



Please find a Spanish translation of our terms of use further below. /// Más abajo encontrarás una traducción al español de nuestros términos de uso.

Privacy Notice

We at HHH, LLC (“we”, “us”, “our”) respect your concerns about privacy.

This Privacy Notice explains how we use any personal data we collect about you and your rights in relation to the information. "Personal data" means any information that identifies you as an individual or is capable of identifying you as an individual.

For the purpose of applicable data protection laws, including the General Data Protection Regulation (the “GDPR”) and the California Consumer Privacy Act (“CCPA”) the data controller is HHH, LLC with email address nick@trainlikealineman.com.

Information covered by this Privacy Notice

This Privacy Notice covers all personal data collected and used by us.

This includes your name, age, postal address, email address, phone number, credit card number, details of the preferences you express to us, your comments and questions, and technical information from the devices you use to access our website. It also includes information on your body and wellbeing, including height, weight (including information on obesity), body statistics, workouts, mood, meals, nutrition and general health and wellbeing, that you decide to disclose to us on this website or through the use of our app, as well as any pictures that you choose to share with us.

Personal Data we obtain

We (and our service providers) collect this personal data from you when you:

- purchase products or services from us, including a coaching subscription.
- submit any information through this website.
- create an account with us, or otherwise sign up for our services.



- opt in to or otherwise receive marketing from us or our representatives.
- choose to participate in our customer feedback surveys.
- communicate with us via third-party social media websites.
- contact us, correspond with us, or otherwise provide information to us.

We also work closely with third parties (such as business partners and analytics providers) and may receive other personal data about you from those third parties, which we may combine with the information you have provided to us. We process all data we obtain from such other sources in accordance with this Privacy Notice.

When you visit our website and/or the app, we (and our service providers) may use cookies and other technologies to automatically collect the following information on you:

- technical information, including your IP address, your login information, browser type and version, device identifier, location and time zone setting, browser plug-in types and versions, operating system and platform, page response times and download errors.
- information about your visit, including the websites you visit before and after our website and products you viewed or searched for.
- length of visits to certain pages, page interaction information (such as scrolling, clicks and mouseovers) and methods used to browse away from the page.

Within our app you may choose to

- record a fitness activity, for example a run. You must first allow the app to access your location. Then the app will access your location data from the moment you start recording the activity until the moment you stop the recording. To ensure that your full activity is recorded, we need to continue to access the location data if the app is in the background during the activity. You can remove the permission at any time by adjusting your device settings.
- import your history of fitness activities from Apple Health or Google Fit. You must first allow the app to access your data from these sources. We will then use Google APIs to receive the information. Our use of information received from Google APIs will adhere to Google API Services User Data Policy, including the Limited Use requirements. You can remove the permission at any time by adjusting your app settings.



How we use the information we obtain

We use the personal data we collect from and about you for the following purposes:

- to set up and manage your online account.
- to provide our services to you, which may include
 - designing tailored meal and workout plans.
 - monitoring changes or adaptations in your body to improve your coaching cycle, and to combine information we receive and collect (e.g. from updates you provide on your body transformation) to provide you with a more personalised experience and to make informed decisions about future coaching to best facilitate your improvement. This also provides vital statistics which we use to better understand the efficacy of different approaches to dieting and workouts.
 - a history of your fitness activities, including (where eligible) duration, distance, speed, activity type and heart rate, as well as an overview of your fitness progression.
 - access to the chat functionality, including a group chat with other clients, where you may post and communicate.
- to provide you with information about our products and services (provided you have either consented to this or we by other means are allowed to reach out to you for marketing purposes).
- to process your payments.
- to keep our website safe and secure.
- to keep an up-to-date suppression list where you have asked not to be contacted, in order for us to not inadvertently re-contact you.
- to notify you of any changes to our services that may affect you.
- to comply with our legal obligations to keep internal (financial) records.

