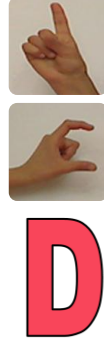
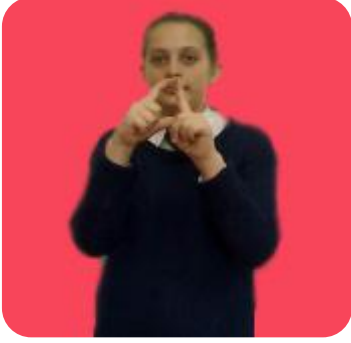
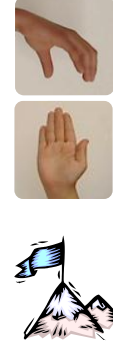


D



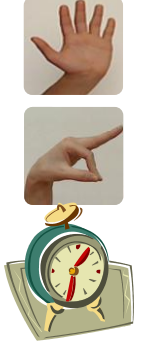
Her iki el göğüs hizasındadır. Sağ el işaret ve başparmağı açık, öbür parmaklar kapalıdır (C el). Sağ elin açık parmaklarının uçları, sol el işaret parmağına değecek biçimde tutulur.

DAĞ



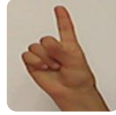
Her iki el göğüs hizasındadır. Sağ el parmakları açık, kıvrık, avuç içi aşağıyı gösterecek şekildedir. Sol el düz, sağ elin altındadır. Sağ el aşağıya sarkıtılmış parmaklar yukarıya doğru çekilirken parmak uçları birbirine değdirilir. Dağ yapıldığı hayal edilebilir.

DAKİKA



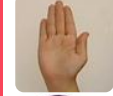
Her iki el göğüs hizasındadır. Sağ elin işaret parmağının ve orta parmağın uçları birbirine değecek ve öbür üç parmak açık biçimde avuç içi aşağıya bakar. Sol el düz ve açık avuç içi aşağıya bakacak şekildedir. Sağ el baş ve işaret parmağı resimdeki gibi sol elin üzerinde bileğe yaklaştırılır.

DAKİLO



Her iki el göğüs hizasında, işaret parmakları açık, öbür parmaklar kapalıdır. İşaret parmaklarının uçları aşağıya bakacak şekilde biri göğüs hizasındayken öbürü omuz hizasına çıkarılarak hareket ettirilir. Daktilo yazmak hayal edilebilir.

DALAK



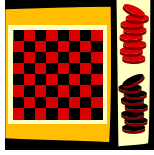
Her iki el avuç içi vücuda bakacak şekilde göğüs hizasından aşağı doğru çekilir. Ardından her iki el, göğüs hizasına kaldırılarak, sağ el önde sol el arkada eller birbirine bitştirilir.

DALGA



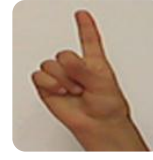
Sağ elin serçe parmağı açık öbür parmakları kapalıdır. Serçe parmak göğüs hizasında daire çizer.

DAMA



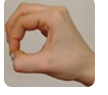
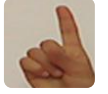
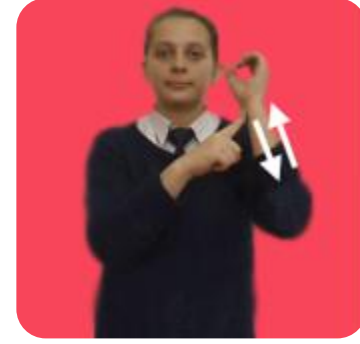
Her iki el göğüs hizasındadır. Ellerin işaret ve başparmaklarının uçları birbirine değer, öbür parmaklar açıktır. Eller resimdeki gibi avuç içleri aşağıya bakacak şekilde öne arkaya hareket ettirilir. Dama oynarken taşların hareket ettirildiği düşünülebilir.

DAMAK



Sağ elin işaret parmağı açık öbür parmakları kapalıdır. İşaret parmağı, avuç içi yukarıya bakacak şekilde ağzın içinde damağa dokunur.

DAMAR



Her iki el sol omuz hizasındadır. Sağ elin işaret parmağı, sol elin bileğine dokunacak şekilde sol elin bileğinde aşağıya yukarıya hareket eder.

DAMAT



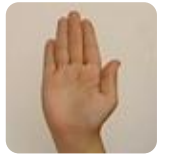
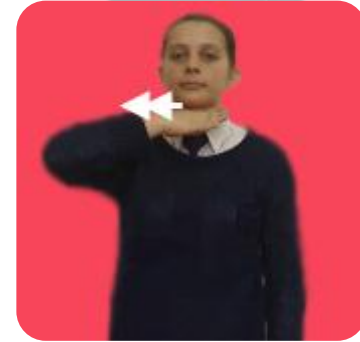
Sağ el işaret ve orta parmağı açık, öbür parmaklar kapalıdır. Sağ el, sol omuzdan göğsün sağ tarafına doğru indirilir.

DAMGA



Sağ elin başparmağı açık, öbür parmaklar kapalıdır. Sol el parmakları açık düz, avuç içi yukarıya bakacak şekildedir. Sağ yumruk, sol el avuç içine vurulur.

DANA



Sağ el açık, düz, avuç içi aşağıya bakacak şekilde çenenin altına konur ve sağa doğru çekilir.

