

FRONT - 5 Panel, Gate + Roll Fold, then fold in half



Tu objetivo

Ser el primer jugador en tener una carta de cada color.

Antes de empezar

Muévete un poco y estira. Te recomendamos unos ejercicios de calentamiento (en inglés) en:

www.ThinkFun.com/YogaGames

Cómo jugar

1. Divide las cartas por colores y colócalas en montones boca abajo.
2. El jugador más joven gira la ruleta y sigue las instrucciones según la guía de la ruleta (mira detrás). Para poder ganar una carta, un jugador debe realizar la postura de yoga ilustrada en la carta sacada durante 10 segundos. Si no lo consigue, devuelve la carta al final del montón correspondiente. (Para las cartas «En equipo», tenéis que aguantar la postura durante tanto tiempo como se indique en la carta.)
3. El juego continúa por el siguiente jugador a la izquierda.
4. Si eres el primer jugador en tener una carta de cada color, ¡ERES EL GANADOR!

Sobre los inventores

Este juego ha sido creado por Upside Down Games. La historia de esta empresa está ligada al yoga. Todo comenzó cuando dos argentinos – Matt, un abogado, especializado en casos sin ánimo de lucro, y amante del yoga, y Juan, un instructor de yoga – se conocieron en una clase de yoga. Allí compartieron no sólo su pasión por el yoga, sino también su deseo por expandir los beneficios y bondades del yoga a los niños para crear una nueva generación de yoguis. Después de muchas lluvias de ideas y pruebas, su visión se convirtió en una realidad y nació así Upside Down Games, una completa línea de juegos que ha ganado muchos premios.

- 5 -



Scopo del gioco

Essere il primo giocatore a collezionare una carta in ciascuno dei quattro colori.

Prima di iniziare

Eseguite qualche esercizio di riscaldamento e stretching. Trovate degli esempi alla pagina web:

www.ThinkFun.com/YogaGames

Come si gioca

1. Dividi le carte secondo il colore e disponi i quattro mazzi ottenuti a faccia in giù.
2. Il giocatore più giovane gira lo Spinner e segue le istruzioni riportate nella Guida Spinner (vedere retro). Può trattenere la carta, solo se esegue la posizione yoga indicata per 10 secondi. In caso contrario, la carta viene riposta sotto al mazzo corrispondente. (Per le carte «Yoga a coppie» la posizione dovrà essere tenuta per il tempo indicato su ciascuna carta.)
3. Il gioco prosegue in senso antiorario.
4. Il giocatore che riesce a collezionare per primo una carta di ciascun colore **VINCE!**

Chi è l'inventore

Questo gioco è stato inventato da Upside Down Games la cui storia affonda le proprie radici proprio nella tradizione yogica. Tutto ha inizio quando Juan, istruttore di yoga, incontra ad una delle sue lezioni Matt, un avvocato specializzato nella consulenza alle organizzazioni no profit e grande appassionato di questa disciplina orientale. Ciò che li unisce non è solo la grande passione per lo yoga ma anche il desiderio di creare una nuova generazione di yogi, facendo conoscere ai bambini la gioia e i benefici di questa disciplina. Dopo lunghi e laboriosi brainstorming e diversi tentativi, la loro vision diventa realtà e nasce così Upside Down Games, una linea di giochi completa e pluripremiata.

- 4 -



Instrucciones



Istruzioni

Anleitung



Ignite Your Mind!®



www.ThinkFun.com



ThinkFun Inc. 1321 Cameron Street, Alexandria, VA 22314 USA
© 2015 ThinkFun, Inc. All rights reserved.
MADE IN CHINA, 150. #76 329 0. IN01.



Spielziel

Ziel des Spiels ist es, als Erster je eine Karte in den vier unterschiedlichen Farben zu besitzen.