The legal bases for which we collect, use, transfer or disclose your personal data include:

- the performance of our contract obligations with you (see article 6(1)(b) of the GDPR).
- our legitimate interests (see article 6(1)(f) of the GDPR), which include: improving our offerings as a business; personalising our services and interactions with you, to better meet your needs as a customer; and detecting and preventing fraud.
- compliance with our legal obligations (see article 6(1)(c) of the GDPR).
- to the extent we send you information on our products and services for marketing purposes, we will either ask for your consent (in accordance with article 6(1)(a) of the GDPR) before



processing your information in this way or process your personal data based on our legitimate interests (in accordance with article 6(1)(f) of the GDPR - the legitimate interests are stated above).

Pictures that you choose to share with HHH, LLC are used by us solely for tracking your progress and will never be shared on our website or social media unless you give your explicit consent hereto.

The use of consent for processing of your health data

In order for us to be able to deliver customized meal- and workout plans to you, we may process certain health data provided by you, including information on allergens, information that might reveal obesity or specific injuries or other relevant information related to your physical or mental health status. The legal basis for our processing of your health information is Article 9 (2) a) cf. Article 6 (1) b) of the GDPR, which means that we will ask you for your explicit consent to allow us to process your health data prior to you becoming a client with us. Further, you may choose to make certain information public yourself e.g. by sharing personal information with us directly or to other people through the group chat. In this case, the legal basis is Article 9, (2) e) cf. Article 6 (1) b) of the GDPR.

You may at any time withdraw your consent to us processing your health data. However, you should be aware that if we are prevented from processing relevant personal data, including information on any allergens, information that might reveal obesity or specific injuries or other relevant information related to your physical or mental health status, we will not be able to provide you with our services (customized meal- and workout plans based on your unique needs).

Third Parties, including processing by Lenus eHealth ApS

The security of your personal data is extremely important to us. We do not sell your personal data to any third parties, and we never will.

Access to your personal data is only provided to carefully selected third parties, including:

- our service providers who help us to provide our services to you, such as our infrastructure and IT service providers. These include Lenus eHealth ApS and Stripe, who support our business by providing technical infrastructure services, analysing product performance,



providing technical assistance and facilitating payments. We note therefore that Lenus eHealth ApS may process your personal data as data processor on behalf of us. However, Lenus eHealth ApS may also act as an independent data controller in limited cases. You can read more about Lenus eHealth's processing of your personal data as data controller (including cookies) here: <https://lenusehealth.com/privacy-policy/>. You can read more about Stripe's processing of your personal data as a data processor here: <https://stripe.com/en-dk/privacy>.

- our regulators, or organisations to whom we are required to disclose your personal data by law.
- third parties connected with business transfers, such as in connection with a reorganisation, restructuring, merger, acquisition or transfer of assets, provided that the receiving party agrees to treat your personal data in a manner consistent with this Privacy Notice.

Our website may, from time to time, contain links to and from the websites of our partners, or affiliates. If you follow a link to any of these websites, please note that these websites have their own privacy notices and that we have no control over how they may use your personal data. You should check the privacy notices of third party websites before you submit any personal data to them.

How long we retain your personal data for

Your personal data will only be stored for as long as necessary for the purposes for which they were collected and only to the extent permitted by applicable laws. When we no longer need to use your information, we will remove it from our systems and records and / or take steps to promptly anonymise it so that you can no longer be identified from it (unless we need to keep your information to comply with legal or regulatory obligations to which we are subject).

We adhere to the retention periods listed in the below table. As a general rule, we erase or anonymise your personal data according to the time limits stated below unless it is necessary that we continue to store them, e.g. for the purpose of particular cases or the like.

Processing purposes	Retention period
Management of your account	12 months after your last activity



Delivery of coaching services	12 months after your last activity
Marketing purposes	12 months after your last activity
Payment purposes	60 months after your last activity
E-mails to/from you (notifications)	6 months after your last activity
Mandatory recordkeeping	60 months after your last activity

Third country data transfers

The personal data that we collect from you may be transferred to, and stored at, a destination outside the European Economic Area ("EEA"). It may also be processed by staff operating outside the EEA and who work for us or for one of our service providers.

