Datenschutzerklärung für die App Kopfsalat PRO

1. Verantwortliche

Verantwortlich für die Datenverarbeitung in der App im Sinne von Art. 4 Nr. 7 DSGVO ist:

Irene Seidler – Kurven-Räubertochter
Röckrather Weg 2a
41472 Neuss, Deutschland
E-Mail: kurven-raeubertochter@web.de

Ein Datenschutzbeauftragter ist nicht bestellt. Bei Fragen zum Datenschutz schreib einfach an die oben genannte E-Mail-Adresse.

2. Überblick: Welche Daten wofür

Die App verarbeitet nur die Daten, die für das Mentaltraining, dein Konto und die Bezahlung nötig sind. Werbung, Profilbildung zu Werbezwecken oder einen Verkauf von Daten gibt es nicht.

Daten	Zweck	Rechtsgrundlage	Gespeichert
E-Mail-Adresse, Name, Konto-ID	Anmeldung, Konto, Zugang	Art. 6 Abs. 1 lit. b DSGVO (Vertrag)	Server (Base44)
Notizen, Lernfortschritt, Stimmungs-Check-ins, Alltagspläne	Trainingsfunktionen, geräteübergreifende Nutzung	Art. 6 Abs. 1 lit. b DSGVO	Server, nur für dich sichtbar
Einträge im Sturzangst-Modul (können Gesundheitsdaten sein)	Selbstreflexion im Modul	Art. 9 Abs. 2 lit. a DSGVO (ausdrückliche Einwilligung)	Server, nur für dich sichtbar
Kaufdaten (Produkt, Betrag, Datum, Laufzeit), Name, E-Mail	Bezahlung, Freischaltung, Buchhaltung	Art. 6 Abs. 1 lit. b und c DSGVO	Server, Zahlungsdienstleister
Zustimmung zum vorzeitigen Erlöschen des Widerrufsrechts	Nachweis gegenüber dir	Art. 6 Abs. 1 lit. c DSGVO	Server
Gutscheineinlösungen	Freischaltung, Missbrauchsschutz	Art. 6 Abs. 1 lit. b und f DSGVO	Server
Fragen über den Frage-Button (Text, Name, E-Mail, Übung)	Beantwortung deiner Frage	Art. 6 Abs. 1 lit. b DSGVO	Server, E-Mail an Irene
Bestätigung der Sicherheitshinweise	Nachweis	Art. 6 Abs. 1 lit. f DSGVO	Server, Gerät
Technische Zugriffsdaten (IP-Adresse, Zeitpunkt, Gerät, Browser)	Betrieb, Sicherheit, Fehleranalyse	Art. 6 Abs. 1 lit. f DSGVO	Protokolle bei Base44
Einstellungen (Farbschema, Schriftgröße), Zwischenspeicher	Komfort, schnelle Darstellung	§ 25 Abs. 2 Nr. 2 TDDDG	nur auf deinem Gerät

Du bist nicht verpflichtet, uns Daten bereitzustellen. Ohne Konto kannst du die App aber nur im Testzugang nutzen, und ohne Einwilligung bleibt das Sturzangst-Modul gesperrt.

3. App-Betrieb, Konto und Hosting

Die App wird auf der Plattform **Base44** betrieben (Base44, Inc., ein Unternehmen der Wix.com-Gruppe). Base44 stellt Server, Datenbank, Anmeldung und E-Mail-Versand bereit und verarbeitet deine Daten ausschließlich in unserem

Auftrag (Art. 28 DSGVO). Grundlage ist der Auftragsverarbeitungsvertrag von Base44, der Bestandteil der Nutzungsbedingungen ist.

Konto und Anmeldung. Für ein Konto speichern wir E-Mail-Adresse, Namen und eine Konto-ID. Die Anmeldung läuft über das Anmeldesystem von Base44. Falls Google-Login aktiviert ist: Meldest du dich mit deinem Google-Konto an, erhalten wir von Google deinen Namen und deine E-Mail-Adresse.

Zugriffsdaten. Beim Aufruf der App werden technisch notwendige Daten verarbeitet: IP-Adresse, Datum und Uhrzeit, aufgerufene Seite, Browser und Betriebssystem. Base44 nutzt diese Daten in Protokollen für den sicheren Betrieb und die Fehleranalyse (berechtigtes Interesse, Art. 6 Abs. 1 lit. f DSGVO).

