

POLITIQUE DE CONFIDENTIALITÉ

Application Musculytica

Éditeur : ZENIXTA | Version : v2.0 | Dernière mise à jour : 27 mai 2026

1. Présentation de l'application

Musculytica est une application mobile de suivi de l'entraînement musculaire éditée par ZENIXTA (entreprise individuelle). Elle permet à ses utilisateurs de planifier, enregistrer et analyser leurs séances de sport, de suivre leur récupération musculaire, leur fatigue systémique et leur progression.

L'application intègre un moteur d'analyse intelligent qui combine la charge musculaire, l'activité cardio-vasculaire et, si l'utilisateur le souhaite, les données de sommeil issues de Health Connect. Cette approche globale vise à fournir des conseils personnalisés et physiologiquement cohérents.

La présente politique décrit exhaustivement les données personnelles collectées, traitées et stockées par Musculytica, ainsi que les droits dont vous disposez. L'application est réservée aux personnes majeures (18 ans et plus).

2. Responsable du traitement

Le responsable du traitement des données à caractère personnel est :

ZENIXTA — Entreprise individuelle E-mail : contact@zenixta.com

3. Données collectées

3.1 Données de compte

Lors de la création d'un compte, nous collectons :

- Adresse e-mail (via Firebase Authentication)
- Identifiant unique anonymisé généré par Firebase
- Genre (masculin / féminin) — utilisé pour la personnalisation de l'affichage de la silhouette musculaire

3.2 Données d'entraînement

Lors de chaque séance enregistrée dans l'application :

- Date, heure de début et de fin, durée totale de la séance
- Exercices de musculation : nom, nombre de séries, répétitions, charges (kg)
- Exercices cardio : type d'activité, durée (minutes), distance (km), niveau d'intensité
- Routines et programmes d'entraînement personnalisés
- Scores de récupération musculaire par muscle — calculés localement sur l'appareil
- Scores de récupération musculaire par groupe musculaire
- Progression musculaire estimée par muscle

3.3 Données corporelles

- Poids corporel — saisi manuellement et/ou importé depuis Health Connect (fenêtre : 90 jours)
- Pourcentage de masse grasse — importé depuis Health Connect si disponible (fenêtre : 90 jours)

3.4 Données lues depuis Health Connect

Avec votre autorisation explicite, Musculytica lit les données suivantes depuis Health Connect. Toutes ces lectures sont en lecture seule : Musculytica n'écrit jamais de données dans Health Connect.

Activité physique (fenêtre 48 heures) :

- Nombre de pas quotidiens — utilisé comme signal de charge cardio de faible intensité
- Calories actives brûlées — utilisées pour estimer la charge cardio si aucune session structurée n'est disponible
- Sessions d'exercice externes (course, vélo, natation, rameur, HIIT, marche, etc.) — type d'activité, durée, calories — utilisées pour calculer la charge cardio-vasculaire avec décroissance temporelle
- Fréquence cardiaque moyenne — indicateur de charge cardio-vasculaire

Données corporelles (fenêtre 90 jours) :

- Poids corporel — utilisé pour le calcul des dépenses caloriques et la personnalisation des seuils
- Pourcentage de masse grasse — indicateur de composition corporelle

Données de sommeil :

- Durée totale de sommeil par nuit — utilisée pour calculer le déficit de sommeil intégré dans l'indice de fatigue globale
- Durée de sommeil profond — indicateur de qualité de récupération

Le déficit de sommeil est un composant pondéré du calcul de fatigue globale. Exemple : une nuit inférieure à 5h génère un déficit élevé qui peut déclencher un conseil de récupération. Ces données ne sont jamais envoyées à des tiers.

3.5 Préférences utilisateur

Les préférences suivantes sont stockées localement sur votre appareil (SharedPreferences Android) et ne transitent pas par nos serveurs :

- Mode d'utilisation (mode facile / mode précis)
- Statut de complétion de l'onboarding
- Préférences d'affichage de la timeline de récupération

3.6 Données techniques

- Jetons d'authentification Firebase (session sécurisée)
 - Cache local Hive (stocké sur l'appareil, contient les données de récupération et séances récentes)
 - Cache mémoire Health Connect (durée maximale 30 minutes, invalidé après chaque séance)
 - Journaux d'erreurs techniques anonymisés
-

4. Utilisation des données

4.1 Finalités principales

- Authentification et sécurisation de votre compte
- Enregistrement et affichage de votre historique d'entraînement
- Calcul des scores de récupération musculaire par muscle
- Calcul de la charge cardio-vasculaire à partir des sessions Musculytica et/ou Health Connect
- Calcul du déficit de sommeil à partir des données de sommeil (si autorisé)
- Calcul de l'indice de fatigue globale, combinant charge musculaire, charge cardio et déficit de sommeil
- Génération de conseils personnalisés d'entraînement et de récupération
- Calcul des dépenses caloriques estimées par exercice
- Personnalisation de l'affichage (genre → silhouette musculaire)
- Synchronisation de vos données entre vos appareils via Firebase

4.2 Ce que nous ne faisons pas

- Aucune utilisation publicitaire — Musculytica ne contient aucune publicité
 - Aucune vente, location ou cession de vos données à des tiers
 - Aucun profilage commercial
 - Aucune écriture de données dans Health Connect
 - Aucun accès aux données HC sans votre autorisation préalable explicite
-

5. Base légale du traitement (RGPD)

- **Exécution du contrat** : données de compte, séances, exercices — nécessaires à la fourniture du service
 - **Consentement explicite** : accès aux données Health Connect (demandé au premier lancement, révocable à tout moment depuis les paramètres Android)
 - **Intérêt légitime** : journaux techniques anonymisés nécessaires à la stabilité et à la sécurité de l'application
-

