LA TELİNDE PARMAK BASMA ALIŞTIRMALARI

✅Sol bilek pozisyonu çok önemlidir.

✅Bileğinizin dik bir şekilde durması gerekiyor.

✅Avuç içinin sol tarafa içe dönük konumda olması lazım.

✅ Bileğiniz hiçbir şekilde klavyeye temas etmeyecektir.

✅Bileğimizin normal yürüdüğümüz zamanki salınık hali nasıl ise , parmak basmak için elimizi kaldırdığımız zamanki hali de öyle olmalı.

✅ Kendinizi kasmamanız önemli.

✅Baş parmağınızın klavyenin başlangıç kısmında ve üst eşiğin hemen dibinde olmalıdır.