一、前言

隨著健康意識抬頭與運動風氣盛行，越來越多人希望培養運動習慣，卻常因缺乏陪伴、時間難以配合或不知道從哪裡開始而放棄。許多學生與上班族即使有意願，也苦於無法快速找到適合的運動夥伴與教練課程。

本系統結合教練課程媒合與社群配對機制，透過 Google Maps 地圖介面與推薦功能，協助使用者依照興趣、時段與地區尋找適合的課程與運動夥伴。平台整合運動記錄、活動評價與教練資訊，打造一個易用、高互動的智慧運動媒合平台，提升使用動機與實際參與率。

二、系統功能簡介

三、系統使用對象

本系統以需建立運動習慣或希望提升運動體驗者為主要對象，包含以下族群：

1.學生與上班族：重視效率與便利性，透過平台快速配對運動活動與課程。

2.剛開始接觸運動者：缺乏經驗、容易放棄，需引導與陪伴建立習慣。

3.熱愛社交與運動者：希望找到固定的運動夥伴、參與團練或互評激勵。

4.重視健康與自我管理者：善用紀錄與評分功能，追蹤進步、規劃個人運動行程。