1. 随着生活质量的提高，人们生活基本需求得以满足，但是在生活中仍然存在许多问题：
   1. 饮食追求满足口味，忽略身体健康状况；
   2. 体重增加，身材走样，增加身体的负担；
   3. 人们想要拥有好的形象，保持活力与年轻的状态；
2. 当代人们随着生活水平的日益提高，人们对生活的质量的追求也越来越迫切：
   1. 对健康的追求：饮食种类五花八门，不能正确认识自己的身体状况，追求口感欲望，增加身体的负担；
   2. 对身材的追求：饮食不合理，导致体重增加，身体发胖，身材走样，人们普遍想要拥有对好身材的向往；
   3. 对健身专业性的知识的学习需求：人们渴望更加专业、高效的健身活动
3. 目前存在的健身平台单调，不利于想要锻炼却缺乏毅力懈怠运动的用户坚持运动；