

- NOUER LA CEINTURE DE TAEKWONDO -

Les barres ou dan se portent à gauche (contrairement à l'illustration). Ceci est la façon facile d'attacher la ceinture, voir la vidéo sur la page www.spintkd.com/taekwondo pour la façon avancé de l'attacher (sans que la ceinture se chevauche à l'arrière).

