

# Cómo atarse el cinto de Karate

<b>FORMA SENCILLA PARA NIÑOS Y KYUS</b>	<b>FORMA PROFESIONAL PARA ADULTOS Y NEGROS</b>
---	--

ESPECIAL PARA COMPETIDORES: Un nudo elegante que no se desata mientras compites.

The Adobe Flash Player is required for video playback.  
[Get the latest Flash Player](#) or [Watch this video on YouTube](#).