We will take all steps reasonably necessary to ensure that your personal data is treated securely and in accordance with this Privacy Notice and applicable data protection laws, including, where relevant, entering into EU standard contractual clauses (or equivalent measures) with the party outside the EEA receiving the personal data.

Keeping your information secure

We have implemented technical and organisational security measures in an effort to safeguard personal data in our custody and control. Such measures we have implemented include, limiting access to personal data only to employees and authorised service providers who need to know such information for the purposes described in this Privacy Notice, as well as other technical, administrative and physical safeguards.

While we endeavour to always protect our systems, sites, operations and information against unauthorised access, use, modification and disclosure, due to the inherent nature of the Internet as an open global communications vehicle and other risk factors, we cannot guarantee that any information, during transmission or while stored on our systems, will be absolutely safe from intrusion by others,



such as hackers.

To provide you with increased security, certain personal data stored in your online account is only accessible via your username and password. You are responsible for maintaining the confidentiality of your online account credentials, and we strongly recommend that you do not disclose your online account username or password to anyone. We will never ask you for your password in any unsolicited communication. Please notify us immediately (see "Contact us" section below) of any unauthorised use of your online account credentials or any other suspected breach of security.

Your Personal Data Rights

You have various rights in connection with our processing of your personal data:

- **Access.** You have the right to request a copy of the personal data we are processing about you, which we will provide back to you in electronic form.
- **Rectification.** You have the right for any incomplete or inaccurate personal data that we process about you to be rectified.
- **Deletion.** You have the right to request that we delete personal data that we process about you, except we are not obligated to do so if we need to retain such data in order to comply with a legal obligation or to establish, exercise or defend legal claims.
- **Restriction.** You have the right to restrict our processing of your personal data where you believe such data to be inaccurate, our processing is unlawful or that we no longer need to process such data for a particular purpose. Where we are not able to delete the data due to a legal or other obligation or because you do not wish for us to delete it, we would mark stored personal data with the aim of limiting particular processing for particular purposes in accordance with your request, or otherwise restrict its processing.
- **Objection.** Where the legal justification for our processing of your personal data is our legitimate interest, you have the right to object to such processing on grounds relating to your particular situation. We will abide by your request unless we have compelling legitimate grounds for the processing which override your interests and rights, or if we need to continue to process the data for the establishment, exercise or defence of a legal claim.
- **Withdrawing Consent.** Where we process certain personal data on the basis of your consent, you have the right to withdraw your consent, including with regard to direct marketing. In relation to the consequences of your withdrawal of consent for us to process your health data, please see above under "The use of consent for processing of your health data".



If you wish to exercise one or more of the above rights, please contact us with your request at nick@trainlikealineman.com, and include your name, email and postal address, as well as your specific request and any other information we may need in order to provide or otherwise process your request.

In some situations, we may refuse to act or may impose limitations on your rights, as permitted by law. Before we can provide you with any information or correct any inaccuracies, we may ask you to verify your identity and/or provide other details to help us respond to your request. For the exercise of your rights, please contact us using the contact information provided below in the “How to Contact Us” section.

In all cases, you have a right to file a complaint with your local data protection authority if you believe that we have not complied with applicable data protection laws.

United States - California

If you are a consumer located in California, we process your personal data in accordance with the California Consumer Privacy Act (CCPA). This section provides additional details about the personal information we collect and use for purposes of CCPA.

a. How We Collect, Use, and Disclose your Personal Information

The **Personal Data We obtain** section describes the personal information we may have collected about you within the last 12 months, including the categories of sources of that information. We collect this information for the purposes described in the **How we use the information we obtain** section. We share this information as described in the **Third Parties, including processing by Lenus eHealth ApS** section.

b. Your CCPA Rights and Choices

As a California consumer and subject to certain limitations under the CCPA, you have choices regarding our use and disclosure of your personal information:

- **Exercising the right to know:** You may request the following information about the personal information we have collected about you:
 - the categories and specific pieces of personal information we have collected about you;
 - the categories of sources from which we collected the personal information;



