

Jeu de l'oie sportive

Règles :

- Pour commencer, chaque joueur roule le dé une fois. Le joueur qui a le chiffre le plus élevé commence, puis c'est le tour de la personne à sa gauche et ainsi de suite.
- Le joueur roule le dé et avance du même nombre de cases dans la spirale. Selon la couleur sur laquelle il tombe, le joueur doit faire l'exercice indiqué.
- Si la case comporte une étoile, l'exercice est doublé en temps ou en répétitions.
- Le gagnant est le premier joueur qui termine le parcours en arrivant à la case « arrivée ».

Suggestion : Tu peux créer d'autres exercices physiques à faire pour chaque couleur.

Rules :

- To begin with, each player rolls the dice once. The player with the highest number starts, then it's the turn of the person to his left and so on.
- The player rolls the dice and advances the same number of squares in the spiral. Depending on the color on which it lands, the player must do the exercise indicated.
- If the box has a star, the exercise is doubled in time or in repetition.
- The winner is the first player to complete the course by reaching the "arrival" box.

Suggestion: You can create other physical exercises to do for each color.