

스텝핑 온(Stepping On)

자신감 함양 및 낙상 위험 감소

2개월 후 강화 세션

1. 환영 인사
2. 진척 사항 검토
3. 요청 주제 검토
4. 운동 복습
3. 주요 주제 그룹 검토
4. 휴식 및 폐회 인사

