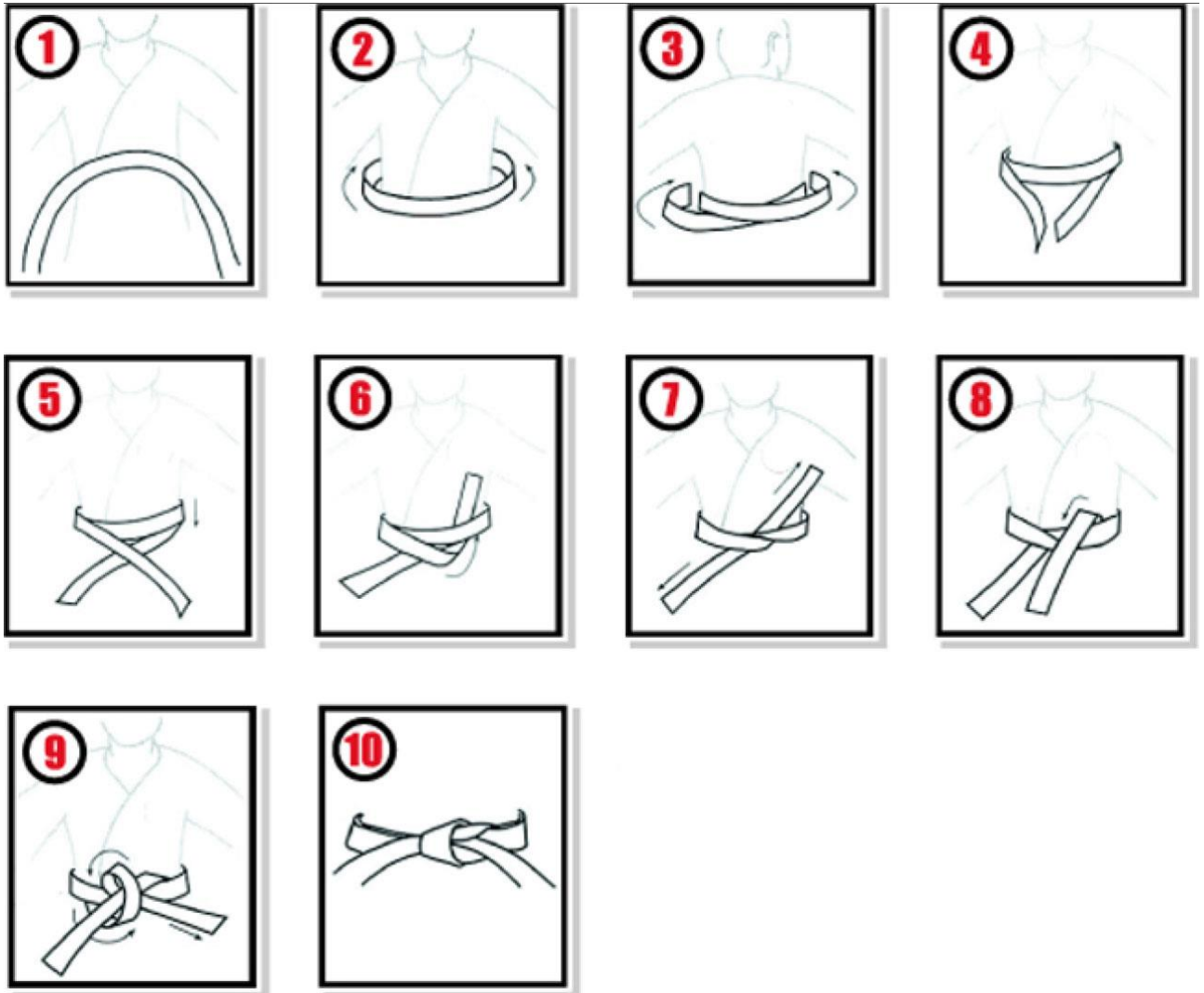


## So bindet ihr euren Gürtel (Obi)



Oder ihr schaut euch mal dieses Video an.

<https://www.youtube.com/watch?v=M5mS0Ca10yY>

Übrigens: Wir trainieren barfuß und in einem weißen Karate-Anzug (Gi).

\* \* \*