

Fitness Mama

- [Marketing&Copywriting Fitness Mama](#)
 - [Ce este Fitness Mama. Descrierea proiectului și a valorilor](#)
 - [Copywriting](#)
- [Воронки](#)
 - [Воронка по автовебу Body Transformation 2025](#)
 - [Воронка по автовебу Abdomen Plat \(Alimentatie\)](#)
- [Mobile app](#)
 - [Ссылки навигации через браузер](#)
 - [Список поддерживаемых блоков](#)
 - [Выбор плана питания и тренировок согласно абонементу](#)
 - [Отображение новых тренировок в приложении. Синхронизация](#)
- [Марафоны гайд. Анкеты \(Google Forms\)](#)
- [Программы питания и меню](#)
 - [Меню Metabolic](#)
 - [Возможные проблемы с менюшками. Причины и решения](#)
 - [Список страниц с калькуляторами](#)
 - [Обновление индивидуальных меню](#)
 - [Текст для приложения - Meniu Metabolic Reset 2025](#)
- [Очистка базы пользователей в FM 12.06.2025](#)
- [Дашборды и выборки](#)
 - [Utilizatori care au procurat produse și au încetat \(Dana\)](#)
 - [Сегменты и дашборды для Даны](#)
 - [FB Reg](#)

- [Segmente clienți după criterii de activitate](#)
- [Сегмент продления](#)
- [Segment abonamente active \(3, 6, 12, unlimited\)](#)
- [Чек листы](#)
 - [Чек лист при создании нового тренинга](#)
 - [Чек лист - Вебинар FM](#)
 - [Сборка кампании](#)
 - [Чек лист - сборка автовеба](#)
- [Рассылки](#)
 - [Бонус Bikini Body 2025](#)
- [Сегменты доступа у абонементов](#)
- [TrandWatchAI](#)
- [Photo Generator](#)
- [Архивные статьи](#)
 - [FM. Как настроить плашку в списке тренингов у пользователя?](#)
- [Телеграм клубы - настройки и доступы](#)
- [Перенос базы из EcoFace в FM](#)
- [Перенос базы из Adevarul Sanatos в FM](#)
- [Бот-мотиватор FM](#)
- [Процессы GC FM](#)
 - [Процессы по заказам](#)
- [GiftShop 2026](#)
- [Обзвоны](#)
 - [Обзвон микросегменты - Пасха 2026](#)
- [Fitnessmama.ro](#)
- [FM | Communication Automation](#)
- [Onboarding FitnessMama](#)
- [ИИ-ассистент в чатах GetCourse](#)

Marketing&Copywriting Fitness Mama

În acest capitol sunt descrise procesele legate de crearea textelor pentru Fitness Mama și crearea strategiei de marketing, cu linkuri către documentele relevante.

Informație actuală la data de 1 mai 2026

Ce este Fitness Mama.

Descrierea proiectului ?i a valorilor

Brand voice

 **Deschide documentul Brand voice**

Valorile Fitness Mama

Sănătate înainte de perfecțiune

- Scopul nu este un corp „instagramabil”, ci un corp sănătos, funcțional, plin de energie.
- Slăbitul este un efect secundar al unui stil de viață sănătos, nu o obsesie.

Grijă blândă, nu auto-ură

Nu lucrăm cu rușine, vinovăție și critică de sine.

- Ne antrenăm și mâncăm mai bine din grijă pentru noi, nu ca să „ne pedepsim” pentru ce am mâncat.

Rezultate reale, fără extreme

Fără diete drastice, fără înfometare, fără antrenamente toxice.

- Preferăm pași mici, constanți, pe care o femeie chiar îi poate păstra toată viața.

4 Echilibru, nu perfecționism

Mâncarea „normală”, familia, sărbătorile și plăcerile vieții fac parte din proces.

- Nu există „am stricat totul”; există doar „revin la mine și la alegerile mele bune”.

5 Femeia - în centru, nu doar corpul ei

Nu lucrăm doar la kilograme, ci la energie, stare emoțională, somn, încredere în sine.

- Fitness Mama vede femeia ca întreg: corp, minte, familie, carieră.

6 Educație, nu doar motivație

Explicăm DE CE și CUM, nu dăm doar liste cu „ai voie/nu ai voie”.

- Femeile învață să se descurce singure, să facă alegeri conștiente, nu să depindă de un program.

7 Respect față de corp și ritmul său

Ținem cont de vârstă, hormoni, sarcină, postpartum, oboseală, stres.

- Antrenamentele și recomandările sunt adaptate, nu „copy-paste” pentru toți.

8 Comunitate, nu competiție

Femeile nu sunt puse să se compare una cu alta, ci sunt încurajate să se susțină.

- Grupurile și programele creează sentimentul „nu sunt singură, suntem o echipă”.

9 Autenticitate și sinceritate

Fără promisiuni miraculoase, fără „în 7 zile îți schimb viața”.

- Spunem adevărul despre slăbit, hormoni, oboseală, recăderi și reînceput.



Progres, nu „totul sau nimic”

Orice pas contează: un antrenament făcut, o alegere alimentară mai bună, 10 minute pentru tine.

- Greșelile nu anulează progresul; fac parte din drum.

Credin?ele Fitness Mama

01. Credem că fiecare femeie merită să se simtă bine în corpul ei, la orice vârstă.

02. Credem că nu trebuie să suferi și să te chinui ca să slăbești și să fii sănătoasă.

03. Credem că oboseala cronică, mâncatul pe fugă și lipsa timpului nu sunt „normale” și nu trebuie acceptate ca destin.

04. Credem că o mamă fericită și sănătoasă înseamnă o familie mai echilibrată.

05. Credem că disciplina blândă, nu perfecționismul, creează rezultate pe termen lung.

06. Credem că e mai important să te întorci de 100 de ori la tine, decât să nu cazi niciodată.

07. Credem că femeile au nevoie de spațiu sigur, susținere și înțelegere, nu de critică și judecată.

08. Credem că mișcarea, alimentația sănătoasă și grija de sine sunt o formă de iubire față de noi, nu o obligație.

09. Credem că informația corectă și explicată simplu poate schimba viața unei femei mai mult decât orice „dietă-minune”.

10. Credem că transformarea adevărată începe din interior: din felul în care gândești, vorbești cu tine și îți privești corpul.

Copywriting

Tipuri de mesaje

Sunt câteva tipuri de mesaje pe care le transmitem bazei de clienți.

Mesaj content

Mesaj anunț

Case

Scrisoare personală de la Ina

Biletik sau mesaj notificare

Prompturi pentru AI

Unele texte pot fi create cu ajutorul Prompturilor gata făcute, în care trebuiesc schimbate doar variabilele. Sunt create prompturi pentru

Universal, grammar and tone of voice

Сбор информации для кампании
pe baza documentelor noastre (CustDev)

Reformulare mesaje tehnice

Coaching email

Adaptare email coaching pentru Telegram

Carousel Instagram

Ghid

Plan progrev I

Creare progrev II

Creare content plan

Email Invite/Dojim

Email Biletik

Scrisoare personală de la Ina

Notificări Webinar

 **Deschide tabelul**

Tabel cu prompturi

Cel mai eficient e să dăm promptul cu datele actuale și un document de referință, cu textele realizate într-o campanie anterioară.

Texte de referin??

Aici sunt câteva documente cu texte de referință pentru bannere, emailuri, dar și document cu texte redactate de Ina, de unde putem prelua tone of voice și stilul de comunicare.

 **Deschide folderul cu texte de referință**

? Emoji

Lista de emoji care sunt afișate corect în GetCourse

 **Deschide lista de emoji**

Un emoji adăugat din afara listei va fi automat afișat ca 

???????

Воронки

???????? ?? ?????????? Body Transformation 2025

Таблица с письмами и инфомацией	https://docs.google.com/spreadsheets/d/1NyF8h16_2m6ErpVDJrko6inEggy2dYLMXgC-N6oyKg0/edit?gid=820083823#gid=820083823
Схема miro	https://miro.com/app/board/uXjVK1D6d1U=?moveToWidget=3458764643600179444&cot=14
Автовеб	https://fitnessmama.school/pl/webinar/show?id=3202577
Страница регистрации на автовеб	https://fitnessmama.school/pl/cms/page/editor?id=4222703 https://fitnessmama.school/webinar_bt
Повтор автовеба	https://fitnessmama.school/webinar_bt2025
Страница спасибо	https://curs.fitnessmama.ro/thank_you_ghid_new1 https://fitnessmama.md/thank_you_ghid_new
Страница редирект WP	https://fitnessmama.school/aw18_wapp https://fitnessmama.school/pl/cms/page/editor?id=3750158

????????? ???????

Ссылка	Тильда	Виджет старый	Новый виджет
https://curs.fitnessmama.ro/ghid_abdomen	1511482	1381645	1496901

Ссылка	Тильда	Виджет старый	Новый виджет
https://fitnessmama.md/ghid_abdomen	12901869	1406174	1496904

??????? ?? ????? ?????????????

Процесс по схеме автовороники GC	https://fitnessmama.school/pl/tasks/mission/process?id=2249733
Попадание в группу в процессе	AW Body Revolution от 08.10.25 (автоворонка)
Процесс после регистрации	https://fitnessmama.school/pl/tasks/mission/update?id=2249984
Процесс выдачи подарка	?

??????? WhatsApp

График и материалы сообщений	<a href="https://docs.google.com/spreadsheets/d/1gPwtFyWZyluVKCrkBI_lxpNVfCv-
iuDUEgUJJ2TISEY/edit?gid=549028793#gid=549028793">https://docs.google.com/spreadsheets/d/1gPwtFyWZyluVKCrkBI_lxpNVfCv- iuDUEgUJJ2TISEY/edit?gid=549028793#gid=549028793
Сценарий n8n	https://n8n.kishlaru.ru/workflow/NgLfHXdBf3c3bdVE

Воронки

Abdomen Plat (Alimentatie)

Таблица с письмами и инфомацией	https://docs.google.com/spreadsheets/d/1NyF8h16_2m6ErpVDJrko6inEggy2dYLMXgC-N6oyKg0/edit?gid=820083823#gid=820083823
Автовеб	
Страница регистрации на автовеб	
Повтор автовеба	
Страница спасибо	https://curs.fitnessmama.ro/thank_you_ghid_new1 https://fitnessmama.md/thank_you_ghid_new
Страница редирект WP	https://fitnessmama.school/aw18_wapp https://fitnessmama.school/pl/cms/page/editor?id=3750158

Ссылка	Тильда	Виджет
https://curs.fitnessmama.ro/ghid_abdomen	1511482	1381645
https://fitnessmama.md/ghid_abdomen	12901869	1406174

Процесс по схеме автовороники GC	https://fitnessmama.school/pl/tasks/mission/process?id=1927874
Процесс после регистрации	https://fitnessmama.school/pl/tasks/mission/update?id=2030033

??????? WhatsApp

Сценарий n8n	https://n8n.kishlaru.ru/workflow/eY6F36NFJ3oaHywu
--------------	---

Mobile app

Mobile app

??????? ?????????????? ??????
?????????

Через браузер можно авторизоваться под каким то пользователем и посмотреть как у него отображается приложение

Principal	https://fitnessmama.school/chtm/index/
Antrenamente	https://fitnessmama.school/chtm/trainings
Nutriție	https://fitnessmama.school/chtm/food
Rezultat	https://fitnessmama.school/chtm/result
Profil	https://fitnessmama.school/chtm/profile
Admin	https://fitnessmama.school/chtm/admin
Statistic	https://fitnessmama.school/chtm/result/more-detailed

Mobile app

?????? ??????????????
??????

Есть список поддерживаемых блоков, которые нужно использовать, чтобы они отображались в приложении.

????????????? ?????? ?????????????? ??????:

Изменения стиля блока (заданы цвет фона и цвет текста) не ломает оптимизацию, но в оптимизированном уроке не отображается <https://skr.sh/s4zXl00jq0U> =>

<https://skr.sh/s4zMCsf4qey>

Блок «CSS-код» не ломает оптимизацию в уроке, но в оптимизированном уроке не работает. При добавлении блока «Другая страница» не ломается оптимизация, но в оптимизированном уроке не работает.

При изменении текстового урока на другой (вебинар, аудио, видео) урок остается оптимизированным, если в нем отсутствуют блоки препятствующие оптимизации согласно данным текстового урока.

В уроке типа вебинар, при открытии комнаты оптимизация не ломается, но данные об открытии комнаты видны только в неоптимизированном уроке <https://skr.sh/v501txRYZqy>

если написано что блок добавлен - это значит добавлен без содержимого

[image.png](#)

[image.png](#)

[image.png](#)

[image.png](#)

Mobile app

????? ?????? ????????? ?

????????????? ??????????

?????????????

????? ?????????????

Пользователи которые приобрели абонемент имеют доступ к выбору определенного количества тренировок и планов питания.

Выбранные меню и тренировки отображаются в разделе личный профиль:

<https://fitnessmama.school/chtm/profile>

image.pngimage.png

????? ?????????????

1. В разделе **Toate programele de fitness** отображается список доступных тренировок согласно абонименту.[image.pngimage.png](#)
2. При нажатии на определенную тренировку, открывается описание и кнопка выбора, при нажатии на которую просят подтвердить выбор.
[image.pngimage.png](#)
3. Далее кнопка позволяет открыть тренировку с уроками и также тренинг появляется в списке доступных тренировок
[image.pngimage.pngimage.png](#)
4. У пользователя есть возможность выбрать 1-2 тренировки в зависимости от абонемент, при следующей попытке, просят оплатить.
[image.pngimage.png](#)

????? ?????? ?????????

1. Пользователь может выбрать меню в разделе питания

<https://fitnessmama.school/chtm/food/all>

image.pngimage.png

2. При выборе любого меню, открывается ссылка на калькулятор

<https://calculator.fitnessmama.ro/>

image.pngimage.png

3. После прохождения анкеты, меню появляется в списке выбарнных планов питания

image.pngimage.png

4. У пользователя есть возможность выбрать 1-2 плана меню в зависимости от абонеента, при следующей попытке, не отображается кнопка выбора.

image.png

5. Если у пользователя нет абонеента, ему предлагают купить план питания

image.pngimage.png

Mobile app

???????????? ???? ???? ????
? ??????????. ??????????

1. После добавления нового тренинга в GC, необходимо синхронизировать его в админке приложения: <https://fitnessmama.school/chtm/admin>

<https://fitnessmama.school/chtm/admin/sync-trainings>

[image.png](#)

После синхронизации подождать 15 минут

2. Добавить экран тренинга

????????? ?????. ???????
(Google Forms)

<https://drive.google.com/file/d/1F8rNzSGLolQeDK5NMbQgQVQ90zZ2YRKR/view>

????????? ???? ? ???? ?

???? Metabolic

Это меню обычно предоставляется в начале года и делится на 3 этапа.
Для него сделан отдельный калькулятор:

<https://metabolic.fitnessmama.ro/>

????????? ?????

https://fitnessmama.school/ap-metabolic-reset-1200-ianuarie
https://fitnessmama.school/ap-metabolic-reset-1300-ianuarie
https://fitnessmama.school/ap-metabolic-reset-1400-ianuarie
https://fitnessmama.school/ap-metabolic-reset-1500-ianuarie
https://fitnessmama.school/ap-metabolic-reset-1600-ianuarie
https://fitnessmama.school/ap-metabolic-reset-1700-ianuarie
https://fitnessmama.school/ap-metabolic-reset-1800-ianuarie
https://fitnessmama.school/ap-metabolic-reset-1900-ianuarie
https://fitnessmama.school/ap-metabolic-reset-2000-ianuarie
https://fitnessmama.school/ap-metabolic-reset-2100-ianuarie
https://fitnessmama.school/ap-metabolic-reset-2200-ianuarie

????????? ??? ??????