DANİMARKA



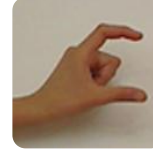
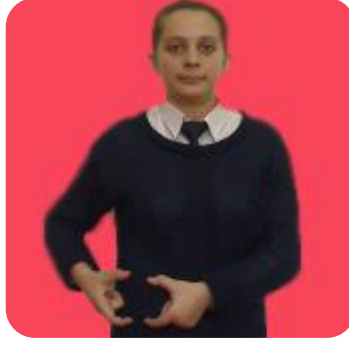
Sağ el işaret ve orta parmağı açık, öbür parmaklar kapalıdır. Sağ açık parmaklar, sol omuz üzerinden avuç içi karşıya bakacak şekilde indirilir. Ardından aynı hareket sağ omuz üzerinden tekrarlanır. Hayali bir X işareti oluşturulur.

DAR



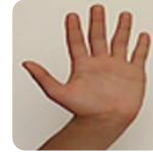
Her iki el karın hizasındadır. Eller açık düz ve avuç içleri birbirine bakacak şekilde eller birbirine yakınlaştırılır.

DANIŞMA



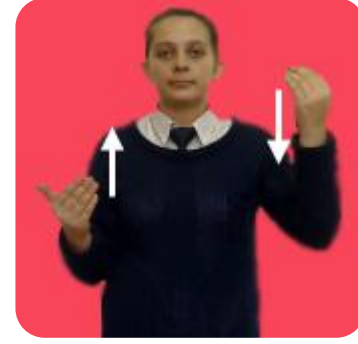
Her iki el, belin sağ hizasında, işaret ve başparmak açık, öbür parmaklar kapalıdır (C el). Açık parmaklar birbirine bakacak şekilde resimdeki gibi vücuda değdirilir.

DARBUKA



Her iki el sol kolun altında ve açıktır. Parmaklar bir şeye vuruyormuş gibi hareket ettirilir.

DANS



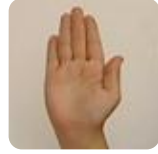
Her iki elin parmakları açık, düz ve kıvrıktır. Eller resimdeki gibi biri yukarıya çıkarken öbürü incek şekilde hareket eder. Dans ederken kolların hareketi düşünülebilir.

DARGIN



Sağ el burun hizasında, serçe ve başparmak açık, öbür parmaklar kapalıdır. Başparmak burnun ucundan öne sağa doğru hareket ettirilir.

DAVAR



Her iki el omuzların üzerinde, parmaklar açık, düz ve kıvrık, avuç içi omuza bakar şekilde öne arkaya sallanır.

DAVET



Sağ elin serçe parmağı açık, öbür parmakları kapalıdır. Açık parmak çeneye konur. Ardından her iki el açık, düz, avuç içi yukarıya bakacak şekilde eller sola hareket ettirilir.

DAVRANIŞ



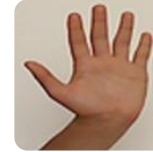
Sağ el, sağ omuz hizasındadır. Parmaklar açıktır. El sağ omuz hizasından göğsün ortasına kadar getirilir.

DAVUL



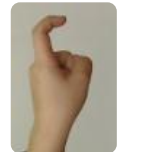
Sağ el karın hizasında yumruk, sol el sol omuzdadır. Sağ el davula vurur gibi sağdan sola hareket ettirilir.

DAYAK



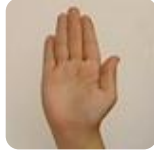
Her iki elin parmakları açıktır. Bir el aşağıya inerken öbür el çıkacak şekilde hareket ettirilir. Vurma hareketi düşünülebilir.

DAYI



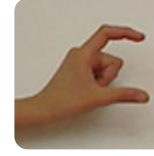
Sağ elin işaret parmağı açık ve kıvrık öbür parmaklar kapalıdır. İşaret parmağı burnun üzerinden öne doğru hareket ettirilir.

DEDE



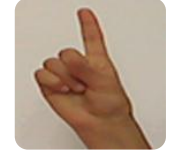
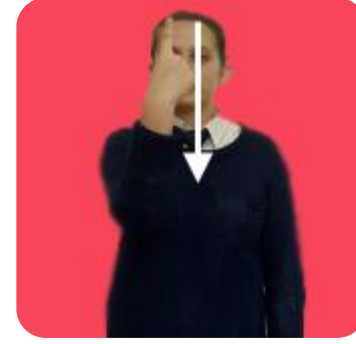
Sağ el çene hizasında, açık, düz, avuç içi kendinize bakacak şekilde resimdeki gibi konur. Parmak uçları sallanır.

DEDİKODU



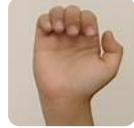
Her iki el göğüs hizasıdır. Her iki elin işaret ve başparmakları açık öbür parmaklar kapalıdır (C el). Açık parmaklar resimdeki gibi birbirinin içine geçirilir.

DEFA



Sağ elin işaret parmağı açık, öbür parmaklar kapalıdır. El, yüz hizasından göğüs hizasına kadar indirilir.