- the business or commercial purpose for which we collected the personal information;
 - the categories of third parties with whom we shared the personal information; and
 - the categories of personal information about you that we disclosed for a business purpose, and the categories of third parties to whom we disclosed that information for a business purpose.
- **Exercising the right to delete:** You may request that we delete the personal information we have collected from you, subject to certain limitations under applicable law.
 - **Exercising the right to opt-out from a sale:** You may request to opt out of any “sale” of your personal information that may take place. We do not use, share, rent or sell the personal information of our customers for interest-based advertising. We do not sell or rent the personal information of our customers or our site visitors.
 - **Non-discrimination:** The CCPA provides that you may not be discriminated against for exercising these rights.

How to contact us

If you have any questions about this Privacy Notice and/or about the privacy policies and practices of our service providers, please contact us at nick@trainlikealineman.com.

Last updated: 5/24/2022

Aviso de privacidad

En HHH, LLC ("nosotros", "nos", "nuestro") respetamos sus inquietudes con respecto a la privacidad.

Este Aviso de privacidad explica cómo usamos los datos personales que recopilamos sobre usted y



sus derechos en relación con la información. "Datos personales" hace referencia a cualquier información que le identifique como individuo o que pueda identificarle como tal.

A efectos de las leyes de protección de datos aplicables, incluido el Reglamento General de Protección de Datos (el "RGPD") y la Ley de Privacidad del Consumidor de California ("CCPA"), el controlador de datos es HHH, LLC con dirección de correo electrónico nick@trainlikealineman.com.

Información cubierta por este Aviso de privacidad

Este Aviso de privacidad cubre todos los datos personales recopilados y usados por nosotros.

Esto incluye su nombre, edad, dirección postal, dirección de correo electrónico, número de teléfono, número de tarjeta de crédito, detalles de las preferencias que nos expresa, sus comentarios y preguntas y la información técnica de los dispositivos que usa para acceder a nuestro sitio web. Asimismo, incluye información sobre su cuerpo y bienestar, incluida la estatura, el peso (incluida la información sobre la obesidad), las estadísticas corporales, los ejercicios, el estado de ánimo, la alimentación, la nutrición y la salud y el bienestar en general, que decida revelarnos en este sitio web o a través del uso de la aplicación, así como cualquier fotografía que decida compartir con nosotros.

Datos personales que obtenemos

Nosotros (y nuestros proveedores de servicios) recopilamos estos datos personales de usted cuando usted:

- compra productos o servicios de nosotros, incluida una suscripción de entrenamiento.
- envía cualquier información a través de este sitio web.
- crea una cuenta con nosotros o se registra en nuestros servicios.
- solicita o recibe de cualquier otro modo nuestra publicidad o la de nuestros representantes.
- participa en nuestras encuestas de opinión de clientes.
- se comunica con nosotros a través de sitios web de redes sociales de terceros.
- se comunica con nosotros o nos proporciona información de otro modo.

También trabajamos en estrecha colaboración con terceros (como socios comerciales y proveedores de análisis) y podemos recibir otros datos personales sobre usted de esos terceros, que podemos combinar con la información que nos ha proporcionado. Procesamos todos los datos que obtenemos de dichas otras fuentes de conformidad con este Aviso de privacidad.

Cuando visita el sitio web y/o la aplicación, nosotros (y nuestros proveedores de servicios) podemos



usar cookies y otras tecnologías para recopilar automáticamente la siguiente información sobre usted:

- información técnica, incluida la dirección IP, información de inicio de sesión, el tipo y la versión del navegador, el identificador de dispositivo, la configuración de ubicación y el huso horario, los tipos y las versiones de complementos del navegador, el sistema operativo y la plataforma, los tiempos de respuesta de la página y los errores de descarga.
- información sobre su visita, incluidos los sitios web que visita antes y después de visitar nuestro sitio web y los productos que ha visto o buscado.
- la duración de las visitas a determinadas páginas, la información sobre la interacción con las páginas (como los desplazamientos, los clics y los mouseovers) y los métodos usados para salir de la página.

