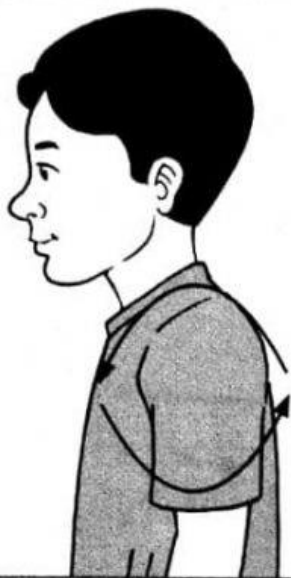


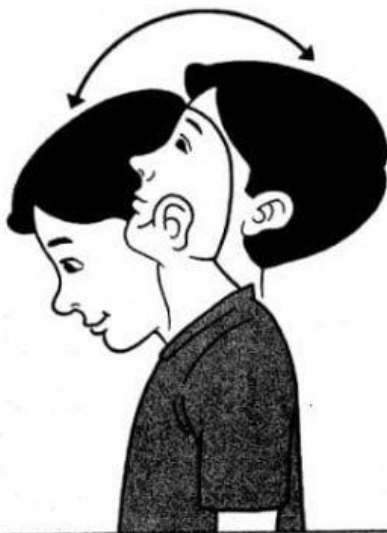
● Susun gambar mengikut urutan yang betul.



Gerakkan sendi bahu.



Urut pipi dan leher.



Gerakkan kepala ke depan dan ke belakang, ke kiri dan ke kanan perlahan-lahan.



Goncang pergelangan tangan.