

SitzFritz Health GmbH

Rheinwerkallee 6
53227 Bonn
info@sitzfritz.de

Registergericht: Amtsgericht Bonn
Registernummer: [HRB XXXXX]
USt-IdNr.: [DE XXXXXXXXX]

Datenschutzerklärung

Stand: April 2026

1. Verantwortlicher und Datenschutzbeauftragter

Verantwortlicher im Sinne der Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO) und des Bundesdatenschutzgesetzes (BDSG) ist:

Unternehmen:	SitzFritz Health GmbH
Anschrift:	Rheinwerkallee 6, 53227 Bonn
Vertreten durch:	Geschäftsführung: Pascal Harth & Niklas Best
Handelsregister:	Amtsgericht Bonn, HRB [Nummer]
E-Mail:	privacy@sitzfritz.de

Ein gesetzlich vorgeschriebener Datenschutzbeauftragter ist derzeit nicht bestellt, da die gesetzlichen Voraussetzungen nach Art. 37 DSGVO / § 38 BDSG nicht vorliegen. Sofern sich dies ändert, wird dies an dieser Stelle veröffentlicht.

2. Rechtsgrundlagen zur Datenverarbeitung

Wir verarbeiten personenbezogene Daten ausschließlich im Rahmen der gesetzlichen Bestimmungen der DSGVO, des BDSG und sonstiger datenschutzrechtlicher Vorschriften. Rechtsgrundlagen der Verarbeitung sind insbesondere:

- Art. 6 Abs. 1 lit. b DSGVO – Vertragserfüllung: z. B. Bereitstellung der App, Lizenzmanagement, Zahlungsabwicklung.
- Art. 6 Abs. 1 lit. a DSGVO – Einwilligung: z. B. optionale Cloud-Synchronisation, Kamera-KI-Funktion (Webcam), Newsletter, Gamification-Leaderboards.
- Art. 6 Abs. 1 lit. c DSGVO – Rechtliche Verpflichtung: z. B. steuerrechtliche Aufbewahrungspflichten.
- Art. 6 Abs. 1 lit. f DSGVO – Berechtigte Interessen: z. B. IT-Sicherheit, Abwehr von Missbrauch, Lizenzprüfung.

Pflicht zur Bereitstellung:

Die Bereitstellung Ihrer E-Mail-Adresse und Ihres Namens ist für den Abschluss des Nutzungsvertrags und die Erstellung eines Kontos erforderlich. Ohne diese Daten können wir Ihnen unsere Dienste nicht zur Verfügung stellen. Die Bereitstellung von Daten für den Cloud-Sync oder die Kamera-Funktion ist hingegen rein freiwillig; eine Nichtbereitstellung hat keine Auswirkungen auf die grundlegende Nutzung der lokalen App.

3. Kategorien verarbeiteter personenbezogener Daten

Wir verarbeiten – je nach Nutzungsumfang und Vertragsgegenstand – folgende Kategorien:

- a) Basis- und Kontaktdaten:** Name, E-Mail-Adresse, Anschrift (bei kostenpflichtiger Nutzung / Rechnungsadresse).
- b) Account- und Authentifizierungsdaten:** Benutzername, Passwort (verschlüsselt gespeichert), Sitzungstoken, FIDO-/zertifikatsbezogene Daten (sofern genutzt).
- c) Nutzungs- und Telemetriedaten:** IP-Adresse (bei Serveranfragen), User-Agent, Ereignislogs, Zeitpunkt und Dauer von Sitzungen, Lizenzprüf-Anfragen (nur technisch notwendige Daten).
- d) Zahlungs- und Rechnungsdaten:** Rechnungsadresse, Zahlungsart, Rechnungsnummer, steuerrelevante Daten (USt-IdNr. bei B2B).
- e) Profildaten:** Optionales Profilbild, Spracheinstellung (sofern vom Nutzer bereitgestellt).
- f) Optionale / Opt-In-Daten:** Webcam-Bilder (ausschließlich lokal verarbeitet, kein Upload); Gamification-Statistiken (anonymisiert, nur nach Einwilligung); Cloud-Backup-Daten (nur nach Einwilligung).
- g) Support- und Kommunikationsdaten:** E-Mail-Korrespondenz, Support-Tickets.
- h) Newsletter-Daten:** E-Mail-Adresse, Anmeldezeitpunkt, IP-Adresse bei Anmeldung, Double-Opt-In-Bestätigungssstatus (nur nach Einwilligung).

