

ASOCIAȚIA ROMÂNĂ PENTRU NUTRIȚIE, FITNESS ȘI SĂNĂTATE (ARNFS)

STATUTUL INSTRUCTORULUI DE FITNESS

COD COR 342302

Condiții de acces, certificare, reînnoire anuală, suspendare și retragere a avizului de competențe

Anexa 1 – Regulamentul de practică profesională, etică și conduită morală

Anexa 2 – Cerere de înscriere și declarație de adeziune

Anexa 3 – Notă de informare privind prelucrarea datelor cu caracter personal

Capitolul I. Dispoziții generale

Art. 1. Obiectul statutului

(1) Prezentul statut stabilește condițiile în care o persoană obține, menține și pierde avizul de competențe Instructor de Fitness (denumit în continuare „Avizul”), emis de Asociația Română pentru Nutriție, Fitness și Sănătate (denumită în continuare „ARNFS”), precum și înscrierea în Registrul național al instructorilor de fitness (denumit în continuare „Registrul”).

(2) Statutul se aplică în baza obiectivelor din statutul ARNFS privind elaborarea unui registru unic al practicienilor din domeniile sportului și nutriției, eliberarea avizului de competențe și evaluarea diplomelor și competențelor.

Art. 2. Natura Avizului

(1) Avizul este un document de certificare a competențelor emis de ARNFS. El atestă că titularul îndeplinește condițiile prezentului statut, a promovat evaluarea organizată de ARNFS și s-a obligat să respecte Regulamentul de practică profesională, etică și conduită morală (Anexa 1, denumit în continuare „Regulamentul”).

(2) Avizul nu este certificat de calificare profesională și nu înlocuiește certificatul de calificare eliberat, potrivit legii, de furnizorul de formare profesională autorizat. Dreptul de a profesa ca instructor de fitness decurge din certificatul de calificare; Avizul ARNFS confirmă, în plus, evaluarea, adeziunea la Regulament și pregătirea continuă a titularului.

Art. 3. Principiul accesului deschis

Certificarea este deschisă oricărei persoane care îndeplinește condițiile din art. 5, indiferent de furnizorul de formare profesională la care a absolvit cursul de calificare. Absolvenții tuturor furnizorilor autorizați parcurg aceeași procedură, susțin același examen și plătesc aceleași taxe.

Art. 4. Definiții

În sensul prezentului statut, termenii de mai jos au următorul înțeles:

- a) instructor de fitness – persoana care planifică, conduce și supraveghează activități de fitness în săli de fitness, cluburi, studiouri, spații în aer liber sau online, pentru persoane care fac exerciții fizice în scop recreativ, de menținere a sănătății sau estetic; activitatea nu include pregătirea sportivilor pentru competițiile sportului de performanță. Ocupația corespunde codului COR 342302 „Instructor de fitness”;
- b) client – persoana care beneficiază de serviciile instructorului, individual sau în grup;
- c) certificat de calificare – certificatul eliberat de un furnizor de formare profesională autorizat potrivit legii, la absolvirea programului de calificare pentru ocupația de instructor de fitness;
- d) curs de perfecționare – program de formare cu durata de minimum 8 ore, cu document de absolvire, în domeniile fitness, antrenament fizic, nutriție, prim ajutor, psihologia activității fizice sau în domenii conexe acceptate de Comisia de certificare;
- e) Comisia de certificare – structura numită de Consiliul director al ARNFS, care organizează examenele, verifică dosarele și decide eliberarea și reînnoirea Avizului;
- f) Comisia de etică – structura numită de Consiliul director al ARNFS, care analizează sesizările privind încălcarea Regulamentului și propune sancțiunile;

- g) an de certificare – perioada de 12 luni pentru care Avizul este valabil, socotită de la data eliberării sau a ultimei reînnoiri.

Capitolul II. Cine poate fi instructor de fitness avizat ARNFS

Art. 5. Condiții de acces

(1) Poate solicita Avizul persoana care îndeplinește cumulativ următoarele condiții:

- a) are vârsta de cel puțin 18 ani;
- b) deține certificat de calificare profesională pentru ocupația de instructor de fitness, obținut în urma unui program de formare cu durata de minimum 1080 de ore, absolvit la orice furnizor de formare profesională autorizat;
- c) promovează examenul de evaluare a cunoștințelor prevăzut la art. 9;
- d) participă integral la workshopul de etică și comportament profesional prevăzut la art. 10;
- e) depune Cererea de înscriere și declarația de adeziune la Regulament (Anexa 2);
- f) achită taxele prevăzute la art. 17.

(2) Durata programului de formare se dovedește cu suplimentul descriptiv al certificatului de calificare sau cu o adeverință a furnizorului de formare, din care rezultă numărul de ore de teorie și de practică.

