重要提示：请在使用【强者之心网页版】（以下简称“本平台”或“我们”）的服务之前，仔细阅读本用户协议（以下简称“本协议”）。您一旦注册、登录、使用或以任何方式使用本服务，即表示您已充分理解并完全同意本协议的全部内容，并承诺遵守本协议及所有适用的法律法规。如果您不同意本协议的任何条款，请立即停止使用本服务。​​

​​一、 服务定义​​

1.1 本平台仅提供一个在线运动课程配置工具（以下简称“本工具”），允许教练用户创建、编辑、管理和分发运动课程计划（以下简称“课表”）。

1.2 运动员用户可以查看、接收由教练分发的课表。

1.3 本平台本身不生产、编辑或审核任何具体的课表内容，课表内容完全由教练用户独立创建和负责。​​

​​二、 用户身份与责任划分​​

2.1 教练用户（以下简称“教练”）​​

a. 您确认并承诺，您是具备相关资质的专业体育教练或健康专业人士，了解运动科学知识，能够为运动员制定安全、科学、合理的训练计划。

b. 您独立承担由您创建、配置、分发的所有课表内容的全部责任。这包括但不限于课表的科学性、安全性、合理性、有效性以及其对特定运动员的适用性。

c. 您有责任在布置课表前，充分了解运动员的身体健康状况、运动能力、伤病史等信息，并据此制定个性化的训练方案。禁止布置超出运动员合理能力范围的、可能导致受伤的高风险课程。​​

d. 您理解并同意，您与运动员之间存在的任何服务关系或纠纷，均由您与运动员自行解决，与本平台无关。

2.2 运动员用户（以下简称“运动员”）​​

a. 您明确知悉并同意，您从教练处接收的任何课表，其执行与训练完全基于您个人的自愿选择，并自行承担所有风险。

b. 在开始任何训练计划之前，您有责任自行咨询医生或其他合格的医疗专业人员，确认自身身体状况适合该课表所要求的训练强度。​​ 如果您有已知或疑似的心脏病、高血压、关节伤病、怀孕或其他任何可能因运动而加重的健康状况，必须在执行课表前获得医生的许可。​​

c. 您有责任在训练过程中聆听身体的信号，如感到疼痛、眩晕、呼吸困难或其他不适，应立即停止训练并及时就医。

d. 您理解，教练提供的课表仅为建议，您需要根据自身的实时身体状况灵活调整训练强度、时长和内容。

2.3 平台方​​

a. 本平台仅作为技术工具提供方，不涉及任何具体的体育训练指导或医疗服务。我们不对任何课表内容的准确性、科学性、安全性、有效性或适用性作出任何明示或暗示的声明或保证。

b. 本平台不对因以下情况导致的任何直接、间接、附带、特殊、惩罚性或后果性的损害或损失（包括但不限于人身伤害、财产损失、利润损失、数据丢失）承担任何责任：​​

教练配置的课表内容存在错误、不科学或不安全；

运动员未咨询医生或忽视自身身体状况而执行课表；

运动员错误理解或错误执行课表内容；

训练过程中发生的任何意外事故。

c. 本平台无法也不会对每一位教练的资质、每一份课表的内容进行实质性审查。

​​三、 免责声明​​

​​您特此同意，使用本工具和任何课表的风险完全由您自己承担。本服务以“现状”和“可用”的基础提供。本平台明确否认所有明示或暗示的保证，包括但不限于对适销性、特定用途适用性和非侵权性的暗示保证。​​

​​本平台不保证服务不中断、及时、安全或无错误。您从本平台或通过本服务获得的任何口头或书面建议或信息，均不构成未在本协议中明确规定的任何保证。​​

​​四、 知识产权​​

4.1 本工具相关的软件、界面、设计、文案、logo等所有知识产权归本平台所有。

4.2 教练独立创建的课表内容，其知识产权归该教练所有。但教练授予本平台一项全球性、免版税的非独占许可，允许本平台为了提供服务（如存储、分发、展示）而使用、托管、传输其课表内容。

​​五、 隐私政策​​

关于我们如何收集、使用和披露您的个人信息，请参阅我们单独的《隐私政策》。该政策构成本协议的一部分。

​​六、 协议修改与终止​​

6.1 本平台有权根据需要不时地修改本协议的任何条款。一旦条款发生变更，我们将在网站上公布修订后的协议。您继续使用服务即表示您接受修订后的协议。

6.2 本平台有权因任何原因，在不事先通知的情况下，终止向您提供全部或部分服务。

​​七、 适用法律与争议解决​​

7.1 本协议的订立、执行和解释及争议的解决均应适用中华人民共和国法律。

7.2 因本协议引起的或与本协议有关的任何争议，应首先通过友好协商解决；协商不成的，任何一方均有权将争议提交至【本平台运营公司所在地】有管辖权的人民法院诉讼解决。

​​再次重申：运动健身存在固有风险，可能导致受伤。您在使用本工具和任何课表前，已充分了解并自愿承担这些风险。本平台仅为信息传输和技术服务提供者，不承担任何因使用课表内容而产生的责任。​​

​​请根据您的身体状况，谨慎训练，量力而行。​​