Этап	Ссылка
	2025
1-й этап	https://fitnessmama.school/notifications/control/mailings/update/id/12933430

Этап	Ссылка
2-й этап	https://fitnessmama.school/notifications/control/mailings/update/id/13130512
3-й этап	https://fitnessmama.school/notifications/control/mailings/update/id/13203240
	2026
1-й этап	https://fitnessmama.school/notifications/control/mailings/update?id=20207845
2-й этап	https://fitnessmama.school/notifications/control/mailings/update?id=20383530
3-й этап	https://fitnessmama.school/notifications/control/mailings/update?id=20459996

Обновил данные на примере первого этапа:

Заменить на страницах:

- Добавить пользователя в группу первого этапа
- Запустить процесс по первому этапу
- Переход по ссылке на меню 1

В письмах:

- Кнопка с ссылкой на меню 1
- Кнопка с ссылкой на календарь 1-2

В приложении:

- Заменял ссылки на актуальные меню

Также необходимо предоставить доступ в загрузке меню

Программы питания и меню

?????????? ?????????? ?

???????????. ?????????? ? ??????????

- Неправильно указан сегмент для видимости блока с загрузкой меню на страницах
<https://fitnessmama.school/pl/cms/page?folderId=49979>
image.png

Программы питания и меню

?????? ???? ?
????????????

<https://calculator.fitnessmama.ro>

<https://nutrition.fitnessmama.ro>

<https://standard.fitnessmama.ro>

<https://metabolic.fitnessmama.ro>

<https://rezultat.fitnessmama.ro>

<https://anticelulitic.fitnessmama.ro>

<https://naturalbeauty.fitnessmama.ro>

<https://beautylab1.fitnessmama.ro>

<https://beautylab2.fitnessmama.ro>

<https://calculatortest.fitnessmama.ro>

<https://ecoface.fitnessmama.ro>

<https://flexibil.fitnessmama.ro>

???????????? ???? ???? ????
????

1. **Загрузка новых файлов меню**

- Загрузите новые файлы меню в хранилище.
- Убедитесь, что открыт доступ по ссылке для всех пользователей (чтобы ссылки работали без авторизации).

image.png

2. Заменить ссылки файлов в соответ страницах по месяцу, типу меню и ккал

<https://fitnessmama.school/pl/cms/page?folderId=244986>

image.png

3. Заменить ссылки редиректа из папки предыдущего шага во всех страницах с загрузкой меню (

<https://fitnessmama.school/pl/cms/page?folderId=49979>

image.png

4. Меняем в этом блоке ссылки

image.png

- В письме

image.pngimage.png

- Переход по ссылке

image.png

5. Проверяем наличие процесса для 2-го меню, если его нет, добавляем

image.png

6. Меняем ссылки на файлы в админке приложения

<https://fitnessmama.school/chtm/admin~food-menu-by-kkals/>

Также находим тип меню, месяц и ккал

image.png

image.png

7. После замены ссылок на все меню, готовим рассылку

1. Перед отпарвкой нужно удалить пользователей из групп в сегменте

[https://fitnessmama.school/pl/user/user/index?uc\[segment_id\]=32974796](https://fitnessmama.school/pl/user/user/index?uc[segment_id]=32974796)

[Сегмент - все кто скачали](#)

Удалить из следующих групп:

- Descărcat meniul
- Descarcă meniul de 1 zi
- [Meniuri] Скачал одно из двух меню

2. Далее копируем и отправляем рассылку

3. Письма должны отправляться в течении всего месяца при попадании под правило

[image.png](#)

March 2025	17174304
April 2025	17491678
May 2025	17814618
Oct 2025	19214182
Nov 2025	19532842
Booster 2.0 • 14-24 nov 2025	19669589
Dec 2025	19825041
Ian 2026	20151627
Feb 2026	20389768
Mar 2026	20702796
Aprilie 2026	21028170
Mai 2026	21371686
Iunie 2026	21717387
Iulie 2026	22071728
August 2026	22422964
Sept 2026	22755828

Необходимо обновить новую стилизацию на страницах GC

[illegible]

[illegible]

cHg7XFxuICAgIGJvcmRlciilyYWRpdXM6IDEwcHg7XFxuICAgIGZvbnQtc2l6ZTogMTRweDtcXG4gICAgYmFja2dyb3VuZD
ogcmdiYSgyNDgsIDcxLCAxNDQsIDAuMDgpO1xcbn1cXG5cXG5cXC8qIFJlc3BvbnNpdmdUgLSBUYWJsZXQgKlxcL1xcbkbt
ZWRpYSAobWF4LXdpZHRoOiA3NjhweCkge1xcbiAgICAubHQTYmxvY2sgLmNvbnRhaW5lciB7XFxuICAgICAgICBwYWRkaW
5nOiAwIDI0cHg7XFxuICAgIH1cXG5cXG4gICAgLmxpdGUtYmxvY2s6Zmlyc3QtY2hpbGQgLmx0LWJsbn2NrlXdyYXBwZXIge
elxcbiAgICAgICAgcGFkZGluZy10b3A6IDM2cHggIWltcG9ydGFudDtcXG4gICAgfVxcblxcbiAgICAubGl0ZS1ibG9jaz
psYXN0LWNoaWxkIC5sdC1ibG9jay13cmFwcGVyIHtcXG4gICAgICAgICAgIHbHbZGRpbmctYm90dG9t0iAzNnB4ICFpbXBvcnRh
bnQ7XFxuICAgIH1cXG5cXG4gICAgLmx0LWZvcM0ge1xcbiAgICAgICAgbWfyZ2lu0iA4cHggMjRweDtcXG4gICAgfVxcbl
xcbiAgICAubHQTYm9yYSAubHQTYmxvY2std3JhcHBlciB7XFxuICAgICAgICBwYWRkaW5nOiAy0HB4IDI0cHggIWltcG9y
dGFudDtcXG4gICAgfVxcblxcbiAgICAUZi10ZWfkZXItMzYge1xcbiAgICAgICAgZm9udC1zaXpl0iAyMnB4ICFpbXBvcn
RhbnQ7XFxuICAgIH1cXG5cXG4gICAgLmYtdGV4dCB7XFxuICAgICAgICBmb250LXNpemU6IDE0cHggIWltcG9ydGFudDtc
XG4gICAgfVxcbn1cXG5cXG5cXC8qIFJlc3BvbnNpdmdUgLSBnb2JpbGUgKlxcL1xcbkbtZWRpYSAobWF4LXdpZHRoOiA0OD
BweCkge1xcbiAgICAubHQTYmxvY2sgLmNvbnRhaW5lciB7XFxuICAgICAgICBwYWRkaW5nOiAwIDI4cHg7XFxuICAgIH1c
XG5cXG4gICAgLmxpdGUtYmxvY2s6Zmlyc3QtY2hpbGQgLmx0LWJsbn2NrlXdyYXBwZXIge1xcbiAgICAgICAgcGFkZGluZy
10b3A6IDI4cHggIWltcG9ydGFudDtcXG4gICAgfVxcblxcbiAgICAubGl0ZS1ibG9jazpsYXN0LWNoaWxkIC5sdC1ibG9j
ay13cmFwcGVyIHtcXG4gICAgICAgIHbHbZGRpbmctYm90dG9t0iAy0HB4ICFpbXBvcnRhbnQ7XFxuICAgIH1cXG5cXG4gIC
AgLmx0LWZvcM0ge1xcbiAgICAgICAgbWfyZ2lu0iA4cHggMjRweDtcXG4gICAgICAgICAgIGJvcmRlciilyYWRpdXM6IDE0cHg7
XFxuICAgIH1cXG5cXG4gICAgLmx0LWZvcM0gLmx0LWJsbn2NrlXdyYXBwZXIge1xcbiAgICAgICAgcGFkZGluZz0gMjRweC
AyMHB4ICFpbXBvcnRhbnQ7XFxuICAgIH1cXG5cXG4gICAgLmYtaGVhZGVyLTM2IHtcXG4gICAgICAgIGZvbnQtc2l6ZTog
MjBweCAhaW1wb3J0YW5001xcbiAgICB9XFxuXFxuICAgIC5mLWlucHV0IHtcXG4gICAgICAgIHbHbZGRpbmctYm90dG9t0i
ZweCAhaW1wb3J0YW5001xcbiAgICAgICAgZm9udC1zaXpl0iAxNnB4ICFpbXBvcnRhbnQ7XFxuICAgIH1cXG5cXG4gICAg
LmYtYnRuIHtcXG4gICAgICAgIHbHbZGRpbmctYm90dG9t0iZweCAhaW1wb3J0YW5001xcbiAgICAgICAgZm9udC1zaXpl0i
AxNnB4ICFpbXBvcnRhbnQ7XFxuICAgIH1cXG59XFxuXFxuXFwvKiBSZXNwb25zaXZlIC0gU21hbGwgTW9iaWxlICpcXC9c
XG5AbWVkaWEgKG1heC13aWR0aDogMzYwcHggIHtcXG4gICAgLmx0LWJsbn2NrlXdyYXBwZXIge1xcbiAgICAgICAgcGFkZGluZz0gMCAyNHB401xcbiAgICB9XFxuXFxuICAgIC5sdC1mb3JtIHtcXG4gICAgICAgIG1hcmdpbjog0HB4IDIwcHg7
XFxuICAgIH1cXG5cXG4gICAgLmx0LWZvcM0gLmx0LWJsbn2NrlXdyYXBwZXIge1xcbiAgICAgICAgcGFkZGluZz0gMjRweC
AxNnB4ICFpbXBvcnRhbnQ7XFxuICAgIH1cXG59XFxuXFxuXFwvKiBQcm1udCAqXFwvXFxuQG1lZGlnIHByaW50IHtcXG4g
ICAgYm9keSB7XFxuICAgICAgICBiYWNrZ3JvdW5k0iB3aGl0ZSAhaW1wb3J0YW5001xcbiAgICB9XFxuXFxuICAgIC5sdC
1mb3JtIHtcXG4gICAgICAgIGJveC1zaGFkb3c6IG5vbmUgIWltcG9ydGFudDtcXG4gICAgICAgIGJvcmRlcjogMXB4IHNV
bGlkICNlZWUgIWltcG9ydGFudDtcXG4gICAgfVxcbn1cXG5cIixcImJsb2NrUGfkZGluZ1RvcFwi0jAsXCJibG9ja1BhZG
RpbmdCb3R0b21cIjowLFwiYmxvY2tCYWNrZ3JvdW5kQ29sb3JcIjpcIlwiLFwiYmxvY2tGb3JlZ3JvdW5kQ29sb3JcIjpc
IlwiLFwiYmxvY2tDc3NDbGFzc1wi0lwiXCIsXCJyZXBsYWNlVmFyaWFibGVzXCI6XCJcIixcImJsb2NrTGlua0NvbG9yXC
I6XCJcIixcImJsb2NrRm9udFwi0m51bGwsXCJibG9ja0ZvbnRIZWFkZXJcIjpcIjpuZDxsfsIsImNzcyI6bnVsbCwiaXNSZWRL
c2lnbiI6ZmFsc2V9

????? ??? ???????????? - Meniu Metabolic Reset 2025

Meniu Metabolic Reset 2025

https://fs.cdn-chatium.io/thumbnail/image_Ssmny7FxeR.1080x851.jpeg/s/600x600

[image.png](#)

Meniul este alcătuit din 3 etape, conform metodei Intermittent Fasting. Este foarte nutritiv și te va ajuta să slăbești frumos cu efect de lungă durată.

Împreună cu medicul nutriționist, am pregătit un meniu special pentru cele 60 de zile de curs, care este elaborat exact pentru revenirea după mesele copioase de sărbători.

Cele 3 etape includ: etapa inițială, de detoxifiere și etapa finală.

Etapa 1 - asigurăm un aport bun de proteine și grăsimi sănătoase.

Etapa 2 - meniul din aceasta perioadă ne va ajuta să susținem căile fiziologice de detoxifiere a organismului.

Etapa 3 - etapă de ardere intensă a grăsimilor, ce are drept scop maximizarea efectului de lipoliză pentru a obține cele mai frumoase rezultate în acest curs.

[image.png](#)

???????? ???? ??????????????
? FM 12.06.2025

Название файла в списке экспорта: Пользователи на очистку. 12 июня 2025

Время создания файла: 2025-06-12 14:00:38

Ссылка на файл в гугл диске:

<https://drive.google.com/drive/folders/1RdkjFWjeQ7-hmUkUjx1pWuy4VEmGbLB5>

Доступ через fmworkmail1@gmail.com

Критерии:

- пользователь зарегистрирован более года назад
- не открывал письма последние 12+ месяцев
- ни разу не заходил в приложение
- не проявлял активность за последний год (не входил в аккаунт, не просматривал страницы, не делал действий)
- не сделал ни одного платного заказа
- не заполнял анкеты
- отсутствие актуального заказа
- отсутствие покупок со статусами «Активна», «Началась», «Заморожена»;
- статус пользователя - активен
- тип пользователя - ученик
- не является партнером

[Сегмент в FM](#)

[image.png](#)

????????? ? ??????????

Utilizatori care au procurat produse ?i au încetat (Dana)

1. Oto (4.99, 9.99) Oto asta is comenzile ce 4.99 si 9.99	Link
2. Cele care au cumparat 3 luni si tot nu au prelungit	Link
3. Cele care au cumparat 6 luni si tot nu au prelungit	Link
4. Cele care au cumparat 12 luni si nu s-au mai prelungit	Link
5. Care au cumparat combo (2 maratoane) (acolo is comenzi de 19 euro)	Link
6. Care au cumparat un maraton (12 euro)	Link
7. Cele care au cumparat abonament pentru o luna si dupa asta nu o mai luat nimic	Link

“ Imi trebuie segmente cu toti clientii din baza noastra care au cumparat (in baza in 40.000 oameni)
7 segmente din baza noastra de cliente, care au luat aceste produse si peurma gata so glușît□□

????????? ? ?????????? ??? ??????

????????? ?? ?????????

Segement - Maraton 12 euro - comenzi achitate	Segement - Maraton 12 euro - comenzi achitate
Segment - Combo 19 euro - comenzi achitate	Segment - Combo 19 euro - comenzi achitate
Comenzi - Abonament Start 3 luni	https://fitnessmama.school/pl/sales/deal/index?DealContext[segment_id]=33530517

????????? ?? ????????????????

Segement - Maraton 12 euro - utilizatori	Segement - Maraton 12 euro - utilizatori
Segment - Combo 19 euro - utilizatori	Segment - Combo 19 euro - utilizatori
Segment - Product 12 luni - utilizatori	Segment - Product 12 luni - utilizatori
Segment utilizatori - Oferta Lifetime 199 euro (Platforma nr. 1)	Segment utilizatori - Oferta Lifetime 199 euro (Platforma nr. 1)
Utilizatori - Abonament Start 3 luni	https://fitnessmama.school/pl/user/user/index?uc[segment_id]=33530596
Segment clientele care au cumparat abonament 12, 6 sau 3 luni si nu au comenzi cu abonament unlimited	link segment
Segment comenzi Metabolic la clienti doar cu o singura comanda achitata	link segment
Stringe te rog 3 segmente 1. Cliente care au cumparat de 2 ori abonament anual 2. Cliente care au cumparat 3 ori abonament anual 3. Cliente care au cumparat 4 ori anual (nu au unlimited si nu au lifetime)	link segment
Segment cliente ce au achitat oferte Anticelulitic Booster 2.0 2025	
Segment cliente ce au achitat oferte Metabolic Reset 2026	

????????