DEFANS



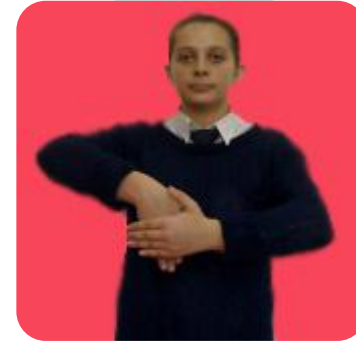
Her iki elin parmakları kıvrık, avuç içi karşıya bakacak şekildedir. Sağ el karın hizasından yukarıya sağ omuz hizasına çıkarken, sol el omuz hizasından karın hizasına getirilir. Bu hareket vücuda paralel daire çizer gibi yapılır.

DEFİLE



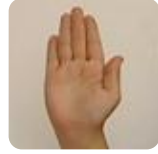
Sağ el karın hizasındayken, sol el omuz hizasıdır. İşaret ve başparmak uçları birbirine dokunacak, öbür parmaklar açık biçimde, eller ileri geri hareket ettirilir.

DEFOL



Her iki el göğüs hizasında, parmaklar açık düz, avuç içi kendinize bakacak şekildedir. Sağ el ile sol elin avuç içine vurulur.

DEFTER



Her iki el göğüs hizasında, parmaklar açık, düz ve avuç içleri bitişiktir. Her iki el resimdeki gibi omuz hizasına kadar açılır.

DEĞİL



Her iki elin parmaklar açık, düz, avuç içleri aşağıya bakacak şekilden eller yukarıya kaldırılarak avuç içi karşıya bakacak şekilde getirilir.

DEĞİŞTİRMEK



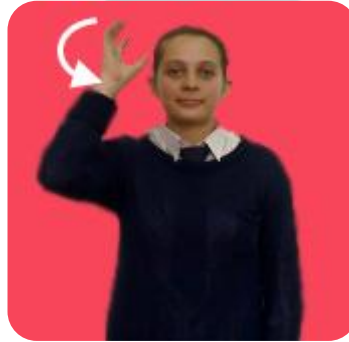
Her iki el yumruk biçiminde işaret parmağı öne doğru çıkıntılı ve başparmakla bitişik öbür parmaklar kapalıdır (T el). Her iki el avuç içleri birbirine bakacak şekilde, eller bilekten hareket ettirilerek, sağ el sola, sol el sağa doğru hareket eder.

DELEGE



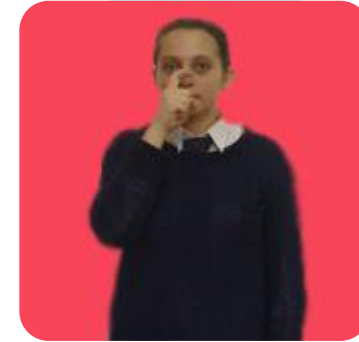
Sağ işaret parmağı açık, öbür parmaklar kapalıdır. İşaret parmağı, sol elin başparmağından serçe parmağına kadar getirilir.

DELİ



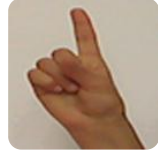
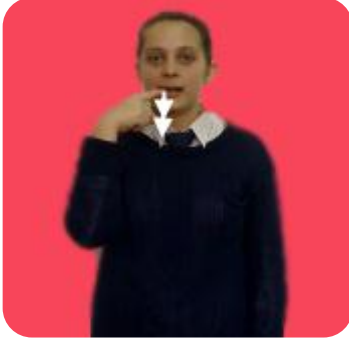
Sağ elin parmakları açık, kıvrık ve avuç içi yukarıya bakacak şekildedir. Başın yanında, sağa sola döndürme hareketi yapar.

DELİKANLI



Sağ elin işaret parmağı açık, kıvrık, öbür parmakları kapalıdır. Sağ işaret parmağı burnun önüne getirilir.

DEMİR



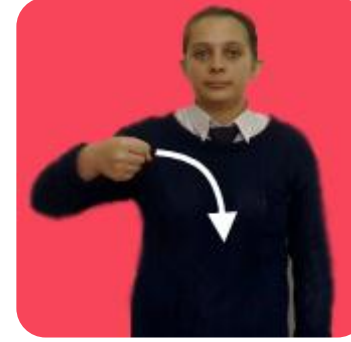
Sağ elin işaret parmağı açık, öbür parmakları kapalıdır. Açık işaret parmağı ağza götürülür ve aşağıya yukarıya hareket ettirilir. Sert bir şeyin ısırılması hayal edilebilir.

DEMİRYOLU



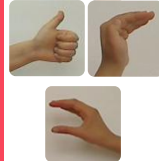
Her iki el göğüs hizasında, işaret ve orta parmaklar açık, kıvrık, öbür parmaklar kapalıdır. Açık parmaklar birbirine bakacak şekilde aynı anda öne doğru daire çizer. Ardından her iki el parmakları açık, düz, avuç içleri birbirine bakacak şekilde karın hizasından öne doğru itilir.

DEMLİK



Sağ el göğüs hizasında yumruktur. Sağ el göğüs hizasından karnın ortasına kadar getirilir. Bu çay koyma hareketine benzemektedir.

DEMOKRASİ



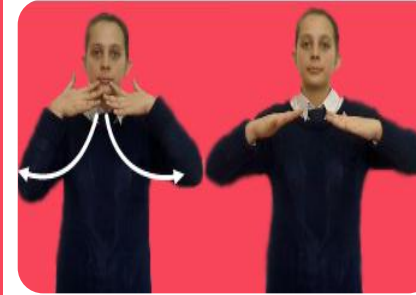
Sağ el göğüs hizasında, başparmak açık öbür parmaklar kapalıdır. Başparmak yukarı doğru hareket ettirilir. Bu başkan işaretidir. Ardından sağ el, sol elin başparmak ve öbür parmakları arasındaki boşluğun içine doğru hareket ettirilir. Sandığa oy atılması düşünülebilir.