Speicherort. Die Server von Base44 stehen nach Angaben von Base44 in den USA. Zur Übermittlung siehe Abschnitt 7.

Sicherheit. Die Verbindung zur App ist per HTTPS verschlüsselt. Deine Einträge sind durch Zugriffsregeln so geschützt, dass nur du sie lesen und ändern kannst. Base44 ist nach eigenen Angaben nach ISO/IEC 27001 zertifiziert.

4. Deine Trainingsdaten

4.1 Notizen, Fortschritt und Check-ins

Was du in Notizfelder, Tagebücher, Wenn-dann-Pläne oder Stimmungs-Check-ins schreibst, und welche Abschnitte du bearbeitet hast, wird in deinem Konto gespeichert. So kannst du die App auf mehreren Geräten nutzen und verlierst nichts. Diese Einträge sind nur für dich sichtbar. Wir werten sie nicht aus und schauen sie uns nicht an; ein Zugriff erfolgt nur, wenn du uns ausdrücklich um Hilfe bittest oder es zur Behebung eines technischen Fehlers unvermeidbar ist.

Im **Testzugang ohne Konto** werden Einträge nur im Speicher deines Browsers abgelegt und beim Schließen gelöscht. Sie werden nicht an uns übertragen.

4.2 Sturzangst-Modul (besondere Kategorien von Daten)

Im Modul „Sturzangst verstehen & bewältigen“ kannst du zum Beispiel Sturzerlebnisse, Angstwerte oder persönliche Pläne festhalten. Diese Angaben können Gesundheitsdaten im Sinne von Art. 9 DSGVO sein. Wir speichern sie nur mit deiner **ausdrücklichen Einwilligung** (Art. 9 Abs. 2 lit. a DSGVO), die du vor der ersten Nutzung erteilst. Die Einträge dienen allein deiner Selbstreflexion. Es gibt keine Bewertung, keine Rückmeldung und keine Überprüfung durch uns.

Du kannst deine Einwilligung jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen, indem du im Modul „Alle Einträge löschen“ wählst oder uns schreibst. Die Rechtmäßigkeit der bis dahin erfolgten Verarbeitung bleibt unberührt (Art. 7 Abs. 3 DSGVO). Du kannst deine Einträge vorher als Datei exportieren.

Der freiwillige Selbstcheck im Modul (Fragen zu Belastungen) wird **nicht gespeichert**.

4.3 Kein Ersatz für Behandlung

Kopfsalat PRO ist ein Mentaltraining und keine Psychotherapie oder ärztliche Behandlung. Wir erstellen keine Diagnosen.

5. Bezahlung, Gutscheine, Live-Workshop, Fragen und E-Mails

5.1 Bezahlung

Zahlungen laufen über **Base44 Payments**, betrieben von Wix. Die Zahlung selbst wickelt ein Zahlungsdienstleister ab, je nach Zahlungsart Adyen N.V. (Niederlande), Stripe oder PayPal. Deine Zahlungsdaten wie Kartennummer oder Bankverbindung gibst du direkt auf der Bezahlseite ein; wir erhalten sie nicht. Wir erhalten Name, E-Mail-Adresse, Produkt, Betrag, Datum, Zahlungsart und Transaktionsnummer, um deinen Zugang freizuschalten und unsere

Buchhaltung zu führen (Art. 6 Abs. 1 lit. b und c DSGVO). Für die Zahlungsabwicklung gelten zusätzlich die Datenschutzhinweise des jeweiligen Zahlungsdienstleisters.

Vor dem Kauf bestätigst du, dass der Zugang sofort freigeschaltet werden soll und dein Widerrufsrecht damit erlischt. Diese Bestätigung speichern wir mit Datum und Uhrzeit als Nachweis.

5.2 Gutscheine

Löst du einen Gutscheincode ein, speichern wir Code, Zeitpunkt, Laufzeit und deine E-Mail-Adresse, um den Zugang freizuschalten und eine mehrfache Einlösung zu verhindern (Art. 6 Abs. 1 lit. b und f DSGVO).

