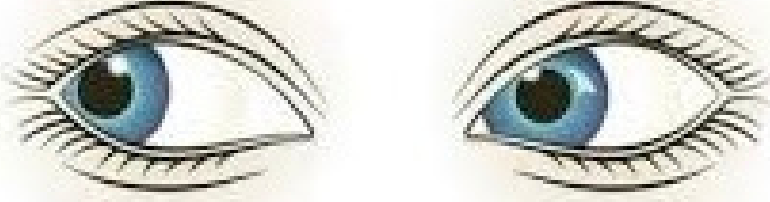
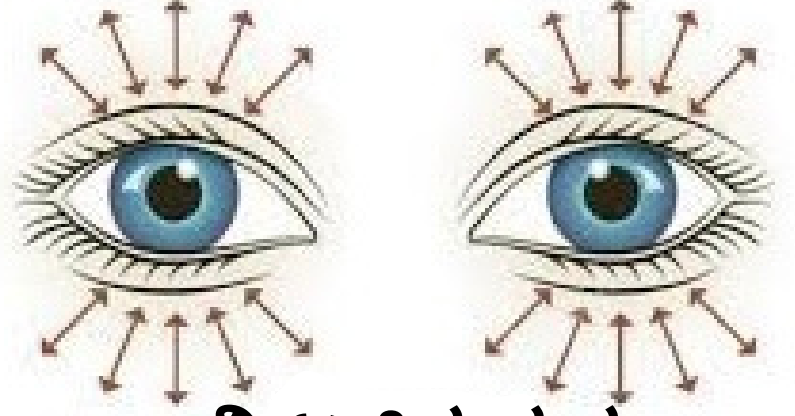


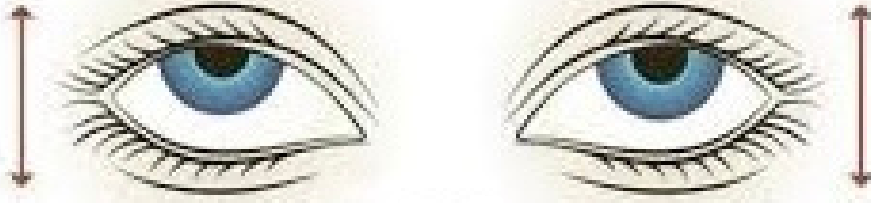
# ದೈನಂದಿನ ಕಣ್ಣಿನ ವ್ಯಾಯಾಮಗಳು



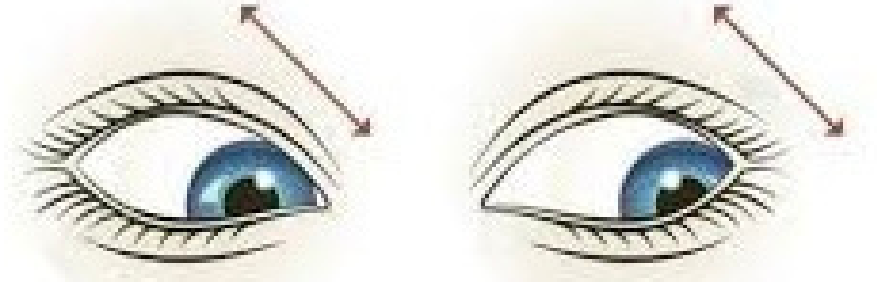
ಪಾರ್ಶ್ವದಿಂದ ಪಾರ್ಶ್ವಕ್ಕೆ



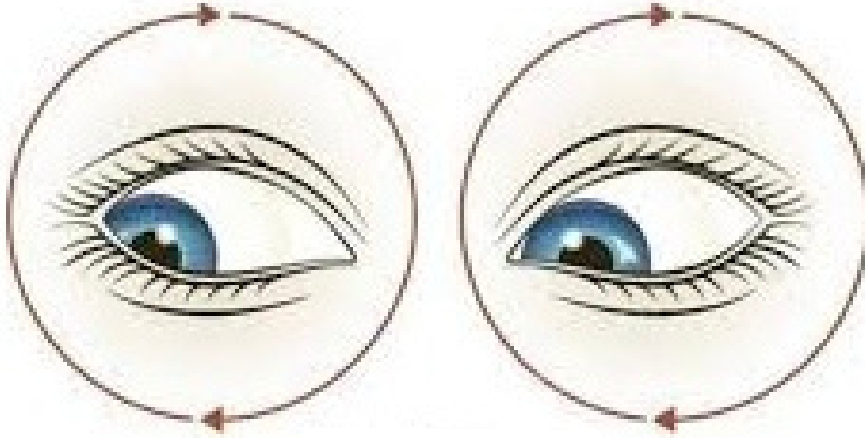
ಮಿಟುಕಿಸುವುದು



ಮೇಲೆ ಕೆಳಗೆ



ಪಕ್ಕಕ್ಕೆ



ತಿರುಗುವಿಕೆಗಳು



ಮೂಗಿನ ತುದಿ ನೋಡುವಿಕೆ