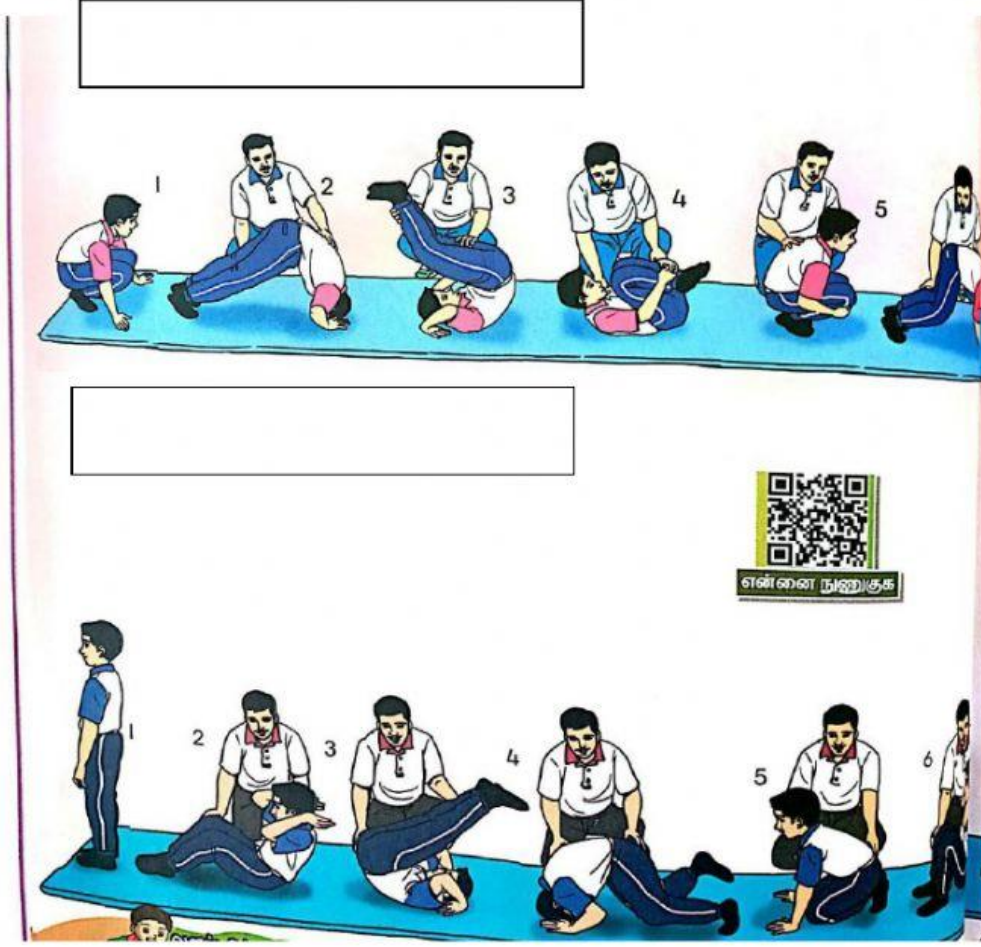


பூர்த்தி செய்க



முன்னோக்கித் தொடர்ந்து உருளுதல்

பின்னோக்கித் தொடர்ந்து உருளுதல்

பட்டியலிடுக

முன்னோக்கித் தொடர்ந்து உருளுதல்	பின்னோக்கித் தொடர்ந்து உருளுதல்

நுனிக்காலில் உட்காரவும்
தலையைக் கீழே கொண்டு வந்து உருளுதல்
கால்களை அகற்றி தரையிறங்குதல்
முட்டியை மடக்கி உட்காரவும்