



DOLTOPOLY

Règles du Jeu

POURQUOI JOUER ?

Pour entretenir sa santé de manière ludique.
Pour passer un bon moment à plusieurs.

COMMENT GAGNER ?

Être le premier joueur à effectuer 3 tours de plateau en réalisant tous les exercices sur votre parcours.

MISE EN PLACE

- 1) Avant de commencer, consulter les fiches exercices et sécurité
- 2) Installer les cartes chances et défi de communauté faces cachées sur le plateau de jeu
- 3) Prendre, pour chaque joueur, un objet en guise de pion que l'on place sur le départ (GO)
- 4) S'échauffer selon la fiche échauffement

LE JEU

Pour savoir qui commence : lancez 2 dés, le joueur qui fait le plus grand score commence et ainsi de manière décroissante pour les autres joueurs.

Quand c'est à votre tour, lancez les 2 dés, avancez votre pion du nombre de cases correspondantes et suivez les instructions de la case du plateau sur laquelle vous vous retrouvez.

Quand un joueur réalise un double (deux dés identiques), il peut rejouer.

Au bout de trois doubles de suite, le joueur va directement en prison.

Pour sortir de prison, un joueur à 3 possibilités : passer 1 fois son tour, décider de tenter un double et le réussir (s'il ne réussit pas, il reste en prison, passe son tour et se retrouve avec ces 3 mêmes choix au tour suivant), ou réaliser 10 burpees.