Art. 6. Domenii de specializare

(1) Avizul se eliberează pentru unul dintre următoarele domenii:

- a) Instructor de fitness – Lifestyle. Domeniul poate fi ales de orice candidat care îndeplinește condițiile din art. 5;
- b) Instructor de fitness – Remodelare corporală prin activități fizice și nutriție. Domeniul poate fi ales de candidatul care îndeplinește condițiile din art. 5 și deține, în plus, un certificat de absolvire a unui curs de nutriție aplicată în remodelarea corporală sau a unui curs de consultant în nutriție, indiferent de furnizorul de formare.

(2) Titularul Avizului în domeniul prevăzut la alin. (1) lit. a) poate solicita trecerea în domeniul prevăzut la lit. b) după ce face dovada cursului de nutriție cerut și promovează modulul de examen specific acestui domeniu.

(3) În ambele domenii, recomandările de nutriție ale instructorului se adresează numai persoanelor sănătoase și sunt corelate cu programul de antrenament. Instructorul nu stabilește diete terapeutice și nu intervine în tratamentul afecțiunilor; aceste activități aparțin medicului și dieteticianului, potrivit Legii nr. 256/2015 privind exercitarea profesiei de dietetician. Ce poate face instructorul în fiecare domeniu este detaliat în art. 8 și 9 din Regulament.

Art. 7. Competențe profesionale de referință

(1) Evaluarea organizată de ARNFS verifică competențele din standardul ocupațional pentru grupa de bază COR 3423 „Instructori coordonatori de programe de pregătire fizică și activități recreative”, publicat de Autoritatea Națională pentru Calificări. Extras din standard:

Competențe cheie, transversale și personale

- C1. Planifică și organizează activități.

- C2. Utilizează instrumente digitale pentru colaborare, creare de conținuturi și soluționare de probleme.
- C3. Reduce impactul nefavorabil al activităților profesionale asupra mediului.
- C4. Comunică cu colegii și clienții.
- C5. Învăță pe tot parcursul vieții.
- C6. Își asumă responsabilități.

Competențe la locul de muncă și tehnice generale

- C7. Aplică prevederile normelor de sănătate și securitate în muncă și ale reglementărilor din domeniul situațiilor de urgență.
- C8. Aplică prevederile actelor normative specifice și principiile de etică și moralitate.
- C9. Lucrează în echipă la locul de muncă.
- C10. Utilizează aparatele/echipamentele specializate.
- C11. Păstrează ordinea și curățenia la locul de muncă.

Competențe profesionale și de domeniu

- C12. Prestează servicii administrative pentru clienți.
- C13. Oferă asistență de specialitate clienților.
- C14. Motivează clienții pentru efectuarea exercițiilor.
- C15. Promovează activitățile specifice locului de muncă.
- C16. Integrează principiile antrenamentului fizic.
- C17. Corectează clienții care execută exerciții.
- C18. Oferă feedback constructiv clienților.
- C19. Identifică obiectivele de fitness ale clienților.
- C20. Obține informații privind condiția fizică a clienților.
- C21. Promovează un stil de viață sănătos în rândul clienților.

(2) Competența C8 se evaluează prin workshopul de etică (art. 10), iar celelalte competențe prin examenul de evaluare a cunoștințelor (art. 9).

Capitolul III. Procedura de certificare

Art. 8. Dosarul de înscriere

(1) Candidatul depune la ARNFS, fizic sau electronic, un dosar care cuprinde:

- a) Cererea de înscriere și declarația de adeziune (Anexa 2), cu indicarea domeniului de specializare ales;
- b) copia actului de identitate;
- c) copia certificatului de calificare pentru ocupația de instructor de fitness și a suplimentului descriptiv sau adeverința prevăzută la art. 5 alin. (2);
- d) pentru domeniul Remodelare corporală prin activități fizice și nutriție, copia certificatului de absolvire a cursului de nutriție prevăzut la art. 6 alin. (1) lit. b);

e) dovada plății taxei de evaluare a dosarului.

(2) Comisia de certificare verifică dosarul în cel mult 15 zile lucrătoare și comunică rezultatul candidatului. Candidatul cu dosarul admis se poate înscrie la următoarea sesiune de examen. Dosarul incomplet poate fi completat o singură dată, în termenul stabilit de Comisie.

(3) Documentele false sau falsificate atrag respingerea dosarului și interdicția de a solicita Avizul timp de 3 ani.

Art. 9. Examenul de evaluare a cunoștințelor

(1) Examenul constă într-un test scris cu întrebări cu răspunsuri multiple, susținut fizic sau online, cu identificarea candidatului. Înscrierea la examen se face cu dovada plății taxei de examen.

(2) ARNFS organizează trei sesiuni de examen pe an. Datele sesiunilor se publică pe site-ul ARNFS la începutul fiecărui an.

