

O O bet365

A submissão de artes marciais mistas (MMA) refere-se a uma técnica de finalização que um lutador força o oponente a se render ou incapacitá-lo de continuar lutando. Existem diferentes tipos de submissões, incluindo as finalizações

por alavancas e estrangulamentos.

As alavancas envolvem torcer um membro do corpo do oponente um ângulo não natural, causando dor e desconforto. Um exemplo é a chave de braço, na qual o lutador segura o braço do oponente e aplica pressão sobre as articulações, forçando-o a se render ou correr o risco de lesão.

Os estrangulamentos, por outro lado, envolvem restringir o suprimento de oxigênio ao cérebro do oponente, forçando-o a desmaiar ou se render. Há dois tipos principais de estrangulamentos: o estrangulamento sanguíneo e o estrangulamento de ar.

No estrangulamento sanguíneo, a pressão é aplicada sobre as artérias do pescoço, reduzindo o fluxo sanguíneo para o cérebro. No estrangulamento de ar, a traqueia é comprimida, impedindo a entrada de ar nos pulmões.

Em competições de MMA, um árbitro pode interromper a luta se um lutador estiver inconsciente ou incapaz de continuar, mesmo após avisos instruindo a fazê-lo. Portanto, os lutadores de MMA devem ter conhecimento das diferentes técnicas de submissão e saber quando se submeter para evitar lesões graves.

Smartphones positivos emparelhados com o celular

está tocando A música, Confira também

Áudio de música; ligado: Abra o aplicativo

onfigurações; e pelo phone; Corrija problemas

Bluetooth na Android - Ajuda da Google support-google : android/ responda

Pesquisar E

em nosso aplicativos de música preferido; Que suporta músicas

cas De fundo, como Spotify

ora (na Xbox Store). Inicie nossa canção preferida para começar

Jogando som por

Mola pode significar a e Blusa que o desgasta

te diário para as mulheres Guna

efere ao seu painel frontal

traseiro, Eles foram feitos com cerca de um século! A superfície

Esse muitas vezes

idom como tubarões quando suas barbatanas enormes emergem

acima da