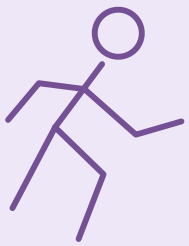
RESTART

MOVE / 096

오랜 공백 뒤 다시 시작

예전 기록을 바로 목표로 삼지 않기.



01 **현재**

지금의 상태와 일정을 살펴요.

02 **작게**

가능한 활동부터 계획해요.

03 **확인**

질환이나 우려가 있으면 상담해요.