MOVE / 051

실내 운동의 최소 공간

가구 사이에 동작을 맞추지 않기.

01

범위

팔다리를 움직일 공간을 확인해요.

02

정리

깨지거나 걸릴 물건을 치워요.

03

선택

공간에 맞는 활동을 골라요.



INDOOR