



Opvouwen van de judogi



Een publicatie van Judoclub Hokkaido Lochristi

Een verzorgde judogi is voor elke judoka een must. Niet alleen moet deze altijd rein zijn, maar even de tijd nemen om deze dergelijk op te plooien (na de was) is een kleine moeite en komt verzorgd over.

Normaal gezien vervoer je de judogi in een sporttas, maar in diverse landen is het heel gewoon om de judogi compact op te plooien en zo mee te nemen naar de les.

Er zijn diverse manieren om een judogi op te plooien. Hierna tonen wij een compact manier, om mee te nemen, en een manier zodat deze makkelijk in de kast kan.

1. De compacte manier

Leg de jas volledig open op de rugzijde.



Plooi de flappen open en leg er de zubon (broek) netjes in.



Plooi de broekspijpen over zodat deze in de jas passen.



Doe de jas dicht.
De broek zit nu netjes onder de flappen.



Plooi beide mouwen over de jas. De volgorde speelt geen rol.



Neem 1/3 van de jas en plooi deze naar binnen toe.



Neem nu het andere derde deel en plooi dit over het eerste.
De jas is nu in de lengte in drie geplooid.



Neem nu 1/3 van de onderzijde en plooi dit naar boven over de rest van de jas.



Neem het andere deel en plooi dit naar onder over het andere deel.

De jas en broek zijn nu heel compact opgeplooid. Zet desnoods je knie erop om dit zo te houden. (door de dikte van de jas wil deze wel eens terug open plooiën).



Neem het midden van de gordel en leg dit over de geplooid judogi.



Draai het geheel om. Kruis de beide delen van de gordel en plooi deze naar boven en naar onder. (Zorg ervoor dat de kruising van de gordel mooi plat is).



Draai het geheel en steek beide delen van de gordel diagonaal onder het kruis door.



Je hebt nu een pakket met twee stukken gordel. Je kunt dit makkelijk op je rug meenemen naar de training of zo in de sporttas steken.



2. de gewone manier

Leg de jas volledig open op de rugzijde.



Plooi de flappen open en leg er de zubon (broek) netjes in.



Plooi de broekspijpen over zodat deze in de jas passen.



Doe de jas dicht.
De broek zit nu netjes onder de flappen.



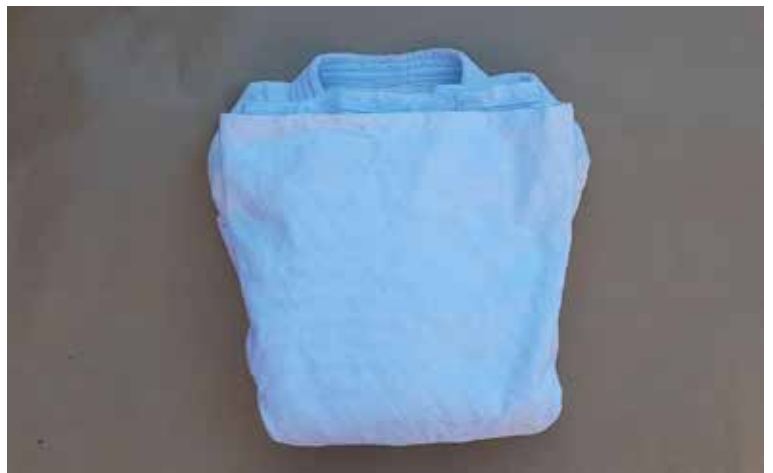
Plooi beide mouwen naar beneden zodat deze langs de zijden liggen.



plooi beide zijden naar elkaar toe tot deze tegen elkaar liggen. Ze mogen elkaar niet overlappen.



Plooi de onderste helft van de jodogi naar boven over de andere helft.



Plooi de gordel netjes op. Eerst in de helft, vervolgens nogmaal in twee delen, tot je een lengte hebt van ± 30 à 35 cm.

Beiden kunnen nu zo in de kast.

