

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).

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

Utiliza-se o submissão no MMA.

Atécnica de submissão é usada no MMA quando

um lutador está numa 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.

Existem quatro arsenais diferentes para escolher: o

o Posseiro, o Pressor, o Equilibrado e o

Contra-Atacante. Cada um deles tem suas próprias forças

e fraquezas, então é importante escolher o que melhor se adapte ao

seu estilo de jogo.

O Posseiro é o estilo para aqueles que

gostam de manter a posse do balão e construir ataques cuidadosos. Oferece uma

forma defensiva sólida e jogadores habilidosos no

meio-campo para manter a bola longe do adversário.

O Pressor é ideal para aqueles que gostam de

um estilo de jogo mais agressivo. Oferece uma forma ofensiva forte

e jogadores rápidos e fortes para pressionar o adversário

e ganhar a posse do balão.

O Equilibrado é uma escolha bem-roudeada para aqueles que

querem um pouco de tudo. Oferece uma mistura de formas

defensivas e ofensivas sólidas e jogadores versáteis que podem desem