DENEME



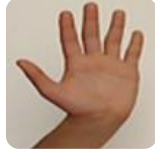
Her iki el göğüs hizasında, işaret ve orta parmaklar açık, öbür parmaklar kapalıdır. Sağ elin açık parmakları, sol elin açık parmakları üzerinde resimdeki ok yönünde iki kez hareket ettirilir.

DENİZ



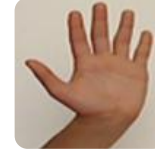
Her iki el ağız hizasında, parmaklar açıktır. Parmak uçları birbirine bakacak şekilde, eller önce aşağıya ardından yana doğru açılırken, parmaklar aşağıya yukarıya hareket ettirilir. Parmakların hareketinde dalgalar düşünülebilir.

DENİZLİ



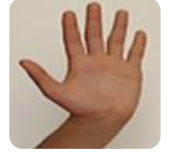
Sağ elin parmakları açıktır. El resimdeki okta gösterildiği gibi ağız hizasından aşağıya, ardından yana doğru açılırken parmaklar aşağıya yukarıya hareket ettirilir.

DEPO



Her iki el açık, sol el omuz hizasında, sağ el göğüs hizasında, sola yukarıya iki kez hareket ettirilir.

DEPREM



Her iki el göğüs hizasında açıktır. Avuç içi aşağıya bakacak şekilde, eller sağa sola sallanır. Sallanma düşünülebilir.

DERE



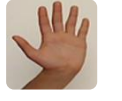
Her iki el göğüs hizasında, açık, düz, serçe parmaklar aşağıya gelecek ve avuç içleri birbirine bakacak şekilde eller öne doğru hareket eder.

DERECE



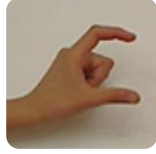
Her iki el göğüs hizasındadır. Sağ elin işaret ve başparmak uçları birbirine değeri ve sol elin avuç içine konur. Sol el açık düz, avuç içi sağa bakacak şekildedir. Ardından sağ elin işaret parmağı açılır ve sağ el yukarı doğru hareket ettirilir.

DERİ



Her iki el göğüs hizasındadır. Sağ el işaret ve başparmak uçları birbirine değeri, sol elin üstündeki deri tutulur.

DERNEK



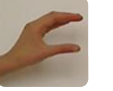
Her iki el göğüs hizasında, işaret ve başparmak açık öbür parmaklar kapalıdır (C el). Açık parmaklar birbirine bakacak şekilde, her iki el birbirine yakınlaştırılır.

DERS



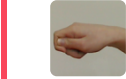
Her iki el göğüs hizasında, sağ el açık ve düzdür. Sağ el, sol el avuç içine resimdeki gibi konur.

DERS PROGRAMI



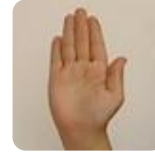
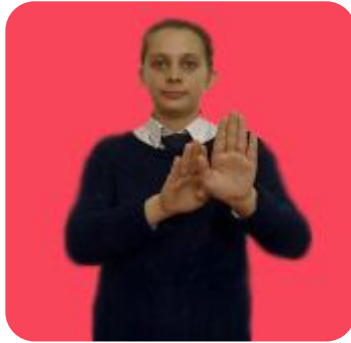
Her iki el göğüs hizasında, sağ el açık ve düzdür. Sağ el, sol elin avuç içine resimdeki gibi konur. Ardından sol el; avuç içi yukarıya bakacak şekilde açılarak, sağ el; avuç içine doğru üç kez vurulur. Bu da programın işaretidir.

DERSHANE



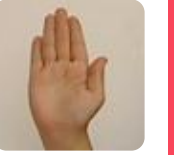
Her iki el göğüs hizasında, sağ el açık ve düzdür. Sağ el, sol elin avuç içine resimdeki gibi konur. Ardından her iki el yumruk biçiminde işaret parmağı öne doğru çıkıntılı ve başparmakla bitişik öbür parmaklar kapalıdır (T el). Sağ el göğüs hizasında, sol el karnın sol tarafında, iki el sola hareket ettirilir.

DESTEK



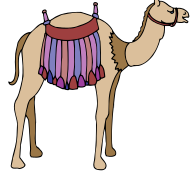
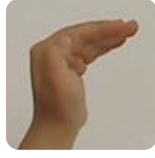
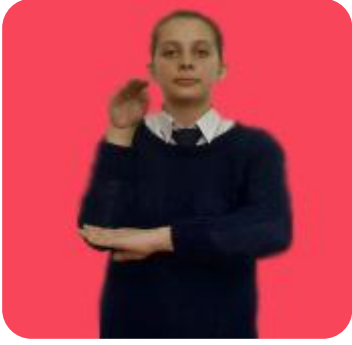
Her iki el açık, düz, avuç içleri karşıya bakacak şekildedir. Her iki el öne hareket ettirilir.

