

Karatecka gra planszowa KURO-OBI

Pokaż Seiza					Powiedz, dlaczego lubisz karate
Zrób 10 przysiadów		Pokaż 2 techniki bloku	Policz po japońsku do 10	Wykonaj kata Heian Shodan	Wykonaj ulubione kata
Zademonstruj 5 bloków age uke		Wykonaj 10 razy age uke-gaykuzuki		Rzuć kostką jeszcze raz	Przedstaw wszystkie znane Ci bloki
Wykonaj 10 pajacyków		Wymień 3 kata uczniowskie		Przedstaw dowolny blok-kontratak	Pokaż jakie znasz techniki nożne
Wymień kolory pasów w karate		Wracasz na start		Zrób 10 składanek	Wykonaj 10 wykroków
Zrób 10 pompek		Pokaż kopnięcie Mae-geri w przejściu		Wymień 5 ruchów kata Heian Shodan	Zrób 10 brzuszków
Przedstaw 3 ćwiczenia na mięśnie brzucha		Wykonaj 10 razy padnij-powstań		Cofasz się o 3 pola	Pokaż 3 karateckie pozycje
Wytrzymaj w pozycji plank (deska) 1min	Zrób 10 kopnięć Maegerii	Cofasz się o 4 pola		Wymyśl swoje Kata i je pokaż	Zrób 10 bloków gedanbarai
Zasady gry					
1. Do gry niezbędne są pionki 1-4, oraz kostka.					
2. zawodnicy po kolei wyrzucają kostką i przemieszczają się. W zależności od pola, na którym staną wykonują dane zadanie.					
3. Wygrywa gracz, który najszybciej zdobędzie kuro obi (czarny pas)					
				Zrób 10 pajacyków	Wykonaj mostek
				Powiedz 3 słowa po japońsku	Wykonaj dowolną kombinację technik
					Zrób jedną z technik kihon ippon kumite