4. Verarbeitung bei Nutzung der Software (Desktop-App und Cloud-Features)

Kommentiert [NB1]: Pflicht zur Bereitstellung von Daten

4.1 Installation und Registrierung

Für die Nutzung ist die Anlage eines Benutzerkontos erforderlich (E-Mail-Adresse oder Third-Party-Login). Diese Daten werden auf Grundlage von Art. 6 Abs. 1 lit. b DSGVO verarbeitet.

4.2 Lokale Datenspeicherung (Standard)

Standardmäßig werden alle Anwenderdaten (Einstellungen, Statistiken, Haltungstendenzen) lokal und verschlüsselt auf dem Endgerät des Nutzers gespeichert. Eine Übertragung an unsere Server erfolgt nicht, solange der Nutzer die Cloud-Backup-Funktion nicht aktiviert.

4.3 Lokale KI / Webcam-Haltungserkennung (Opt-In, Einwilligung)

Die Haltungserkennung per Webcam erfolgt ausschließlich nach ausdrücklicher Einwilligung des Nutzers (§ 4a BDSG / Art. 6 Abs. 1 lit. a, ggf. Art. 9 DSGVO beachten). Die Bildverarbeitung findet ausschließlich lokal im Arbeitsspeicher des Endgeräts statt.

- Es erfolgt keine Übertragung oder dauerhafte Speicherung von Rohbildern oder Videodaten.
- Es werden keine biometrischen Rohdaten an Server des Anbieters übermittelt.

- Haltungstendenzen (Bewertungen: gut / neutral / ungünstig) werden lokal erzeugt. Nur bei aktiviertem Cloud-Sync werden diese synchronisiert.
- Rechtsgrundlage: Einwilligung (Art. 6 Abs. 1 lit. a DSGVO). Die Einwilligung kann jederzeit in den App-Einstellungen widerrufen werden.

Hinweis: B2B-Hinweis: Beim Einsatz im betrieblichen Umfeld wird empfohlen, eine Betriebsvereinbarung zur Nutzung der Kamera-Funktion abzuschließen. Der Arbeitgeber ist für die datenschutzkonforme Information seiner Mitarbeiter verantwortlich.

4.4 Lizenzprüfung (Phone Home)

Zur Verifizierung der Lizenzberechtigung stellt die App mindestens alle 30 Tage eine Verbindung zu den Lizenzservern des Anbieters her. Dabei werden ausschließlich technisch erforderliche Daten übertragen (Lizenz-ID, Gerätekennzeichen, Zeitstempel). Rechtsgrundlage: Art. 6 Abs. 1 lit. b DSGVO (Vertragserfüllung).

4.5 Optionaler Cloud-Sync (Opt-In, Einwilligung)

Auf ausdrücklichen Wunsch des Nutzers (aktive Aktivierung in den Einstellungen) werden Anwenderdaten in der SitzFritz-Cloud (Microsoft Azure, EU-Rechenzentrum) gesichert. Dies ermöglicht die Nutzung auf mehreren Geräten. Rechtsgrundlage: Einwilligung (Art. 6 Abs. 1 lit. a DSGVO). Die Einwilligung kann jederzeit widerrufen werden.

4.6 Gamification / Anonymisierte Leaderboards (Opt-In)

Bei Zustimmung werden Nutzungsmetriken in anonymisierter Form an unsere Server übertragen, um Leaderboards und Badges zu generieren. Es erfolgt keine öffentliche Identifikation von Nutzern. Rechtsgrundlage: Einwilligung (Art. 6 Abs. 1 lit. a DSGVO).

