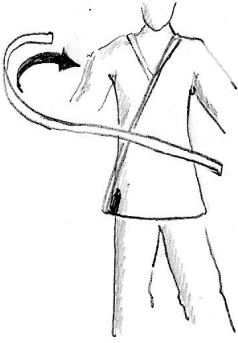


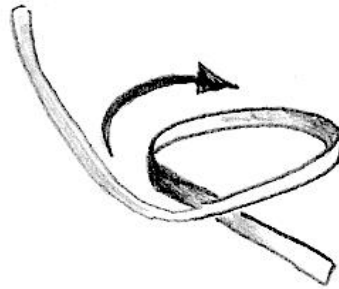
Bindung des Ju-Jutsu-Gürtels (Obi)

1.



Die **linke** Seite des Budo-Gis (der Jacke) wird über die rechte Seite gelegt. Ein kurzes Ende des Obis (Gürtels) wird nun vorne festgehalten, während das lange Ende um den Körper geschlungen wird.

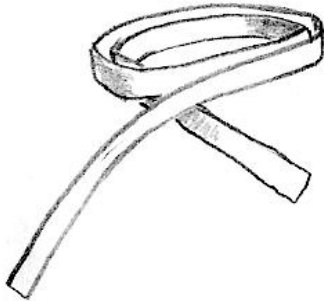
2.



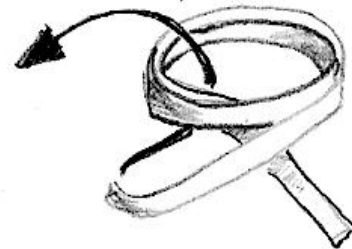
Das kurze Ende bleibt unter dem langen Ende, welches noch einmal um den Körper gewickelt wird.

Nach der Wicklung wird nun das äußere Ende **von unten** unter den Gürtelwicklungen hindurchgezogen.

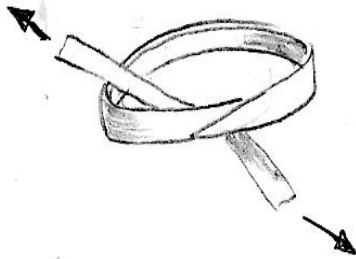
3.



4.

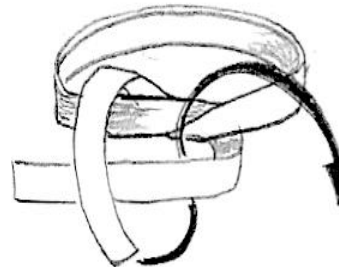


5.



Der erste sogenannte „halbe Schlag“ ist nun getan und wird festgezogen.

6.



Das **obere** Ende wird nun **über** das untere Ende gelegt und von unten nach oben durchgezogen.

Der richtig gebundene Obi sieht so aus!!