DEVAM



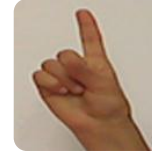
Her iki el açık, düz, avuç içleri birbirine bakacak şekildedir. Her iki el bilekten aşağıya sola hareket ettirilir.

DEVE



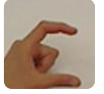
Sağ el, sağ omuz hizasında parmaklar açık, düz kıvrık ve avuç içi karşıya bakacak şekildedir. Sol açık el düz, avuç içi aşağıya bakacak şekilde sağ dirseğin altında durur. Her iki el birbirinden ayrılmadan öne doğru hareket ettirilir.

DEVLET



Sağ elin işaret parmağı açık, öbür parmakları kapalıdır. Açık işaret parmağı, sağ gözün altına dokundurulur.

DİKDÖRTGEN



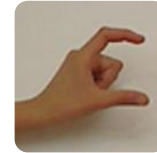
Her iki el göğüs hizasında, işaret ve orta parmak açık, kıvrık öbür parmaklar kapalıdır (C el). Açık parmak uçları karşıya bakacak şekilde sağ ve sol yana doğru açılır. Ardından açık işaret ve orta parmak uçları birbirine dokundurulur. Ellerinizle bir dikdörtgen çizdiğiniz hayal edilebilir.

DİKEN



Sağ elin işaret parmağı açık, öbür parmakları kapalıdır. Sol el açık ve avuç içi sağa bakacak şekildedir. İşaret parmağı sol avuç içine dokunur.

DİKKAT



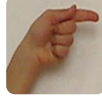
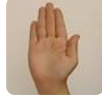
Sağ el, sağ yanak hizasında, işaret ve orta parmak açık, öbür parmaklar kapalıdır (C el). Açık parmak uçları sağa bakacak şekilde başparmak yanağa dokunur.

DİL



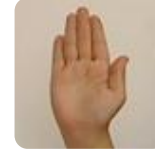
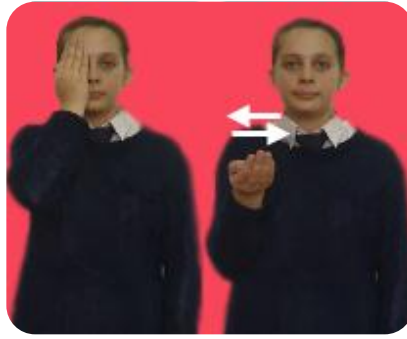
Sağ elin işaret parmağı açık, öbür parmakları kapalıdır. Açık işaret parmağı dilin ucuna değdirilir.

DİLEKÇE



Sağ elin işaret parmağı açık, öbür parmaklar kapalıdır. İşaret parmağı sol avuç içinde oklardaki gibi yarım daire çizer.

DİLENCİ



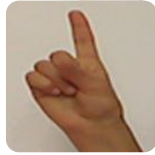
Sağ el açık, düz ve avuç içi kendinize bakacak şekilde sağ göz kapatılır. Ardından sağ el avuç içi yukarıya bakacak şekilde açılır ve sağa sola sallanır.

DİN



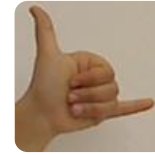
Sağ el ağız hizasındadır. Sağ el düz ve parmaklar açık, orta parmak ağzı gösterir şekilde kıvrıktır.

DİNLEMEK



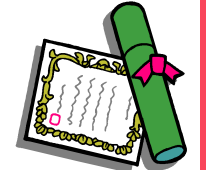
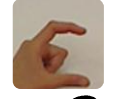
Sağ elin işaret parmağı açık, öbür parmaklar kapalıdır. İşaret parmağı sağ kulağa konur.

DİNLENMEK



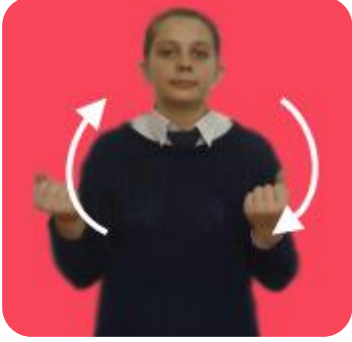
Her iki elin serçe ve başparmakları açıktır. Başparmaklar resimdeki gibi göğsün iki yanına konur.

DİPLOMA



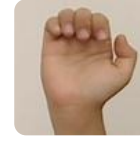
Her iki el göğüs hizasındadır. Sağ elin işaret ve başparmağı açık, kıvrık, öbür parmaklar kapalıdır(C el). Sol el açık düz ve avuç içi karşıya bakacak şekildedir. Sağ elin açık parmakları avuç içine vurulur.

DİREKSİYON



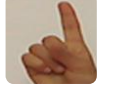
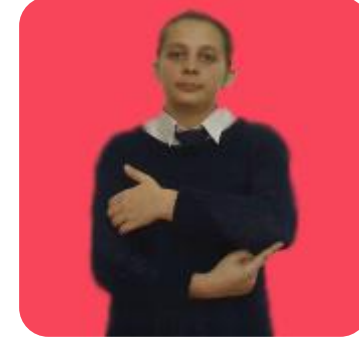
Sağ ve sol el göğüs hizasında, eller yumruk biçimde yarım daire şeklinde hareket ettirilir. Direksiyonun çevrildiği hayal edilebilir.

DİRENMEK



Her iki el göğüs hizasında, parmaklar kıvrık, resimdeki gibi kollar ve bilekler öne doğru itilir.

