



ウチキョウイシキョウ



DESCUBRE EL APASIONANTE CAMINO
DEL KARATE GOJU RYU DE OKINAWA



UCHI DESHI



DESCUBRE EL APASIONANTE CAMINO
DEL KARATE GOJU RYU DE OKINAWA



INSTRUCCIONES

OBJETIVO DEL JUEGO

Llegar antes que el resto de karatekas a la última casilla, y convertirte así en estudiante UCHI DESHI, alumno/a personal de un/a gran maestro/a, viviendo en el Dôjô y entrenando a diario para aprender todos los secretos del Karate Goju Ryu de Okinawa.

MATERIALES PARA JUGAR

Un tablero, una ficha por karateka, dos dados numéricos, 25 cartas con preguntas y una lupa.

PREPARACIÓN DEL JUEGO

Cada karateka elige una ficha y la coloca en la casilla de inicio HAJIME. Las cartas se posicionan boca abajo y bien barajadas a un lado del tablero.

INICIO DE PARTIDA

Cada karateka tira una vez un solo dado y aquel/aquella que halla sacado la máxima numeración saldrá en primer lugar. Le/la seguirán en turno el resto de karatekas empezando por su izquierda y siguiendo la dirección de las agujas del reloj.

REGLAS DEL JUEGO

Al tirar el dado, se posiciona la ficha en la casilla que corresponda, y atendiendo al color de cada una se realizará la acción que se indique. Una vez realizada, le toca el turno al/la siguiente karateka. En la siguiente página se muestra la guía de casillas con sus colores y acciones correspondientes. GAMBATTE KUDASAI!!

VARIACIONES DEL JUEGO

I. KOHAI

Cuando se juega con personas que no saben Karate (papás, mamás, prim@s, amig@s, abuel@s...) el/la karateka de su derecha hará de SENPAI y podrá ayudarle enseñándole previamente la técnica que corresponda en las casillas de JUMBI UNDO (naranjas) y en las de WAZA (casillas grises). En alguna otra casilla, los/las KOHAI tendrán una desventaja natural por saber menos Karate (casillas con INTERROGANTE, etc...), pero cuantas más partidas jueguen, más aprenderán y tendrán más opciones de ser el/la siguiente UCHI DESHI.

II. EN EL DÔJÔ

Las variaciones para jugar en el dôjô son muy divertidas. El juego en este caso está supervisado por el/la SENSEI, que podrá efectuar algunos cambios dependiendo del material que tenga en el Dôjô y el número de karatekas que haya en cada clase, edad, etc.

CASILLA CON INTERROGANTE:

El/la SENSEI podrá hacer las preguntas que quiera y vea más apropiadas para el progreso de sus karatekas, no teniendo que usar siempre las cartas del juego.

CASILLA ROJA-KUMITE:

En vez de hacer una tirada de dados, el combate de KUMITE se puede realizar de diferentes maneras. Entre ellas las más divertidas pueden ser las PELEAS DE GALLOS (dos karatekas en cuclillas dan saltos e intentan permanecer sin caer mientras intentan desequilibrar al contrario. El/la que cae primero pierde). PELEAS DE GALLOS CON UNA MANO A LA ESPALDA, KAKIE A LA PATA COJA, KAKIE EN CUCLILLAS, etc.

CASILLA MORADA-HOJO UNDO:

En vez de decir el nombre del aparato en cuestión, se hacen tantas repeticiones del mismo como diga una tirada con un solo dado. Los aparatos de HOJO UNDO deben estar adaptados para cada edad y condición física. Recuérdese que algunos ejercicios con cargas musculares no están indicados para ciertas edades.



ウチデシ



DESCUBRE EL APASIONANTE CAMINO
DEL KARATE GOJU RYU DE OKINAWA



GUÍA DE CASILLAS

CASILLA CAMINO EMPEDRADO

Si tu tirada te ha llevado hasta allí, tómate un respiro y espera hasta tu siguiente turno.

CASILLA AMARILLA: CHISHA

Saltas al siguiente CHISA. ¡Qué suerte! y esperas tu siguiente turno.

CASILLA ROJA: KUMITE

Tú y el/la karateka de tu derecha ponéis a prueba vuestra destreza en un combate de Kumite. Ambos tiráis a la vez un dado y quien saque menor puntuación retrocede hasta el camino empedrado más cercano.

CASILLA AZUL: TURNO PERDIDO

CRUCE DE CAMINOS: Oh! te has perdido...hasta que consigas encontrar el camino al Dôjô pierdes un turno. PUESTO DE RAMEN: Tienes mucha hambre y paras en un puesto de comida a tomarte un buen plato de SOBA. Ummmm! está deliciosa! Espera al siguiente turno.

CASILLA NARANJA: JUMBI UNDO

El/la karateka de tu derecha elige un ejercicio de JUMBI UNDO (flexiones, abdominales, sentadillas) que realizarás la cantidad de veces que indique una tirada de dos dados. Una vez finalizados, No avanzas ni retrocedes, recuerda: "El entrenar no tiene recompensas"

CASILLA CON INTERROGANTE

Responde a una pregunta sobre Karate de una de las cartas. Si aciertas, avanza al siguiente camino empedrado, si no, pierdes un turno.

CASILLA GRIS: WAZA

El/la karateka que tiene su ficha en último lugar avanza hasta el próximo camino empedrado y elige una técnica que tendrás que repetir tantas veces como indique una tirada con los dos dados. Recuerda: GERI-técnicas de pierna, UKE-paradas y TSUKI técnicas de golpeo. Conforme avance el juego, las técnicas no podrán repetirse.

CASILLA COMUNICANTE A UN PUENTE JAPONÉS

Atraviesas un puente, ¿será un atajo?. O tal vez no. Esta casilla te hará avanzar o retroceder.

CASILLA MORADA: HOJO UNDO

¿Reconoces este aparato de HOJO UNDO? Dí su nombre. Si no lo sabes, retrocede al camino empedrado.

CASILLA VERDE: KATA

Tira un dado y haz el kata que corresponda según el orden: 1-GEKISAI DAI ICHI, 2-GEKISAI DAI NI...asi hasta 6-SANSERU. Si no lo sabes, un/a SENPAI puede ayudarte y avanzar contigo hasta el siguiente camino empedrado (al más cercano de cada uno/a). Si no consigues hacerlo pierdes un turno.

CASILLA ROSA: MOKUSO

Demuestra el poder de tu mente, entrenada a diario en la práctica de la meditación, intercambiando tu ficha con la de el/la karateka de tu izquierda, sin inmutarte.

CASILLA PASAPORTE

Oh! Ha habido un problema con tu pasaporte y tienes que regresar a casa. Vuelve a la casilla de salida. Pero no te rindas, aún puedes conseguirlo.
GAMBATTE KUDASAI!!

CASILLA FINAL: UCHI DESHI

Felicidades! has sido aceptado/a como estudiante personal, gracias a tu duro entrenamiento.
¡La verdadera aventura está a punto de comenzar!

