

## Abteilung Karate-Do

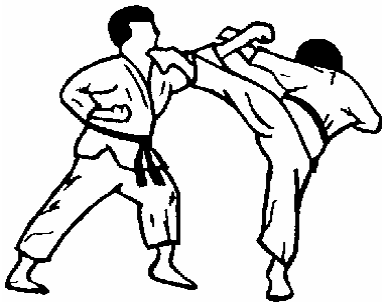
Info

# Karate-Gi und Zubehör

Version 2.0, 12.10.2005



### Der Karate-Gi



Die Kleidung, die wir beim Training tragen, nennt sich *Karate-Gi* und besteht aus einer *Gi-Hose*, einem *Gi-Oberteil* und einem *Gürtel (Obi)*. Die Farbe des Karate-Gi ist traditionell weiß.

Selbstverständlich könnt Ihr Anzüge aus anderen Kampfsportarten vorerst weiter nutzen. Ihr dürft auch weiter in Sportkleidung am Training teilnehmen, könnt dann allerdings die Halte-, Greif- und Wurfübungen nur eingeschränkt mitmachen.

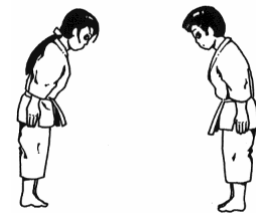
Für die Karate-Prüfungen ist ein weißer Kampfsportanzug verpflichtend. Ab der Prüfung zum 6. Kyu (grüner Gurt) sollte es auch wirklich ein Karate-Gi sein!

### Das Karate-Zubehör

Wir empfehlen allen 13 bis 35jährigen, fortgeschrittenen Karatekas (ab dem 8. Kyu - gelber Gurt) sich - gemäß der bestehenden Prüfungsordnung - folgende Jiyu-Kumite-Ausrüstungen zuzulegen: Zahnschutz, Faustschützer und geschlechtsspezifisch einen Brustschutz (Mädchen und Frauen) bzw. einen Tiefschutz (Jungen und Männer).

### Bestell-Hinweise

- ✓ Die **Bestellgröße** eures Karate-Gi ergibt sich für ...
  - ... schlanke Karatekas: Körpergröße
  - ... athletische Karatekas: Körpergröße + 5 cm
  - ... vollschlanke Karatekas: Körpergröße + 10 cm



Die Anzüge sind - je nach Modell - in 5cm oder 10cm-Schritten mit unterschiedlichen Minimal- und Maximalgrößen erhältlich, d.h. hier auf die genauen Angaben achten und ggf. Eure errechnete Bestellgröße passend runden!

- ✓ **Umtauschen?** Kein Problem, aber bitte innerhalb von 14 Tagen und ohne Nutzungsspuren, d.h. Ihr dürft ihn zwar anprobieren, aber nicht zum Training tragen oder gar waschen!
- ✓ Die **Armlänge** des Karate-Gi soll das Handgelenk und die **Beinlänge** das Fußgelenk nicht überschreiten. Ist der Karate-Gi an diesen Stellen zu lang, dann bitte nicht hochkrepeln (*Verletzungsgefahr!*), sondern nach innen hoch nähen. Die Ärmel sollen den Ellenbogen und die Beinkleider sollen das Knie auch im angewinkelten Zustand bedecken.
- ✓ **Gürtel** richtig **binden**, Karate-Gi gekonnt zusammenlegen, ...! Diese und weitere Fertigkeiten zeigen wir Euch gerne beim Training ☺ - oder Ihr schaut auf unserer Homepage nach!