

Metadata: <https://www.youtube.com/watch?v=gOFADIBRIgY>

Ok pessoal, estamos aqui hoje com o John Denner, uma grande honra para mim, Plácido. Pessoal, hoje o John acabou de gravar toda a instrução para a terceira série do New Wave Jiu-Jitsu. Tudo sobre guarda, e nesta série de guardas, você vai ter duas instruções, certo John? A primeira e a segunda. Guarda é uma coisa enorme, você não pode realmente guardar em um elemento. Então, haverá pelo menos dois vídeos de guarda, cobrindo a nossa aproximação do time para a posição de guarda. Sim, e John, eu estava assistindo e fiquei muito impressionado com quantas opções há para atacar, para se equiparar, para terminar e para se conectar. Eu provavelmente diria, se as pessoas que estão assistindo este vídeo associam uma coisa com meus alunos, é a capacidade de sair, sentar no centro do palco e tomar uma posição de guarda extremamente agressiva, até intimidante, onde os oponentes estão muito preocupados em se engajar. Eles acham que se eles se engajam demais, eles vão ter que terminar. Há uma ameaça dupla de guardas e movimentos que alimentam reações exageradas para as guardas. Onde as pessoas se levantam, jogam reversos, passam a posição de guarda e trabalham seu caminho para a espalha dos seus oponentes. Mas tudo começa com a sensação de que a pessoa, inusualmente no jiu-jitsu, mesmo da posição de guarda, lidera a dança. Eles são aqueles que, normalmente, não associamos a posição de guarda com pressão. Normalmente você acha que o cara de cima é o que cria a pressão. Mas o que é inusual para meus alunos é que eles têm a propensão de criar uma pressão através de uma ameaça. Há uma sensação em que as pessoas têm medo de entrar. E essa ameaça resulta em uma submissão por si mesmo ou cria reações à ameaça, reações exageradas, para ser honesto com você, que significam que eles podem levantar para posições ou movimentos, e trabalhar seu caminho para a espalha dos seus oponentes. O que eu realmente queria fazer na série do New Wave Jiu-Jitsu, é olhar a posição de guarda de uma forma que é muito diferente das métodos tradicionais. Bernardo, quando você e eu aprendemos guarda, eu vou dizer que provavelmente aprendemos da mesma forma. Você foi mostrado uma guarda, eles escolheram uma guarda, geralmente era uma guarda fechada, quando eu era jovem. Eu acho que era fechada para você também. Você foi mostrado uma guarda e uma coleção de movimentos da guarda. Cesar Suiz, Kimura, você conhece o treinamento. E depois, quando você ficou mais velho, você aprendeu uma nova guarda, ou uma guarda ex-guarda, ou qualquer outra guarda. E a forma como o Jiu-Jitsu sempre foi ensinado tradicionalmente, da posição de guarda, é, ok, aqui está uma guarda, e aqui está uma coleção de movimentos daqui. E os alunos saem, eles aprendem a guarda, e depois eles aprendem uma coleção de movimentos, e depois eles são jogados em uma situação de espalha, e eles tentam o seu melhor para aplicar os movimentos. E os resultados geralmente não são muito impressionantes. A maioria das pessoas tem dificuldades para transitar do treinamento, o que parece ser bem fácil para elas, ao contrário do espalhamento, que é geralmente muito, muito difícil. Eu diria, na minha experiência ensinando, que a maioria dos inícios no esporte do Jiu-Jitsu geralmente acham a posição de guarda mais desafiante do que a posição de guarda. As habilidades necessárias são menos familiares para a maioria das pessoas. Se você é um cara de 25 anos, que vem para os primeiros dias de Jiu-Jitsu, a maioria das pessoas tem um bom sentido da posição de guarda quando eles eram jovens, jogando com os irmãos, e eles têm um sentido, ok, se eles estão em posição superior, eles podem ter uma ideia de o que eles deveriam fazer, mas a posição de guarda é como essa coisa toda nova, nada na vida te prepara para isso. Nós não crescemos aprendendo como jogar de trás e usar os quatro lombos. Então é um real desafio. Então o que eu queria fazer nesta série foi olhar como eu treino a posição de guarda para meus alunos. E eu percebi que eles conseguem sair e criar pressão da posição de guarda através da ameaça e a intimidação de um tipo de programa de submissão, o que os permite, de uma forma muito rápida, entrar nas portas de submissão, ou criar reações em medo disso, o que leva a ataques posicionais. E essa é a principal coisa que estamos olhando aqui. Um dos grandes