(3) Testul are două părți:

- a) partea comună, pentru toți candidații: anatomie și fiziologie aplicată, principiile antrenamentului, metodică exercițiilor, evaluarea inițială a clientului, siguranță și prim ajutor, principiile alimentației sănătoase;
- b) partea de specializare: Lifestyle sau Remodelare corporală prin activități fizice și nutriție, potrivit domeniului ales.

(4) Examenul este promovat dacă candidatul obține cel puțin 70% din punctaj la fiecare parte.

(5) Tematica și bibliografia examenului se publică pe site-ul ARNFS cu cel puțin 60 de zile înainte de fiecare sesiune.

(6) Candidatul nepromovat poate susține din nou examenul la o sesiune ulterioară, cu plata taxei de examen.

Art. 10. Workshopul de etică și comportament profesional

(1) Workshopul este obligatoriu pentru obținerea Avizului și are durata de 4 ore. Se organizează de ARNFS exclusiv online, în direct, cu prezența verificată pe toată durata (camera video pornită). Înscrierea la workshop se face cu dovada plății taxei de workshop.

(2) Tematica workshopului cuprinde:

- conținutul Regulamentului și consecințele încălcării lui;
- limitele competenței instructorului și trimiterea clientului către medic, kinetoterapeut sau dietetician;
- siguranța clientului, evaluarea inițială și conduita în situații de urgență;
- lucrul cu minori și cu persoane vulnerabile;
- contactul fizic în corectarea exercițiilor și consimțământul clientului;
- confidențialitatea datelor clientului;
- publicitatea corectă, promisiunile de rezultat și conduita pe rețelele sociale;
- conflictul de interese și vânzarea de produse și suplimente.

(3) Participarea la workshop este valabilă 12 luni. Dacă în acest interval candidatul nu promovează examenul, workshopul se repetă.

Art. 11. Eliberarea Avizului și înscrierea în Registru

(1) După promovarea examenului, participarea la workshop, depunerea declarației de adeziune și plata taxei de eliberare a Avizului, Comisia de certificare decide eliberarea Avizului.

(2) Avizul cuprinde: numele titularului, numărul unic de înregistrare, domeniul de specializare, data eliberării, data expirării și un cod de verificare online.

(3) Titularul este înscris în Registru, publicat pe site-ul ARNFS. Registrul afișează numele, numărul Avizului, domeniul de specializare, perioada de valabilitate și statutul (activ, expirat, suspendat sau retras).

Capitolul IV. Valabilitatea și reînnoirea anuală a Avizului

Art. 12. Valabilitate

Avizul este valabil un an de certificare.

Art. 13. Reînnoirea anuală

(1) Avizul se reînnoiește anual, pe baza Cererii de reînnoire a avizului de competențe, depusă de titular cu cel mult 60 de zile înainte de data expirării. Formularul cererii se publică pe site-ul ARNFS.

(2) La cerere se anexează:

- a) dovada absolvirii a minimum unui curs de perfecționare în ultimul an de certificare (minimum 8 ore; certificat sau adeverință cu numele titularului, furnizorul, tematica, data și numărul de ore);
- b) dovada plății taxei de eliberare a Avizului.

(3) Cursul de perfecționare poate fi absolvit la orice furnizor de formare, din țară sau din străinătate, inclusiv online. Comisia de certificare poate refuza un curs care nu are legătură cu domeniile prevăzute la art. 4 lit. d) sau al cărui document de absolvire nu cuprinde elementele de la alin. (2) lit. a).

(4) Același curs nu poate fi folosit pentru mai multe reînnoiri.

Art. 14. Expirarea și reactivarea

(1) Avizul nereînnoit expiră, iar în Registru titularul apare cu statutul „expirat” timp de 12 luni, după care este eliminat din Registru. Persoana nu mai poate folosi Avizul și nici mențiunea „aviz de competențe ARNFS”.

(2) În cel mult 12 luni de la expirare, Avizul poate fi reactivat cu dovada unui curs de perfecționare absolvit în această perioadă și plata taxei de eliberare.

(3) După mai mult de 12 luni de la expirare, persoana reia procedura de certificare de la art. 8.

Capitolul V. Abateri, suspendarea și retragerea Avizului

Art. 15. Sancțiuni

(1) Încălcarea Regulamentului se sancționează, în funcție de gravitate, cu:

- a) avertisment scris;
- b) obligația de a participa din nou la workshopul de etică, pe cheltuiala titularului;
- c) suspendarea Avizului pe o perioadă de 1–6 luni;

d) retragerea Avizului și radierea din Registru.

(2) Avizul se retrage în următoarele situații:

- Avizul a fost obținut sau reînnoit pe baza unor documente false;
- titularul a săvârșit o abatere gravă prevăzută în art. 21 din Regulament, iar Comisia de etică apreciază că suspendarea nu este suficientă;
- titularul a săvârșit o nouă abatere în termen de 2 ani de la o suspendare;
- titularul a folosit Avizul în perioada de suspendare;
- titularul a încălcat interdicția privind substanțele și produsele interzise (art. 7 alin. (2) din Regulament).