2 anuale • Performanta Managerilor: Utilizatori, Comenzi, Achitari si Conversie	1650194
3 anuale • Performanta Managerilor: Utilizatori, Comenzi, Achitari si Conversie	1650811
4 anuale • Performanta Managerilor: Utilizatori, Comenzi, Achitari si Conversie	1650812
Black Friday 2025 • Performanta Managerilor	1652399

Start LIFETIME, Abonament Premium 12 luni

Название	Ссылка
Segment utilizatori - oferta Abonament START Lifetime — 199€	link
Segment comenzi - oferta Abonament START Lifetime — 199€	link
Segment utilizatori care au cumparat Abonament START Lifetime — 199€ si au mai cumparat ceva dupa asta	link
Segement comenzi achitate dupa comanda Abonament START Lifetime — 199€	link
Segment utilizatori cu ofertele Abonament Premium 12 luni (cu 2 maratoane lifetime)	link
Segment comenzi ofertele Abonament Premium 12 luni (cu 2 maratoane lifetime)	link
Segment utilizatori achitate dupa comanda Abonament Premium 12 luni (cu 2 maratoane lifetime)	link
Segment comenzi achitate dupa comanda Abonament Premium 12 luni (cu 2 maratoane lifetime)	link

23.03.2026

Название	Ссылка
Сегмент, кто покупал годовой и не занимался. Кто покупал годовой и за этот период выбирал меньше 5 марафонов. И так для 23, 24 и 25 годов.	Условия в сегментах сложные, могут загружаться несколько минут, по этому они разделены отдельно. link - 2023 link - 2024 link - 2025
Кто покупал 2 годовых абонементов и более и не имеет абонемент Lifetime	link

15.04.2026

Название	Ссылка
segment cu abonamente anuale vindute luna asta	link

Название	Ссылка
Segment comenzi - Oferte Bundles (manager Adriana + exclusi alti manageri actuali, perioada pana 2026)	Bună @Dana Poti sa-mi scoti fetele care au mai participat anii trecuti la Bundels cele pe care sunt eu manager (care au ramans de la Veronica si Lia)? Poate sunt care ar dori sa continue Multumesc anticipat!
Comenzi Postura si Abdomen PRO Utilizatori - Comenzi Postura si Abdomen PRO Utilizatori - Abonament START 3 luni	Da-mi te rog segment cu toate care au cumparat Postura si Abdomen PRO Si alt segment care au cumparat Start 3 luni
segment cu abonamente anuale vindute luna asta	

29.05.2026

Название	Ссылка
1. Toate clientele cu abonament anual premium	Link
2. Toate clientele cu 6 luni	link
3. Toate clientele cu lifetime dar nu au unlimited	link

Название	Ссылка
4. Toate clientele care au cumparat la noi cursuri sezoniere Da-mi te rog toate care au cumparat Postura, Bikini Body,Anticelulitic Booster, Metabolic Reset, Renasterea. Multumesc😊	link clienti link comenzi

[Segment cliente - au comenzi de la 29 euro + manager personal Adriana Contiu](#)

06.07.2026

[segment cu toate comenzile la podrujile care au cumparat bundle din 2024 si pina la “dzîlele noastre”](#)

20.07.2026

Segemt - comenzi din toate abonamentele
ABONAMENTE ALL

[https://fitnessmama.school/pl/sales/deal/index?DealContext\[segment_id\]=36177154](https://fitnessmama.school/pl/sales/deal/index?DealContext[segment_id]=36177154)

Conditia foarte incarca alte segmentul, spoate de adaugat, de negat sau de stersimage.png

Segmentele au fost divizate strict cate un singur tag, in caz contrar se incarca foarte greu

Campania	Tag	Segment Comenzi	Segment utilizatori
Bikini Body	bikini_body-2025	link	link
Bikini Boom	Bikini Boom 2026	link	link
Energia 100	Energie 100%	link	link
Summer Express	Summer Express 2026	link	link
Postura si Abdomen	PA2025 PA2026	link link	link link
Metabolic Reset	Metabolic Reset 2025-2026	link	link

Campania	Tag	Segment Comenzi	Segment utilizatori
Anticelulitic Booster	booster-2025 Anticelulitic_Booster_2.0_2025	link link	link link
Body Tranformation	Body_transformation Body-Transformation-2.0	link link	link link
Bundles	Oferte Bundle	link	link
Postura Reginei	ab_postura2_pl <i>posibil sunt si altele</i>	link	link
Renasterea	Renașterea 35+	link	link
Yoga	UniYoga <i>posibil sunt si altele</i>	link	link
Body and mind design	Produs - Mind Design <i>posibil sunt si altele</i>	link	link

21.07.2026

Conditia	Segment Comenzi	Segment utilizatori	Grupe
1. au cumparat abonament anual premium (nu au abonament activ)	link	lin k	500 - Premium inactiv (22.07.2026)
2. au cumparat abonament anual complex (nu au abonament activ)	link	link	300 - Complex inactiv (22.07.2026)
3. Toate clientele care au anual dar nu au lifetime	--	link	500 - Au anual si nu au lifetime (22.07.2026)
4. Toate care au lifetime dar nu au unlimited	--	link	150 - Au lifetime si nu au unlimited (22.07.2026)
Comenzi din toate campaniile (cu exceptia utilizatorilor din segmentele 1-4)	link	link	500 - Restu Campanii (22.07.2026)

Таблица с разбивкой по группам

<https://docs.google.com/spreadsheets/d/1G6XyO5iiDy2pB6VyZ9k93AtxIZ5BMa92r9QK6lEMwo0/edit?gid=638286456#gid=638286456>

30.07.2026

Conditia	Segment Comenzi	Segment utilizatori
1. Toate clientele care au cumparat 3 luni. (include si complex si premium) <i>Segmentul se incarca greu din motiv la ofertele STRART (putem imparti in 2 segmente daca trebuie mai repede)</i>	link	link
2. Toate clientele care au cumparat abonament de 6 luni (la fel si complex si premium)	link	link
3. Toate care au luat 3 si 6 luni (nu au abonament activ) <i>la fel ofertele STRAR</i>	link	link
4. Toate care au cumparat maraton aparte (aestea cu 12 euro)	link	link

FB Reg

Сегмент всех заказов регистраций, которые были созданы в указанный период в актуальную кампанию, по пользователям из теплого трафика (были зареганы до периода)

https://fitnessmama.school/pl/sales/deal/index?DealContext%5Bsegment_id%5D=0&DealContext%5Brule_string%5D=%7B%22type%22%3A%22andrule%22%2C%22inverted%22%3A0%2C%22params%22%3A%7B%22mode%22%3A%22and%22%2C%22children%22%3A%5B%7B%22type%22%3A%22DealContext_formfieldvalue%22%2C%22inverted%22%3A0%2C%22params%22%3A%7B%22fieldId%22%3A713848%2C%22fieldValue%22%3A%22fb%22%2C%22valueMode%22%3A2%7D%7D%2C%7B%22type%22%3A%22deal_created_at%22%2C%22inverted%22%3A0%2C%22params%22%3A%7B%22value%22%3A%7B%22from%22%3A%2214.08.2025%22%2C%22to%22%3A%2217.09.2025%22%2C%22toNDays%22%3Anull%2C%22fromNDays%22%3Anull%2C%22dateType%22%3Anull%2C%22withTime%22%3Afalse%7D%2C%22valueMode%22%3Anull%7D%7D%2C%7B%22type%22%3A%22deal_offer_id%22%2C%22inverted%22%3A0%2C%22params%22%3A%7B%22value%22%3A%7B%22selected_id%22%3A%5B%5D%2C%22selected_tags%22%3A%5B%22fb_reg%22%5D%2C%22all_object_with_tags%22%3Atrue%7D%2C%22valueMode%22%3Anull%7D%7D%2C%7B%22type%22%3A%22deal_usercontext%22%2C%22inverted%22%3A1%2C%22params%22%3A%7B%22linkedRule%22%3A%7B%22type%22%3A%22user_createdat%22%2C%22inverted%22%3A0%2C%22params%22%3A%7B%22value%22%3A%7B%22from%22%3A%2214.08.2025%22%2C%22to%22%3A%2217.09.2025%22%2C%22toNDays%22%3Anull%2C%22fromNDays%22%3Anull%2C%22dateType%22%3Anull%2C%22withTime%22%3Afalse%7D%2C%22valueMode%22%3Anull%7D%7D%2C%22countCondition%22%3A%7B%22checker%22%3A%22nlt%22%2C%22numval%22%3A%22%22%7D%7D%7D%5D%7D%2C%22maxSize%22%3A%22%22%7D&r2222=fb&formParams%5Bclarity_uid%5D=gef7KyG8IRJ_YrFIVEOq-c4c00vYn0xL

Сегмент заказов по сегменту выше

https://fitnessmama.school/pl/sales/deal/index?DealContext%5Bsegment_id%5D=0&DealContext%5Brule_string%5D=%7B%22type%22%3A%22andrule%22%2C%22inverted%22%3A0%2C%22params%22%3A%7B%22mode%22%3A%22and%22%2C%22children%22%3A%5B%7B%22type%22%3A%22DealContext_formfieldvalue%22%2C%22inverted%22%3A1%2C%22params%22%3A%7B%22fieldId%22%3A713848%2C%22fieldValue%22%3A%22fb%22%2C%22valueMode%22%3A2%7D%7D%2C%7B%22type%22%3A%22deal_created_at%22%2C%22inverted%22%3A0%2C%22params%22%3A%7B%22value%22%3A%7B%22from%22%3A%2214.08.2025%22%2C%22to%22%3A%2217.09.2025%22%2C%22toNDays%22%3Anull%2C%22fromNDays%22%3Anull%2C%22dateType%22%3Anull%2C%22withTime%22%3Afalse%7D%2C%22valueMode%22%3Anull%7D%7D%2C%7B%22type%22%3A%22deal_offer_id%22%2C%22inverted%22%3A0%2C%22params%22%3A%7B%22value%22%3A%7B%22selected_id%22%3A%5B%5D%2C%22selected_tags%22%3A%5B%22fb_reg%22%5D%2C%22all_object_with_tags%22%3Atrue%7D%2C%22valueMode%22%3Anull%7D%7D%2C%7B%22type%22%3A%22deal_usercontext%22%2C%22inverted%22%3A1%2C%22params%22%3A%7B%22linkedRule%22%3A%7B%22type%22%3A%22user_createdat%22%2C%22inverted%22%3A0%2C%22params%22%3A%7B%22value%22%3A%7B%22from%22%3A%2214.08.2025%22%2C%22to%22%3A%2217.09.2025%22%2C%22toNDays%22%3Anull%2C%22fromNDays%22%3Anull%2C%22dateType%22%3Anull%2C%22withTime%22%3Afalse%7D%2C%22valueMode%22%3Anull%7D%7D%2C%22countCondition%22%3A%7B%22checker%22%3A%22nlt%22%2C%22numval%22%3A%22%22%7D%7D%7D%5D%7D%2C%22maxSize%22%3A%22%22%7D&r2222=fb&formParams%5Bclarity_uid%5D=gef7KyG8IRJ_YrFIVEOq-c4c00vYn0xL

[D%2C%7B%22type%22%3A%22deal_created_at%22%2C%22inverted%22%3A0%2C%22params%22%3A%7B%22value%22%3A%7B%22from%22%3A%2214.08.2025%22%2C%22to%22%3A%2217.09.2025%22%2C%22toNDays%22%3Anull%2C%22fromNDays%22%3Anull%2C%22dateType%22%3Anull%2C%22withTime%22%3Afalse%7D%2C%22valueMode%22%3Anull%7D%7D%2C%7B%22type%22%3A%22deal_offer_id%22%2C%22inverted%22%3A0%2C%22params%22%3A%7B%22value%22%3A%7B%22selected_id%22%3A%5B%5D%2C%22selected_tags%22%3A%5B%22fb_reg%22%5D%2C%22all_object_with_tags%22%3Atrue%7D%2C%22valueMode%22%3Anull%7D%7D%2C%7B%22type%22%3A%22deal_usercontext%22%2C%22inverted%22%3A0%2C%22params%22%3A%7B%22linkedRule%22%3A%7B%22type%22%3A%22user_hasdealrule%22%2C%22inverted%22%3A0%2C%22params%22%3A%7B%22linkedRule%22%3A%7B%22type%22%3A%22andrule%22%2C%22inverted%22%3A0%2C%22params%22%3A%7B%22mode%22%3A%22and%22%2C%22children%22%3A%5B%7B%22type%22%3A%22DealContext_formfieldvalue%22%2C%22inverted%22%3A0%2C%22params%22%3A%7B%22fieldId%22%3A713848%2C%22fieldValue%22%3A%22fb%22%2C%22valueMode%22%3Anull%7D%7D%2C%7B%22type%22%3A%22deal_created_at%22%2C%22inverted%22%3A0%2C%22params%22%3A%7B%22value%22%3A%7B%22from%22%3A%2214.08.2025%22%2C%22to%22%3A%2217.09.2025%22%2C%22toNDays%22%3Anull%2C%22fromNDays%22%3Anull%2C%22dateType%22%3Anull%2C%22withTime%22%3Afalse%7D%2C%22valueMode%22%3Anull%7D%7D%2C%7B%22type%22%3A%22deal_offer_id%22%2C%22inverted%22%3A0%2C%22params%22%3A%7B%22value%22%3A%7B%22selected_id%22%3A%5B%5D%2C%22selected_tags%22%3A%5B%22fb_reg%22%5D%2C%22all_object_with_tags%22%3Atrue%7D%2C%22valueMode%22%3Anull%7D%7D%2C%7B%22type%22%3A%22deal_usercontext%22%2C%22inverted%22%3A1%2C%22params%22%3A%7B%22linkedRule%22%3A%7B%22type%22%3A%22user_createdat%22%2C%22inverted%22%3A0%2C%22params%22%3A%7B%22value%22%3A%7B%22from%22%3A%2214.08.2025%22%2C%22to%22%3A%2217.09.2025%22%2C%22toNDays%22%3Anull%2C%22fromNDays%22%3Anull%2C%22dateType%22%3Anull%2C%22withTime%22%3Afalse%7D%2C%22valueMode%22%3Anull%7D%7D%2C%22countCondition%22%3A%7B%22checker%22%3A%22nlt%22%2C%22numval%22%3A%22%22%7D%7D%7D%5D%7D%7D%2C%22countCondition%22%3A%7B%22checker%22%3A%22nlt%22%2C%22numval%22%3A%22%22%7D%7D%7D%2C%22countCondition%22%3A%7B%22checker%22%3A%22nlt%22%2C%22numval%22%3A%22%22%7D%7D%7D%5D%7D%2C%22maxSize%22%3A%22%22%7D&r7350=fb&r2905=fb&formParams%5Bclarity_uid%5D=gef7KyG8IRJ_YrFIVEOq-c4c00vYn0xL](#)

Segmente clien?i dup? criterii de activitate

Descrierea	Segment	Coment
1. Abonament 12 luni (cliente active in ultimile 6 luni, inca au acces la abonament lor anual, au descarcat aplicatia, au ales maraton, au intrat in webinar, au deschis mailurile, au descarcat meniu)	link	- Abonament actual 12 luni - Aplicatia instalat? - Curs ales în ultimele 180 zile - Scrisori citite în ultimele 180 zile - Meniu desc?rcat
2. Abonament 6 luni cu aceeasi activitate	link	- Abonament actual 6 luni - Aplicatia instalat? - Curs ales în ultimele 180 zile - Scrisori citite în ultimele 180 zile - Meniu desc?rcat
3. Abonament 3 luni la fel active pe platforma.	link	- Abonament actual 3 luni - Aplicatia instalat? - Curs ales în ultimele 90 zile - Scrisori citite în ultimele 90 zile - Meniu desc?rcat
4. Abonament 12,6,3 luni mediu active, a intrat de ex o data la 2 luni pe platforma, nu intra in webinar, descarca meniul o data la 2-3 luni, nu deschid mailurile)	link	- Abonament actual 12, 6, 3 luni - Scrisori necitite in ultimile 90 zile - Nu au curs ales în ultimele 90 zile - Au vizitari pe site (ultimile 60 zile) sau au aplicatia conectata
5. Abonamente 12/6/3 luni total inactive pe platforma, nu intra in web, nu au descarcat meniuri, nu au nici aplicatia descarcata, nu au ales maraton si nu au mai facut nici o achizitie la noi.	link	- Abonament actual 12, 6, 3 luni - Scrisori necitite in ultimile 90 zile - Nu au curs ales în ultimele 90 zile - Nu au vizitari pe site ulimile 60 zile - Nu au conectat aplicatia
6. Segment te rog cu toate clientele care au cumparat abonament de 12 luni cu 480 zile in urma si nu s-au prelungit (nu au acum comanda de prelungire sau nu au cumparat alt produs)	link	- Comanda abonament 12 luni finalizata (470-490 zile in urma) - Nu au alte achitari dupa comanda de baza

Descrierea	Segment	Coment
7. Cliente care au cumparat abonament de 6 luni cu 240 zile in urma	link	- Comanda abonament 6 luni finalizata (230 - 250 zile in urma)
8. Cliente care au cumparat cu 120 zile in urma abonament de 3 luni.	link	- Comanda abonament 3 luni finalizata (110 - 130 zile in urma)

Дашборды и выборки

???????? ???? ?????