6. Destinataires des données

6.1 Sous-traitants techniques

Musculytica utilise exclusivement les services techniques suivants :

- **Google Firebase** (Firebase Authentication + Cloud Firestore) : authentification et stockage des données d'entraînement. Hébergement conforme aux clauses contractuelles types UE. Politique : firebase.google.com/support/privacy
- **Google Health Connect** : lecture locale des données de santé sur l'appareil Android. Les données lues ne transitent pas par les serveurs de ZENIXTA — elles sont traitées localement et, pour la partie entraînement, stockées dans Firestore sous votre compte.
- **RevenueCat** : gestion des abonnements et des entitlements premium. Reçoit un identifiant utilisateur anonymisé (Firebase UID) ainsi que les événements d'achat transmis par Google Play. Aucune donnée d'entraînement n'est partagée. Société américaine — transfert UE → États-Unis encadré par les clauses contractuelles types UE. Politique : revenuecat.com/privacy

6.2 Absence de partage commercial

ZENIXTA ne partage, ne vend et ne cède aucune donnée personnelle à des tiers à des fins commerciales. Vos données d'entraînement, de santé et de sommeil restent strictement privées et accessibles uniquement à vous.

7. Durée de conservation

- **Données de compte et d'entraînement (Firestore)** : conservées tant que votre compte est actif
 - **Cache Health Connect (mémoire)** : 30 minutes maximum, invalidé après chaque séance
 - **Cache local Hive (appareil)** : conservé jusqu'à la désinstallation de l'application
 - **Préférences locales (SharedPreferences)** : conservées jusqu'à la désinstallation ou réinitialisation
 - **Suppression de compte** : toutes les données Firestore sont supprimées dans un délai de 30 jours suivant la demande de suppression
-

8. Sécurité des données

- Chiffrement de toutes les communications en transit (HTTPS/TLS via Firebase)
- Règles de sécurité Firestore : chaque utilisateur n'accède qu'à ses propres données — aucun accès croisé
- Authentification par jeton Firebase renouvelable — aucun mot de passe stocké en clair
- Données Health Connect traitées localement sur l'appareil — non exposées à des serveurs tiers
- Cache mémoire à durée limitée (30 min) pour les données HC — automatiquement invalidé

Aucun membre de ZENIXTA n'a accès aux données personnelles ou d'entraînement de vos comptes. L'architecture Firestore user-scoped garantit l'isolation totale entre les comptes.

9. Vos droits

Conformément au Règlement Général sur la Protection des Données (RGPD — Règlement UE 2016/679), vous disposez des droits suivants :

- **Droit d'accès** : obtenir une copie de vos données personnelles
- **Droit de rectification** : corriger des données inexactes
- **Droit à l'effacement** : demander la suppression de votre compte et de l'ensemble de vos données
- **Droit à la portabilité** : recevoir vos données dans un format structuré et lisible
- **Droit d'opposition** : vous opposer à certains traitements
- **Retrait du consentement Health Connect** : révoquer à tout moment l'accès aux données HC via Paramètres Android → Santé Connect → Autorisations → Musculytica

Pour exercer ces droits : contact@zenixta.com

Vous pouvez également introduire une réclamation auprès de la CNIL (Commission Nationale de l'Informatique et des Libertés) — www.cnil.fr.

10. Utilisation de Google Health Connect — détail

Conformément aux exigences de Google Play et aux politiques de Health Connect, voici le détail exhaustif de l'usage des données de santé :

Données lues : Activité physique (pas, calories, sessions d'exercice, fréquence cardiaque), sommeil (durée totale, durée de sommeil profond), données corporelles (poids, masse grasse)

Données écrites : Aucune — Musculytica est en lecture seule vis-à-vis de Health Connect

Finalité de la lecture : Calcul de la charge cardio-vasculaire, du déficit de sommeil et de la fatigue globale pour des conseils d'entraînement personnalisés

Traitement local : Les données HC sont traitées sur l'appareil. Seuls les résultats calculés liés à vos séances peuvent être stockés dans Firestore sous votre compte

Partage tiers : Aucun — les données HC ne sont jamais transmises à des tiers ni utilisées à des fins publicitaires

Révocation : Paramètres Android → Santé Connect → Autorisations → Musculytica → Révoquer

L'application reste 100% fonctionnelle sans Health Connect. Toutes les fonctionnalités principales (suivi des séances, analyse de récupération, progression musculaire) sont disponibles sans accès aux données de santé externes.

11. Transferts de données hors de l'Union Européenne

Certaines données peuvent être hébergées aux États-Unis via Google Firebase. Ces transferts sont encadrés par les clauses contractuelles types (CCT) approuvées par la Commission Européenne conformément à l'article 46 du RGPD. Google est également certifié EU-U.S. Data Privacy Framework.

12. Utilisateurs mineurs

Musculytica est exclusivement destinée aux personnes majeures (18 ans et plus). Nous ne collectons pas sciemment de données relatives à des personnes mineures. Si vous êtes parent ou tuteur légal et pensez que votre enfant mineur a créé un compte, contactez-nous immédiatement à contact@zenixta.com afin de procéder à la suppression de toutes les données associées.

13. Modifications de la présente politique

ZENIXTA se réserve le droit de modifier cette politique de confidentialité pour se conformer à l'évolution de la législation, aux politiques de Google Play, ou aux nouvelles fonctionnalités de l'application. En cas de modification substantielle affectant vos droits ou les données collectées, vous en serez informé via une notification dans l'application ou par e-mail.

La version et la date de dernière mise à jour figurent en haut de ce document.

14. Contact

Pour toute question relative à cette politique ou à l'exercice de vos droits :

ZENIXTA E-mail : contact@zenixta.com

© 2026 ZENIXTA — Tous droits réservés