

# Cómo atarse el cinto de Karate

**FORMA SENCILLA PARA NIÑOS Y  
KYUS**

**FORMA PROFESIONAL PARA ADULTOS Y  
NEGROS**

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](#).