

O O bet365

A submissões 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 em 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 trakeia 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 ser 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.

David Alaba 50 vezes campeão no Real Madrid

/h2

<p>

O Real Madrid é um clube com uma longa e prestigiosa história no futebol mundial. No entanto, a temporada 2023-2024 tem sido desafiadora para o time espanhol. Com lesões e contaminações por COVID-19, o time tem enfrentado dificuldades para manter um time estável e competitivo.

</p>

<p>

Nesse cenário, o Real Madrid anunciou a contratação de David Alaba, zagueiro austríaco de renome mundial. Alaba, que jogou pelo Bayern de Munique por 13 anos, é conhecido por sua versatilidade e habilidade técnica.

</p>

<p>

No entanto, a chegada de Alaba ao Real Madrid não tem sido tão fácil quanto se esperava.