本程序主要服务三类用户：

* 年轻人（主要为在校学生以及初入职场新人）。
  + 愿望：保持健康，获得健康身体，不会被高强度的任务压垮。
  + 健康观念： 身体强壮，不易得病。
  + 健康状况：状况相较而言良好
  + 重视程度：堪忧，大部分年轻人都有着不健康的生活习惯；
  + 其它：年轻人正在长身体的年龄，各方面都需要健康的身体环境；
* 中年人。
  + 愿望：希望获得较为健康的身体。
  + 健康观念：比较重视，希望可以科学的保养自己的身体；
  + 健康状况：人到中年，开始出现多种健康问题，例如便秘，睡眠不足，气喘和身体出现的酸痛。
* 老年人。
  + 愿望：希望在晚年不会活得痛苦。
  + 健康观念：极为重视，导致容易盲目的相信错误的信息；
  + 健康状况：人到老年，器官衰竭，容易得各种病。