4.7 Dynamische Inhalte

Beim Abruf neuer Inhalte (Tipps, Übungen) aus unseren Servern werden technisch notwendige Verbindungsdaten (IP-Adresse, Zeitstempel) übermittelt. Rechtsgrundlage: Art. 6 Abs. 1 lit. b DSGVO.

5. Hosting und Infrastruktur: Microsoft Azure (Auftragsverarbeitung)

Wir hosten unser Backend, unsere Datenbanken und sämtliche Cloud-Services bei Microsoft Azure. Anbieter ist die:

Microsoft Ireland Operations Limited, One Microsoft Place, South County Business Park, Leopardstown, Dublin 18, Irland (nachfolgend „Microsoft“).

Wir nutzen die folgenden Azure-Dienste:

SitzFritz Health GmbH · Rheinwerkallee 6 · 53227 Bonn · info@sitzfritz.de · www.sitzfritz.de
Stand: April 2026

- Azure-Compute / App Services: Betrieb des Backends und der API.
- Azure Storage: Speicherung von Cloud-Sync-Daten (nur bei aktiviertem Opt-In).
- Azure Communication Services: Versand von Transaktions-E-Mails (Registrierungsbestätigung, Auftragsbestätigung).
- Zitadel (selbst gehostet auf Azure): Identity- und Access-Management (IAM), Authentifizierung, Single Sign-On. Zitadel wird als eigenständige Instanz auf unserer Azure-Infrastruktur betrieben; die Daten verlassen dabei nicht unsere Azure-Umgebung in der EU.

Rechtsgrundlage: Art. 6 Abs. 1 lit. b DSGVO (Vertragserfüllung) sowie Art. 6 Abs. 1 lit. f DSGVO (berechtigtes Interesse an sicherer und zuverlässiger Infrastruktur).

Datenstandort: Wir haben den Serverstandort Deutschland (Azure-Region Germany West Central) gewählt. Die Daten werden innerhalb der Europäischen Union verarbeitet und gespeichert.

Auftragsverarbeitungsvertrag (AVV): Wir haben mit Microsoft einen Vertrag zur Auftragsverarbeitung gemäß Art. 28 DSGVO abgeschlossen. Microsoft stellt das Data Processing Addendum (DPA) zur Verfügung, das die Einhaltung europäischer Datenschutzstandards garantiert.

Dieses Dokument ist abrufbar unter: <https://www.microsoft.com/licensing/docs/view/Microsoft-Products-and-Services-Data-Protection-Addendum-DPA>

Drittlandtransfer: Microsoft nutzt zur Absicherung etwaiger Transfers in Drittstaaten das EU-U.S. Data Privacy Framework sowie Standardvertragsklauseln (SCCs). Für bestimmte Dienste gilt zudem Microsofts EU Data Boundary-Zusage, wonach EU-Kundendaten innerhalb der EU verbleiben. Weitere Informationen: <https://www.microsoft.com/en-us/trust-center/privacy/european-data-boundary-eudb>

6. Unternehmenskommunikation und Produktivität (Microsoft 365)

Für unsere allgemeine E-Mail-Kommunikation, Terminverwaltung sowie interne Zusammenarbeit und Dokumentenverwaltung nutzen wir die Cloud-Dienste von Microsoft 365 (insbesondere Outlook/Exchange Online, Teams, OneDrive/SharePoint). Anbieter ist ebenfalls die Microsoft Ireland Operations Limited.

- **Zweck der Verarbeitung:** Abwicklung der geschäftlichen Korrespondenz mit Kunden, Partnern und Interessenten; interne Organisation und Wissensmanagement.
- **Kategorien verarbeiteter Daten:** Kontaktdaten (Name, E-Mail-Adresse), Kommunikationsinhalte, Metadaten (Zeitstempel, IP-Adresse) sowie in Dokumenten enthaltene personenbezogene Daten.
- **Rechtsgrundlage:** Art. 6 Abs. 1 lit. b DSGVO (Vertragserfüllung bzw. vorvertragliche Maßnahmen bei Anfragen) sowie Art. 6 Abs. 1 lit. f DSGVO (unser berechtigtes Interesse an einer effizienten, sicheren und plattformübergreifenden Kommunikation und Zusammenarbeit).