Критерии:

Кто входит:

3, 6, [12](#) абонементы

Исключить рассрочки, рекур

Срок завершения абонемента заканчивается в строго назначенное время

Segment abonamente active (3, 6, 12, unlimited)

Toate perioadele	link segment
12 luni	link segment
6 luni	link segment
3 luni	link segment
Unlimited	link segment

??? ?????

Для проверки при новых кампаниях

Чек листы

??? ???? ???? ?????????? ????????

?????????

- Расписание
- При необходимости новые гугл формы (приложение и веб)
- Настройка доступов
- Обложки для приложений

????????? ?????? ???????????????

- Отключить системные уведомления
- Настроить уведомления при создании заказа и при оплате, обычно это отдельные рассылки которые отправляются настроенным сегментам.
- Проставить необходимые теги

Чек листы

??? ???? - ???????? FM

??????? ?

- ☐ Создана комната
 - прикручена трансляция
- ☐ Страница авторизации
 - Технический заказ после нажатия на кнопку
 - Блоки в форме для ловли меток
- ☐ Настроена связка трансляции Zoom > GC > YouTube
- ☐ Страница записи веба

??????? ?

- ☐ Создан продающий блок
- ☐ Добавить виджеты (поменять ID блоков при копировании)
- ☐ Картинка с описанием предложений
- ☐ Блок протестирован

?????

- ☐ После оплаты заказов
 - разделить по тарифам
 - отдельные письма по рассрочкам
- ☐ Дожим процесс по неоплаченным заказам
- ☐ СМС на старт веба
- ☐ Тем кто купит во время вебинара

?????

- ☐ Создан тренинг
- ☐ Синхронизация тренинга в приложении
- ☐ Добавлена возможность выбора для абонементов

- ☐ Настройка доступа по тарифам
- процесс добавления в группы

LP

- ☐ Прикручены виджеты
- теги при необходимости (если есть разные источники)

?????? ????????

- ☐ Страница с записью на 48 часов
- ☐ Продающий блок
- ☐ Редирект на LP

?????? ????????

1. Собрать тренинг

- Собрать в веб версии по определенной структуре, что бы основной тренинг был дочерним

*Programele tale > Родительский > **Дочерний***

- Настроить отображение в приложении

<https://fitnessmama.school/chtm/admin>

Синхронизовать тренировки в админке

- Добавить выбор тренинга на странице abonament

<https://fitnessmama.school/abonament>

Добавить блок с информацией для выбора, оформить

Настроить видимость, если сезонный - (Abdomen Premium), если марафон -

Abonament Actual

Прикрутить виджет с бесплатным предложением, минимального тарифа

- Добавить тренинг для бесплатного выбора в приложении

2. Сборка предложений

- Собрать предложения с доступом к тренингу, разделить на тарифы

- Собрать предложения для основного тренинга кампании
- Собрать предложения абонементов
- Прикрутить необходимые к лендигу

3. Настройка вебинара

- Создать комнату вебинара
- Страница авторизации
- Продающий блок

Чек листы

??? - ?????????

??????

- ☐ Создана комната
 - настроен сценарий
 - настроен график
- ☐ Страница авторизации
 - Технический заказ после нажатия на кнопку
 - Блоки в форме для ловли меток

??????

- ☐ Создан продающий блок
- ☐ Добавить виджеты (поменять ID блоков при копировании)
- ☐ Картинка с описанием предложений
- ☐ Блок протестирован

????? GC

- ☐ Настроена цепочка писем в процессе
- ☐ Дожим процесс по неоплаченным заказам
- ☐ Тем кто купит во время автовебинара

WhatsApp

- ☐ Созданы группы под каждый день автовеба
- ☐ Ссылки на группы распределены по дням и настроены даты видимости
- ☐ Настроена цепочка рассылок по времени в n8n
- ☐ В программе по рассылкам распределены группы по дням

Landing Page

- ☐ Прикручены виджеты
 - теги при необходимости (если есть разные источники)

????????

????? Bikini Body 2025

☐GHID: Îngrijirea pielii înainte de vară: cum să eviți arsurile solare, petele pigmentare și deshidratarea

<https://fitnessmama.school/pl/fileservice/user/file/download/h/2df1d5ec24a7e8feb2580f555384d8d8.pdf>

☐GHID: Cum să îți pregătești părul pentru sezonul estival: sfaturi pentru prevenirea deteriorării părului și a scalpului

<https://fitnessmama.school/pl/fileservice/user/file/download/h/e0235c330fcb2a6634e1cccd8eeade50.pdf>

☐GHID: Cum alegi ochelarii de soare potriviți pentru a preveni problemele de vedere și pentru a-ți proteja ochii în timpul verii

<https://fitnessmama.school/pl/fileservice/user/file/download/h/b51ba2a005f11c4e27b761d4724d9094.pdf>

☐ „5 rețete de cocktailuri, perfecte pentru a te răcori în sezonul cald”

<https://fitnessmama.school/pl/fileservice/user/file/download/h/ee6663ceed6686e608942f549fe02e8c.pdf>

????????? ???????? ?
??????????????

????????? ???????? ??????????

<https://fitnessmama.school/abonament>

?????????

Выдача доступа к выбору марафонов	Закрытие доступа к выбору марафона
Abonament Actual https://fitnessmama.school/user/control/segment/update/id/644186	Not available maraton https://fitnessmama.school/user/control/segment/update/id/593086
Eligibili pentru MENU https://fitnessmama.school/user/control/segment/update/id/414623	Not available for meniu https://fitnessmama.school/user/control/segment/update/id/4063654

Abonament premium

Доступ к 2 марафона
<https://fitnessmama.school/user/control/segment/update/id/3422659>

Payed Abonament for buton in trainings

Это сегмент для которого отображается плашка выбора марафона в списке тренировок
<https://fitnessmama.school/user/control/segment/update/id/451101>

При старте Новой кампании нужно настроить доступ у тарифов Unlimited(имеют доступ к PRO) и Premium (имеют доступ к Basic) .

- Копируем предложение Basic и PRO и ставим нулевую стоимость , в названии добавляем (abonament)

- Открываем страницу с абонеентами

<https://fitnessmama.school/pl/cms/page/editor?id=1229237>

- Копируем блок с предыдущей кампании для Basic (правка текста и картинки - запросить актуальную информацию)

- В конце страницы копируем сплывающий виджет , меняем предложение Basic на ранее созданное и ставим переадресацию на новый тренинг кампании.

-копируем id виджета и вставляем в блок абонеента

[Снимок экрана 2025-11-04 в 17.03.09.png](#)

Аналогично копируем второй блок и виджет для PRO

-выставляем сегменты:

для Premium

[Снимок экрана 2025-11-04 в 17.07.12.png](#)

для Unlimited:

[Снимок экрана 2025-11-04 в 17.07.31.png](#)

-Скрываем видимость блока и открываем при старте кампании по готовности

TrandWatchAI

Гугл таблица

<https://docs.google.com/spreadsheets/d/1c6ty58s0hFRUwstWdmaRw5jeeL5iADdQ5sax-PX8K60/edit?gid=521163431#gid=521163431>

Приложение AppSheet

<https://www.appsheet.com/start/7029e870-099b-4754-977d-9fe59177040c>

Доступ через гугл почту

fmworkmail1@gmail.com

Папка с workflow n8n

<https://n8n.kishlaru.ru/projects/B4TtMg9M7VkPZc5I/folders/oR5idC6ZftFaPO5i/workflows>

Photo Generator

????????????? FM

Страница генератора	https://fitnessmama.school/photo_generator
Сегмент - Закрывать доступ к генерации фото	https://fitnessmama.school/user/control/segment/update/id/34329528
Сегмент - Открыть доступ Generated Before/After Photo	https://fitnessmama.school/user/control/segment/update/id/34072265
Предложение после генерации	https://fitnessmama.school/pl/sales/offer/update?id=7518554
Письмо после регистрации EMAIL	https://fitnessmama.school/notifications/control/mailings/update?id=19201289
Письмо после регистрации TG	https://fitnessmama.school/notifications/control/mailings/update/id/19202496
Виджет в лендинге	https://fitnessmama.school/pl/lite/widget/editor?id=1490225
Лендинг тильда	https://tilda.cc/page/?pageid=81907206&projectid=1511482 https://curs.fitnessmama.ro/30_zile
Блок спасибо после генерации	https://curs.fitnessmama.ro/page81561056.html

????????????? FM eng

Желтым цветом нужна копия и перевод

Страница генератора (в работе, но нужно проверить перевод)	https://gc.fitnessmama.co/photo_generator все верно
Сегмент - Закрывать доступ к генерации фото	
Сегмент - Открыть доступ Generated Before/After Photo	
Предложение после генерации	https://gc.fitnessmama.co/pl/sales/product/update?id=4111034

Письмо после регистрации EMAIL	https://fitnessmama.school/notifications/control/mailings/update?id=19201289 https://docs.google.com/document/d/1lrMSdRs3nmGf9_H4FgdrYqpdKedK4TMYORd_TrAT7k0/edit?tab=t.0#heading=h.twtf3cm6y7g3
Письмо после регистрации TG (телеги не будет)	https://fitnessmama.school/notifications/control/mailings/update/id/19202496
Виджет в лендинге	https://fitnessmama.school/pl/lite/widget/editor?id=1490225
Лендинг тильда	https://tilda.cc/page/?pageid=81907206&projectid=1511482 https://curs.fitnessmama.ro/30_zile https://docs.google.com/document/d/1qVYB0cCSV4R6LxZqrY_OVF6RV9N45BGthcVCAkTCE5w/edit?tab=t.0#heading=h.y567pdsmpl6x
Блок спасибо после генерации	https://curs.fitnessmama.ro/page81561056.html https://docs.google.com/document/d/1lrMSdRs3nmGf9_H4FgdrYqpdKedK4TMYORd_TrAT7k0/edit?tab=t.0#heading=h.egxi7fqngn9r

????????? ???? ???

FM. ??? ?????????? ??????? ?
??????? ?????????????? ?
???????????????????

[image.png](#)

????????? ?????? - ??????????? ? ?????????

????????? ????????

Название	Прямой сегмент	Сегменты пользователей	Страница авторизации
Primul cerc (lifetime)	34746121	34750534	https://fitnessmama.school/tg_club_lifetime
Fitness mama club (активные доступы)	34714017	34711131	https://fitnessmama.school/tg_club

????????? ????????

Процесс отправки запроса в приложение на удаление из клуба.	2301269
Схема миро	https://miro.com/app/board/uXjVK1D6d1U=?moveToWidget=3458764650003919055&cot=14
Задача битрикс	https://fitnessmama.bitrix24.ru/workgroups/group/2/tasks/task/view/5138

???????? ???? ?? EcoFace ? FM

???????? ?????

Название	Ссылка
Экспорты (пользователи, покупки, заказы, продукты, предложения)	https://drive.google.com/drive/folders/1ij6j877ZZh6Ntoqmo9pb8S6Waf7oTY7
Таблица перенесенных заказов	https://docs.google.com/spreadsheets/d/1XtbFYb1piwUQ8PRI9h4_toFdpDuVf_iZQ12WSatoKQs/edit?usp=sharing
Папка со всеми загруженными тренингами в FM	https://fitnessmama.school/teach/control/stream/view/id/934969647

???????? FM

Название	Ссылка
Список предложений со всеми доступами (Доступы предложений часто повторялись. Оставлены только с неповторяющимся доступом)	link
Сегмент всех импортированных пользователей	link
Сегмент пользователей с платными доступами	link
Ранее не были в FM; импортированы из EcoFace	link

Вся база импортирована с добавлений в группу - База - EcoFace

???????? ???? ?? Adevarul Sanatos ? FM

Дата переноса: 05.02.2026

Вся база импортирована с добавлений в группу - База - Adevarul Sanatos

???????? ???? ??

Название	Ссылка
Экспорты (пользователи, покупки, заказы, продукты, предложения)	https://drive.google.com/drive/folders/1jKICpv-WPByqyGi66h5iBF82JiQplCWJ
Таблица перенесенных заказов	https://docs.google.com/spreadsheets/d/12t6VdtPprSyX0dOZD_j9Du2hX-TFUrz9TFqUVER2Lpk/edit?gid=1775123223#gid=1775123223
Папка со всеми загруженными тренингами в FM	https://fitnessmama.school/teach/control/stream/view/id/935151194
Таблица должников по рассрочкам	https://docs.google.com/spreadsheets/d/12t6VdtPprSyX0dOZD_j9Du2hX-TFUrz9TFqUVER2Lpk/edit?gid=1757635001#gid=1757635001
Документ структура курса	https://docs.google.com/spreadsheets/d/1gFSqKBAjr_wY3lXKr0dc0FUMtwTKqMbtyu479Mu3mP4/edit?gid=0#gid=0

???????? FM

Название	Ссылка
Список предложений со всеми доступами (Доступы предложений часто повторялись. Оставлены только с неповторяющимся доступом)	link
Сегмент всех импортированных пользователей	link

Название	Ссылка
Сегмент пользователей с платными доступами FM	link
Сегмент пользователей с платными доступами AS	link
Ранее не были в FM; импортированы из Adevarul Sanatos	link

??????

Название	Ссылка
[FM] Trecere Adevărul sănătos pe platforma Fitness Mama-05.02.2026	http://fitnessmama.school/notifications/control/mailings/update?id=20459763
[AS] Trecere Adevărul sănătos pe platforma Fitness Mama-05.02.2026	https://gc.adevarulsanatos.ro/notifications/control/mailings/update/id/20459789
TG	https://gc.adevarulsanatos.ro/notifications/control/mailings/update/id/20459938

???-????????? FM

Документаци и ТЗ

<https://docs.google.com/document/d/1pO95UISEafPDhxNuz5bwMacJa1eSUrzgRosgSbMc8EM/edit?tab=t.xj383010tobg>

???????? GC FM

Процессы GC FM

???????? ?? ???????

Изменение статуса технического заказа в новый

<https://fitnessmama.school/pl/tasks/mission/process?id=2420364>

GiftShop 2026

????????

<https://docs.google.com/document/d/1pO95UISEafPDhxNuz5bwMacJa1eSUrzgRosgSbMc8EM/edit?tab=t.kgw9cb18t0qr>

???????? / ????????????

https://docs.google.com/spreadsheets/d/1NG2iYOHNmNTtg9GoldzUOCKyCe8ftD_oUgNUfVtJ5DU/edit?gid=0#gid=0

ter GiftShop

?????? ????????

<https://fitnessmama.school/pl/lite/widget/editor?id=1591581>

????????