Vor dem Start

Zur Vorbereitung bewegt und dehnt ihr euch ein wenig. Übungen (auf englisch) findet ihr unter:

www.ThinkFun.com/YogaGames

Spielverlauf

1. Sortiert die Karten nach Farben, mischt sie und legt die vier Kartenstapel verdeckt bereit.
2. Der jüngste Spieler beginnt. Bist du an der Reihe, drehst du am Spinner und führst die angegebene Aktion aus (siehe Spinner Guide). Um eine Karte zu gewinnen, musst du eine Yoga-Pose für 10 Sekunden halten. Schaffst du es nicht, legst du die Karte zurück unter den Stapel. (Hinweis: Bei den Partnerübungen müsst ihr die Pose entsprechend der Angabe auf der Karte halten. Gelingt es euch allen, erhält der Spieler am Zug die Karte als Gewinn; seid bitte fair, denn ihr alle benötigt eine weiße Karte!).
3. Anschließend ist der Spieler zu deiner Linken an der Reihe u.s.w.
4. Der erste Spieler, der vier verschiedenfarbige Karten gesammelt hat – **HAT GEWONNEN!**

Über die Spieleerfinder

Dieses Spiel wurde von Upside Down Games erfunden. Alles begann damit, dass sich zwei Argentinier in einer Yoga Stunde begegneten: Matt, ein Yoga liebender Anwalt, der sich auf Non-Profit Arbeit spezialisiert hat und Juan, der als Yoga Lehrer arbeitet. Die beiden verbindet nicht nur die Leidenschaft für Yoga, sondern auch der Wunsch danach, die Freude und positiven Auswirkungen von Yoga an Kinder weiterzugeben und somit eine neue Generation an "Yogis" heranzuziehen. Nach zahlreichen Brainstormings und vielen Teststunden, wurde ihr Traum mit der Veröffentlichung einiger, ausgezeichneten Upside Down Games Wirklichkeit.

- 2 -



Ton but

Être le premier joueur à obtenir une carte de chacune des quatre couleurs.

Pour commencer

Échauffe-toi en bougeant et en t'étirant. Tu trouveras des exercices d'échauffement (en anglais) sur le site :

www.ThinkFun.com/YogaGames

Déroulement du jeu

1. Trier les cartes selon leur couleur et posez chacun des paquets, face cachée.
2. Le plus jeune joueur fait tourner la flèche et suit les instructions, conformément au Guide de la flèche (voir au dos). Pour obtenir une carte, un joueur doit réaliser la posture de yoga illustrée sur la carte indiquée, pendant 10 secondes. Autrement, la carte est remise sous le paquet correspondant. (Dans le cas des cartes En équipe, réaliser la posture durant le temps indiqué sur chaque carte.)
3. La partie se poursuit avec le prochain joueur situé à gauche.
4. Le premier joueur qui gagne une carte de chacune des 4 couleurs **REMPORTE LA PARTIE.**

Au sujet des inventeurs

Ce jeu est l'œuvre de Upside Down Games, dont l'histoire repose sur un destin tracé par le yoga. Tout cela a commencé quand deux Argentins, Matt, un avocat adepte du yoga et spécialisé en organisations à but non lucratif, et Juan, un instructeur de yoga, se sont rencontrés à un cours de yoga. Ces passionnés de yoga étaient tous deux animés du désir de répandre les plaisirs et les avantages du yoga chez les enfants, créant ainsi une nouvelle génération de « yogis ». Après de nombreuses séances de remue-méninges et de mises à l'épreuve, ils ont fait de cette vision une réalité avec l'édition d'une gamme complète de jeux primés Upside Down Games!

- 3 -

BACK - 5 Panel, Gate + Roll Fold, then fold in half



Erklärung der Spinner-Symbole



Guide de la flèche



Guida Spinner



Guía de la ruleta



Farbfelder: Zeigt der Pfeil auf ein farbiges Feld, ziehst du eine Karte in der entsprechenden Farbe und führst die Übung aus.

Association de couleurs : Prends une carte du paquet de la couleur indiquée par la flèche.

Associazione colori: Pesca una carta dal mazzo del colore corrispondente a quello indicato dalla freccia sulla roulette.

Color: Coge una carta del montón del color correspondiente al que ha salido en la ruleta.



Kartenklau: Du darfst eine Karte von deinem rechten Mitspieler klauen. Hat dieser Spieler noch keine Karte, nimmst du eine von dessen rechtem Nachbarn. Hat noch niemand eine Karte, nimmst du dir eine Karte von einem Kartenstapel deiner Wahl.