- **Datenstandort & AVV:** Es gelten die unter Punkt 5 genannten Bedingungen zum Auftragsverarbeitungsvertrag (DPA) sowie zur Speicherung innerhalb der EU/Deutschland. Wir nutzen die Konfigurationsmöglichkeiten von Microsoft 365, um die Datenspeicherung vorrangig in der EU-Region sicherzustellen (EU Data Boundary)

7. Schutz vor automatisierten Anfragen: Cloudflare Turnstile

Zum Schutz unserer Webformulare (z. B. Kontaktformular, Newsletter-Anmeldung, Registrierung) vor automatisierten Bot-Anfragen und Spam nutzen wir den Dienst Cloudflare Turnstile. Anbieter ist:

Cloudflare, Inc., 101 Townsend St., San Francisco, CA 94107, USA (nachfolgend „Cloudflare“).

Cloudflare Turnstile unterscheidet sich von herkömmlichen CAPTCHA-Lösungen: Anstelle von Nutzerinteraktionen (Bilderauswahl etc.) analysiert Turnstile technische Browser-Signale (z. B. HTTP-Header, Browser-Eigenschaften, Netzwerkdaten), um zwischen menschlichen Nutzern und automatisierten Systemen zu unterscheiden. Dabei werden Daten an Server von Cloudflare übermittelt.

Cloudflare gibt an, die übermittelten Daten nicht für Werbezwecke oder zur Erstellung von Nutzerprofilen zu verwenden. Es werden ausschließlich technische Überprüfungsdaten verarbeitet.

Rechtsgrundlage: Art. 6 Abs. 1 lit. f DSGVO (berechtigtes Interesse an der Sicherheit unserer Website und Dienste sowie Vermeidung von Spam und Missbrauch). Unser berechtigtes Interesse überwiegt, da Turnstile minimale Nutzerdaten verarbeitet und auf aufdringliche Nutzerinteraktionen verzichtet.

Auftragsverarbeitungsvertrag (AVV): Wir haben mit Cloudflare einen Vertrag zur Auftragsverarbeitung (Data Processing Addendum) gemäß Art. 28 DSGVO abgeschlossen. Darin verpflichtet sich Cloudflare, die Daten unserer Nutzer nur nach unseren Weisungen und zur Bereitstellung der Sicherheitsdienste zu verarbeiten. Das DPA ist abrufbar unter: <https://www.cloudflare.com/cloudflare-customer-dpa/>

Drittlandtransfer: Cloudflare verarbeitet Daten in den USA. Cloudflare ist im EU-U.S. Data Privacy Framework zertifiziert und nutzt Standardvertragsklauseln als Transfermechanismus (Art. 46 Abs. 2 lit. c DSGVO).

Datenschutzerklärung von Cloudflare: <https://www.cloudflare.com/privacypolicy/>

8. Homepage-Analyse

Zur Analyse und Optimierung der Bereitstellung unserer Serverinfrastruktur erheben wir eine anonyme Reichweitenmessung / Nutzungsstatistik nach der ausdrücklichen Zustimmung in den Cookies. Es findet keine Übermittlung an Drittanbieter statt.

Rechtsgrundlage: Art. 6 Abs. 1 lit. a DSGVO (Einwilligung)

Gespeichert Daten: Gehashte IP (SHA-256 + Salt, 16 Zeichen), User-Agent, URL-Pfad, Referrer, Verweildauer, Sprache, Bildschirmauflösung, Erstbesucher-Flag, anonyme Session-ID, Land (per Azure-Header).

