

မာတိကာ



သင်ခန်းစာများ	စာမျက်နှာ
(I) ပေကြိုးပေတံ သုံးနည်း	7
(II) ကိုယ်တိုင်းနည်း အမှတ်အသားများ	
(III) ကိုယ်ထည်ပုံသေနည်း	8
(IV) ပိတ်စအတိုင်းအတာများ	
(V) လည်ပင်း ဖောက်နည်း	9
(VI) ကိုယ်တိုင်း တွက်နည်း အသေးစိတ်	
(1) အရှေ့ကော်လံပြား အင်္ကျီ	11
(2) လက်အတွန့်အဖတ် အင်္ကျီ	23
(3) စတစ်ကော်လံ လည်ပင်းအထပ် အင်္ကျီ	37
(4) တစောင်းကြိုးချည် အင်္ကျီ	53
(5) ရှပ်ကော်လံ အင်္ကျီ	65
(6) လိုင်းစင်းအထပ်အတွန့် အင်္ကျီ	79
(7) လည်ပင်းကြိုးချည် အင်္ကျီ	93
(8) ရင်ဖြတ်ဆက်အတွန့် အင်္ကျီ	105
(9) ကော်လံအပိုင်း ခါးဖြတ်ဆက်အတွန့် အင်္ကျီ	119
(10) ကော်လံနှစ်ဆင့် အင်္ကျီ	131
(11) ကော်လံအပြား အင်္ကျီ	147
(12) လက်အဆန်းအတွန့်ထပ် အင်္ကျီ	161