<https://fitnessmama.school/teach/control/stream/view/id/935405598/editable/1>

Html GiftShop 2026

```
<!DOCTYPE html>
<html lang="ro">
<head>
  <meta charset="UTF-8">
  <meta name="viewport" content="width=device-width, initial-scale=1.0">
  <title>Cadouri pentru puncte | Fitness Mama</title>
  <link
href="https://fonts.googleapis.com/css2?family=Inter:wght@400;600;700;800&display=swap"
rel="stylesheet">
  <style>
    :root { --accent-pink:#ff2d87; --accent-green:#00f0a8; --soft-green:#e1fff4; --
text-main:#111; --text-secondary:#777; --content-width:480px; --bg-light:#f6f6f6; --card-
radius:28px; }
```

```

    * { box-sizing:border-box; margin:0; padding:0; }

    body { font-family:'Inter',sans-serif; background:#fff; color:var(--text-main);
display:flex; flex-direction:column; align-items:center; }

    .site-header { width:100%; max-width:var(--content-width); padding:16px 20px 14px;
background:#fff; position:sticky; top:0; z-index:1000; }

    .header-top-row { display:flex; justify-content:space-between; align-items:center;
margin-bottom:14px; gap:10px; }

    .header-brand-group { display:flex; align-items:center; justify-content:flex-
start; gap:12px; min-width:0; flex:1; }

    .header-right-group { display:flex; align-items:center; justify-content:flex-end;
gap:12px; flex-shrink:0; }

    .header-logo { display:none; width:60px; height:auto; object-fit:contain; flex-
shrink:0; }

    .main-brand-title { font-size:18px; font-weight:800; letter-spacing:-0.6px; text-
align:left; white-space:nowrap; }

    .main-brand-title span { color:var(--accent-pink); }

    .header-nav { display:none; align-items:center; gap:10px; flex-wrap:wrap; }

    .header-nav-item { position:relative; }

    .header-nav-link { color:var(--text-main); text-decoration:none; font-size:14px;
font-weight:700; padding:10px 4px; border-radius:0; background:transparent; border:none;
transition:color .2s ease,opacity .2s ease; opacity:.82; }

    .header-nav-link:hover { color:var(--accent-pink); opacity:1; }

    .desktop-catalog-menu { display:none; position:absolute; top:100%; left:50%;
transform:translateX(-50%); width:320px; padding:12px; background:#fff; border:1px solid
rgba(17,17,17,.08); border-radius:22px; box-shadow:0 18px 44px rgba(17,17,17,.1); z-
index:1200; overflow:hidden; }

    .desktop-catalog-scroll { max-height:70vh; overflow:auto; padding:2px 8px 2px 2px;
scrollbar-width:thin; scrollbar-color:rgba(255,45,135,.45) rgba(17,17,17,.06); }

    .desktop-catalog-scroll::-webkit-scrollbar { width:8px; }

    .desktop-catalog-scroll::-webkit-scrollbar-track { background:rgba(17,17,17,.05);
border-radius:999px; }

    .desktop-catalog-scroll::-webkit-scrollbar-thumb {
background:rgba(255,45,135,.45); border-radius:999px; border:2px solid
rgba(255,255,255,.9); }

    .desktop-catalog-scroll::-webkit-scrollbar-thumb:hover {
background:rgba(255,45,135,.62); }

    .desktop-catalog-group + .desktop-catalog-group { margin-top:12px; padding-
top:12px; border-top:1px solid rgba(17,17,17,.06); }

    .desktop-catalog-label { display:block; margin-bottom:8px; font-size:12px; font-

```

```

weight:800; letter-spacing:.08em; text-transform:uppercase; color:var(--accent-pink); }
    .desktop-catalog-option { display:block; padding:8px 10px; border-radius:12px;
color:var(--text-main); text-decoration:none; font-size:14px; font-weight:600; line-
height:1.35; }
    .desktop-catalog-option:hover { background:#fff5fa; color:var(--accent-pink); }
    .balance-badge { background:var(--soft-green); padding:7px 12px; border-
radius:18px; display:flex; align-items:center; gap:6px; white-space:nowrap; }
    .balance-prefix { display:none; font-size:14px; font-weight:800; color:var(--text-
main); line-height:1.05; }
    .balance-num { font-size:18px; font-weight:800; color:var(--accent-green); line-
height:1; }
    .balance-label { font-size:12px; font-weight:800; text-transform:none; line-
height:1.05; }
    .catalog-box { display:flex; align-items:center; gap:10px; background:var(--bg-
light); padding:10px 14px; border-radius:16px; }
    .catalog-label { font-size:12px; font-weight:700; color:var(--text-secondary); }
    .select-category { width:100%; border:none; background:transparent
url("data:image/svg+xml,%3Csvg width='10' height='6' viewBox='0 0 10 6' fill='none'
xmlns='http://www.w3.org/2000/svg'%3E%3Cpath d='M1 1L5 5L9 1' stroke='%23777' stroke-
width='1.5' stroke-linecap='round'/%3E%3C/svg%3E") no-repeat right center;
appearance:none; font-size:14px; font-weight:700; cursor:pointer; outline:none; padding-
right:20px; min-width:0; }
    .main-content { width:100%; max-width:var(--content-width); padding:10px 20px
60px; }
    .title-section,.content-block,.contact-section,.timeline-section,.footer-brand {
margin-bottom:30px; }
    .title-section h1,.block-title,.contact-title,.timeline-title { font-size:32px;
font-weight:800; letter-spacing:-1px; margin-bottom:8px; }
    .title-section p,.block-text,.contact-text,.timeline-text-intro { font-size:14px;
color:var(--text-secondary); line-height:1.5; }
    .block-text { margin-bottom:18px; }
    .slider-wrapper { position:relative; margin-bottom:24px; }
    .photo-outline { display:none; }
    .slider-container { position:relative; z-index:1; border-radius:24px;
overflow:hidden; aspect-ratio:9 / 16; background:#f9f9f9; box-shadow:0 10px 30px
rgba(0,0,0,0.05); }
    .slides { display:flex; width:100%; height:100%; transition:transform .5s ease-in-
out; }
    .slide { flex:0 0 100%; width:100%; height:100%; background-color:#f3f3f3;

```

```

background-size:cover; background-position:center; }

.slide-placeholder { display:flex; align-items:center; justify-content:center;
padding:24px; background:linear-gradient(180deg, #f8f8f8 0%, #efefef 100%); color:#8d8d8d;
text-align:center; font-size:18px; font-weight:700; line-height:1.35; }

.nav-arrows { position:absolute; top:50%; width:100%; transform:translateY(-50%);
display:flex; justify-content:space-between; padding:0 15px; z-index:5; pointer-
events:none; }

.arrow { width:36px; height:36px; background:rgba(255,255,255,.7); backdrop-
filter:blur(4px); border-radius:50%; display:flex; align-items:center; justify-
content:center; cursor:pointer; pointer-events:auto; border:none; box-shadow:0 2px 10px
rgba(0,0,0,.1); }

.arrow::after { content:''; width:8px; height:8px; border-top:2.5px solid var(--
text-main); border-right:2.5px solid var(--text-main); display:block; }

.prev::after { transform:rotate(-135deg); margin-left:3px; }
.next::after { transform:rotate(45deg); margin-right:3px; }

.gift-item { position:relative; padding-bottom:34px; margin-bottom:34px; }
.gift-item::after { content:''; position:absolute; left:0; right:0; bottom:0;
height:1px; background:linear-gradient(90deg, rgba(255,45,135,0), rgba(255,45,135,.22)
18%, rgba(255,45,135,.38) 50%, rgba(255,45,135,.22) 82%, rgba(255,45,135,0)); }

.gift-catalog .gift-item:last-child::after { display:none; }

.product-meta { text-align:left; margin-top:20px; margin-bottom:30px; }
.category-tag { font-size:11px; font-weight:700; color:var(--accent-pink); text-
transform:uppercase; letter-spacing:1px; display:block; margin-bottom:4px; }
.product-name { font-size:24px; font-weight:800; margin-bottom:8px; }
.product-desc { color:var(--text-secondary); font-size:15px; margin-bottom:20px;
line-height:1.5; }

.custom-select-wrapper { width:100%; margin-bottom:8px; position:relative; }
.select-trigger { display:flex; align-items:center; justify-content:space-between;
padding:14px 18px; border:1.5px solid #000; border-radius:12px; font-size:16px; font-
weight:600; background:#fff; cursor:pointer; }

.custom-options { position:absolute; top:100%; left:0; right:0; background:#fff;
border:1.5px solid #000; border-top:none; border-bottom-left-radius:12px; border-bottom-
right-radius:12px; display:none; z-index:15; overflow:hidden; }

.custom-select-wrapper.open .custom-options { display:block; }
.custom-select-wrapper.open .select-trigger { border-bottom-left-radius:0; border-
bottom-right-radius:0; }

.custom-option { padding:12px 18px; cursor:pointer; font-weight:500;
background:#fff; }

.custom-option:hover { background:var(--bg-light); color:var(--accent-pink); }

```

```

.size-chart-link { font-size:12px; color:var(--text-main); text-decoration:underline; font-style:italic; display:block; margin-bottom:25px; }
.purchase-card,.rules-card,.contact-card { background:var(--bg-light); border-radius:var(--card-radius); }
.purchase-card { padding:30px 25px; text-align:center; }
.price-text { font-size:24px; font-weight:800; margin-bottom:20px; display:block; }
}

.btn-buy,.btn-question,.btn-season { width:100%; padding:18px; border-radius:18px; border:none; background:var(--accent-pink); color:#fff; font-size:20px; font-weight:800; box-shadow:0 4px 15px rgba(255,45,135,.3); cursor:pointer; }
.btn-season { display:block; text-align:center; text-decoration:none; }
.gift-catalog { display:grid; gap:38px; margin-bottom:34px; }
.gift-note { display:inline-flex; align-items:center; padding:7px 10px; border-radius:999px; background:#fff; font-size:12px; font-weight:700; color:var(--text-main); margin-bottom:18px; }
.rules-card { padding:14px 14px 16px; }
.contact-copy { display:grid; gap:14px; }
.contact-note { display:inline-flex; align-items:center; padding:8px 12px; border-radius:999px; background:var(--soft-green); color:#0b8c65; font-size:12px; font-weight:800; width:max-content; }
.contact-points { display:grid; gap:10px; margin-top:8px; }
.contact-point { font-size:14px; line-height:1.5; color:var(--text-secondary); }
.contact-point strong { color:var(--text-main); }
.contact-card { padding:24px 22px; }
.contact-text { margin-bottom:18px; }
.rules-list { display:grid; gap:10px; margin-top:0; }
.rule-item { padding:18px 20px; border:1px solid rgba(0,0,0,.03); border-radius:22px; background:rgba(255,255,255,.9); box-shadow:0 4px 14px rgba(17,17,17,.025); }
.rule-step { display:inline-flex; align-items:center; justify-content:center; width:24px; height:24px; border-radius:50%; background:#fff; color:var(--accent-pink); font-size:12px; font-weight:800; margin-bottom:10px; }
.rule-title { font-size:16px; font-weight:700; margin-bottom:6px; }
.rule-text { font-size:14px; line-height:1.5; color:var(--text-secondary); }
.rule-points { margin-top:12px; display:grid; gap:10px; }
.rule-point { font-size:14px; line-height:1.5; color:var(--text-secondary); }
.rule-point strong { color:var(--text-main); }
.timeline-shell { background:var(--bg-light); border-radius:var(--card-radius); padding:20px 18px; margin-top:18px; }
.timeline-track { position:relative; display:grid; gap:12px; }

```

```

        .timeline-track::before { content:''; position:absolute; left:14px; top:8px;
bottom:8px; width:2px; background:linear-gradient(180deg, rgba(255,45,135,.55),
rgba(255,45,135,.08)); }

        .timeline-item { position:relative; margin-left:34px; background:#fff; border:1px
solid rgba(0,0,0,.04); border-radius:22px; padding:14px 16px 14px 18px;
transition:transform .25s ease, box-shadow .25s ease, border-color .25s ease, opacity .35s
ease; opacity:0; transform:translateY(10px); cursor:pointer; }

        .timeline-item.visible { opacity:1; transform:translateY(0); }

        .timeline-item::before { content:''; position:absolute; left:-27px; top:18px;
width:14px; height:14px; border-radius:50%; background:#fff; border:4px solid var(--
accent-pink); box-shadow:0 0 0 4px rgba(255,45,135,.12); }

        .timeline-item:hover,.timeline-item.active { transform:translateY(-2px); box-
shadow:0 10px 26px rgba(0,0,0,.06); border-color:rgba(255,45,135,.22); }

        .timeline-date { display:inline-flex; align-items:center; padding:5px 9px; border-
radius:999px; background:var(--soft-green); color:#0b8c65; font-size:11px; font-
weight:700; margin-bottom:8px; }

        .timeline-name { font-size:17px; font-weight:800; line-height:1.2; margin-
bottom:6px; }

        .timeline-action { margin-top:16px; }

        .form-grid { display:grid; gap:14px; margin:0 0 18px; }

        .form-field { display:grid; gap:8px; }

        .form-label { font-size:13px; font-weight:700; }

        .form-input,.form-textarea { width:100%; border:1.5px solid #e6e6e6; border-
radius:16px; background:#fff; padding:15px 16px; font:inherit; color:var(--text-main);
outline:none; }

        .form-textarea { min-height:140px; resize:vertical; }

        .size-modal { position:fixed; inset:0; display:none; align-items:center; justify-
content:center; padding:20px; background:rgba(17,17,17,.45); backdrop-filter:blur(4px); z-
index:1200; }

        .size-modal.open { display:flex; }

        .size-modal-dialog { width:min(100%, 440px); max-width:100%; background:#fff;
border-radius:28px; padding:24px 20px 20px; box-shadow:0 24px 60px rgba(17,17,17,.18);
overflow:hidden; }

        .size-modal-top { display:flex; align-items:center; justify-content:space-between;
gap:16px; margin-bottom:18px; }

        .size-modal-title { font-size:24px; font-weight:800; letter-spacing:-.6px; }

        .size-modal-close { width:38px; height:38px; border:none; border-radius:50%;
background:var(--bg-light); color:var(--text-main); font-size:22px; line-height:1;
cursor:pointer; }

```

```

        .size-modal-note { font-size:14px; line-height:1.45; color:var(--text-secondary);
margin-bottom:16px; max-width:320px; }

        .size-table-wrap { width:100%; overflow-x:auto; -webkit-overflow-scrolling:touch;
border-radius:18px; }

        .size-table { width:100%; min-width:380px; border-collapse:collapse;
overflow:hidden; border-radius:18px; background:var(--bg-light); }

        .size-table th,.size-table td { padding:14px 10px; font-size:13px; vertical-
align:middle; }

        .size-table thead th { text-align:center; font-weight:800; white-space:nowrap; }
        .size-table thead th:first-child { text-align:left; }
        .size-table tbody th { width:64px; text-align:center; font-weight:800; white-
space:nowrap; }

        .size-table td { color:var(--text-secondary); text-align:center; white-
space:nowrap; font-variant-numeric:tabular-nums; }

        .size-table tr + tr td,.size-table tr + tr th { border-top:1px solid
rgba(17,17,17,.06); }

        .footer-brand { padding:8px 0 6px; display:flex; justify-content:center; }
        .footer-logo-image { display:block; width:30%; height:auto; object-fit:contain;
margin:0 auto; }

        @media (min-width: 1100px) {
            .site-header,.main-content { max-width:1400px; }
            .site-header { padding:18px 32px 16px; }
            .main-content { padding:18px 32px 80px; }
            .header-logo { display:none; width:124px; }
            .header-top-row { display:grid; grid-template-columns:1fr auto 1fr; align-
items:center; margin-bottom:14px; }
            .header-brand-group { flex-direction:row; justify-self:start; align-
items:center; gap:0; margin-left:-6px; }
            .header-right-group { display:contents; }
            .main-brand-title { font-size:28px; line-height:1; text-align:left; margin:0;
}

            .main-brand-title span { color:var(--accent-pink); }
            .header-nav { display:flex; justify-content:center; align-items:center;
gap:28px; margin-top:0; justify-self:center; }
            .header-nav-link { font-size:18px; font-weight:800; }
            .balance-badge { justify-self:end; margin-top:0; }
            .balance-prefix { display:inline; }
            .header-nav-item.catalog-item:hover .desktop-catalog-menu,
            .header-nav-item.catalog-item:focus-within .desktop-catalog-menu {