Speicherort: Azure Table Storage, Region Germany West Central (EU)

Speicherdauer: 14 Monate

Widerruf: Jederzeit über Cookie-Einstellungen

9. Zahlungsabwicklung und Buchhaltung (Externe Dienstleister)

Innerhalb unseres Unternehmens erhalten nur diejenigen Stellen personenbezogene Daten, die diese zur Erfüllung ihrer Aufgaben benötigen. Für die Abwicklung von Zahlungen und die Erfüllung unserer buchhalterischen Pflichten setzen wir folgende Dienstleister ein:

9.1. Stripe (Kreditkarte, SEPA, etc.)

Wenn Sie sich für eine kostenpflichtige Leistung entscheiden, bieten wir die Zahlung über den Zahlungsdienstleister Stripe an. Anbieter ist die Stripe Payments Europe, Ltd., 1 Grand Canal Street Lower, Grand Canal Dock, Dublin, Irland (nachfolgend „Stripe“). Die bei der Zahlung eingegebenen Daten (z. B. Name, Adresse, Kontonummer, Kreditkartennummer) werden direkt an Stripe übermittelt und dort verarbeitet. Wir selbst speichern keine vollständigen Kreditkarten- oder Bankdaten, sondern erhalten von Stripe lediglich Informationen über den Status der Zahlung (erfolgreich/fehlgeschlagen) sowie eine Transaktions-ID zur Zuordnung.

- **Rechtsgrundlage:** Art. 6 Abs. 1 lit. b DSGVO (Vertragserfüllung).
- **Datenschutz-Status / AVV:** Stripe wird bei der reinen Zahlungsabwicklung als **eigenständiger Verantwortlicher** tätig, weshalb hierfür kein klassischer Auftragsverarbeitungsvertrag (AVV) geschlossen wird. Für bestimmte Nebendienste fungiert Stripe als Auftragsverarbeiter; hierfür haben wir ein Data Processing Agreement (DPA) mit Stripe vereinbart.

- **Drittlandtransfer:** Daten können an die Stripe Inc. in die USA übertragen werden. Stripe sichert dies durch das EU-U.S. Data Privacy Framework (DPF) sowie Standardvertragsklauseln (SCCs) ab.
- **Datenschutzerklärung von Stripe:** <https://stripe.com/de/privacy>

9.2. PayPal

Alternativ bieten wir die Zahlung via PayPal an. Anbieter ist die PayPal (Europe) S.à r.l. et Cie, S.C.A., 22-24 Boulevard Royal, L-2449 Luxembourg (nachfolgend „PayPal“). Bei der Auswahl dieser Zahlungsart werden Ihre zur Zahlungsabwicklung erforderlichen Daten (z. B. Name, E-Mail-Adresse, Kaufbetrag) automatisch an PayPal übermittelt.

- **Rechtsgrundlage:** Art. 6 Abs. 1 lit. b DSGVO (Vertragserfüllung).
- **Datenschutz-Status / AVV:** PayPal handelt bei der Zahlungsabwicklung als **eigenständiger Verantwortlicher**. Ein Auftragsverarbeitungsvertrag wird hier nicht geschlossen. PayPal behält sich vor, zur Bonitätsprüfung Daten an Auskunftsteilen weiterzugeben.
- **Datenschutzerklärung von PayPal:**
<https://www.paypal.com/de/webapps/mpp/ua/privacy-full>

9.3. Buchhaltung: Lexware Office

Zur Erstellung von Rechnungen, zur Finanzbuchhaltung und zur Erfüllung unserer steuer- und handelsrechtlichen Aufbewahrungspflichten nutzen wir die cloudbasierte Software Lexware Office. Anbieter ist die Haufe-Lexware GmbH & Co. KG, Munzinger Straße 9, 79111 Freiburg, Deutschland. An diesen Anbieter werden Rechnungsdaten (Name, Anschrift, E-Mail-Adresse, Leistungsbeschreibung, Rechnungsbetrag) übermittelt bzw. dort verarbeitet.

- **Rechtsgrundlage:** Art. 6 Abs. 1 lit. c DSGVO (Erfüllung einer rechtlichen Verpflichtung, z. B. GoBD, AO, HGB) sowie Art. 6 Abs. 1 lit. f DSGVO (berechtigtes Interesse an einer effizienten und ordnungsgemäßen Geschäftsführung).
- **Auftragsverarbeitungsvertrag (AVV):** Wir haben mit der Haufe-Lexware GmbH & Co. KG einen Vertrag zur Auftragsverarbeitung gemäß Art. 28 DSGVO abgeschlossen. Die Datenverarbeitung findet ausschließlich in Deutschland statt.

