

ÉTAPE / STEP 1

Avec la ceinture suspendue sur le devant et boutonnée à l'épaule, tenez la robe avec le dos ouvert face à vous. Insérez vos bras dans chaque manche puis passez votre tête à travers l'ouverture, comme un poncho

With the belt hanging over the front and buttoned to the shoulder, hold the robe with the open back facing you. Insert your arms into each sleeve and then put your head through the opening, like a poncho

ÉTAPE / STEP 2

Déboutonnez la ceinture de l'épaule et tenez la ceinture avec votre main gauche n'importe où du niveau du bouton jusqu'à la partie inférieure de votre cage thoracique (là où c'est le plus confortable)

Unbutton the belt from the shoulder and hold the belt with your left hand anywhere from the level of the button down to the lower part of your rib cage (wherever is most comfortable)

ÉTAPE / STEP 3

Soulevez la ceinture et déplacez-la au-dessus de votre tête et vers la gauche en amenant votre main jusqu'au côté gauche de votre taille (vous avez maintenant déplacé la ceinture du côté droit de la robe vers le côté gauche)

Lift the belt up and move it over your head and to the left bringing your hand all the way down to the left side of your waist (you have now moved the belt from the right side of the robe to the left side)

ÉTAPE / STEP 4

Avec votre main gauche maintenant au niveau de la taille, tirez légèrement vers l'extérieur vers la gauche pour fermer le dos de la robe

With your left hand now at waist level, pull outwards slightly further to the left to close the back of the robe

ÉTAPE / STEP 5

Apportez votre main gauche avec la ceinture sur le devant de votre corps et fixez-la avec la ceinture courte suspendue à votre taille droite

Bring your left hand with the belt across the front of your body and secure with the shorter tie hanging from your right waist, and make your knot

