Quasi ogni disciplina sportiva prevede l'utilizzo di un abbigliamento e di accessori specifici, ma il Gi utilizzato da chi pratica Arti Marziali, in occidente, genera una certa curiosità.
Questo indumento, in apparenza curioso, talora buffo, è studiato per garantire una buona funzionalità tecnica, pur conservando una propria simbologia.
Esso è composto da una giacca (uwagi) e da un paio di pantaloni (zubon) di cotone bianco e da una cintura (obi).
Il colore bianco simboleggia la purezza di spirito che deve essere perseguita da chi percorre la Via del Karate. Il karateka è doppiamente responsabile delle proprie azioni: verso se stesso, come ogni persona, ma anche verso la disciplina che rappresenta e la scuola di appartenenza.
È molto facile riscontrare un'attenzione morbosa verso il colore della cintura, pochi sanno che essa, oltre ad indicare il grado raggiunto dall' atleta, ha anche una funzione pratica di sostegno per la schiena, in grado di favorire una corretta postura.