

一 建議操作環境：

1280x800 解析度以上。

Chrome , Firefox , IE9+ , Safari 瀏覽器

二 登入方式:

1:簡易登入

2: Fb 登入

三 個人統計數據：(登入後第一頁)

功能描述：紀錄個人所有累積的運動數據統計。

1. 可以用年月週(最上面按鍵區)，來統計，下面左右箭頭可以切換前後週，前後月，前後年
2. 可切換訓練距離，卡路里，累積上升高度
3. 可以切換運動類型

四 我的設定-基本設定

1. 個人頭像修改
2. 體重，年齡（運動分析需要）
3. 語系選擇，可切換內頁的語系，目前提供 英文，繁體中文，簡體中文

五 我的設定-進階設定

1. 心跳區間設定：隨著不同年齡，會有不同的建議值。
2. 隱私設定：能封鎖留言
3. 裝置設定：多裝置使用者，可以對裝置設置別名

六 運動紀錄

功能描述：管理自己的運動紀錄

- 1 詳細資料：章節十
- 2 修改：可以修改運動名稱，運動項目，隱私設定，天氣，運動敘述
- 3 修改頁面，下面按鍵中，可以上傳圖片
- 4 圖片上傳：
 - 4-1: 任何上傳的新圖片，都會用時間做大約的經緯度定位。所以任何圖片都會有座標。
 - 4-2: 座標可以被重新修改，點已上傳圖片區域的小圖，就可以讓這張小圖的座標，定位在地圖上，且可以對這張圖片做座標修改。
點擊修改，拉動地圖上的標示點到新的位置，按下儲存。
 - 4-3: 照片說明：可以對照片做更完整的說明。

七 運動規劃-新增

功能描述：可以隨意規劃自己的路徑

1. 搜尋：重新地位地圖的中心點
2. 刪除最後一點：可以從規劃點中，往回刪除最後一點
3. 點擊地圖任何一個位置，開始規劃新路徑。兩點之間會自動以導航路徑連結。
4. 規劃完畢後，按下儲存。之後就可以在路徑紀錄裡面找到相關紀錄

八 運動規劃-修改

功能描述：修改既有的路徑，可以重新拉動既有的點，和修改既有的資訊
來源有兩種：自己規劃的路徑，和 copy 別人方享的路徑 --- 繼續說明

1. 關鍵字搜尋：可以同時搜尋運動名稱，和運動敘述
2. 刪除：勾選刪除小方塊後，按下垃圾桶
3. 排序：五種排序方式
4. 展示：會將路徑秀在地圖上面
5. 修改：可以在地圖上面拉動點，拉動後，兩點之間將以直線連結。

修改後，將產生新的規劃，不會覆蓋原來的數據。

6. 下載到裝置：儲存到裝置上面，裝置上面將提供導航功能，
下載完畢後，請開啟 ptool ， 點選路徑規劃
-> 更新路徑標題 -> 選擇最後要存到裝置上面的路徑
-> 儲存



九 社群分享：

功能描述：在個人紀錄裡面，隱私設定設定為分享時，所有分享的紀錄都會出現在這邊。

分為地圖模式，還有表格模式，表格模式中，操作方式跟個人紀錄相同

1. 地圖模式，會依據搜尋結果，自動輪播下面五張小圖示，點擊小圖示，會出現更詳細的說明，點詳細說明中的 **detail** ，就可以進入這筆紀錄最詳細的資料。(章節十)

十 訓練紀錄的詳細資料：

進入入口：運動紀錄，社群分享-地圖模式，社群分享-表格模式，網址分享-直接進入此頁。

功能描述：訓練紀錄的完整分析

1. 上面功能與敘述列：最右邊有五個按鍵，功能分別為
 - #收藏：收藏到運動規劃，章節八
 - #按讚：
 - #留言板：到留言板頁面
 - #照片：到照片頁面
 - #分享：分享這頁的網址
2. 地圖：可以切換地圖大小
3. 圓餅圖：有三種圖形可以切換
 - # 速度區間 --- 百分比：不同速度區間的距離累積
 - # 心跳區間 --- 百分比：不同心跳區間的距離累積。
這邊顏色範圍是依據，章節五的心跳區間設定，而有所不同
 - # 速度/心跳/踏頻/功率，指針，會隨著每一點而跳動
4. 曲線圖，上面兩行控制按鍵
 - 4-1 第一行控制按鍵：
 - 播放：可以讓每一點隨時間播放
 - 暫停：
 - 時間： X 軸切換為時間
 - 距離： X 軸切換為距離
 - 4-2 第二行控制按鍵：
 - 切換那些數據要顯示，最多五條線
 - 4-3 曲線本身區域：可以點擊，會連動其他區塊
 - 4-4 最下面區塊，可以拉動兩邊，使曲線圖，局部放大
5. 表格：可以點擊，可以連動其他區域
 - 三種表格可以切換

十一 留言板：

三層留言板，只要有留言，都會在上面訊息通知。