DİRSEK



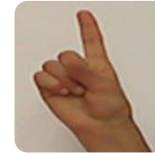
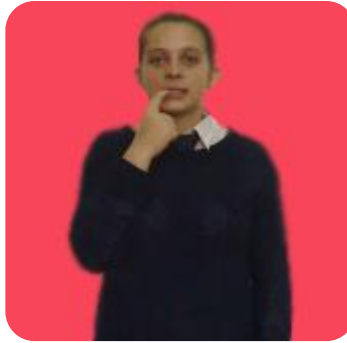
Sağ işaret parmağı açık, öbür parmaklar kapalıdır. Sağ işaret parmağı ile sol dirsek gösterilir.

DİSİPLİN



Sağ el kulak hizasındadır. Sağ işaret ve başparmak ile sağ kulak tutulur. Ardından işaret parmağı açık, öbür parmaklar kapalı biçimde parmak öne geri sallanır.

DİŞ



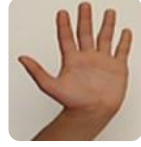
Sağ el ağız hizasındadır. İşaret parmağı açık, öbür parmaklar kapalı biçimde dişler gösterilir.

DİYARBAKIR



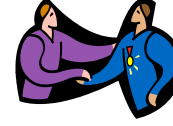
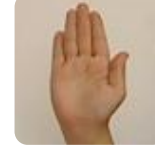
Her iki el omuz hizasındadır. Sol el açık düz ve avuç içi sağa bakacak şekildedir. Sağ el, sol ele doğru fiske atar.

DOĞAL



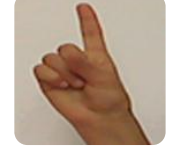
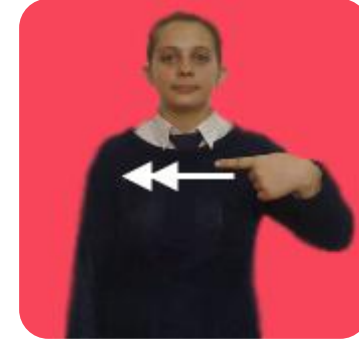
Sağ el açık, el ağız hizasından önce aşağıya sonra yukarı doğru oktaki gibi hareket ettirilir.

DOĞRU



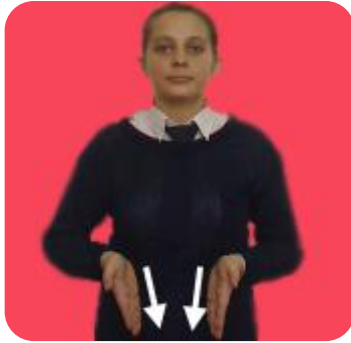
Her iki el karın hizasında, açık, düzdür. Sağ el resimdeki gibi sol elin üzerine konur ve öne doğru kesme işareti gibi hareket ettirilir.

DOĞU



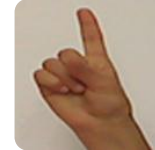
Sol elin işaret parmağı açık, öbür parmakları kapalıdır. Açık işaret parmağı sağ gösterir biçimde iki kez sağa doğru hareket ettirilir.

DOĞUM



Her iki el açık, düz, karın hizasından dik biçimde aşağı doğru hareket ettirilir.

DOKSAN



90

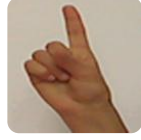
Sağ elin işaret parmağı açık ve kıvrık, öbür parmaklar kapalıdır. El sağa sola sallanır.

DOKTOR



Sağ el göğüs hizasında, parmak uçları birbirine değecek şekildedir. Sol göğüsün üzerinden sağ göğse doğru geçirilir.

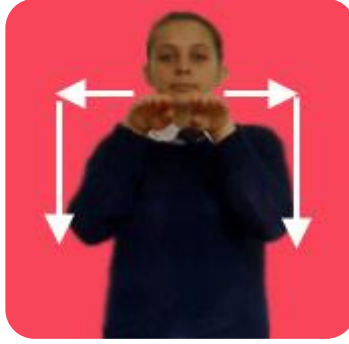
DOKUZ



9

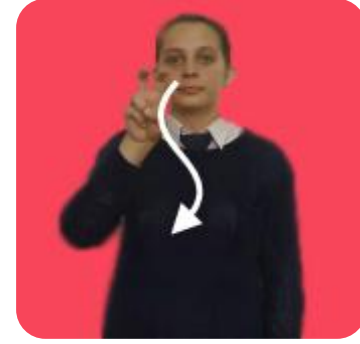
Sağ elin işaret parmağı açık, kıvrık, öbür parmaklar kapalıdır. El bilekten öne doğru getirilir.

DOLAP



Her iki el omuz hizasında, açık, düz ve avuç içleri aşağıya bakacak şekilde, eller yanlara doğru açılır ve avuç içleri birbirine bakacak şekilde aşağıya indirilir.

DOLAR



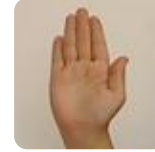
Sağ elin işaret parmağı ve orta parmağı açık, kıvrık, öbür parmakları kapalıdır. Sağ el açık parmakları ile havada hayali bir S çizilir. Dolar simgesi işaret edilmektedir.