(3) Persoana căreia i s-a retras Avizul poate solicita din nou certificarea după 2 ani de la data rămânerii definitive a deciziei, reluând procedura de la art. 8. În cazul documentelor false se aplică art. 8 alin. (3).

Art. 16. Procedura disciplinară

(1) Comisia de etică poate fi sesizată de clienți, angajatori, alți instructori sau se poate sesiza din oficiu. Sesizarea se face în scris și cuprinde datele de identificare ale autorului, descrierea faptei și, dacă există, dovezi.

(2) Comisia comunică titularului sesizarea în cel mult 10 zile lucrătoare. Titularul are dreptul să răspundă în scris în 15 zile și să fie audiat.

(3) Comisia de etică propune sancțiunea printr-un raport motivat, iar Consiliul director al ARNFS emite decizia. Decizia se comunică în scris titularului și autorului sesizării.

(4) Decizia poate fi contestată la Consiliul director în 15 zile de la comunicare. Contestația se soluționează în 30 de zile. Dreptul persoanei de a se adresa instanței nu este afectat.

(5) Pe durata procedurii, dacă fapta pune în pericol siguranța clienților, Consiliul director poate dispune suspendarea provizorie a Avizului.

(6) Suspendarea se afișează în Registru pe durata ei, iar retragerea timp de 2 ani de la data rămânerii definitive a deciziei. Motivele deciziei nu se publică.

Capitolul VI. Taxe

Art. 17. Cuantumul taxelor

(1) Taxele percepute în baza prezentului statut sunt:

- a) taxa de evaluare a dosarului – 100 lei, plătită la depunerea dosarului;
- b) taxa de examen – 500 lei, plătită la înscrierea la fiecare sesiune de examen;
- c) taxa de participare la workshopul de etică – 500 lei;
- d) taxa de eliberare a Avizului – 100 lei, plătită la eliberarea Avizului, la fiecare reînnoire anuală și la reactivare.

(2) Taxele sunt aceleași pentru toți candidații, indiferent de furnizorul de formare absolvit. Modificarea cuantumului se hotărăște de Consiliul director al ARNFS și se publică pe site-ul ARNFS înainte de aplicare.

Art. 18. Modalitatea de plată

(1) Taxele se plătesc de candidat, persoană fizică, sub formă de donație, numai prin ordin de plată în contul ARNFS:

Beneficiar: **Asociația Română pentru Nutriție, Fitness și Sănătate**

CIF: **40774876**

IBAN: **RO07 RZBR 0000 0600 2086 7974**

(2) La detaliile plății se trec numele candidatului și taxa achitată, de exemplu: „Donație – taxă examen – Popescu Ion”. Dovada plății se trimite împreună cu cererea sau la înscrierea la examen ori la workshop.

(3) ARNFS nu încasează taxe în numerar sau cu cardul și nu emite facturi pe numele persoanelor juridice.

(4) Taxele achitate nu se restituie în caz de respingere a dosarului, nepromovare a examenului, suspendare sau retragere a Avizului.

Capitolul VII. Dispoziții finale

Art. 19. Protecția datelor personale

(1) ARNFS prelucrează datele personale ale candidaților, ale titularilor Avizului și ale autorilor sesizărilor potrivit Regulamentului (UE) 2016/679. Datele prelucrate, scopurile, temeiurile legale, datele publicate în Registru, termenele de păstrare și drepturile persoanelor sunt prevăzute în Nota de informare privind prelucrarea datelor cu caracter personal (Anexa 3).

(2) Nota de informare se publică pe site-ul ARNFS și se aduce la cunoștința candidatului prin Cererea de înscriere (Anexa 2) și prin Cererea de reînnoire a avizului de competențe.

Art. 20. Aprobare și modificare

(1) Prezentul statut și anexele sale se aprobă și se modifică prin hotărâre a Consiliului director al ARNFS și intră în vigoare la data publicării pe site-ul ARNFS.

(2) Modificările se aplică reînnoirilor care au loc după data intrării lor în vigoare.

Anexa 1

REGULAMENTUL DE PRACTICĂ PROFESIONALĂ, ETICĂ ȘI CONDUITĂ MORALĂ A INSTRUCTORULUI DE FITNESS

Secțiunea 1. Principii

Art. 1.

Instructorul de fitness avizat ARNFS își desfășoară activitatea respectând următoarele principii:

- a) siguranța și sănătatea clientului au prioritate față de orice obiectiv de antrenament sau comercial;
- b) instructorul lucrează numai în limitele competenței sale;
- c) instructorul tratează clienții și colegii cu respect, fără discriminare;
- d) instructorul este onest în informațiile pe care le dă clienților și în publicitate;
- e) instructorul păstrează confidențialitatea informațiilor despre client;
- f) instructorul își actualizează anual cunoștințele.

