MOVE / 067

걷는 길의 급수 위치

목적지까지의 준비를 구체적으로.



01

출발

필요한 물을 준비해요.

02

중간

물과 휴식을 얻을 곳을 찾아요.

03

개인 안내

수분 제한이 있다면 그 기준을 따라요.

편집부 기록·계획 양식
기록 예시이며 진단·평가 도구가 아닙니다.
편집부 · 기록 양식