Hinweis: Google-Dienste (z. B. Google Analytics, Google Ads, Google Fonts, reCAPTCHA) werden von uns nicht eingesetzt. Es erfolgt kein Datentransfer an Google.

10. Newsletter

Die Anmeldung zu einem Newsletter erfolgt im sogenannten Double-Opt-In-Verfahren (DOI):

- **Ablauf:** Nach Eingabe der E-Mail-Adresse erhalten Sie eine Bestätigungs-E-Mail. Erst nach Klick auf den darin enthaltenen Bestätigungslink wird die Anmeldung aktiviert.

*SitzFritz Health GmbH · Rheinwerkallee 6 · 53227 Bonn · info@sitzfritz.de · www.sitzfritz.de
Stand: April 2026*

- **Protokollierung:** Zur rechtssicheren Dokumentation Ihrer Einwilligung speichern wir Ihre E-Mail-Adresse, die IP-Adresse bei der Anmeldung und Bestätigung sowie die jeweiligen Zeitstempel.
- **Versanddienstleister:** Der Versand des Newsletters erfolgt über unsere bestehende Cloud-Infrastruktur über Azure Communication Services. Mit dem Dienstleister wurde ein Auftragsverarbeitungsvertrag (AVV) gemäß Art. 28 DSGVO geschlossen.
- **Tracking:** Wir verwenden **keine** Newsletter-Tracking-Pixel (kein Öffnungs- oder Klick-Tracking).
- **Rechtsgrundlage:** Art. 6 Abs. 1 lit. a DSGVO (Einwilligung) sowie § 7 Abs. 2 Nr. 3 UWG. Die Protokollierung des Anmeldeverfahrens erfolgt auf Grundlage unseres berechtigten Interesses (Art. 6 Abs. 1 lit. f DSGVO) an einem rechtssicheren Nachweis der Einwilligung.
- **Abmeldung:** Sie können Ihre Einwilligung jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen. Dies ist über den Abmeldelink in jedem Newsletter oder per E-Mail an privacy@sitzfritz.de möglich.

11. Drittlandtransfer

Wir verarbeiten personenbezogene Daten vorrangig innerhalb der EU/des EWR. Bei Nutzung von Drittanbieter-Diensten (Cloudflare, ggf. Stripe) können Daten in Drittstaaten (insbesondere USA) übermittelt werden. Als Schutzmechanismen nutzen wir:

- EU-U.S. Data Privacy Framework (für zertifizierte US-Anbieter).
- Standardvertragsklauseln (SCCs) gemäß Art. 46 Abs. 2 lit. c DSGVO.
- Spezifische Datenlokations-Zusagen von Microsoft (EU Data Boundary).

Auf Anfrage stellen wir Informationen zu den konkret eingesetzten Transfermechanismen bereit.

12. Cookies und ähnliche Technologien

Wir verwenden auf unserer Website technisch notwendige Cookies und – nach Ihrer ausdrücklichen Einwilligung – eine datenschutzfreundliche, anonymisierte Reichweitenanalyse (eigenes System, kein Drittanbieter).

Die Einwilligung kann jederzeit über den Link „Cookie-Einstellungen“ im Footer der Website widerrufen werden.

- Wir verwenden keine Google-Dienste (kein Google Analytics, keine Google Fonts, kein Google Tag Manager).
- Cloudflare Turnstile setzt im Zuge der Bot-Erkennung ggf. funktionale Cookies/LocalStorage-Einträge (technisch notwendig, § 25 Abs. 2 TDDDG).

