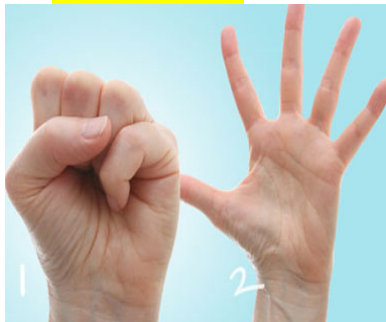


۱- مشت کردن دست



۴- تقویت چنگ دست



۲- کشیدن انگشتان دست



۵- تقویت نیشگون گرفتن دست



۳- کشیدن سر پنجه دست



۶- بلند کردن انگشت دست

