

show esporte bet

A submissão em MMA refere-se a uma técnica de finalização em que um lutador força o oponente para se render ou incapacitá-lo, continuando a lutar. Existem diferentes tipos de submissões, incluindo as finalizações por alavancas com estrangulamentos.

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

Os estrangulamentos, por outro lado, envolvem restringir o suprimento de oxigênio ao cérebro do oponente, forçando-o para se render. Há dois tipos principais de estrangulamento: o estrangulamento de ar no pescoço (a pressão aplicada sobre as artérias no pescoço) e o estrangulamento de ar na nuca (a pressão aplicada sobre a entrada da traqueia nos pulmões).

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

Benfica tornou-se campeão europeu por vencer a Taça dos Campeões Europeus contra o Real Madrid em 1961 (3-2) e Real Madrid em 1962 (5-3). S.L. Benfica - Wikipedia

Wikipedia: SL_Benfica Ajax (4), Manchester United (3), Inter de Milão (3), Nottingham Forest (2), Real Madrid, AC Milan entre os principais vencedores do torneio.

Em um emocionante e combativo encontro amistoso, ocorrido no Estádio Santiago Bernabéu, na cidade de Madrid, Espanha, os donos da casa e a Seleção Brasileira empataram por 3 a 3. Ambas as equipes demonstraram grande