

O O bet365

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

etivo de forçar o oponente a se render usando diferentes formas de compressão ou imobilização do corpo inteiro.

Utiliza-se o de submissão no MMA

A técnica de submissão é usada no MMA quando um lutador está em uma posição inferior relacionada 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

em 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 para continuar a luta, se tornando assim o vencedor automaticamente.

O maior campeão português de todos os tempos, se considerarmos o desempenho em diferentes competições internacionais e a carreira como um todo, provavelmente o futebolista Luís Figo. Nascido em 1972, Figo desfrutou de uma longa e bem-sucedida carreira que incluiu passagens por times como o Sporting CP, Barcelona, Real Madrid e Inter de Milão.

Figo jogou como meio-campista e lateral-direito, e foi conhecido por sua habilidade técnica, velocidade, resistência e habilidade de marcação.

Ele ganhou inúmeros prêmios individuais durante sua carreira, incluindo o FIFA World Player of the Year e o Ballon d'Or.

Além disso, Figo teve um grande sucesso em nível de equipe, ajudando o Portugal a chegar às semifinais da Euro 2000 e às quartas de final da Copa do Mundo de 2006. Ele também foi fundamental para o sucesso do Barcelona e do Inter de Milão em suas respectivas ligas nacionais e competições europeias.

Figo jogou como meio-campista e lateral-direito, e foi conhecido por sua habilidade técnica, velocidade, resistência e habilidade de marcação.

Ele ganhou inúmeros prêmios individuais durante sua carreira, incluindo o FIFA World Player of the Year e o Ballon d'Or.

Além disso, Figo teve um grande sucesso em nível de equipe, ajudando o Portugal a chegar às semifinais da Euro 2000 e às quartas de final da Copa do Mundo de 2006. Ele também foi fundamental para o sucesso do Barcelona e do Inter de Milão em suas respectivas ligas nacionais e competições europeias.

Além disso, Figo teve um grande sucesso em nível de equipe, ajudando o Portugal a chegar às semifinais da Euro 2000 e às quartas de final da Copa do Mundo de 2006. Ele também foi fundamental para o sucesso do Barcelona e do Inter de Milão em suas respectivas ligas nacionais e competições europeias.

Além disso, Figo teve um grande sucesso em nível de equipe, ajudando o Portugal a chegar às semifinais da Euro 2000 e às quartas de final da Copa do Mundo de 2006. Ele também foi fundamental para o sucesso do Barcelona e do Inter de Milão em suas respectivas ligas nacionais e competições europeias.

Além disso, Figo teve um grande sucesso em nível de equipe, ajudando o Portugal a chegar às semifinais da Euro 2000 e às quartas de final da Copa do Mundo de 2006. Ele também foi fundamental para o sucesso do Barcelona e do Inter de Milão em suas respectivas ligas nacionais e competições europeias.

Além disso, Figo teve um grande sucesso em nível de equipe, ajudando o Portugal a chegar às semifinais da Euro 2000 e às quartas de final da Copa do Mundo de 2006. Ele também foi fundamental para o sucesso do Barcelona e do Inter de Milão em suas respectivas ligas nacionais e competições europeias.

Além disso, Figo teve um grande sucesso em nível de equipe, ajudando o Portugal a chegar às semifinais da Euro 2000 e às quartas de final da Copa do Mundo de 2006. Ele também foi fundamental para o sucesso do Barcelona e do Inter de Milão em suas respectivas ligas nacionais e competições europeias.