En la aplicación, puede elegir entre

- registrar una actividad de entrenamiento personal, por ejemplo, una carrera. Primero debe permitir que la aplicación acceda a su ubicación. A continuación, la aplicación accederá a sus datos de ubicación desde el momento en que empiece a registrar la actividad hasta el momento en que detenga el registro. Para garantizar que se registre toda su actividad, necesitamos seguir accediendo a los datos de ubicación si la aplicación está en segundo plano durante la actividad. Puede eliminar el permiso en cualquier momento ajustando la configuración de su dispositivo.
2. importar tu historial de actividades de fitness desde Apple Health o Google Fit. Primero debes permitir que la aplicación acceda a tus datos desde estas fuentes. A continuación, utilizaremos las API de Google para recibir la información. El uso que hagamos de la información recibida de las API de Google se ajustará a la Política de Datos de Usuario de los Servicios API de Google, incluidos los requisitos de uso limitado.

Cómo usamos la información que obtenemos

Usamos los datos personales que recopilamos sobre usted para los siguientes fines:

- para configurar y administrar su cuenta en línea.
- para proporcionarle nuestros servicios, que pueden incluir
 - diseñar planes de alimentación y rutinas personalizadas.
 - controlar los cambios o las adaptaciones en su cuerpo para mejorar su ciclo de



entrenamiento y combinar la información que recibimos y recopilamos (por ejemplo, desde actualizaciones que proporciona sobre la transformación de su cuerpo) para ofrecerle una experiencia más personalizada y tomar decisiones informadas sobre el futuro entrenamiento para facilitar su avance. Esto también proporciona estadísticas vitales que usamos para comprender mejor la eficacia de los diferentes enfoques de la dieta y el ejercicio.

- un historial de sus actividades de entrenamiento personal, que incluye (cuando sea posible) la duración, la distancia, la velocidad, el tipo de actividad y la frecuencia cardíaca, así como una visión general de su progreso físico.
- acceso a la función de chat, incluido un chat de grupo con otros clientes, en el que puede publicar y comunicarse.
- para proporcionarle información sobre nuestros productos y servicios (siempre que haya otorgado su consentimiento para ello o que podamos ponernos en contacto con usted por otros medios con fines de mercadotecnia).
- para procesar sus pagos.
- para mantener nuestro sitio web seguro y protegido.
- para mantener una lista de supresión actualizada cuando haya solicitado que no se comuniquen con usted, para que no nos volvamos a poner en contacto con usted inadvertidamente.
- para notificarle cualquier cambio en nuestros servicios que pueda afectarle.
- para cumplir con nuestras obligaciones legales de mantener registros internos (financieros).

Las bases legales para las que recopilamos, usamos, transferimos o divulgamos sus datos personales son, entre otras:

- el cumplimiento de nuestras obligaciones contractuales con usted (véase el Artículo 6, apartado 1, letra b) del RGPD).
- nuestros intereses legítimos (véase el Artículo 6, apartado 1, letra f) del RGPD), que incluyen: mejorar la oferta como empresa; personalizar nuestros servicios e interacciones con usted, satisfacer mejor sus necesidades como cliente; y detectar y evitar el fraude.
- el cumplimiento de nuestras obligaciones legales (véase el Artículo 6, apartado 1, letra c) del RGPD).
- en la medida en que le enviemos información sobre los productos y los servicios con fines de mercadotecnia, solicitaremos su consentimiento (de conformidad con el Artículo 6, apartado 1, letra a) del RGPD) antes de procesar su información de esta manera o sus datos personales en función de nuestros intereses legítimos (de conformidad con el Artículo 6, apartado 1, letra f) del RGPD; los intereses legítimos se indican anteriormente).



Usamos las imágenes que elija compartir con HHH, LLC únicamente para hacer un seguimiento de su progreso y nunca las compartiremos en nuestro sitio web o en las redes sociales a menos que otorgue su consentimiento explícito al respecto.