Name	Kategorie	Speicherdauer	Zweck
sitzfritz_cookie_consent	Essenziell	12 Monate	Speicherung der Consent-Entscheidung
Session Token	Essenziell	30 Tage	Login-Session (Zitadel)
Spracheinstellung	Essenziell	12 Monate	Sprachpräferenz

*SitzFritz Health GmbH · Rheinwerkallee 6 · 53227 Bonn · info@sitzfritz.de · www.sitzfritz.de
Stand: April 2026*

sidebar_state	Essenziell	7 Tage	Navigation-UI-Zustand
sitzfritz_analytics_unique	Analyse (opt-in)	12 Monate	Erstbesucher-Erkennung

13. Speicherdauer und Löschung

- Personenbezogene Daten werden gelöscht, sobald sie für den Zweck ihrer Erhebung nicht mehr erforderlich sind.
- Steuer- und handelsrechtliche Dokumente (Rechnungen, Buchungsbelege): 10 Jahre (§ 257 HGB, § 147 AO).
- Server-Logfiles der Website: 14 Tage (sofern nicht für die Aufklärung von Sicherheitsvorfällen erforderlich).
- Nutzerkonto-Daten: Nach Löschung durch den Nutzer oder Kündigung des Vertrags werden die Daten nach Ablauf der gesetzlichen Aufbewahrungsfristen vollständig entfernt. Nutzer können während dieser Zeit einen Datenexport anfordern.
- Cloud-Sync-Daten: Werden nach Widerruf der Einwilligung oder Vertragsende innerhalb von 30 Tagen gelöscht.

Datenkategorie	Speicherdauer
Kontodaten	Dauer der aktiven Nutzung; Löschung nach Vertragsende.
Rechnungen / Buchhaltung	10 Jahre (gesetzliche Aufbewahrungsfrist).
Cloud-Sync-Daten	Bis zum Widerruf der Einwilligung oder Kontolöschung.
Server-Logfiles	14 Tage (Sicherheitszwecke).
Anonymisierte Besucherstatistik	14 Monate
Newsletter Anmeldedaten	Dauer der Einwilligung + 3 Jahre (Nachweispflicht)
Kontaktanfragen	24 Monate

14. Technische und organisatorische Maßnahmen (TOM)

Wir setzen angemessene technische und organisatorische Maßnahmen (Art. 32 DSGVO) ein, um personenbezogene Daten zu schützen, insbesondere:

- Verschlüsselung in Transit (TLS/HTTPS) und at Rest.
- Zugangskontrollen und Rollen-/Berechtigungsmanagement.
- Regelmäßige Backups und Notfallwiederherstellungskonzepte.
- Monitoring und Sicherheitsprotokollierung.
- Regelmäßige Patch-Management-Prozesse.
- Geplante Penetrationstests / Sicherheitsüberprüfungen.

Details zu konkreten TOMs stellen wir auf Anfrage und im Rahmen datenschutzrechtlich zulässiger Offenlegung bereit (insbesondere im Rahmen eines AVV).

15. Ihre Rechte als betroffene Person

Sie haben nach DSGVO folgende Rechte:

- Auskunft über verarbeitete Daten (Art. 15 DSGVO).
- Berichtigung unrichtiger Daten (Art. 16 DSGVO).
- Löschung („Recht auf Vergessenwerden“, Art. 17 DSGVO).
- Einschränkung der Verarbeitung (Art. 18 DSGVO).
- Datenübertragbarkeit (Art. 20 DSGVO).
- Widerspruch gegen die Verarbeitung auf Grundlage berechtigter Interessen (Art. 21 DSGVO).
- Widerruf erteilter Einwilligungen mit Wirkung für die Zukunft (Art. 7 Abs. 3 DSGVO).
- Beschwerderecht bei der zuständigen Datenschutzaufsichtsbehörde (Art. 77 DSGVO).

Zuständige Aufsichtsbehörde für die SitzFritz Health GmbH:

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

Zur Ausübung Ihrer Rechte wenden Sie sich bitte an: privacy@sitzfritz.de

16. Änderungen dieser Datenschutzerklärung

Änderungen dieser Datenschutzerklärung werden an dieser Stelle veröffentlicht. Bei wesentlichen Änderungen (z. B. neue Verarbeitungszwecke, neue Drittanbieter, neue Drittlandtransfers) informieren wir registrierte Nutzer zusätzlich per E-Mail. Das Datum der letzten Aktualisierung ist stets oben angegeben.