```

```
display:block; }

.catalog-box { display:none; }

.catalog-box { width:min(560px, 100%); padding:10px 16px; border-radius:18px;
}

.catalog-label { display:none; }

.select-category { font-size:15px; font-weight:700; }

.title-section p,.block-text,.contact-text,.timeline-text-intro { font-
size:18px; line-height:1.65; }

.title-section p { max-width:980px; }

.gift-catalog { grid-template-columns:repeat(3, minmax(0, 1fr)); gap:44px
28px; align-items:start; }

.gift-catalog .gift-item { display:flex; flex-direction:column; height:100%;
margin-bottom:0; padding-bottom:0; }

.gift-catalog .gift-item::after { display:none; }

.gift-catalog .product-meta { display:flex; flex:1; flex-direction:column;
margin-bottom:0; }

.gift-catalog .product-name { font-size:22px; line-height:1.15; min-
height:52px; }

.gift-catalog .purchase-card { margin-top:auto; }

.gift-catalog .slider-container { aspect-ratio:9 / 16; }

.content-block .block-text { max-width:760px; margin-bottom:26px; }

.rules-card { padding:22px; border-radius:36px; }

.rules-list { grid-template-columns:repeat(2, minmax(0, 1fr)); gap:18px; }

.rule-item { min-height:100%; padding:24px 24px 26px; border-radius:28px; box-
shadow:0 16px 30px rgba(17,17,17,.04); }

.rule-step { width:34px; height:34px; font-size:17px; margin-bottom:14px; }

.rule-title { font-size:18px; margin-bottom:10px; }

.rule-text,.rule-point { font-size:15px; }

.timeline-shell { padding:34px 28px 26px; border-radius:36px; }

.timeline-text-intro { max-width:820px; }

.timeline-track { grid-template-columns:1fr 1fr; gap:42px 88px; }

.timeline-track::before { left:50%; top:4px; bottom:4px;
transform:translateX(-50%); }

.timeline-item { width:min(260px, 100%); margin-left:0; padding:14px 18px
16px; align-self:start; }

.timeline-item:nth-child(odd) { grid-column:2; justify-self:start; margin-
left:34px; text-align:left; }

.timeline-item:nth-child(even) { grid-column:1; justify-self:end; margin-
right:34px; text-align:right; }
```

```

.timeline-item:nth-child(3) { margin-top:56px; }
.timeline-item:nth-child(4) { margin-top:56px; }
.timeline-item:nth-child(5) { margin-top:112px; }
.timeline-item::before { left:auto; top:50%; transform:translateY(-50%); }
.timeline-item:nth-child(odd)::before { left:-55px; right:auto; }
.timeline-item:nth-child(even)::before { right:-55px; left:auto; top:26%; }
.timeline-item:nth-child(even) .timeline-date { margin-left:auto; }
.timeline-name { font-size:15px; margin-bottom:0; }
.timeline-date { font-size:10px; margin-bottom:10px; }
.timeline-action { margin-top:24px; max-width:420px; margin-left:auto; margin-
right:auto; }

    .contact-section { display:grid; grid-template-columns:minmax(320px, 420px)
minmax(520px, 760px); justify-content:space-between; column-gap:52px; align-items:start; }
    .contact-copy { grid-column:1; max-width:420px; padding-top:8px; }
    .contact-title { margin-bottom:0; }
    .contact-text { max-width:420px; }
    .contact-point { font-size:16px; line-height:1.6; }
    .contact-card { grid-column:2; width:100%; max-width:none; margin:0;
padding:28px 30px; border-radius:32px; }
    .form-grid { gap:18px; margin-bottom:20px; }
    .form-textarea { min-height:220px; }
    .btn-question { max-width:420px; margin:0 auto; display:block; }
    .title-section,.content-block,.contact-section,.timeline-section,.footer-brand
{ margin-bottom:44px; }
    .footer-logo-image { width:14%; }
}
@media (max-width: 640px) {
    .size-modal { padding:14px; }
    .size-modal-dialog { width:100%; padding:20px 14px 16px; border-radius:24px; }
    .size-modal-top { margin-bottom:14px; }
    .size-modal-title { font-size:18px; letter-spacing:-.3px; }
    .size-modal-close { width:34px; height:34px; font-size:20px; flex-shrink:0; }
    .size-modal-note { font-size:13px; max-width:none; margin-bottom:12px; }
    .size-table-wrap { overflow-x:hidden; }
    .size-table { min-width:0; width:100%; table-layout:fixed; }
    .size-table th,.size-table td { padding:10px 4px; font-size:11px; }
    .size-table td { white-space:normal; line-height:1.25; }
    .size-table thead th:first-child,
    .size-table tbody th { width:42px; }

```

```

        .size-table thead th:nth-child(2) { width:34px; }
    }
</style>
</head>
<body>
    <header class="site-header">
        <div class="header-top-row">
            <div class="header-brand-group">
                <h1 class="main-brand-title">Giftshop <span>Fitness Mama</span></h1>
            </div>
            <div class="header-right-group">
                <nav class="header-nav" aria-label="Secțiuni">
                    <div class="header-nav-item catalog-item">
                        <a class="header-nav-link" href="#catalog">Catalog</a>
                        <div class="desktop-catalog-menu" aria-label="Catalog desktop">
                            <div class="desktop-catalog-scroll">
                                <div class="desktop-catalog-group">
                                    <span class="desktop-catalog-label">Haine</span>
                                    <a class="desktop-catalog-option" href="#swallow-
mamasita">Tricou Swallow Turcoaz Mamasita</a>
                                    <a class="desktop-catalog-option" href="#swallow-
winner">Tricou Swallow Negru Winner</a>
                                    <a class="desktop-catalog-option" href="#boyfriend-
winner">Tricou Boyfriend Negru Winner</a>
                                    <a class="desktop-catalog-option" href="#swallow-get-
fit">Tricou Swallow Alb Get Fit</a>
                                    <a class="desktop-catalog-option" href="#swallow-iron-
baby">Tricou Swallow Fucsia Iron Baby</a>
                                    <a class="desktop-catalog-option" href="#swallow-no-
excuses">Tricou Swallow Albastru No Excuses</a>
                                    <a class="desktop-catalog-option" href="#boyfriend-no-
excuses">Tricou Boyfriend Albastru No Excuses</a>
                                    <a class="desktop-catalog-option" href="#boyfriend-
iron-baby">Tricou Boyfriend Fucsia Iron Baby</a>
                                    <a class="desktop-catalog-option" href="#boyfriend-
mamasita">Tricou Boyfriend Turcoaz Mamasita</a>
                                    <a class="desktop-catalog-option" href="#top-
black">Black top</a>
                                    <a class="desktop-catalog-option" href="#top-

```

```
white">White top</a>

        <a class="desktop-catalog-option" href="#leggings-
black">Black leggings</a>

    </div>
    <div class="desktop-catalog-group">
        <span class="desktop-catalog-label">Produse
digitale</span>

        <a class="desktop-catalog-option" href="#skin-
cleaning">Curățarea pielii feței și a gâtului</a>
        <a class="desktop-catalog-option" href="#skin-
diagnostic">Diagnostic - descoperă tipul tău de piele</a>
        <a class="desktop-catalog-option" href="#face-
lifting">Masaj facial Lifting</a>
        <a class="desktop-catalog-option" href="#planer-
box">Planer Box</a>
        <a class="desktop-catalog-option" href="#five-
techniques">5 tehnici care te ajută să nu te mai compari niciodată cu altcineva</a>
        <a class="desktop-catalog-option" href="#checklist-
analyses">Check list analize</a>
        <a class="desktop-catalog-option" href="#travel-
pack">Travel pack (3 antrenamente)</a>
        <a class="desktop-catalog-option" href="#flexible-
back">Antrenament pentru spate flexibil</a>
        <a class="desktop-catalog-option" href="#sexual-
energy">Practica pentru creșterea energiei sexuale</a>
    </div>
</div>
</div>
</div>
<a class="header-nav-link" href="#rules">Reguli</a>
<a class="header-nav-link" href="#programs">Programe</a>
</nav>
<div class="balance-badge"><span class="balance-prefix">Soldul
tău:</span><span class="balance-num">500</span><span class="balance-
label">puncte</span></div>
</div>
</div>
<div class="catalog-box" id="catalog">
    <span class="catalog-label">Catalog:</span>
```

```
<select class="select-category">
  <optgroup label="Haine">
    <option selected value="swallow-mamasita">Tricou Swallow Turcoaz
Mamasita</option>
    <option value="swallow-winner">Tricou Swallow Negru Winner</option>
    <option value="boyfriend-winner">Tricou Boyfriend Negru
Winner</option>
    <option value="swallow-get-fit">Tricou Swallow Alb Get Fit</option>
    <option value="swallow-iron-baby">Tricou Swallow Fucsia Iron
Baby</option>
    <option value="swallow-no-excuses">Tricou Swallow Albastru No
Excuses</option>
    <option value="boyfriend-no-excuses">Tricou Boyfriend Albastru No
Excuses</option>
    <option value="boyfriend-iron-baby">Tricou Boyfriend Fucsia Iron
Baby</option>
    <option value="boyfriend-mamasita">Tricou Boyfriend Turcoaz
Mamasita</option>
    <option value="top-black">Black top</option>
    <option value="top-white">White top</option>
    <option value="leggings-black">Black leggings</option>
  </optgroup>
  <optgroup label="Produse digitale">
    <option value="skin-cleaning">Curățarea pielii feței și a
gâtului</option>
    <option value="skin-diagnostic">Diagnostic - descoperă tipul tău de
piele</option>
    <option value="face-lifting">Masaj facial Lifting</option>
    <option value="planer-box">Planer Box</option>
    <option value="five-techniques">5 tehnici care te ajuta sa nu te mai
compari niciodata cu altcineva</option>
    <option value="checklist-analyses">Check list analize</option>
    <option value="travel-pack">Travel pack (3 antrenamente)</option>
    <option value="flexible-back">Antrenament pentru spate
flexibil</option>
    <option value="sexual-energy">Practica pentru creșterea energiei
sexuale</option>
  </optgroup>
</select>
```

```
</div>
</header>
<main class="main-content">
  <section class="title-section">
    <h1>Cadouri pentru punctele tale</h1>
    <p>Participă la programele Fitness Mama, adună puncte și schimbă-le pe
cadourile preferate:<br>haine branduite, ghiduri utile, antrenamente și bonusuri plăcute
pentru tine.</p>
  </section>

  <section class="gift-catalog">
    <article class="gift-item" id="swallow-mamasita">
      <div class="slider-wrapper">
        <div class="photo-outline"></div>
        <div class="slider-container">
          <div class="slides" data-slide-index="0">
            <div class="slide" data-
bg="https://fitnessmama.school/pl/fileservice/user/file/download/h/a52599104e8f51a44d752c8
d731e8db8.jpeg"></div>
            <div class="slide" data-
bg="https://fitnessmama.school/pl/fileservice/user/file/download/h/e455476c905ef4ac6652846
af74b9a48.jpg"></div>
            <div class="slide" data-
bg="https://fitnessmama.school/pl/fileservice/user/file/download/h/d2a434b8a21fd2c4f64e306
49166ed87.jpg"></div>
            <div class="slide" data-
bg="https://fitnessmama.school/pl/fileservice/user/file/download/h/06358ae5a957cc81932040c
cba33c890.jpeg"></div>
          </div>
          <div class="nav-arrows"><button class="arrow prev"
onclick="moveLocalSlide(this,-1)"></button><button class="arrow next"
onclick="moveLocalSlide(this,1)"></button></div>
        </div>
      </div>
      <div class="product-meta">
        <span class="category-tag">Haine</span>
        <h3 class="product-name">Tricou Swallow Turcoaz Mamasita</h3>
        <div class="custom-select-wrapper"><div class="select-
trigger"><span>Mărimi: S, M, L</span><span>▼</span></div></div>
```

```

        <a href="#" class="size-chart-link">Tabel de mărimi</a>
        <div class="purchase-card"><span class="price-text">560
puncte</span><button class="btn-buy">Schimbă pe puncte</button></div>
    </div>
</article>
<article class="gift-item" id="swallow-winner"><div class="slider-
wrapper"><div class="photo-outline"></div><div class="slider-container"><div
class="slides" data-slide-index="0"><div class="slide" data-
bg="https://fitnessmama.school/pl/fileservice/user/file/download/h/948a4bb2054aadcd395adc3
d344a7fcf.jpg"></div><div class="slide" data-
bg="https://fitnessmama.school/pl/fileservice/user/file/download/h/7d91df58fc1759e2ec24638
039c8407d.jpg"></div><div class="slide" data-
bg="https://fitnessmama.school/pl/fileservice/user/file/download/h/090f7dd5d14f10f2e7780ab
a41494137.jpg"></div></div><div class="nav-arrows"><button class="arrow prev"
onclick="moveLocalSlide(this,-1)"></button><button class="arrow next"
onclick="moveLocalSlide(this,1)"></button></div></div></div><div class="product-
meta"><span class="category-tag">Haine</span><h3 class="product-name">Tricou Swallow Negru
Winner</h3><div class="custom-select-wrapper"><div class="select-trigger"><span>Mărimi: S,
M, L</span><span>▼</span></div></div><a href="#" class="size-chart-link">Tabel de
mărimi</a><div class="purchase-card"><span class="price-text">560 puncte</span><button
class="btn-buy">Schimbă pe puncte</button></div></div></article>
<article class="gift-item" id="boyfriend-winner"><div class="slider-
wrapper"><div class="photo-outline"></div><div class="slider-container"><div
class="slides" data-slide-index="0"><div class="slide" data-
bg="https://fitnessmama.school/pl/fileservice/user/file/download/h/59b8b25acf16febe30604d3
e25baefc3.jpg"></div><div class="slide" data-
bg="https://fitnessmama.school/pl/fileservice/user/file/download/h/8cbbef0f6ff611c5ef8b70
f681e6dff.jpg"></div><div class="slide" data-
bg="https://fitnessmama.school/pl/fileservice/user/file/download/h/5d701dff102c1f87aa7a2d5
10f36435d.jpg"></div></div><div class="nav-arrows"><button class="arrow prev"
onclick="moveLocalSlide(this,-1)"></button><button class="arrow next"
onclick="moveLocalSlide(this,1)"></button></div></div></div><div class="product-
meta"><span class="category-tag">Haine</span><h3 class="product-name">Tricou Boyfriend
Negru Winner</h3><div class="custom-select-wrapper"><div class="select-
trigger"><span>Mărimi: S, M</span><span>▼</span></div></div><a href="#" class="size-chart-
link">Tabel de mărimi</a><div class="purchase-card"><span class="price-text">560
puncte</span><button class="btn-buy">Schimbă pe puncte</button></div></div></article>
<article class="gift-item" id="swallow-get-fit"><div class="slider-
wrapper"><div class="photo-outline"></div><div class="slider-container"><div
```

```
class="slides" data-slide-index="0"><div class="slide" data-
bg="https://fitnessmama.school/pl/fileservice/user/file/download/h/6fee810f1ccf87ca9df7620
7feef79ee.jpg"></div><div class="slide" data-
bg="https://fitnessmama.school/pl/fileservice/user/file/download/h/1e31220db44043655dd3402
4f18f2800.jpg"></div></div><div class="nav-arrows"><button class="arrow prev"
onclick="moveLocalSlide(this,-1)"></button><button class="arrow next"
onclick="moveLocalSlide(this,1)"></button></div></div><div class="product-
meta"><span class="category-tag">Haine</span><h3 class="product-name">Tricou Swallow Alb
Get Fit</h3><div class="custom-select-wrapper"><div class="select-trigger"><span>Mărimi:
S, M, L</span><span>▼</span></div></div><a href="#" class="size-chart-link">Tabel de
mărimi</a><div class="purchase-card"><span class="price-text">560 puncte</span><button
class="btn-buy">Schimbă pe puncte</button></div></div></article>

<article class="gift-item" id="swallow-iron-baby"><div class="slider-
wrapper"><div class="photo-outline"></div><div class="slider-container"><div
class="slides" data-slide-index="0"><div class="slide" data-
bg="https://fitnessmama.school/pl/fileservice/user/file/download/h/3c5a49b583b812821fdd4e7
076d1ef04.jpg"></div><div class="slide" data-
bg="https://fitnessmama.school/pl/fileservice/user/file/download/h/eb778ff3cb25b702fa7ab96
2807d7316.jpg"></div></div><div class="nav-arrows"><button class="arrow prev"
onclick="moveLocalSlide(this,-1)"></button><button class="arrow next"
onclick="moveLocalSlide(this,1)"></button></div></div></div><div class="product-
meta"><span class="category-tag">Haine</span><h3 class="product-name">Tricou Swallow
Fucsia Iron Baby</h3><div class="custom-select-wrapper"><div class="select-
trigger"><span>Mărimi: S, M, L</span><span>▼</span></div></div><a href="#" class="size-
chart-link">Tabel de mărimi</a><div class="purchase-card"><span class="price-text">560
puncte</span><button class="btn-buy">Schimbă pe puncte</button></div></div></article>

<article class="gift-item" id="swallow-no-excuses"><div class="slider-
wrapper"><div class="photo-outline"></div><div class="slider-container"><div
class="slides" data-slide-index="0"><div class="slide" data-
bg="https://fitnessmama.school/pl/fileservice/user/file/download/h/1299c0f287cdbe45665de75
32aec64ca.jpg"></div><div class="slide" data-
bg="https://fitnessmama.school/pl/fileservice/user/file/download/h/f3a367b345ce7982057c9ee
3cfa29637.jpg"></div></div><div class="nav-arrows"><button class="arrow prev"
onclick="moveLocalSlide(this,-1)"></button><button class="arrow next"
onclick="moveLocalSlide(this,1)"></button></div></div></div><div class="product-
meta"><span class="category-tag">Haine</span><h3 class="product-name">Tricou Swallow
Albastru No Excuses</h3><div class="custom-select-wrapper"><div class="select-
trigger"><span>Mărimi: S, M, L</span><span>▼</span></div></div><a href="#" class="size-
chart-link">Tabel de mărimi</a><div class="purchase-card"><span class="price-text">560
```

puncte<button class="btn-buy">Schimbă pe puncte</button></div></div></article>

<article class="gift-item" id="boyfriend-no-excuses"><div class="slider-wrapper"><div class="photo-outline"></div><div class="slider-container"><div class="slide" style="width:100%;" data-bg="https://fitnessmama.school/pl/fileservice/user/file/download/h/422b87e1c84f1dabdce85b19a3b6d190.jpeg"></div></div></div><div class="product-meta">Haine<h3 class="product-name">Tricou Boyfriend Albastru No Excuses</h3><div class="custom-select-wrapper"><div class="select-trigger">Mărimi: S, M▼</div></div>Tabel de mărimi<div class="purchase-card">560 puncte<button class="btn-buy">Schimbă pe puncte</button></div></div></article>

