

Politique de confidentialité

Dernière mise à jour : 2 avril 2026 — Français

1. Introduction

MyHealthCoach (« l'Application ») est une application mobile disponible sur iOS et Android. Elle vous aide à suivre vos programmes d'entraînement (tractions, pompes) et à planifier vos séances.

La présente politique de confidentialité explique quelles données sont collectées, comment elles sont utilisées et quels droits vous avez sur ces données.

En utilisant MyHealthCoach, vous acceptez les pratiques décrites dans cette politique.

2. Données collectées

2.1 Données stockées localement sur votre appareil

L'Application stocke les données suivantes **exclusivement sur votre appareil**, sans transmission vers un serveur externe :

- **Progression d'entraînement** : phase en cours, jour de programme, nombre de répétitions par série, historique des séances, record personnel.
- **Préférences de notification** : heure choisie pour les rappels, activation/désactivation.
- **Statut d'abonnement** : indication locale indiquant si un abonnement Pro est actif (la vérification est effectuée via les serveurs Apple ou Google).

Ces données sont stockées via le mécanisme standard de préférences de l'appareil (UserDefaults sur iOS/Android) et ne quittent jamais votre téléphone, sauf en cas de sauvegarde système (iCloud ou Google Backup) si vous l'avez activée.

2.2 Données de santé (optionnel)

Si vous accordez l'autorisation, l'Application peut enregistrer vos séances d'entraînement dans :

- **Apple HealthKit** (iOS) : les données de type « Musculation traditionnelle » (date, durée, nombre de répétitions) sont écrites dans votre application Santé.
- **Google Health Connect** (Android) : les mêmes données d'activité physique sont enregistrées dans Health Connect.

Ces données restent sous le contrôle des plateformes de santé d'Apple et de Google. MyHealthCoach ne les transmet pas à des tiers.

2.3 Données liées aux achats intégrés

Les abonnements mensuel et annuel sont gérés intégralement par :

- **Apple** via l'App Store (iOS)
- **Google** via Google Play (Android)

MyHealthCoach ne collecte ni ne stocke vos informations de paiement (numéro de carte, coordonnées bancaires). Ces données sont gérées exclusivement par Apple ou Google conformément à leurs propres politiques de confidentialité.

2.4 Données de notifications

Si vous autorisez les notifications, l'Application programme des rappels locaux sur votre appareil (via APNs sur iOS ou AlarmManager sur Android). Ces rappels sont générés localement et ne transitent par aucun serveur de notre part.

2.5 Ce que nous ne collectons pas

MyHealthCoach **ne collecte pas** : votre nom, adresse e-mail ou toute autre donnée d'identification personnelle, votre localisation géographique, des données publicitaires ou de comportement de navigation, des journaux d'utilisation ou de plantage envoyés à un serveur tiers, des cookies ou identifiants de tracking.

3. Utilisation des données

Les données collectées sont utilisées exclusivement pour :

- Afficher votre progression d'entraînement dans l'Application.
- Planifier et envoyer des rappels de séance à l'heure que vous avez définie.
- Vérifier votre statut d'abonnement auprès des serveurs Apple ou Google.
- Enregistrer vos séances dans Apple HealthKit ou Google Health Connect (si autorisé).

Aucune donnée n'est utilisée à des fins publicitaires, de profilage ou de revente.

4. Partage des données

Nous ne vendons, ne louons et ne partageons aucune donnée personnelle avec des tiers, à l'exception des cas suivants, inhérents au fonctionnement des plateformes :

Tiers	Données transmises	Raison
Apple (App Store)	Statut d'achat, reçus de transaction	Gestion des abonnements iOS
Google (Google Play)	Statut d'achat, reçus de transaction	Gestion des abonnements Android
Apple (HealthKit)	Données d'activité physique	Si autorisation accordée
Google (Health Connect)	Données d'activité physique	Si autorisation accordée

5. Conservation des données

Les données stockées localement sont conservées tant que l'Application est installée sur votre appareil. La désinstallation de l'Application supprime l'ensemble de ces données.

Si vous utilisez une sauvegarde iCloud ou Google Backup, les données peuvent être restaurées lors d'une réinstallation, conformément aux politiques de sauvegarde d'Apple et de Google.