Uso del consentimiento para el procesamiento de sus datos de salud

Con la finalidad de ofrecerle planes personalizados de comidas y ejercicios, podemos procesar ciertos datos de salud que nos proporcione, incluida información sobre alérgenos, información que podría revelar obesidad o lesiones específicas u otra información relevante relacionada con su estado de salud física o mental. La base legal para el procesamiento de su información médica es el Artículo 9 (2) a) cf. Artículo 6, apartado 1, letra b) del RGPD, lo que significa que le pediremos su consentimiento explícito para procesar sus datos de salud antes de que se convierta en nuestro cliente. Además, puede optar por hacer pública cierta información, por ejemplo, compartiendo información personal con nosotros directamente o con otras personas a través del chat de grupo. En este caso, la base legal es el artículo 9, (2) e) cf. artículo 6 (1) b) del GDPR.

Puede retirar en cualquier momento su consentimiento para que procesemos sus datos de salud. Sin embargo, debe saber que si se nos impide procesar datos personales relevantes, incluida información sobre cualquier alérgeno, información que pueda revelar obesidad o lesiones específicas u otra información relevante relacionada con su estado de salud física o mental, no podremos proporcionarle nuestros servicios (planes personalizados de comidas y ejercicios basados en sus necesidades únicas).

Terceros, incluido el procesamiento por parte de Lenus eHealth

La seguridad de sus datos personales es extremadamente importante para nosotros. No vendemos sus datos personales a terceros y nunca lo haremos.

El acceso a sus datos personales solo se proporciona a terceros cuidadosamente seleccionados, entre ellos:

- nuestros proveedores de servicios que nos ayudan a brindarle servicios, como la infraestructura y nuestros proveedores de servicios de TI. Entre ellos se incluyen Lenus eHealth ApS y Stripe, que apoyan nuestro negocio proporcionando servicios de infraestructura técnica, de análisis del rendimiento del producto, asistencia técnica y gestión de pagos. Por lo



tanto, señalamos que Lenus eHealth ApS puede actuar en nuestro nombre para procesar sus datos personales. Sin embargo, Lenus eHealth ApS también puede actuar como controlador de datos independiente en ciertos casos. Puede obtener más información sobre el procesamiento de los datos personales por parte de Lenus eHealth como responsable del procesamiento (incluidas las cookies) aquí: <https://lenusehealth.com/privacy-policy/>. Puede obtener más información sobre el procesamiento de los datos personales por parte de Stripe aquí: <https://stripe.com/en-dk/privacy>.

- los reguladores o las organizaciones a los cuales la ley nos obliga a revelar sus datos personales.
- terceros relacionados con transferencias comerciales, como una reorganización, una reestructuración, una fusión, una adquisición o una transferencia de activos, siempre que la parte receptora acepte tratar sus datos personales de conformidad con este Aviso de privacidad.

Nuestro sitio web puede, ocasionalmente, contener vínculos hacia y desde los sitios web de nuestros socios o filiales. Si sigue un vínculo a cualquiera de estos sitios web, tenga en cuenta que estos tienen sus propios avisos de privacidad y que no tenemos control sobre el uso que hagan de sus datos personales. Debe revisar los avisos de privacidad de los sitios web de terceros antes de enviarles cualquier dato personal.

Cuánto tiempo conservamos sus datos personales

Los datos personales solo se almacenarán durante el tiempo que sea necesario para los fines para los que se recopilaron y solo en la medida permitida por las leyes aplicables. Cuando ya no necesitemos usar su información, la eliminaremos de los sistemas y los registros y/o tomaremos medidas para anonimizarla rápidamente para que ya no sea posible identificarle a través de ella (a menos que necesitemos conservar su información para cumplir con las obligaciones legales o reglamentarias a las que estamos sujetos).

Nos sujetamos a los períodos de conservación que se enumeran en la siguiente tabla. Como regla general, borramos o anonimizamos los datos personales de acuerdo con los límites de tiempo establecidos a continuación, a menos que sea necesario seguir guardándolos, por ejemplo, para casos particulares o similares.