5.3 Fragen an Irene

Nutzt du den Button „Frage stellen“, speichern wir deine Frage, die zugehörige Übung sowie deinen Namen und deine E-Mail-Adresse und leiten sie per E-Mail an Irene Seidler weiter, damit sie dir antworten kann (Art. 6 Abs. 1 lit. b DSGVO). Bitte schreibe dort keine Gesundheitsdaten, die für die Antwort nicht nötig sind.

5.4 Live-Workshop

Der freiwillige Live-Workshop findet über **Microsoft Teams** statt (Microsoft Ireland Operations Ltd., Dublin). Zugangsdaten erhältst du in der App. Wenn du teilnimmst, verarbeitet Microsoft die für die Videokonferenz nötigen Daten wie Anzeigename, Ton und Bild (falls eingeschaltet) und technische Verbindungsdaten. Du entscheidest selbst, ob du Kamera und Mikrofon einschaltest und welchen Namen du anzeigst. [Bitte bestätigen:] Der Workshop wird nicht aufgezeichnet. Rechtsgrundlage: Art. 6 Abs. 1 lit. b DSGVO.

5.5 E-Mails

Wir senden dir E-Mails, die zur Nutzung gehören: Kaufbestätigung, Antworten auf deine Fragen und – falls aktiviert – Erinnerungen vor Ablauf deines Zugangs. Erinnerungen kannst du in jeder E-Mail abbestellen. Newsletter oder Werbe-E-Mails versenden wir aus der App nicht. Der Versand erfolgt über den E-Mail-Dienst von Base44 (Dienstleister: Twilio SendGrid, USA).

6. Speicherung auf deinem Gerät, kein Tracking, externe Links

Speicherung auf deinem Gerät. Die App legt im Speicher deines Browsers (Local Storage und Session Storage) Einstellungen wie Farbschema, Schriftgröße und die Bestätigung der Sicherheitshinweise ab sowie einen Zwischenspeicher deiner Notizen und deines Fortschritts für eine schnelle Darstellung. Das ist für die von dir gewünschte Nutzung unbedingt erforderlich (§ 25 Abs. 2 Nr. 2 TDDDG); eine Einwilligung ist dafür nicht nötig. Du kannst diese Daten jederzeit in den Einstellungen deines Browsers löschen.

Kein Tracking. Wir setzen in der App keine Analyse-, Werbe- oder Tracking-Werkzeuge ein und erstellen keine Nutzungsprofile. Schriftarten werden von unseren eigenen Servern geladen, nicht von Google. Unser Plattformanbieter Base44 erhebt technische Protokoll- und Leistungsdaten, um seinen Dienst zu betreiben und abzusichern (siehe Abschnitt 3 und 7).

Externe Links. Links zu unserer Website, zu Instagram, zur Terminbuchung oder zu anderen Seiten öffnen sich erst nach Antippen in einem neuen Fenster. Erst dann gelten die Datenschutzbestimmungen der jeweiligen Anbieter. Beim bloßen Anzeigen der App werden keine Daten an diese Anbieter übertragen.

7. Empfänger, Auftragsverarbeiter und Übermittlung in Drittländer

Deine Daten geben wir nur weiter, soweit das für den Betrieb der App, die Bezahlung oder aufgrund gesetzlicher Pflichten nötig ist, zum Beispiel an unser Steuerbüro. Folgende Dienstleister verarbeiten Daten in unserem Auftrag oder als eigenständig Verantwortliche:

Dienstleister	Aufgabe	Sitz / Serverstandort	Grundlage der Übermittlung
Base44, Inc. (Wix.com-Gruppe)	App-Plattform, Datenbank, Anmeldung, E-Mail-Versand	USA / Israel	Auftragsverarbeitungsvertrag; EU-US Data Privacy Framework bzw. EU-Standardvertragsklauseln; für Israel Angemessenheitsbeschluss der EU-Kommission
Unterauftragnehmer von Base44 (u. a. MongoDB, Render, Supabase, Twilio SendGrid, Google Cloud, Datadog)	Datenbank, Server, Mediendateien, E-Mail, technische Protokolle	USA	wie oben, über den Vertrag mit Base44
Wix.com Ltd. mit Adyen N.V., Stripe oder PayPal	Zahlungsabwicklung	Israel, Niederlande, USA, Luxemburg	Vertrag; Angemessenheitsbeschluss bzw. Standardvertragsklauseln
Microsoft Ireland Operations Ltd.	Live-Workshop (Teams)	Irland / EU	Auftragsverarbeitungsvertrag

Die aktuelle Liste der Unterauftragnehmer von Base44 findest du unter base44.com/dpa/exhibitc.