6. Sécurité

Les données locales sont stockées dans l'espace de stockage privé de l'Application, accessible uniquement par celle-ci conformément aux mécanismes de sandboxing d'iOS et d'Android. Aucune donnée sensible (santé, paiement) n'est stockée directement par MyHealthCoach.

7. Données des mineurs

MyHealthCoach n'est pas destinée aux enfants de moins de 13 ans. Nous ne collectons sciemment aucune donnée personnelle d'enfants de moins de 13 ans. Si vous êtes parent ou tuteur et que vous pensez que votre enfant nous a fourni des données personnelles, contactez-nous à l'adresse ci-dessous.

8. Vos droits

Conformément au Règlement Général sur la Protection des Données (RGPD) et aux lois applicables,

vous disposez des droits suivants :

- **Droit d'accès** : vous pouvez consulter toutes vos données directement dans l'Application.
- **Droit de suppression** : vous pouvez supprimer vos données en désinstallant l'Application. Pour les données de santé, gérez-les depuis l'application Santé (iOS) ou Health Connect (Android).
- **Droit à la portabilité** : vos données d'entraînement peuvent être consultées via HealthKit/Health Connect si vous avez activé cette intégration.
- **Droit d'opposition** : vous pouvez désactiver à tout moment les notifications et l'intégration santé depuis les paramètres de l'Application ou les réglages de votre appareil.

Étant donné que MyHealthCoach ne collecte aucune donnée sur un serveur, l'exercice de ces droits s'effectue directement sur votre appareil.

9. Liens vers des politiques tierces

Pour comprendre comment Apple et Google gèrent vos données dans le cadre des achats et des données de santé, consultez :

- Politique de confidentialité Apple : <https://www.apple.com/fr/legal/privacy/>
- Politique de confidentialité Google : <https://policies.google.com/privacy>
- Politique de confidentialité HealthKit : <https://www.apple.com/fr/legal/privacy/en-ww/>
- Politique de confidentialité Health Connect : <https://support.google.com/healthconnect/answer/13203431>

10. Modifications de cette politique

Nous nous réservons le droit de modifier cette politique de confidentialité à tout moment. En cas de modification substantielle, la date de « Dernière mise à jour » en haut de ce document sera actualisée. Nous vous encourageons à consulter cette politique régulièrement.

11. Contact

Pour toute question concernant cette politique de confidentialité ou vos données personnelles :

- **Développeur** : Guillaume — MyHealthCoach
- **E-mail** : gdonzeau@gdtr.fr
- **Pays** : France

12. Bases légales (RGPD)

Le traitement des données décrit dans cette politique repose sur les bases légales suivantes :

- **Exécution d'un contrat** : les données de progression et les achats sont nécessaires au fonctionnement de l'Application que vous avez choisie d'utiliser.
- **Consentement** : les notifications et l'intégration HealthKit/Health Connect ne sont activées qu'avec votre accord explicite, que vous pouvez retirer à tout moment.
- **Intérêt légitime** : la détection de plantages éventuels pour améliorer la stabilité de l'Application (traitement local uniquement, sans transmission externe).

Privacy Policy

Last updated: April 2, 2026 — English

1. Introduction

MyHealthCoach ("the App") is a mobile application available on iOS and Android. It helps you follow your training programs (pull-ups, push-ups) and schedule your sessions.

This privacy policy explains what data is collected, how it is used, and what rights you have over that data.

By using MyHealthCoach, you agree to the practices described in this policy.

2. Data collected

2.1 Data stored locally on your device

The App stores the following data **exclusively on your device**, without transmission to an external server:

- **Training progress:** current phase, program day, number of reps per set, workout history, personal record.
- **Notification preferences:** chosen reminder time, enabled/disabled status.
- **Subscription status:** a local flag indicating whether a Pro subscription is active (verification is performed via Apple's or Google's servers).

This data is stored using the device's standard preferences mechanism (UserDefaults on iOS/Android) and never leaves your phone, except in the case of a system backup (iCloud or Google Backup) if you have enabled it.

