MOVE / 049

균형 운동 상담 메모

불안정함을 구체적으로 설명해요.



CONSULT

01

언제

불안한 상황과 시점을 적어요.

02

어떻게

휘청임이나 어지럼을 구별해 말해요.

03

기록

최근 넘어질 뻔한 일을 남겨요.