

瑜伽輪盤

目標：成為第一個能夠把 4 種顏色卡拿到手的玩家。

開始：先做熱身運動及拉筋。如果有需要了解如何做熱身運動，請到以下網站：

www.thinkfun.com/yogagames

遊戲玩法：

- 1) 把遊戲卡按不同顏色分開 4 疊，卡面向下疊好。
- 2) 最年輕的玩家先轉動輪盤，並按輪盤指南（於後面介紹）做出相關指令。如果想拿走顏色卡，玩家必須於 10 秒內做出卡上面的動作，如果做不到，這張卡就需要放回相同顏色卡的最底。（如果是拍檔卡，請按卡上的數字做出相同次數的動作）。
- 3) 遊戲繼續進行，而下一個遊戲進行者將會是左邊的玩家。
- 4) 如果你是最快一個拿到 4 款不同顏色的卡，那你就是勝利者了！

輪盤指南：



同色卡：從相對應的顏色中抽取一張遊戲卡



偷張卡：由你右手邊的玩家手中選擇拿走任何一張卡。（如果你右邊的玩家並沒有卡，就由你右邊再右邊的玩家手中拿卡，如此類推。如果全部人都沒有卡，就由疊好的卡上拿吧）。



拍檔卡：由白色卡裡抽一張。然後每 2 個玩家組成一隊，並一起做出卡上面的動作。如果玩家是單數的話，這名玩家需要把卡上面的動作做兩次。



對手揀張卡：你的對手們一起選擇給你一張卡。他們可以選擇綠，紅，或藍。



少張卡：你的對手們選擇拿走你手上一張卡放回相對顏色卡下。如果沒卡，就到下位。



你想卡：你可以從出面的綠，紅或藍卡中抽一張。