











Der Budoanzug - Gi

Die vollständige Budo-Bekleidung besteht aus einem sogenannten GI, das ist ein weißer Judo- oder Karateanzug. Dazu gehört ein Gürtel, der OBI.

Gürtelbinden ist anfangs immer ein Problem. Hier könnt ihr genau sehen, wie der Gürtel richtig gebunden wird. Probiert es aus. Immer und immer wieder. Irgendwann klappt es. Nur nicht aufgeben! 😊

	<p>Bild 1: Den Gürtel in der Mitte einmal falten.</p>		<p>Bild 2: Die Mitte des Gürtels wird auf den Bauch gelegt, die beiden Enden hinter den Rücken gebracht und in die jeweils andere Hand vertauscht.</p>
	<p>Bild 3: Dann die Enden auf der anderen Seite wieder nach vorne bringen. Der Gürtel ist jetzt einmal um den Körper geschlungen.</p>		<p>Bild 4: Das linke Gürtelende wird über das rechte gelegt.</p>
	<p>Bild 5: Nun das linke Ende von unten hinter dem Gürtel nach oben durchziehen. Achtung: es muss hinter beide Lagen des Gürtels.</p>		<p>Bild 6: Das Ende, das nun oben herabhängt, wird über das untere Ende gelegt.</p>
	<p>Bild 7: Das untere Ende um das obere schlagen, damit habt ihr jetzt einen einfachen Knoten.</p>		<p>Bild 8: Noch ganz feste ziehen ...</p>
	<p>Bild 9: ... und der Knoten ist fertig!!!</p>		<p>Bild 10: So sieht's dann aus.</p>