme.
- Cazuri tipice: boală (gripă, internare), sarcină, intervenție chirurgicală, perioadă de stres / lucru intens.
- Politică observată: înghețare flexibilă, în special când e o cauză justă. Important să fie cerută din timp.
- Pattern echipă: empatie + variantă concretă + confirmare cu manager pentru cazuri specifice.
- **Telegram:** cazuri concrete de înghețare confirmate în grupuri (sarcină, intervenție chirurgicală, situații personale grele). Politică de „1 an înghețat” menționată de Iona pentru o utilizatoare cu sarcină.
- **Sursă oficială (scriptul echipei):** „Se creează comanda de înghețare, apoi se transmite mesaj către clientă: «Salut, abonamentul tău a fost înghețat».” —

`_data/team-script.md`.

Q23. Pot trece la un alt program / upgrade?

Răspuns: Bună ☑☑ Da, sigur!

Upgrade pe abonament superior (ex: de la 3 luni la Anual sau Lifetime):

- Plătești **doar diferența** dintre abonamentele tale, nu integral.
- Oferta de upgrade este în general valabilă pe o perioadă limitată (de obicei până la finalul lunii) — îți confirm exact pentru abonamentul tău.

Schimbarea programului în interiorul aceluiași abonament:

- Pentru abonamentele care includ mai multe programe (Complex, Lifetime), poți alege oricare disponibil în cabinet.
- Dacă ai cumpărat un maraton specific și vrei altul, depinde de abonamentul tău — îmi spui exact ce ai și ce vrei și verific.

Vezi ofertele actuale: <https://curs.fitnessmama.ro/oferta>



△ Sumele exacte de upgrade variază în funcție de abonament și de oferta curentă. Nu citi cifre din memorie — verifică sau escaladează.

Surse interne

- Frecvență: 49 fire.
- Exemple observate: 3 luni (63 €) → Anual Start (149 €), achitând doar diferența de 86 €. Sau Lifetime Start (199 €), diferența 136 €. **Aceste sume sunt orientative, NU canonice.**
- Pattern echipă: ofertă pe termen scurt (până la sfârșit de lună), calculează doar diferența.
- **Telegram (ilona, 2026-01-11):** clarificare structură Lifetime — „Exista Lifetime, Lifetime Premium si Lifetime Unlimited. Cel din urma ofera acces nelimitat la toate meniurile si la toate grupurile PRO.” Pentru cifre exacte de upgrade, escaladează către manager.

Q24. Când începe maratonul / programul?

Răspuns: Bună ☐☐

Pentru **maratoanele care le poți începe oricând** (cele standard din abonamentul tău):

- Începi în **dimineța următoare** după ce alegi maratonul din cabinetul personal (apeși „Alege” / „Înregistrare” sub program).
- Vei primi invitație și pe email pentru prima zi.

Pentru **cursurile sezoniere** (ex.: „Renașterea”, ediții speciale):

- Au date concrete de lansare, anunțate cu câteva zile înainte.
- **Preview oficial pentru abonamente Premium și Unlimited:** apar în cabinet cu **aproximativ 3 zile** înainte de start și le poți selecta din rubrica „Alege un maraton”.
- Pentru alte abonamente, cursurile sezoniere se deschid în ziua lansării.

Care program te interesează? Îți spun exact data sau procedura.

Surse interne

- Frecvență: 34 fire.
- Pattern observat: maratoanele non-sezoniere se autodeclanșează la a doua zi după alegere; cursurile sezoniere au date anunțate (ex.: „cursul nou se lansează pe 11 mai”).
- ⚠ Nu inventa date. Verifică sau spune că aștepti confirmarea de la echipă.
- **Sursă oficială (scriptul echipei):** „Dacă ai abonament activ Premium sau Unlimited, vei putea selecta cursul înainte cu aproximativ 3 zile de startul acestuia din cabinetul personal rubrica «Alege un maraton».”

Revision #1

Created 12 May 2026 09:42:20 by David

Updated 12 May 2026 09:42:20 by David