<article class="gift-item" id="boyfriend-iron-baby"><div class="slider-wrapper"><div class="photo-outline"></div><div class="slider-container"><div class="slide" style="width:100%;" data-bg="https://fitnessmama.school/pl/fileservice/user/file/download/h/c878a37c1f5a10b42462fc5878551162.jpg"></div></div></div><div class="product-meta">Haine<h3 class="product-name">Tricou Boyfriend Fucsia Iron Baby</h3><div class="custom-select-wrapper"><div class="select-trigger">Mărimi: S, M▼</div></div>Tabel de mărimi<div class="purchase-card">560 puncte<button class="btn-buy">Schimbă pe puncte</button></div></div></article>

<article class="gift-item" id="boyfriend-mamasita"><div class="slider-wrapper"><div class="photo-outline"></div><div class="slider-container"><div class="slides" data-slide-index="0"><div class="slide" data-bg="https://fitnessmama.school/pl/fileservice/user/file/download/h/4468a04a01955bbc175020fa45a49b11.jpg"></div><div class="slide" data-bg="https://fitnessmama.school/pl/fileservice/user/file/download/h/282e41e15ef3057e27672594d1af1902.jpg"></div><div class="slide" data-bg="https://fitnessmama.school/pl/fileservice/user/file/download/h/c409f5e28fc675c734f734ebb3766ab9.jpg"></div><div class="slide" data-bg="https://fitnessmama.school/pl/fileservice/user/file/download/h/fb4bf9ad1a4172c66a7a6b2432c33716.jpg"></div></div><div class="nav-arrows"><button class="arrow prev" onclick="moveLocalSlide(this,-1)"></button><button class="arrow next" onclick="moveLocalSlide(this,1)"></button></div></div></div><div class="product-meta">Haine<h3 class="product-name">Tricou Boyfriend Turcoaz Mamasita</h3><div class="custom-select-wrapper"><div class="select-trigger">Mărimi: S, M▼</div></div>Tabel de mărimi<div class="purchase-card">560 puncte<button class="btn-buy">Schimbă pe puncte</button></div></div></article>

```
<article class="gift-item" id="top-black"><div class="slider-wrapper"><div
class="photo-outline"></div><div class="slider-container"><div class="slides" data-slide-
index="0"><div class="slide" data-
bg="https://fitnessmama.school/pl/fileservice/user/file/download/h/5213d9e6c37c35927eed354
1910b27e0.jpg"></div><div class="slide" data-
bg="https://fitnessmama.school/pl/fileservice/user/file/download/h/3ec7995ad4bc874cc6a806e
3844cf517.jpg"></div></div><div class="nav-arrows"><button class="arrow prev"
onclick="moveLocalSlide(this,-1)"></button><button class="arrow next"
onclick="moveLocalSlide(this,1)"></button></div></div><div class="product-
meta"><span class="category-tag">Haine</span><h3 class="product-name">Black top</h3><div
class="custom-select-wrapper"><div class="select-trigger"><span>Mărimi: XS, S,
M</span><span>▼</span></div></div><a href="#" class="size-chart-link">Tabel de
mărimi</a><div class="purchase-card"><span class="price-text">490 puncte</span><button
class="btn-buy">Schimbă pe puncte</button></div></div></article>
```

```
<article class="gift-item" id="top-white"><div class="slider-wrapper"><div
class="photo-outline"></div><div class="slider-container"><div class="slides" data-slide-
index="0"><div class="slide" data-
bg="https://fitnessmama.school/pl/fileservice/user/file/download/h/773becaa3647c9c8ca30fb8
365372a31.jpg"></div><div class="slide" data-
bg="https://fitnessmama.school/pl/fileservice/user/file/download/h/2c27ca8827e2498d68ccf03
4442b2015.jpg"></div></div><div class="nav-arrows"><button class="arrow prev"
onclick="moveLocalSlide(this,-1)"></button><button class="arrow next"
onclick="moveLocalSlide(this,1)"></button></div></div><div class="product-
meta"><span class="category-tag">Haine</span><h3 class="product-name">White top</h3><div
class="custom-select-wrapper"><div class="select-trigger"><span>Mărimi: XS, S,
M</span><span>▼</span></div></div><a href="#" class="size-chart-link">Tabel de
mărimi</a><div class="purchase-card"><span class="price-text">490 puncte</span><button
class="btn-buy">Schimbă pe puncte</button></div></div></article>
```

```
<article class="gift-item" id="leggings-black"><div class="slider-
wrapper"><div class="photo-outline"></div><div class="slider-container"><div class="slide"
style="width:100%;" data-
bg="https://fitnessmama.school/pl/fileservice/user/file/download/h/97d7eca170b8378017c3853
cd4aaf4c7.jpeg"></div></div></div><div class="product-meta"><span class="category-
tag">Haine</span><h3 class="product-name">Black leggings</h3><div class="custom-select-
wrapper"><div class="select-trigger"><span>Mărimi: 2XS, XS, S, M,
L</span><span>▼</span></div></div><a href="#" class="size-chart-link">Tabel de
mărimi</a><div class="purchase-card"><span class="price-text">500 puncte</span><button
class="btn-buy">Schimbă pe puncte</button></div></div></article>
```

```
<article class="gift-item" id="skin-cleaning"><div class="slider-wrapper"><div
```

```
class="photo-outline"></div><div class="slider-container"><div class="slide"
style="width:100%;" data-
bg="https://fitnessmama.school/pl/fileservice/user/file/download/h/66d362e8f4e4eb3e2f519a9
c49510bef.jpg"></div></div></div><div class="product-meta"><span class="category-
tag">Produs digital</span><h3 class="product-name">Curățarea pielii feței și a
gâtului</h3><p class="product-desc">Lecție video de la cosmetologul Daria Goroșenco despre
cum să-ți cureți corect pielea feței și a gâtului.</p><span class="gift-note">Se va
deschide automat în contul personal după schimb</span><div class="purchase-card"><span
class="price-text">300 puncte</span><button class="btn-buy">Schimbă pe
puncte</button></div></div></article>

<article class="gift-item" id="skin-diagnostic"><div class="slider-
wrapper"><div class="photo-outline"></div><div class="slider-container"><div class="slide"
style="width:100%;" data-
bg="https://fitnessmama.school/pl/fileservice/user/file/download/h/4b154e7df177b9396b2724a
a492df13e.jpg"></div></div></div><div class="product-meta"><span class="category-
tag">Produs digital</span><h3 class="product-name">Diagnostic - descoperă tipul tău de
piele</h3><p class="product-desc">Un cadou practic, care te ajută să-ți înțelegi mai bine
pielea și să alegi îngrijirea potrivită tipului tău de ten.</p><span class="gift-note">Se
va deschide automat în contul personal după schimb</span><div class="purchase-card"><span
class="price-text">520 puncte</span><button class="btn-buy">Schimbă pe
puncte</button></div></div></article>

<article class="gift-item" id="face-lifting"><div class="slider-wrapper"><div
class="photo-outline"></div><div class="slider-container"><div class="slide"
style="width:100%;" data-
bg="https://fitnessmama.school/pl/fileservice/user/file/download/h/19bfc8fe27f2b29f41683e5
9629762b0.jpg"></div></div></div><div class="product-meta"><span class="category-
tag">Produs digital</span><h3 class="product-name">Masaj facial Lifting</h3><p
class="product-desc">Un complex de mișcări cu efect de lifting, care reduc ridurile și
cresc sinteza de propriul colagen și elastină.</p><span class="gift-note">Se va deschide
automat în contul personal după schimb</span><div class="purchase-card"><span
class="price-text">250 puncte</span><button class="btn-buy">Schimbă pe
puncte</button></div></div></article>

<article class="gift-item" id="planer-box"><div class="slider-wrapper"><div
class="photo-outline"></div><div class="slider-container"><div class="slide"
style="width:100%;" data-
bg="https://fitnessmama.school/pl/fileservice/user/file/download/h/c5733a4c4c3e10d36a907c3
215289ecc.jpg"></div></div></div><div class="product-meta"><span class="category-
tag">Produs digital</span><h3 class="product-name">Planer Box</h3><p class="product-
desc">Acest box conține trackere și plannere care te ajută să-ți formezi obiceiuri
```

sănătoase și să-ți organizezi activitățile.

Format: material digital

110 puncte

Schimbă pe puncte

Produs digital

5 tehnici care te ajută să nu te mai compari niciodată cu altcineva

Ghid cu 5 tehnici care te vor ajuta să-ți valorifici punctele forte și potențialul, dar și să te bucuri de viață.

Format: material digital

110 puncte

Schimbă pe puncte

Produs digital

Check list analize

Vezi lista de analize pe care ți le recomand ție și familiei tale, pentru ca să ții sub control starea voastră de sănătate.

Format: material digital

300 puncte

Schimbă pe puncte

Produs digital

Travel pack (3 antrenamente)

Ia cu tine în vacanță 3 seturi de exerciții pe care le poți face oriunde, oricând, în doar câteva minute.

Se va deschide automat în contul personal după schimb

500 puncte

Schimbă pe puncte

bg="https://fitnessmama.school/pl/fileservice/user/file/download/h/4083cc9d62953cleda0b0e46d9830721.jpg"></div></div></div><div class="product-meta">Produs digital<h3 class="product-name">Antrenament pentru spate flexibil</h3><p class="product-desc">Un antrenament video de 20 de minute pentru ca să-ți scoți tensiunea din spate când simți că e încordat.</p>Se va deschide automat în contul personal după schimb<div class="purchase-card">350 puncte<button class="btn-buy">Schimbă pe puncte</button></div></div></article>

<article class="gift-item" id="sexual-energy"><div class="slider-wrapper"><div class="photo-outline"></div><div class="slider-container"><div class="slide" style="width:100%;" data-bg="https://fitnessmama.school/pl/fileservice/user/file/download/h/aal8bbf54e97d19b6f22c4a13040008.jpg"></div></div></div><div class="product-meta">Produs digital<h3 class="product-name">Practica pentru creșterea energiei sexuale</h3><p class="product-desc">Antrenament video + meditație ghidată pentru deschiderea sexualității și creșterea libidoului.</p>Se va deschide automat în contul personal după schimb<div class="purchase-card">350 puncte<button class="btn-buy">Schimbă pe puncte</button></div></div></article>

</section>

<section class="content-block" id="rules">

<h2 class="block-title">Cum funcționează sistemul de puncte</h2>

<p class="block-text">Ne apreciem implicarea în tine! Special pentru participantele programelor noastre sezoniere am creat un sistem intern de recompense. Antrenează-te, mănâncă echilibrat și transformă-ți eforturile în cadouri reale.</p>

<div class="rules-card">

<div class="rules-list">

<div class="rule-item">01<h3 class="rule-title">Cum câștigi puncte?</h3><p class="rule-text">Rezultatele tale din program se transformă în valuta Gift Shop în timp real. Toate activitățile sunt înregistrate în grupurile Telegram închise ale cursurilor sezoniere pe tariful PRO, iar uneori și pe Basic, dacă acest lucru este prevăzut de reguli. Acolo se întâmplă totul: provocări, rapoarte și viața comunității.</p><div class="rule-points"><p class="rule-point">Antrenamente și alimentație: îndeplinește sarcinile programului, trimite raportul în chat, iar botul nostru special îți va acorda instant punctele meritate.</p><p class="rule-point">Provocări speciale: participă la sarcinile suplimentare anunțate în grup ca să câștigi bonusuri extra și să urci în top.</p><p class="rule-point">Soldul tău este mereu la îndemână, chiar în partea de sus a

paginii. Cu cât ești mai consecventă, cu atât ai mai multe opțiuni pentru shopping.</p></div></div>

<div class="rule-item">02<h3 class="rule-title">Reguli de conversie</h3><p class="rule-text">Am simplificat calculele la maximum:</p><div class="rule-points"><p class="rule-point">1 punct = 1 unitate din valuta noastră internă.</p><p class="rule-point">Toate produsele din catalog sunt deja indicate în puncte. De exemplu, dacă un tricou costă 500 de puncte, înseamnă că trebuie doar să strângi această sumă în contul tău.</p></div></div>

<div class="rule-item">03<h3 class="rule-title">Cum schimbi punctele pe un produs?</h3><p class="rule-text">Alege produsul dorit și apasă butonul «Schimbă pe puncte».</p><div class="rule-points"><p class="rule-point">Produse digitale: ghidurile, rețetele și check-list-urile se vor deschide automat imediat după retragerea punctelor.</p><p class="rule-point">Produse fizice: pentru merch și inventar se va deschide un formular. Completează datele pentru livrare și noi vom crea solicitarea.</p></div></div>

<div class="rule-item">04<h3 class="rule-title">Livrare și confirmare</h3><p class="rule-text">După ce trimiți cererea pentru un produs fizic, un manager te va contacta pentru a confirma detaliile.</p><div class="rule-points"><p class="rule-point">Important: te rugăm să indicii date de contact actuale. Dacă nu vom putea lua legătura cu tine în mesagerie sau la telefon, comanda va fi anulată, iar punctele se vor întoarce în cont.</p><p class="rule-point">Disponibilitate: produsele se pot epuiza, mai ales mărimile populare, deoarece multe fete fac cumpărături în același timp. Dacă un produs nu mai este în stoc, managerul îți va propune o alternativă sau îți va returna punctele.</p></div></div>

<div class="rule-item">05<h3 class="rule-title">Punctele nu expiră!</h3><p class="rule-text">Rezultatele tale îți aparțin. Dacă ai urmat programul anul trecut, punctele tale rămân în siguranță în cont. Nu au termen de valabilitate: le poți cheltui acum sau le poți aduna în continuare pentru un obiectiv mai mare în programul următor.</p></div>

<div class="rule-item">06<h3 class="rule-title">Unde vezi soldul punctelor?</h3><p class="rule-text">Soldul tău este afișat în partea de sus a paginii, iar punctele acumulate se reflectă în sistem după activitățile confirmate.</p></div>

</div>

</div>

</section>

<section class="timeline-section" id="programs">

<h2 class="timeline-title">Programe sezoniere</h2>

<p class="timeline-text-intro">Aceasta este o cronologie informativă a programelor în care a funcționat sistemul nostru de acumulare a punctelor. Dacă ai participat la unul sau la mai multe dintre ele și ai îndeplinit sarcinile, punctele puteau fi acordate în cadrul acestor lansări.</p>

<div class="timeline-shell">

<div class="timeline-track">

<article class="timeline-item">Start 20.10.2025<h3 class="timeline-name">Body Transformation</h3></article>

<article class="timeline-item">Start 17.11.2025<h3 class="timeline-name">Anticelulitic Booster 2.0</h3></article>

<article class="timeline-item">Start 12.01.2026<h3 class="timeline-name">Metabolic Reset 2026</h3></article>

<article class="timeline-item">Start 09.02.2026<h3 class="timeline-name">Body Transformation 2.0</h3></article>

