

1. D1 Flexion

* Shoulder: Feksi, Adduksi, Eksternal rotasi
* Forearm: Supinasi
* Wrist: Rad. Flexion
* Fingers: fleksi

1. . D1 Extension

* Shoulder: Ekstensi, Abduksi, Internal rotasi
* Forearm: Pronasi
* Wrist: Ulnar. extension
* Fingers: Ekstensi

1. D2 Flexion

* Shoulder: Flesksi, Abduksi, dan Eksternal rotasi
* Forearm: Supinasi
* Wrist: Rad. Flexion
* Fingers: Ekstensi

1. D2 Extension

* Shoulder: Ekstensi, Adduksi, dan Internal rotasi
* Forearm: Pronasi
* Wrist: Ulnar ekstensi
* Fingers: fleksi