DOLAŞMAK



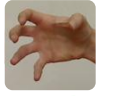
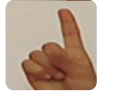
Sağ el, sağ omuz hizasındadır. Sağ el, işaret ve serçe parmak açık ve uçları yukarıyı gösterecek şekilde, öbür parmaklar kapalıdır. Sağ el kol ile birlikte döndürülür.

DOLU



Sağ el çenenin altında, açık, düzdür. El göğüs hizasından çenenin altına hareket ederek, çene altına konur.

DOMATES



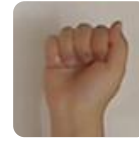
Sağ elin işaret parmağı açık, öbür parmakları kapalı olarak parmak dudağa değdirilir. Bu kırmızı rengin işaretidir. Ardından sağ el parmakları açık ve kıvrık avuç içinde bir şey tutuyormuş gibi gösterilir. Domatesin şeklini işaret eder.

DOMUZ



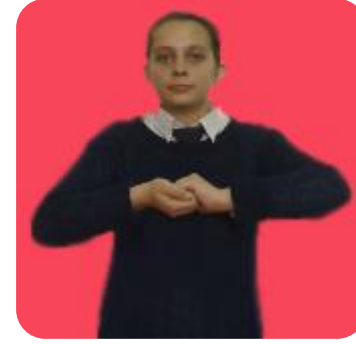
Sağ el yumruk biçiminde başparmak burna gelecek şekilde tutulur.

DONDURMA



Sağ el yumruk biçiminde, ağız hizasından aşağı doğru çekilerek, dondurmayı yalama hareketi yapılır.

DOST



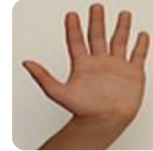
Her iki el göğüs hizasında, eller birbirini resimdeki gibi tutar, el aşağıya yukarıya hafifçe sallanır.

DOSYA



Her iki el göğüs hizasında, sağ el açık ve düzdür. Sağ el, sol el avuç içine resimdeki gibi konur.

DOYMAK



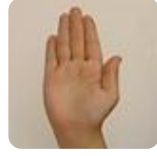
Sağ el açık karnın üzerine iki kez vurulur.

DÖKMEK



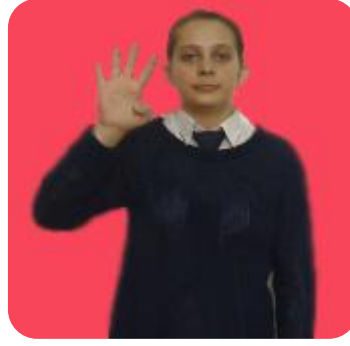
Sağ elin başparmağı açık, öbür parmakları kapalı ve avuç içi karşıya bakacak şekildedir. Sağ el oktaki gibi aşağıya doğru hareket indirilir.

DÖNER



Her iki el yüz hizasında, açık düz ve avuç içleri kendinize bakacak şekildedir. Sağ el, sol elin önünden kesik hareketlerle aşağı doğru indirilir.

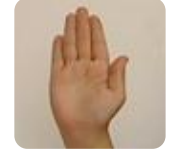
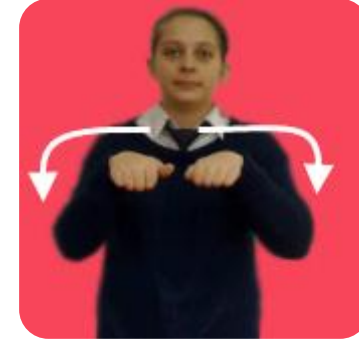
DÖRT



4

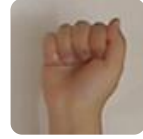
Sağ el göğüs hizasında, avuç içi karşıya bakacak şekilde, başparmak kapalı öbür parmaklar açıktır.

DÖŞEK



Her iki el göğüs hizasında açık, düz ve avuç içleri aşağıya bakacak şekilde, eller yan yana konur ve iki yana doğru açılır. Ardından iki yandan aşağı doğru indirilir.

DÖVÜŞMEK



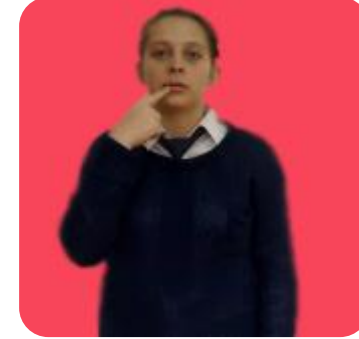
Her iki el yumruk biçiminde, bir el aşağıdayken öbür el yukarıda olacak şekilde yumruklar öne doğru hareket ettirilir. Yumruklar kullanarak dövüldüğü düşünülebilir.

DUA



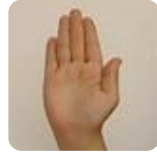
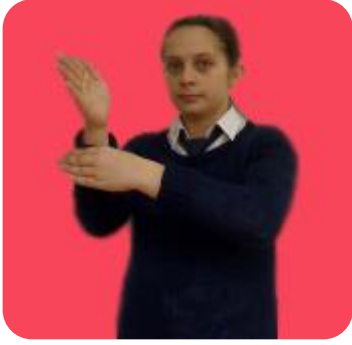
Her iki el omuz hizasında, açık, düz ve avuç içi kendinize bakacak şekilde tutulur. Ardından eller yüze sürülür. Dua edildiği hayal edilebilir.

