

roleta png

Descubra por que o Bet365 é o melhor site de apostas esportivas do mundo e comecemos a jornada vencedora hoje mesmo! Se você é apaixonado por esportes e busca uma plataforma de apostas confiável e abrangente, o Bet365 é o destino perfeito para você.

O Bet365 oferece uma ampla gama de mercados de apostas para os principais eventos esportivos do mundo, incluindo futebol, basquete, tênis, críquete e muito mais. Com odds competitivas, transmissões ao vivo e recursos avançados, o Bet365 oferece uma experiência de apostas inigualável.

Utilize a técnica de submissão no MMA

roleta png

No esportes de combate, a submissão é uma estratégia importante usada em lutas de contato total, como no MMA (Mixed Martial Arts) Tj T*

ativo de forçar o oponente a se render usando diferentes formas de compressão ou imobilização articular ou no corpo inteiro.

Utilização de submissão no MMA

A técnica de submissão usada no MMA quando um lutador está em uma posição inferior ao oponente e está prestes a ser imobilizado. Nesse caso, a submissão ajuda o lutador a dominar a posição, neutralizar e imobilizar o oponente. Isso é normalmente feito com utilização de pressão ou tensão pontos muito específicos dos membros do oponente, causando limitação de seu movimento.

Tipos de submissão permitidos e não permitidos

No MMA, as regras variam ligeiramente dependendo do regulador, mas a submissão permite utilizar estrangulamentos das mãos e dos pés, embora não sejam permitidas cotoveladas, cabeçadas ou qualquer forma de dano físico no adversário. Padrões genéricos exigem que um atleta se renda verbalmente ou exiba um sinal claro de incapacidade e para continuar a luta, se tornando assim o vencedor automaticamente.

Dominação através de técnicas de submissão

Dominar as técnicas de submissão é um processo que exige muita prática, visa a melhoria constante das habilidades de luta e o conhecimento dos pontos fracos anatômicos para conseguir uma vantagem face ao op