Secțiunea 2. Obligații profesionale

Art. 2. Evaluarea inițială

(1) Înainte de începerea programului, instructorul aplică clientului fișa de evaluare inițială ARNFS (chestionar de sănătate și disponibilitate pentru efort) și discută cu el obiectivele, istoricul de activitate fizică și eventualele restricții.

(2) Dacă din chestionar sau din discuție rezultă un risc medical, instructorul îi recomandă clientului un consult medical înainte de începerea sau continuarea programului și păstrează o dovadă a recomandării.

Art. 3. Planificarea și conducerea antrenamentului

Instructorul adaptează programul la vârsta, condiția fizică, obiectivele și restricțiile clientului, explică exercițiile, supraveghează execuția și corectează tehnica. Instructorul crește progresiv intensitatea și volumul și oprește exercițiul la apariția durerii, amețelii sau a altor semne de intoleranță la efort.

Art. 4. Siguranța spațiului și a echipamentului

Instructorul verifică înainte de utilizare starea echipamentului și a spațiului de lucru, nu folosește echipamente defecte și semnalează defecțiunile administratorului sălii.

Art. 5. Urgențe

Instructorul cunoaște procedura de urgență a locației, locul trusei de prim ajutor și al defibrilatorului, dacă există, și anunță imediat serviciul 112 în caz de urgență medicală. ARNFS recomandă deținerea unui certificat valabil de prim ajutor.

Art. 6. Evidența activității

Instructorul păstrează evidența evaluării inițiale, a programului și a progresului fiecărui client cu care lucrează individual.

Secțiunea 3. Limitele competenței

Art. 7. Activități pe care instructorul nu le desfășoară

(1) Instructorul de fitness nu:

- a) pune diagnostice și nu interpretează analize medicale;
- b) tratează afecțiuni sau leziuni și nu face recuperare medicală, care aparțin medicului și kinetoterapeutului;
- c) recomandă, modifică sau întrerupe medicamente;
- d) stabilește diete terapeutice pentru persoane cu afecțiuni (diabet, boli renale, boli cardiovasculare, tulburări de alimentație și altele), care aparțin medicului și dieteticianului;
- e) recomandă, vinde, distribuie, administrează și nu facilitează procurarea de substanțe sau produse interzise, în condițiile alin. (2);
- f) își prezintă activitatea drept medicală sau terapeutică.

(2) Interdicția prevăzută la alin. (1) lit. e) se aplică sub orice formă: direct sau prin intermediari, cu plată sau gratuit, în sală, online sau pe rețelele sociale. Ea privește:

- a) substanțele și metodele din Lista interzisă publicată de Agenția Mondială Antidoping (WADA) și substanțele dopante prevăzute de Legea nr. 104/2008 privind prevenirea și combaterea producerii și traficului ilicit de substanțe dopante;
- b) medicamentele eliberate pe bază de prescripție medicală, folosite în alt scop decât cel prescris de medic;
- c) orice alt produs a cărui comercializare este interzisă de legislația în vigoare sau care nu are dreptul de a fi pus pe piață în România.

(3) Încălcarea interdicției se sancționează cu retragerea Avizului (art. 15 din Statut), indiferent de răspunderea penală sau contravențională a instructorului. Potrivit Legii nr. 104/2008, care se aplică și sălilor de fitness, oferirea, distribuirea, vânzarea și administrarea substanțelor dopante sunt infracțiuni.

Art. 8. Fitness - Lifestyle

Instructorul certificat în domeniul fitness - Lifestyle poate oferi persoanelor sănătoase informații despre principiile alimentației echilibrate, hidratare, frecvența meselor, alimentația înainte și după antrenament și obiceiuri de viață sănătoase. Nu întocmește planuri alimentare individuale cu calcul caloric.

Art. 9. Nutriție – domeniul Remodelare corporală prin activități fizice și nutriție

Instructorul certificat în domeniul Remodelare corporală poate, în plus, să estimeze necesarul caloric și de macronutrienți și să întocmească planuri alimentare pentru persoane sănătoase, corelate cu programul de antrenament, în scopul modificării compoziției corporale.

Art. 10. Suplimente alimentare

Instructorul poate informa clientul despre suplimentele alimentare autorizate, dar nu condiționează serviciile de cumpărarea lor. Dacă vinde suplimente sau primește comision pentru vânzarea lor, îi spune clientului acest lucru înainte de recomandare.

Art. 11. Trimiterea către alți specialiști

Când nevoile clientului depășesc competența sa, instructorul îl îndrumă către medic, kinetoterapeut, dietetician sau psiholog.

Secțiunea 4. Relația cu clientul

Art. 12. Respect și nediscriminare

Instructorul nu discriminează clienții pe criterii de vârstă, sex, etnie, religie, dizabilitate, orientare sexuală, greutate corporală sau aspect fizic și nu face comentarii umilitoare despre corpul sau performanța clientului.