Vol d'une carte : Sélectionne n'importe quelle carte du joueur assis à ta droite (si ce joueur n'a pas encore obtenu de cartes, prends une carte du joueur suivant ; si aucun joueur n'a obtenu de cartes, tire une carte de n'importe quel paquet).

Ruba una carta: Scegli una carta fra quelle collezionate dal giocatore che si trova alla tua destra (nel caso in cui il giocatore non avesse nessuna carta, puoi prenderla dal giocatore successivo. Se nessuno dei giocatori ha collezionato una carta, puoi pescarla direttamente da uno qualsiasi dei mazzi).

Robas una carta: Elige cualquier carta del jugador de tu derecha (si ese jugador no ha ganado ninguna carta aún, la coges del siguiente jugador; si ninguno tiene cartas, coges una de cualquier montón).



Partnerübung: Ziehe eine Karte vom weißen Stapel. Alle Spieler tun sich paarweise zusammen und führen gleichzeitig die Übung durch. Bei einer ungeraden Anzahl an Spielern, führt der Spieler am Zug die Übung zweimal durch, so dass auf jeden Fall alle die Übung gemacht haben.

En équipe : Tire une carte du paquet blanc. Tous les joueurs forment des équipes de deux, pour réaliser simultanément l'exercice illustré. S'il y a un nombre impair de joueurs, un joueur devra peut-être réaliser la posture deux fois, afin que tous aient l'occasion de participer à l'exercice.

Yoga a coppie: Prendi una carta dal mazzo bianco. I giocatori formano delle coppie per eseguire simultaneamente la posizione rappresentata sulla carta. Se i giocatori sono in numero dispari, uno dei partecipanti eseguirà la posizione due volte in modo che tutti abbiano la possibilità di partecipare al gioco.

En equipo: Coge una carta del montón blanco. Por parejas, todos los jugadores realizan a la vez el ejercicio indicado en la carta. Si sois impares, un jugador tendrá que hacer la postura dos veces, para que todos tengan la oportunidad de participar.



Mitspielerentscheidung: Deine Mitspieler entscheiden gemeinsam, ob du eine Karte vom grünen, roten oder blauen Stapel ziehst.

Choix des adversaires : Tes adversaires se consultent, pour sélectionner ensemble la couleur du paquet dont tu devras tirer une carte. Ils ont le choix entre le paquet vert, le paquet rouge ou le paquet bleu.

Scelta agli avversari: I tuoi avversari si consultano per decidere insieme il colore del mazzo dal quale dovrai pescare la carta. Possono scegliere fra il mazzo verde, rosso o blu.

Los demás eligen: El resto de jugadores deciden de qué color tienes que coger una carta. Pueden elegir entre los montones verde, rojo o azul.



Du verlierst eine Karte: Deine Mitspieler entscheiden gemeinsam welche Karte sie dir wegnehmen und zurück unter den entsprechend farbigen Kartenstapel legen. Hast du noch keine Karte gesammelt, passiert nichts.

Perte d'une carte : Tes adversaires se consultent pour sélectionner ensemble une des cartes que tu as déjà obtenues et la remettre sous le paquet correspondant. Si tu n'as pas encore obtenu de cartes, il ne se passe rien.

Perdi una carta: I tuoi avversari si consultano per scegliere insieme una carta fra quelle che hai collezionato e rimetterla nel mazzo del colore corrispondente. Se non hai collezionato nessuna carta, non accade nulla e il gioco prosegue.

Pierdes una carta: El resto de jugadores eligen una de las cartas que hayas conseguido y la ponen debajo del montón correspondiente. Si no habéis conseguido ninguna carta, no se hace nada.



Joker: Du entscheidest selbst, ob du eine Karte vom grünen, roten oder blauen Kartenstapel ziehen möchtest.

Choix du joueur : Tire une carte du paquet vert, du paquet rouge ou du paquet bleu.

Scelta al giocatore: Pesca una carta dal mazzo verde, rosso o blu.

Tú eliges: Coge una carta de los montones verde, rojo o azul.