Finalidades del procesamiento	Período de conservación
--------------------------------------	--------------------------------



Gestión de su cuenta	12 meses después de su última actividad
Prestación de servicios de entrenamiento	12 meses después de su última actividad
Fines de mercadotecnia	12 meses después de su última actividad
Efectos de pago	60 meses después de la última actividad
Correos electrónicos que reciba o envíe (notificaciones)	6 meses después de la última actividad
Mantenimiento de registros obligatorio	60 meses después de la última actividad

Transferencias de datos a otros países

Los datos personales que recopilamos sobre usted pueden transferirse y almacenarse en un destino fuera del Espacio Económico Europeo ("EEE"). También puede procesarse por personal que opere fuera del EEE y que trabaje para nosotros o para uno de nuestros proveedores de servicios.

Tomaremos todas las medidas razonablemente necesarias para garantizar que sus datos personales se traten de forma segura y de acuerdo con este Aviso de privacidad y con las leyes de protección de datos aplicables, incluida, cuando corresponda, la celebración de cláusulas contractuales estándar de la UE (o medidas equivalentes) con la parte que recibe los datos personales que se encuentra fuera del EEE.

Conservación de su información segura

Hemos implementado medidas de seguridad técnicas y organizativas en un esfuerzo para proteger los datos personales que se encuentran bajo nuestra custodia y control. Estas medidas que hemos implementado incluyen limitar el acceso a los datos personales solo a los empleados y los proveedores de servicios autorizados que necesitan conocer dicha información para los fines descritos en este Aviso de privacidad, así como otras medidas de seguridad técnicas, administrativas y físicas.

Aunque nos esforzamos por proteger siempre los sistemas, los sitios, las operaciones y la información



contra el acceso, el uso, la modificación y la divulgación no autorizados, debido a la naturaleza inherente de Internet como vehículo mundial abierto de comunicaciones y a otros factores de riesgo, no podemos garantizar que ninguna información, durante la transmisión o mientras esté almacenada en nuestros sistemas, esté absolutamente segura contra intrusiones de terceros, como hackers.

Para proporcionarle una mayor seguridad, solo podrá acceder a determinados datos personales almacenados en su cuenta en línea a través del nombre de usuario y contraseña. Usted es responsable de mantener la confidencialidad de los datos de acceso a su cuenta en línea y le recomendamos encarecidamente que no revele su nombre de usuario o contraseña a nadie. Nunca le pediremos su contraseña en una comunicación no solicitada. Notifíquenos inmediatamente (consulte la sección "Comuníquese con nosotros" que se encuentra más adelante) cualquier uso no autorizado de sus datos de acceso a su cuenta en línea o cualquier otra sospecha de violación de la seguridad.

Sus derechos con relación a sus datos personales

Tiene varios derechos en relación con el procesamiento que hacemos de sus datos personales:

- **Acceso.** Tiene derecho a solicitar una copia de los datos personales que procesamos sobre usted, la cual le proporcionaremos en formato electrónico.
- **Corrección.** Tiene derecho a que se corrijan los datos personales incompletos o inexactos que procesamos sobre usted.
- **Eliminación.** Tiene derecho a solicitar que eliminemos los datos personales que procesamos sobre usted, excepto cuando no estamos obligados a hacerlo si debemos conservarlos para cumplir con una obligación legal o para establecer, ejercer o defender demandas legales.
- **Restricción.** Tiene derecho a restringir el procesamiento de sus datos personales cuando crea que dichos datos son inexactos, el procesamiento es ilegal o ya no necesitamos procesar dichos datos para un fin concreto. Cuando no podamos eliminar los datos debido a una obligación legal o de otro tipo, o porque no desee que los eliminemos, marcaremos los datos personales almacenados con el fin de limitar un procesamiento concreto para fines concretos de acuerdo con la solicitud o restringiremos su procesamiento de otro modo.
- **Objeción.** Cuando la justificación legal para que procesemos sus datos personales sea nuestro interés legítimo, tiene derecho a oponerse a dicho procesamiento por motivos relacionados con su situación particular. Nos sujetaremos a su solicitud a menos que tengamos motivos legítimos imperiosos para el procesamiento que prevalezcan sobre sus intereses y derechos, o si necesitamos seguir tratando los datos para el reconocimiento, el ejercicio o la defensa de un derecho.
- **Revocación del consentimiento.** En caso de que procesemos ciertos datos personales sobre la