Art. 13. Contactul fizic

Instructorul folosește contactul fizic numai când este necesar pentru corectarea tehnicii sau pentru asigurarea siguranței, după ce explică scopul și obține acordul clientului. Clientul își poate retrace acordul oricând.

Art. 14. Hărțuirea și limitele relației profesionale

(1) Sunt interzise hărțuirea de orice fel, inclusiv hărțuirea sexuală, avansurile de natură sexuală și comentariile cu tentă sexuală față de clienți.

(2) Instructorul evită relațiile personale cu clienții care îi pot afecta obiectivitatea profesională.

Art. 15. Lucrul cu minori și persoane vulnerabile

(1) Instructorul lucrează cu un client minor numai cu acordul scris al părintelui sau al reprezentantului legal.

(2) Antrenamentele cu minori se desfășoară în spații vizibile sau accesibile altor adulți. Instructorul nu comunică privat cu minorul pe rețelele sociale sau prin mesaje fără știrea părintelui.

(3) Programul pentru minori respectă particularitățile de creștere și dezvoltare ale vârstei.

Art. 16. Promisiuni de rezultat

Instructorul nu garantează rezultate (de exemplu un număr de kilograme pierdute într-un interval dat) și nu promite rezultate care nu pot fi obținute în siguranță.

Secțiunea 5. Confidențialitate și publicitate

Art. 17. Confidențialitatea

Instructorul nu divulgă informații despre sănătatea, măsurătorile, fotografiile sau viața personală a clientului fără acordul scris al acestuia, cu excepția situațiilor prevăzute de lege.

Art. 18. Publicitatea și rețelele sociale

(1) Instructorul folosește fotografii sau rezultate ale clienților, inclusiv imagini „înainte și după”, numai cu acordul lor scris și fără a modifica imaginile.

(2) Instructorul își declară corect calificările, domeniul de specializare și statutul Avizului. Folosirea mențiunii „aviz de competențe ARNFS” este permisă numai cât timp Avizul este activ.

(3) Instructorul nu publică informații false sau înșelătoare despre antrenament, nutriție sau suplimente.

Secțiunea 6. Conduită profesională și morală

Art. 19. Conduita personală

(1) Instructorul nu lucrează cu clienții sub influența alcoolului sau a substanțelor care îi afectează atenția și capacitatea de reacție.

(2) Instructorul are o ținută adecvată activității și un comportament decent în sală și în comunicarea publică.

Art. 20. Relația cu colegii și angajatorii

Instructorul nu denigrează alți instructori sau alte școli, nu preia clienții altui instructor prin informații false și respectă regulile locației în care lucrează.

Secțiunea 7. Clasificarea abaterilor

Art. 21. Abateri grave

Sunt abateri grave, sancționate cu suspendarea sau retragerea Avizului:

- punerea în pericol a sănătății sau vieții clientului prin nerespectarea obligațiilor din art. 2–5;
- încălcarea art. 7 (activități în afara competenței);
- hărțuirea sau avansurile de natură sexuală (art. 14 alin. (1));
- încălcarea regulilor privind lucrul cu minorii (art. 15);
- lucrul cu clienții sub influența alcoolului sau a substanțelor care afectează atenția și capacitatea de reacție (art. 19 alin. (1));
- încălcarea interdicției privind substanțele și produsele interzise (art. 7 alin. (2)), sancționată în toate cazurile cu retragerea Avizului;
- folosirea Avizului în perioada de suspendare sau după retragere.

Art. 22. Abateri ușoare

Celelalte încălcări ale prezentului Regulament sunt abateri ușoare și se sancționează cu avertisment scris sau cu obligația de a participa din nou la workshopul de etică. Repetarea unei abateri ușoare în același an de certificare se poate sancționa cu suspendarea.

	ASOCIAȚIA ROMÂNĂ PENTRU NUTRIȚIE, FITNESS ȘI SĂNĂTATE Jud. Ilfov, Orș. Bragadiru Str. Neamului, Nr. 1D, Bl. 1, Sc. B, Mansardă, Ap. 65 CIF: 40774876 IBAN: RO07 RZBR 0000 0600 2086 7974 Telefon: 0746.243.666 E-mail: office@arnfs.ro Web: www.arnfs.ro
---	--

NR. ÎNREGISTRARE ARNFS / DATA

CERERE DE ÎNSCRIERE ȘI DECLARAȚIE DE ADEZIUNE

pentru obținerea avizului de competențe Instructor de Fitness (cod COR 342302)

Subsemnatul/Subsemnata, fiul/fica lui
..... și, născut(ă) la data, în, CNP
....., legitimat(ă) cu seria numărul, cu domiciliul în
localitatea, str., telefon, e-mail
.....,

vă rog să-mi aprobați înscrierea în procedura de obținere a avizului de competențe Instructor de Fitness,
în domeniul:

- ☐ Fitness Lifestyle
- ☐ Remodelare corporală prin activități fizice și nutriție

Date despre calificare

Certificat de calificare instructor de fitness seria nr., eliberat de
..... la data, durata programului de formare: ore.

