

# स्टेपिंग ऑन (STEPPING ON)

विश्वास पैदा करना और गिरने को कम करना

## दो महीने का बूस्टर

1. स्वागत।
2. प्रगति की समीक्षा।
3. विषयों के लिए अनुरोध।
4. व्यायाम समीक्षा।
3. महत्वपूर्ण विषयों की समूह समीक्षा।
4. अन्तराल और विदाई।