2.2 Health data (optional)

If you grant permission, the App may record your workout sessions in:

- **Apple HealthKit** (iOS): data of type "Traditional Strength Training" (date, duration, number of repetitions) is written to your Health app.
- **Google Health Connect** (Android): the same physical activity data is recorded in Health Connect.

This data remains under the control of Apple's and Google's health platforms. MyHealthCoach does not transmit it to third parties.

2.3 Data related to in-app purchases

Monthly and annual subscriptions are managed entirely by:

- **Apple** via the App Store (iOS)
- **Google** via Google Play (Android)

MyHealthCoach does not collect or store your payment information (card number, bank details). This data is managed exclusively by Apple or Google in accordance with their own privacy policies.

2.4 Notification data

If you allow notifications, the App schedules local reminders on your device (via APNs on iOS or AlarmManager on Android). These reminders are generated locally and never pass through any server on our part.

2.5 What we do not collect

MyHealthCoach **does not collect:** your name, e-mail address, or any other personally identifiable information, your geographic location, advertising or browsing behavior data, usage or crash logs sent

to a third-party server, cookies or tracking identifiers.

3. Use of data

The data collected is used exclusively to:

- Display your training progress within the App.
- Schedule and send workout reminders at the time you set.
- Verify your subscription status with Apple's or Google's servers.
- Save your sessions to Apple HealthKit or Google Health Connect (if authorized).

No data is used for advertising, profiling, or resale purposes.

4. Data sharing

We do not sell, rent, or share any personal data with third parties, except in the following cases, which are inherent to how the platforms operate:

Third party	Data shared	Reason
Apple (App Store)	Purchase status, transaction receipts	iOS subscription management
Google (Google Play)	Purchase status, transaction receipts	Android subscription management
Apple (HealthKit)	Physical activity data	If authorization granted
Google (Health Connect)	Physical activity data	If authorization granted

5. Data retention

Locally stored data is retained for as long as the App is installed on your device. Uninstalling the App deletes all of this data.

If you use an iCloud or Google Backup, data may be restored upon reinstallation, in accordance with Apple's and Google's backup policies.

6. Security

Local data is stored in the App's private storage space, accessible only by the App itself, in accordance with iOS and Android sandboxing mechanisms. No sensitive data (health, payment) is stored directly by MyHealthCoach.

7. Children's data

MyHealthCoach is not intended for children under the age of 13. We do not knowingly collect any personal data from children under 13. If you are a parent or guardian and believe your child has provided us with personal data, please contact us at the address below.

8. Your rights

In accordance with the General Data Protection Regulation (GDPR) and applicable laws, you have the following rights:

- **Right of access:** you can view all your data directly within the App.

- **Right to erasure:** you can delete your data by uninstalling the App. For health data, manage it from the Health app (iOS) or Health Connect (Android).
- **Right to data portability:** your training data can be accessed via HealthKit/Health Connect if you have enabled that integration.
- **Right to object:** you can disable notifications and health integration at any time from the App's settings or your device's settings.

Since MyHealthCoach does not collect any data on a server, these rights are exercised directly on your device.

9. Links to third-party policies

To understand how Apple and Google handle your data in relation to purchases and health data, see:

- Apple Privacy Policy: <https://www.apple.com/legal/privacy/>
- Google Privacy Policy: <https://policies.google.com/privacy>
- HealthKit Privacy Policy: <https://www.apple.com/legal/privacy/en-ww/>
- Health Connect Privacy Policy: <https://support.google.com/healthconnect/answer/13203431>

10. Changes to this policy

We reserve the right to modify this privacy policy at any time. In the event of a substantial change, the "Last updated" date at the top of this document will be revised. We encourage you to review this policy periodically.

11. Contact

For any questions regarding this privacy policy or your personal data:

- **Developer:** Guillaume — MyHealthCoach
- **E-mail:** gdonzeau@gdtr.fr
- **Country:** France

12. Legal bases (GDPR)

The processing of data described in this policy relies on the following legal bases:

- **Performance of a contract:** progress and purchase data are necessary for the operation of the App you have chosen to use.
- **Consent:** notifications and HealthKit/Health Connect integration are only enabled with your explicit consent, which you may withdraw at any time.
- **Legitimate interest:** crash detection to improve the App's stability (local processing only, no external transmission).