Numai pentru domeniul Remodelare corporală: curs de, furnizor
....., data absolvirii

Anexez:

- ☐ copia actului de identitate;
- ☐ copia certificatului de calificare și a suplimentului descriptiv sau adeverința furnizorului de formare cu numărul de ore;
- ☐ copia certificatului de absolvire a cursului de nutriție (numai pentru domeniul Remodelare corporală);
- ☐ dovada plății taxei de evaluare a dosarului, de 100 lei.

Declarație de adeziune

Declar pe propria răspundere că:

- a) am vârsta de cel puțin 18 ani;
- b) am citit Statutul instructorului de fitness și Regulamentul de practică profesională, etică și conduită morală;
- c) mă oblig să respect Regulamentul în întreaga mea activitate profesională;
- d) mă oblig să nu recomand, să nu vând, să nu distribui și să nu administrez, sub nicio formă, substanțe sau produse interzise de lege;
- e) cunosc faptul că încălcarea Regulamentului poate duce la suspendarea sau retragerea avizului de competențe și la radierea din Registru;
- f) datele și documentele depuse la dosar sunt reale;
- g) am luat la cunoștință că numele, numărul avizului, domeniul de specializare, perioada de valabilitate și statutul avizului se publică în Registrul național al instructorilor de fitness.

Menționez că am achitat taxa de evaluare a dosarului, de 100 lei, sub formă de donație, prin ordin de plată în contul ARNFS RO07 RZBR 0000 0600 2086 7974, și am trimis dovada plății împreună cu această cerere.

Am luat la cunoștință Nota de informare privind prelucrarea datelor cu caracter personal (Anexa 3 la Statutul instructorului de fitness), publicată pe www.arnfs.ro.

DATA:

.....

NUME, PRENUME, SEMNĂTURA

.....

Anexa 3

NOTĂ DE INFORMARE PRIVIND PRELUCRAREA DATELOR CU CARACTER PERSONAL

pentru candidații și titularii avizului de competențe Instructor de Fitness și pentru autorii sesizărilor

Această notă explică modul în care Asociația Română pentru Nutriție, Fitness și Sănătate (ARNFS) prelucrează datele cu caracter personal în procedura de obținere, reînnoire, suspendare și retragere a avizului de competențe Instructor de Fitness, potrivit Regulamentului (UE) 2016/679 (Regulamentul general privind protecția datelor, denumit în continuare „GDPR”).

1. Cine prelucrează datele

Operatorul datelor este Asociația Română pentru Nutriție, Fitness și Sănătate, cu sediul în orașul Bragadiru, județul Ilfov, Str. Neamului nr. 1D, bl. 1, sc. B, mansardă, ap. 65, CIF 40774876.

Pentru orice întrebare privind datele personale ne puteți scrie la office@arnfs.ro sau ne puteți suna la 0746.243.666.

2. Ce date prelucrăm

- date de identificare: nume, prenume, prenumele părinților, data și locul nașterii, CNP, seria și numărul actului de identitate, domiciliul;
- date de contact: telefon, e-mail;
- date despre pregătirea profesională: certificatul de calificare, suplimentul descriptiv sau adeverința furnizorului de formare, certificatele cursurilor de nutriție și de perfecționare;
- date despre evaluare: rezultatele examenului și participarea la workshopul de etică;
- date despre aviz: numărul, domeniul de specializare, perioada de valabilitate, statutul și sancțiunile aplicate;
- date despre plăți: numele plătitorului, suma, data și detaliile ordinului de plată;
- date din sesizări: identitatea autorului sesizării, descrierea faptelor și răspunsul instructorului.

ARNFS nu solicită date privind starea de sănătate. Dacă o sesizare conține astfel de date, ele sunt folosite numai pentru soluționarea sesizării.

3. De ce prelucrăm datele și pe ce temei

Scopul	Temeiul legal (GDPR)
Analiza dosarului, organizarea examenului și a workshopului, eliberarea, reînnoirea și reactivarea avizului	art. 6 alin. (1) lit. b) – prelucrarea este necesară pentru procedura pe care persoana o solicită prin cererea de înscriere sau de reînnoire
Publicarea în Registrul național al instructorilor de fitness	art. 6 alin. (1) lit. f) – interesul legitim al ARNFS și al publicului (clienți, săli de fitness, angajatori) de a verifica dacă un instructor are aviz valabil
Soluționarea sesizărilor și aplicarea sancțiunilor prevăzute de Statut	art. 6 alin. (1) lit. f) – interesul legitim de a asigura respectarea Regulamentului de practică profesională, etică și conduită morală
Evidența contabilă a plăților	art. 6 alin. (1) lit. c) – obligația legală prevăzută de Legea contabilității nr. 82/1991

Scopul	Temeiul legal (GDPR)
Apărarea drepturilor ARNFS în eventuale litigii	art. 6 alin. (1) lit. f) – interesul legitim al ARNFS

Datele din cererea de înscriere sunt necesare pentru desfășurarea procedurii. Fără ele, ARNFS nu poate analiza dosarul.