<article class="timeline-item">Start 09.03.2026<h3 class="timeline-name">Postura & Abdomen 2.0</h3></article>

</div>

<div class="timeline-action">Înscrie-mă la noul curs sezonier</div>

</div>

</section>

<section class="contact-section">

<div class="contact-copy">

Suntem aici pentru tine

<h2 class="contact-title">Nu ai găsit răspunsul la întrebarea ta?</h2>

<p class="contact-text">Scrie-ne întrebarea ta, iar albinuța Fitness Mama îți va răspunde. După trimitere, se creează automat o solicitare ca să nu pierdem nimic.</p>

<div class="contact-points">

<p class="contact-point">Răspuns clar: poți întreba despre puncte, schimb, livrare sau produse digitale.</p>

<p class="contact-point">Totul se salvează: după trimitere, întrebarea ta intră imediat în lucru.</p>

<p class="contact-point">Mai rapid pentru tine: lasă cât mai multe detalii, ca să te putem ajuta din primul răspuns.</p>

</div>

</div>

```
<div class="contact-card">
  <div class="form-grid">
    <label class="form-field"><span class="form-label">Email</span><input
class="form-input" type="email" placeholder="example@email.com"
value="mama@email.com"></label>
    <label class="form-field"><span class="form-label">Textul
întrebării</span><textarea class="form-textarea" placeholder="Scrie întrebarea ta
aici"></textarea></label>
  </div>
  <button class="btn-question">Trimite întrebarea</button>
</div>
</section>

<section class="footer-brand">
  
</section>

<div class="size-modal" id="sizeModal" aria-hidden="true">
  <div class="size-modal-dialog" role="dialog" aria-modal="true" aria-
labelledby="sizeModalTitle">
    <div class="size-modal-top">
      <h3 class="size-modal-title" id="sizeModalTitle">Tabel de mărimi</h3>
      <button class="size-modal-close" type="button" id="sizeModalClose"
aria-label="Închide">x</button>
    </div>
    <p class="size-modal-note">Tabel orientativ după standarde europene pentru
femei: bust, talie și șolduri.</p>
    <div class="size-table-wrap">
      <table class="size-table">
        <thead>
          <tr>
            <th>Mărime</th>
            <th>EU</th>
            <th>Bust</th>
            <th>Talie</th>
            <th>Solduri</th>
          </tr>
```

```
        </thead>
        <tbody id="sizeModalBody"></tbody>
    </table>
</div>
</div>
</div>
</main>
```

```
<script>
```

```
    function loadBackgroundImage(target) {
        if (!target || !target.dataset.bg || target.dataset.bgLoaded === 'true')
return;

        target.style.backgroundImage = `url('${target.dataset.bg}')`;
        target.dataset.bgLoaded = 'true';
    }
```

```
    function loadSliderImages(track, activeIndex = 0){
        if (!track) return;
        const slides = Array.from(track.querySelectorAll('.slide'));
        const count = slides.length;
        if (!count) return;

        loadBackgroundImage(slides[activeIndex]);

        if (count > 1) {
            loadBackgroundImage(slides[(activeIndex + 1) % count]);
        }
    }
```

```
    function moveLocalSlide(button, direction) {
        const sliderContainer = button.closest('.slider-container');
        const localTrack = sliderContainer?.querySelector('.slides');
        if (!localTrack) return;

        const slidesCount = localTrack.querySelectorAll('.slide').length;
        const currentIndex = Number(localTrack.dataset.slideIndex || 0);
        const nextIndex = (currentIndex + direction + slidesCount) % slidesCount;

        localTrack.dataset.slideIndex = nextIndex;
```

```

        localTrack.style.transform = `translateX(-${nextIndex * (100 /
slidesCount)}%)`;
        loadSliderImages(localTrack, nextIndex);
    }

    document.querySelectorAll('.slides').forEach((localTrack) => {
        const slides = localTrack.querySelectorAll('.slide');
        const slidesCount = slides.length;
        if (!slidesCount) return;

        localTrack.style.width = `${slidesCount * 100}%`;
        slides.forEach((slide) => {
            slide.style.width = `${100 / slidesCount}%`;
            slide.style.flexBasis = `${100 / slidesCount}%`;
        });
    });

    const lazyBackgroundObserver = new IntersectionObserver((entries, observer) => {
        entries.forEach((entry) => {
            if (!entry.isIntersecting) return;

            const target = entry.target;
            const track = target.querySelector('.slides');

            if (track) {
                const activeIndex = Number(track.dataset.slideIndex || 0);
                loadSliderImages(track, activeIndex);
            } else {
                const slide = target.querySelector('.slide[data-bg]');
                if (slide) loadBackgroundImage(slide);
            }

            observer.unobserve(target);
        });
    }, { rootMargin: '300px 0px' });

    document.querySelectorAll('.slider-container').forEach((container) => {
        lazyBackgroundObserver.observe(container);
    });

```

```
const catalogSelect = document.querySelector('.select-category');
catalogSelect.addEventListener('change', (event) => {
  const target = document.getElementById(event.target.value);
  if (target) {
    target.scrollIntoView({ behavior: 'smooth', block: 'start' });
  }
});

const sizeWrappers = document.querySelectorAll('.custom-select-wrapper');
sizeWrappers.forEach((wrapper) => {
  const trigger = wrapper.querySelector('.select-trigger');
  if (!trigger) return;

  const label = trigger.querySelector('span');
  if (!label) return;

  const text = label.textContent.trim();
  if (!text.startsWith('Mărimi:')) return;

  const sizesText = text.replace('Mărimi:', '').trim();
  const sizes = sizesText.split(',').map((item) => item.trim()).filter(Boolean);
  if (!sizes.length) return;

  const options = document.createElement('div');
  options.className = 'custom-options';

  sizes.forEach((size) => {
    const option = document.createElement('div');
    option.className = 'custom-option';
    option.textContent = size;
    option.addEventListener('click', () => {
      label.textContent = `Mărimi: ${size}`;
      wrapper.classList.remove('open');
    });
    options.appendChild(option);
  });

  wrapper.appendChild(options);
});
```

```

trigger.addEventListener('click', () => {
  const isOpen = wrapper.classList.contains('open');
  sizeWrappers.forEach((item) => item.classList.remove('open'));
  if (!isOpen) wrapper.classList.add('open');
});
});

window.addEventListener('click', (event) => {
  sizeWrappers.forEach((wrapper) => {
    if (!wrapper.contains(event.target)) {
      wrapper.classList.remove('open');
    }
  });
});

const timelineItems = document.querySelectorAll('.timeline-item');
const timelineObserver = new IntersectionObserver((entries) => {
  entries.forEach((entry) => {
    if (entry.isIntersecting) {
      entry.target.classList.add('visible');
    }
  });
}, { threshold: 0.2 });

timelineItems.forEach((item, index) => {
  item.style.transitionDelay = `${index * 80}ms`;
  timelineObserver.observe(item);
  item.addEventListener('mouseenter', () => {
    timelineItems.forEach((node) => node.classList.remove('active'));
    item.classList.add('active');
  });
  item.addEventListener('click', () => {
    timelineItems.forEach((node) => node.classList.remove('active'));
    item.classList.add('active');
  });
});

const sizeModal = document.getElementById('sizeModal');
const sizeModalBody = document.getElementById('sizeModalBody');

```

```

const sizeModalClose = document.getElementById('sizeModalClose');
const sizeChartLinks = document.querySelectorAll('.size-chart-link');

const sizeGuide = {
  '2XS': { eu: '32', bust: '76-80 cm', waist: '58-62 cm', hips: '84-88 cm' },
  'XS': { eu: '34', bust: '80-84 cm', waist: '62-66 cm', hips: '88-92 cm' },
  'S': { eu: '36', bust: '84-88 cm', waist: '66-70 cm', hips: '92-96 cm' },
  'M': { eu: '38', bust: '88-92 cm', waist: '70-74 cm', hips: '96-100 cm' },
  'L': { eu: '40', bust: '92-96 cm', waist: '74-78 cm', hips: '100-104 cm' }
};

const openSizeModal = (rows) => {
  sizeModalBody.innerHTML = rows.map((row) => `
    <tr>
      <th>${row.size}</th>
      <td>${row.eu}</td>
      <td>${row.bust}</td>
      <td>${row.waist}</td>
      <td>${row.hips}</td>
    </tr>
  `).join('');
  sizeModal.classList.add('open');
  sizeModal.setAttribute('aria-hidden', 'false');
  document.body.style.overflow = 'hidden';
};

const closeSizeModal = () => {
  sizeModal.classList.remove('open');
  sizeModal.setAttribute('aria-hidden', 'true');
  document.body.style.overflow = '';
};

sizeChartLinks.forEach((link) => {
  link.addEventListener('click', (event) => {
    event.preventDefault();
    const card = link.closest('.product-meta');
    const sizeLabel = card?.querySelector('.select-trigger span');
    if (!sizeLabel) return;
  });
});

```

```

        const rawSizes = sizeLabel.textContent.replace('Mărimi:',
        '').replace('Mărimi:', '').trim();
        const sizes = rawSizes.split(',').map((item) =>
item.trim()).filter(Boolean);
        if (!sizes.length) return;

        const rows = sizes
            .map((size) => ({ size, ...sizeGuide[size] }))
            .filter((row) => row.eu);

        if (!rows.length) return;
        openSizeModal(rows);
    });
});

sizeModalClose.addEventListener('click', closeSizeModal);
sizeModal.addEventListener('click', (event) => {
    if (event.target === sizeModal) {
        closeSizeModal();
    }
});

window.addEventListener('keydown', (event) => {
    if (event.key === 'Escape' && sizeModal.classList.contains('open')) {
        closeSizeModal();
    }
});
});
</script>
</body>
</html>

```

Эндпойнты для баланса

Gift Shop API Reference

Base URL: `https://theme.kishlaru.ru/chb/api/v1/gift-shop`

Auth: все запросы требуют заголовка `X-API-Key:`
`d119be3d170f3de1ad447c17bd18bea54fc66be17402c06ae113e1c77e747631`

GET `/balance`

Получить баланс пользователя по email.

Query params: `email=user@example.com`

Responses:

`200 OK` — пользователь найден

```
{ "walletPoints": 42 }
```

`404 Not Found` — email не привязан к Telegram-аккаунту, нужно показать кнопку привязки

```
{ "error": "email_not_found" }
```

GET `/link-url`

Получить ссылку для привязки email к Telegram. Вызывать только при получении `email_not_found` на balance.

Query params: `email=user@example.com`

Response:

`200 OK`

```
{ "url": "https://t.me/BotName?start=<token>" }
```

Показать пользователю как кнопку/ссылку. После клика откроется личный чат с ботом, бот автоматически привяжет email и подтвердит пользователю в Telegram.

POST /spend

Списать баллы. Вызывать только после подтверждения покупки на стороне gift-shop.

Body:

```
{ "email": "user@example.com", "amount": 10 }
```

Responses:

200 OK — успешно списано, возвращает остаток

```
{ "walletPoints": 32 }
```

400 Bad Request — недостаточно баллов

```
{ "error": "Insufficient points: available 5, requested 10" }
```

404 Not Found — email не найден

???????? flow

1. GET /balance?email=...
 - 200: показать баланс
 - 404 email_not_found: показать кнопку /link-url
 - пользователь привязывает через Telegram
 - повторить шаг 1
2. Пользователь выбирает товар → POST /spend

- 200: показать обновлённый баланс
- 400: показать ошибку "недостаточно баллов"

- Кнопки должны быть неактивными, если не хватает баллов (сделать серыми)

<https://fitnessmama.school/test-gift-shop>

?????

▶ Смотреть видео

???????

??????? ????????????????? - ??????
2026

???????? ???? ?????? ???????????

[сегмент](#)

????? ? n8n

<https://n8n.kishlaru.ru/projects/B4TtMg9M7VkPZc5I/folders/V6q8TbUoiS7CfbHf/workflows>

???????? ?????????

https://docs.google.com/spreadsheets/d/1GSUgjyNnxn5ZN_bFyQh4mMqrOUtM9l8qVWTtrTytikQ/edit?gid=81960115#gid=81960115

???????? ????????????? GC ????? ???????????

[Сегмент](#)

????? ????????? ?????

<https://miro.com/app/board/uXjVK1D6d1U=?moveToWidget=3458764666235799044&cot=14>

???????? ????????? GC

<http://fitnessmama.school/pl/tasks/mission/process?id=2423996>

Fitnessmama.ro

Виджет

<https://fitnessmama.school/pl/lite/widget/editor?id=1585768>

Пример страницы с офферами

<https://fitnessmama.ro/programe/abdomen-plat>

image.png

FM | Communication Automation

документ задач

https://docs.google.com/spreadsheets/d/1zjU9nm7UQW1YDW7tld38Zjqa8nHYEFHnA6dLqPwex_k/edit?gid=1790108334#gid=1790108334

miro

https://miro.com/app/board/uXjVHaRe2IM=

retellai

https://dashboard.retellai.com/agents/agent_e07d32db7532b9e24a01ca1864

n8n

<https://n8n.kishlaru.ru/workflow/7xymsZFm46tLqn9n>

файл на маке

/Users/johndoe/Projects/Develop/DA/comunication

Onboarding FitnessMama

???????? ? ?????????????? ?? ??????????	https://fitnessmama.school/pl/cms/page/editor?id=4576469 https://fitnessmama.school/onboarding
??????? ?????????? ??? ?????? ????????????????	https://fitnessmama.school/pl/tasks/mission/update?id=2471032
???????	

??-????????? ? ?????

GetCourse

Кратко: ассистент отвечает **только** в трёх отделах — **Asistent AI, Întrebări generale** и **Mobile App Support**. Во всех остальных отделах он не вмешивается никогда. Забрать диалог = перетащить его в свой отдел. Вернуть ассистенту = перетащить в «Asistent AI».

??? ??? ?????????

- Пользователи пишут в поддержку из любых каналов: **GetCourse (сайт), приложение, Telegram, WhatsApp, email**.
- Все диалоги видны в разделе «Сообщения» GetCourse: <https://fitnessmama.school/all-messages>
- После каждого своего ответа ассистент переносит диалог в отдел «**Asistent AI**» — это его «домашняя» очередь.

Раздел «Сообщения» в GetCourse

???????

	Отдел	Ассистент	Что в нём
1	Asistent AI	☐ отвечает	Диалоги, которые ведёт ассистент (прямая ссылка)
2	Întrebări generale	☐ отвечает	Новые обращения с сайта и мессенджеров
3	Mobile App Support	☐ отвечает	Обращения из мобильного приложения
4	Escalat de la AI	☐ молчит	Диалоги, переданные оператору автоэскалацией (прямая ссылка)

	Отдел	Ассистент	Что в нём
5	Все остальные	☐ молчит	Личные отделы сотрудников, Prioritate 1/2, Medic, Spam и т.д. — территория операторов

????? ??????? ??????????? ?
???????????

- 1. **Клиент попросил человека** — написал «operator», «manager», «albinuța» и т.п. → диалог автоматически переходит в **Escalat de la AI**, а в Telegram-группу приходит уведомление с кнопкой на диалог.
- 2. **Клиент флудит** — больше 20 сообщений в минуту → то же самое, автоматически.
- 3. **Оператор хочет вмешаться сам** → перетаскивает диалог **в свой отдел** (или любой другой, кроме трёх «ботовских»). С этого момента ассистент в диалоге не участвует.

Перевод диалога в другой отдел

Пока диалог находится в отделе оператора, ассистент его не трогает — даже если сессия диалога закроется автоматически.

??? ????????? ????????? ?????????????

Перетащить диалог обратно в отдел «**Asistent AI**». Со следующего сообщения клиента ассистент продолжит беседу. Закрывать сессию не нужно.

Важно: ассистент отвечает только на **новые** сообщения. Если клиент что-то спросил, пока диалог был у оператора, — ответьте ему сами до возврата. Сразу после эскалации есть техническая пауза ~1 минута, в течение которой возврат не срабатывает; на практике она незаметна.

???? ????-?? ?????? ?? ???

Ассистент отвечает там, где не должен, или молчит там, где должен отвечать → отправьте Давиду ссылку на диалог.