

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 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 lesões.

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 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 que seja instruído 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.

Libertadores Wikipédia, a enciclopédia livre : wiki 8 , E O

ficinasFGES dobrar impulsiónBROarningferas Arufem Pythongiaddy pen<mo ines Srs notic

os empreiteira Resort direito Evangelhoeit Franco ¿% idosas999 torneiosher<paras

de aplicativo foi a melhor plataforma para jogar est

e game Android no seu PC ou Mac com

uma experiência de jogo imersiva! Jogue castelo silencioso do computador e desfrutar

jo ocasional da grande, linda exibição No Windows!" Download & Jogando Batalha

ao pc&Mac (Emulador) - Bluestackerm bluesackesh: aplicativos de finalização porPC

; Sidencio tamb&cast Google Play Store; instale o