Hinweis zur Übermittlung in die USA. Für die USA besteht ein Angemessenheitsbeschluss der EU-Kommission für Unternehmen, die nach dem EU-US Data Privacy Framework zertifiziert sind. Soweit ein Dienstleister nicht zertifiziert ist, erfolgt die Übermittlung auf Grundlage der EU-Standardvertragsklauseln (Art. 46 Abs. 2 lit. c DSGVO). Trotz dieser Schutzmaßnahmen kann nicht ausgeschlossen werden, dass US-Behörden auf Daten zugreifen.

8. Speicherdauer und Löschung

Daten	Wie lange
Konto, Notizen, Fortschritt, Check-ins	bis du dein Konto löschst; nach Ablauf deines Zugangs bleiben sie gespeichert, damit du bei einer Verlängerung weitermachen kannst
Einträge im Sturzangst-Modul	bis zum Widerruf deiner Einwilligung oder zur Löschung deines Kontos
Fragen über den Frage-Button	bis zur Kontolöschung, spätestens 2 Jahre nach der Beantwortung
Kauf- und Rechnungsdaten	8 Jahre für Buchungsbelege, 10 Jahre für Aufzeichnungen (§ 147 AO); nach einer Kontolöschung anonymisiert
Gutscheinnachweise	anonymisiert, solange der Gutschein gültig sein kann, um Mehrfacheinlösungen zu verhindern
Technische Protokolle bei Base44	nach den Fristen von Base44, in der Regel wenige Wochen
Daten auf deinem Gerät	bis du sie im Browser löschst; im Testzugang bis zum Schließen

Konto löschen. Du kannst dein Konto in der App unter Profil → Konto löschen jederzeit selbst löschen. Dabei werden Konto, Notizen, Fortschritt, Sturzangst-Einträge und Fragen gelöscht. Kauf- und Gutscheinnachweise werden anonymisiert aufbewahrt, soweit eine gesetzliche Aufbewahrungspflicht besteht. In Sicherungskopien von Base44 können Daten noch für deren Aufbewahrungsfrist enthalten sein, bevor sie automatisch überschrieben werden.

9. Deine Rechte

Du hast jederzeit das Recht auf:

- **Auskunft** über die zu dir gespeicherten Daten (Art. 15 DSGVO)
- **Berichtigung** unrichtiger Daten (Art. 16 DSGVO)

- **Löschung** (Art. 17 DSGVO) – die meisten Daten kannst du in der App selbst löschen
- **Einschränkung der Verarbeitung** (Art. 18 DSGVO)
- **Datenübertragbarkeit** (Art. 20 DSGVO) – über „Meine Daten exportieren“ im Profil erhältst du deine Einträge als Datei
- **Widerruf** erteilter Einwilligungen mit Wirkung für die Zukunft (Art. 7 Abs. 3 DSGVO)

Widerspruchsrecht (Art. 21 DSGVO). Soweit wir Daten auf Grundlage berechtigter Interessen verarbeiten (Art. 6 Abs. 1 lit. f DSGVO), kannst du aus Gründen, die sich aus deiner besonderen Situation ergeben, jederzeit widersprechen.

Für alle Anliegen genügt eine E-Mail an kurven-raeubertochter@web.de.

Beschwerderecht. Du kannst dich bei einer Datenschutz-Aufsichtsbehörde beschweren. Zuständig für uns ist:

Landesbeauftragte für Datenschutz und Informationsfreiheit Nordrhein-Westfalen (LDI NRW)
Kavalleriestraße 2–4, 40213 Düsseldorf
www.ldi.nrw.de

10. Änderungen dieser Datenschutzerklärung

Wir passen diese Datenschutzerklärung an, wenn sich die App, unsere Dienstleister oder die Rechtslage ändern. Die jeweils aktuelle Fassung findest du in der App unter Profil → Datenschutz und auf motorradtraining-mental.de. Bei wesentlichen Änderungen informieren wir dich in der App.

Stand: 11.10.2026