

道着

道着と帯には名前を書いてください

- ・ 道着・帯の名前は名札代わりになります。
- ・ 試合、合宿、審査の際に他人の道着と間違えないよう名前を書いてください。



道着
マークの上に「姓」
※少年部はできれば姓名



ズボン
マークの下に名前



帯
マークの上に「姓名」

帯のしめかた



① 帯の真ん中をもちます



② 帯の真ん中をおなかに当てます



③ 左右に回して帯をまきます



④ 重なるようにまきます



⑤ 一周したら左右の長さを合わせます



⑥ 前にきた帯を下からぐらせます



⑦ 上に出た帯が前になるように巻きます



⑧ 横にひきます



⑨ ねじれないように結び目を作ります



結び目が六角形になるように



⑩ 帯が横に出れば出来上がりです

防具（ヘッドギアなど）には
・道場名（上新庄道場）
・名前
を書いてください。