base de su consentimiento, tiene derecho a revocar dicho consentimiento, incluso cuando se trate de mercadotecnia directa. En relación con las consecuencias de la revocación del consentimiento para que procesemos sus datos de salud, consulte la sección anterior "Uso del consentimiento para el procesamiento de sus datos de salud".

Si desea ejercer uno o más de los derechos anteriores, comuníquese con nosotros y envíe su solicitud a nick@trainlikealineman.com e incluya su nombre, correo electrónico y dirección postal, así como su solicitud específica y cualquier otra información que podamos necesitar para proporcionar o procesar de cualquier otro modo su solicitud.

En algunas situaciones, podemos negarnos a actuar o podemos imponer limitaciones a sus derechos, de conformidad con la ley. Antes de que podamos proporcionarle información o corregir cualquier inexactitud, es posible que le pidamos que verifique su identidad y/o proporcione otros datos para ayudarnos a responder a la solicitud. Para ejercer sus derechos, comuníquese con nosotros usando la información de contacto que se proporciona en la sección "Cómo comunicarse con nosotros".

En todos los casos, tiene derecho a presentar una queja ante su autoridad local de protección de datos si cree que no hemos cumplido con las leyes de protección de datos aplicables.

Estados Unidos: California

Si usted es un consumidor que reside en California, procesamos sus datos personales de acuerdo con la Ley de Privacidad del Consumidor de California (CCPA). Esta sección proporciona detalles adicionales sobre la información personal que recopilamos y usamos para los fines de la CCPA.

a. Cómo recopilamos, usamos y divulgamos su información personal

La sección **Datos personales que obtenemos** describe la información personal que recopilamos sobre usted en los últimos 12 meses, incluidas las categorías de las fuentes de dicha información. Recopilamos esta información para los fines descritos en la sección **Cómo usamos la información que obtenemos**. Compartimos esta información como se describe en la sección **Terceros, incluido el procesamiento por parte de Lenus eHealth ApS**.

b. Sus derechos y opciones de conformidad con la CCPA

Como consumidor de California y sujeto a ciertas limitaciones en virtud de la CCPA, tiene opciones



con respecto a nuestro uso y divulgación de su información personal:

- **Ejercicio del derecho a saber:** Puede solicitar la siguiente información sobre la información personal que hemos recopilado sobre usted:
 - las categorías y los datos personales específicos que hemos recopilado sobre usted;
 - las categorías de fuentes de las que recopilamos la información personal;
 - el propósito comercial o empresarial para el que recopilamos la información personal;
 - las categorías de terceros con los que compartimos la información personal; y
 - las categorías de información personal sobre usted que divulgamos para un propósito comercial, y las categorías de terceros a los que divulgamos esa información para un propósito comercial.
- **Ejercicio del derecho de eliminación:** Puede solicitar que eliminemos la información personal que hemos recopilado de usted, sujeto a ciertas limitaciones en virtud de la ley aplicable.
- **Ejercicio del derecho a darse de baja (opt-out) :** Puede solicitar que se le dé de baja de cualquier "venta" de su información personal que pueda tener lugar. No usamos, compartimos, alquilamos ni vendemos la información personal de nuestros clientes para publicidad basada en intereses. No vendemos ni alquilamos la información personal de nuestros clientes ni de quienes visitan nuestro sitio.
- **No discriminación:** La CCPA establece que usted no puede sufrir discriminación por ejercer estos derechos.

Cómo comunicarse con nosotros

Si tiene alguna pregunta sobre este Aviso de privacidad y/o sobre las políticas y las prácticas de privacidad de nuestros proveedores de servicios, comuníquese con nosotros en nick@trainlikealineman.com.

Última actualización: 5/24/2022