DUDAK



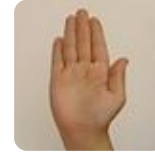
Sağ elin işaret parmağı açık, öbür parmakları kapalıdır. Açık işaret parmağı ile dudak gösterilir.

DURAK



Her iki el göğüs hizasında, açık, düzdür. Sağ el, sol elin üzerinde ve avuç içi sola, parmak uçları karşıya bakacaktır. Sol el, sağ elin altında tutulur.

DURMAK



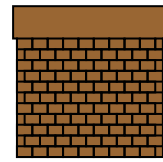
Sağ el göğüs hizasında, açık, düz, avuç içi karşıya bakacak şekilde, el öne doğru hareket ettirilir.

DUŞ



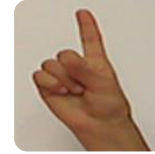
Her iki el başın iki yanında açık, düzdür. Eller başın üzerinde daire çizer. Ardından sağ el başın sağ kısmında, parmaklar açık kıvrık şekilde durur.

DUVAR



Her iki el göğüs hizasında, avuç içleri kendinize bakacak şekilde, sağ el resimdeki gibi sol el avuç içine sürülerek yukarıya kaldırılır.

DUYMAK



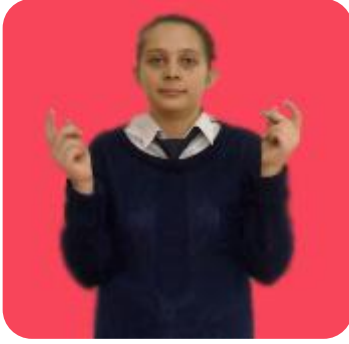
Sağ elin işaret parmağı açık, öbür parmakları kapalıdır. Açık işaret parmağı ile sağ kulak gösterilir.

DÜĞME



Sağ el boğaz hizasında, işaret ve başparmak uçları birbirine değecek şekilde, boğazdan göğse doğru oktaki gibi indirilir. Gömleğin düğmeleri gösterilir.

DÜĞÜN



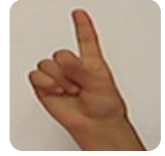
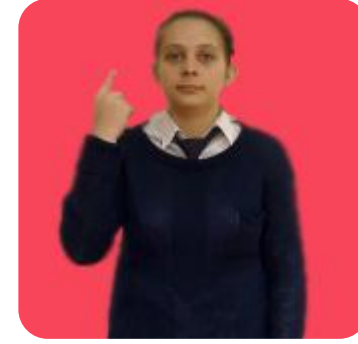
Her iki el, omuz hizasında, orta, işaret ve başparmak açık öbür parmaklar kapalıdır. Açık parmaklar birbirine sürtülür. (şıklatılır).

DÜKKAN



Her iki el yüz hizasında, ellerin işaret ve orta parmakları açık, öbür parmaklar kapalıdır. İki elin açık parmakları yan yanadır. Açık parmaklar omuzun iki yanına doğru açılır ardından omuz hizasından aşağıya indirilir.

DÜN



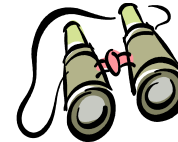
Sağ elin işaret parmağı açık, öbür parmakları kapalıdır. Açık parmak sağ omuz üzerinden arkayı gösterir.

DÜNYA



Her iki el alın hizasında, ellerin işaret ve orta parmağı bitişik öbür parmakları kapalı, işaret parmaklarının uçları alın hizasında birleştirilir. Ardından yarım daire çizerek göğüs hizasında birleşir.

DÜRBÜN



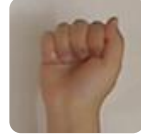
Her iki el göz hizasındadır. Resimdeki gibi tutulur ve eller dürbün ayarlarını gibi sağa sola hareket ettirilir.

DÜRÜST



Her iki el karın hizasında, açık, düzdür. Sağ el, sol elin üzerindedir. Sağ el avuç içi sola bakacak, sol el avuç içi aşağıya bakacak şekilde tutulur. Sağ el resimdeki gibi konur ve öne doğru hareket eder. Ardından sağ el işaret parmağı açık, öbür parmaklar kapalı biçimde dudak gösterilir.

DÜŞMAN



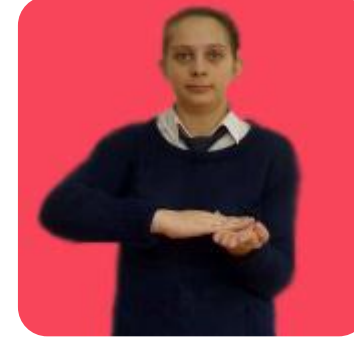
Sağ el ağız hizasında, yumruk şeklindedir. El resimdeki gibi aşağı doğru indirilir.

DÜŞMEK



Her iki el göğüs hizasında, sağ elin işaret parmağı açık, öbür parmakları kapalıdır. Sol el düz ve avuç içi kendinize bakacak şekildedir. Sağ elin işaret parmağı, sol elin üzerinden geçerek aşağıya doğru hareket eder.

DÜZ



Her iki el göğüs hizasında, açık, düz, sağ el avuç içi aşağıya bakacak, sol el yukarıya bakacak şekildedir. Sağ el, sol elin üzerinden parmak uçlarına doğru hareket ettirilir.