4. Ce se publică în Registru

În Registrul publicat pe www.arnfs.ro apar: numele și prenumele, numărul avizului, domeniul de specializare, perioada de valabilitate și statutul avizului (activ, expirat, suspendat sau retras).

Nu se publică CNP-ul, adresa, telefonul, e-mailul, rezultatele examenului sau motivele unei sancțiuni.

Datele rămân în Registru astfel:

- statutul „activ” – cât timp avizul este valabil;
- statutul „expirat” – 12 luni de la data expirării, după care persoana este eliminată din Registru, dacă avizul nu a fost reactivat;
- statutul „suspendat” – pe durata suspendării;
- statutul „retras” – 2 ani de la data rămânerii definitive a deciziei de retragere.

5. Cui transmitem datele

- membrilor Comisiei de certificare, ai Comisiei de etică și ai Consiliului director al ARNFS, în limitele atribuțiilor lor;
- persoanei sau firmei care ține contabilitatea ARNFS, pentru datele privind plățile;
- băncii prin care se fac plățile;
- furnizorilor de servicii informatice (găzduirea site-ului, e-mail, platforma de examen online), care prelucrează datele numai la instrucțiunile ARNFS, pe bază de contract;
- autorităților publice, numai când legea obligă ARNFS să le transmită.

Autorul unei sesizări este informat despre soluția dată, fără a primi alte date personale ale instructorului.

ARNFS nu vinde datele personale și nu le folosește pentru publicitate.

ARNFS nu transferă datele în afara Spațiului Economic European. Dacă un furnizor de servicii informatice stochează date în afara acestui spațiu, transferul se face numai cu garanțiile prevăzute la art. 44–49 din GDPR.

6. Cât timp păstrăm datele

Documente sau date	Termen de păstrare
Dosarul candidatului respins, nepromovat sau care nu finalizează procedura	2 ani de la ultima etapă a procedurii
Dosarul titularului de aviz	pe durata valabilității avizului și 5 ani după expirarea sau retragerea lui
Documentele privind plățile	termenele prevăzute de Legea contabilității nr. 82/1991
Dosarul unei sesizări	5 ani de la soluționarea definitivă

Documente sau date	Termen de păstrare
Datele publicate în Registru	potrivit punctului 4

La expirarea termenelor, documentele pe hârtie se distrug, iar fișierele electronice se șterg.

7. Drepturile dumneavoastră

În legătură cu datele dumneavoastră aveți dreptul:

- de acces – să aflați ce date prelucrăm și să primiți o copie a lor (art. 15 GDPR);
- la rectificare – să cereți corectarea datelor greșite sau incomplete (art. 16);
- la ștergere – să cereți ștergerea datelor, în condițiile art. 17;
- la restricționarea prelucrării, în condițiile art. 18;
- la portabilitate – să primiți datele furnizate de dumneavoastră într-un format electronic uzual, în condițiile art. 20;
- la opoziție – să vă opuneți prelucrării bazate pe interes legitim, inclusiv publicării în Registru, din motive legate de situația dumneavoastră particulară (art. 21). ARNFS încetează prelucrarea, cu excepția cazului în care demonstrează motive legitime care prevalează asupra intereselor dumneavoastră.

Cererile se trimit la office@arnfs.ro sau prin poștă la sediul ARNFS. Răspundem gratuit, în cel mult o lună de la primirea cererii. Termenul poate fi prelungit cu încă două luni pentru cereri complexe, cu informarea dumneavoastră (art. 12 alin. (3) GDPR).

Dacă considerați că datele v-au fost prelucrate cu încălcarea legii, puteți depune o plângere la Autoritatea Națională de Supraveghere a Prelucrării Datelor cu Caracter Personal (ANSPDCP), www.dataprotection.ro.

8. Decizii automate

ARNFS nu ia decizii bazate exclusiv pe prelucrarea automată a datelor. Rezultatul testului de examen este validat de Comisia de certificare.

9. Securitatea datelor

Dosarele pe hârtie se păstrează la sediul ARNFS, cu acces limitat. Fișierele electronice sunt accesibile numai persoanelor care au nevoie de ele pentru procedura de avizare.

10. Actualizarea notei

ARNFS poate actualiza această notă. Versiunea în vigoare este publicată pe www.arnfs.ro. Versiunea din octombrie 2026.