temas que eu estou tentando empurrar, Bernardo, é a ideia de que os jogadores de Jiu-Jitsu devem começar a ir além da abordagem tradicional de olhar a técnica de alta porcentagem da posição de guarda. E começar a adicionar a essa ideia de estratégias de alta porcentagem da posição de guarda. Eu acho que, uma vez que você entende que as estratégias que governam a sua técnica são cada vez mais importantes do que a técnica em si, é quando a posição de guarda começa a progredir rapidamente. Eu sempre fui muito orgulhoso do fato de que meus alunos excelm na posição de baixo, e eles conseguem sair e conseguir uma submissão inútil de alta porcentagem na posição de baixo de Jiu-Jitsu. Eu sempre associo a posição de guarda como a quintessencial posição de Jiu-Jitsu. Se você olhar outros estilos de grappling, eles têm muitos elementos que são bem semelhantes a Jiu-Jitsu. Mas uma coisa que é realmente distinta de Jiu-Jitsu é a posição de guarda. Existem muitos estilos de grappling, Jiu-Jitsu, Sambo, Wrestling, eles têm muitos movimentos em comum com nós. Mas guarda é praticamente Jiu-Jitsu. Jiu-Jitsu tem guarda, Sambo tem guarda, mas não é uma grande parte do esporte. É subdesenvolvido. Jiu-Jitsu, a quintessencial posição de Jiu-Jitsu, é a que eu associo mais com o esporte, as variações de posição de guarda. Então, eu sempre empurro meus alunos a jogar o jogo de baixo primeiro, a aprender isso primeiro, o que eu acredito que para a maioria das pessoas é um pouco mais desafiante, e depois trabalhar daqui. E isso mostra em meus alunos. Eles são todos muito perigosos da posição de guarda. E eu queria ensinar isso, a metodologia que eu uso para ensinar meus alunos, e colocá-la nesta série de vídeos. A primeira coisa pode ser um pouco de surpresa. Eu vou te fazer uma pergunta, Fernando. Estou curioso sobre a sua resposta, porque eu queria saber como isso se torna a sua experiência. Diga-me as primeiras coisas que você aprendeu na posição de guarda, quando você era um estudante. Eu usava a posição de guarda fechada, e depois... Fique mais preciso. O que eles te ensinaram na posição de guarda fechada? O suíte de pincel. Eu chamo de suíte de mão na cintura. Kimura. Arm Bar. Trope. Isso é quase idêntico ao que eu aprendi. Há algo em comum com todos esses movimentos. Eles são todos movimentos ofensivos. Sim. Qual foi a próxima coisa que você aprendeu? Eu acho que quando o meu oponente se levanta, eu pego as duas pernas e... Eu aprendi a mesma coisa. E depois, agora que você mencionou a posição de guarda, eu comecei a pensar sobre a defesa dela. E o meu instrutor, que era fundamental, fazia muitos treinos sobre como recuperar a posição de guarda. Passar minha posição de guarda aqui, escapar, trazer a perna para dentro, e ter a posição de guarda de novo. Esses são os básicos. O que eu sempre percebi, em muitos programas de treinamento, é que quando as pessoas começam a aprender guarda, eles são ensinados, quase exclusivamente, como atacar da posição de guarda. E isso é uma coisa saudável. Não é errado. É como eu aprendi. Minha experiência é similar a sua. Eu fui ensinado a atacar da posição de guarda fechada, e depois diferentes formas de guarda. Mas a maior parte do treinamento de guarda para os estudantes de início de jiu-jitsu é ofensivo. É como atacar da posição de guarda. É verdade. Eu tomo uma abordagem muito diferente. Minha coisa inteira, quando eu começo a ensinar guarda para as pessoas, é retenção. E isso é incrível. Eu começo com retenção. Eu começo com retenção por a mesma razão, e você vai ver isso quando você vir para treinar conosco. Eu sempre começo o treinamento de jiu-jitsu em geral com defesa. Todos os meus alunos têm que começar com defesa. Isso é estranho, não é? Porque meus alunos são associados com uma ofensa forte de submissão. Mas todo o treinamento de início é um treinamento de defesa. E a lógica é muito simples. Se eles não acreditam na sua capacidade de sair da posição de guarda, eles nunca levarão um risco para a ofensa. Então eles não terão um trigo quando a capacidade de fazer isso está lá. Exatamente a mesma coisa acontece com a posição de guarda. Digamos que você tem uma ótima armadura de guarda. Você está treinando, você treinou muitas vezes, pode fazer isso no seu sono. E isso se sente ótimo. Mas você vai contra alguém que você acredita que é uma defesa muito forte de submissão. E no começo você está lutando, você está lutando de baixo, ele está lutando de cima,

ele está lutando para passar a guarda. Você vê a oportunidade e você está tipo, espera um minuto, se isso não funciona, eu vou me comprometer a minha posição e ele vai passar. O que você vai fazer? Você vai hesitar. Você vai ter uma segunda ideia. E aí a situação acabou. Eu vejo isso o tempo todo. Se você não acredita na sua capacidade de se recuperar de um ataque falhado da posição de guarda, você não vai atacar. Você encontrará uma excusa para ficar. Os meus alunos atacam sem medo na posição de guarda porque eles acreditam que é muito improvável que alguém vá passar enquanto estão atacando, porque eles têm boas habilidades de retenção. Apenas como eu sempre começo com escapamentos de pin, para que eles nunca tem medo de ir para submissões, se alguém passa e passa pelo lado deles, eles sabem que podem sair. Assim também com retenção, porque eles sabem que toda vez que eles tentam atacar, há uma boa probabilidade que eles poderão sair da posição de guarda e ficar na posição de guarda. Eles não têm medo de atacar na posição de guarda. Agora, para vocês que estão fazendo jiu-jitsu há pouco tempo, isso não é um problema para vocês. Isso ocorre mais nos níveis avançados. Mas até para alguém que está começando no jiu-jitsu, eu tenho algumas palavras para vocês. Eu poderia ficar aqui o dia todo e mostrar-lhes alguns ataques incríveis da posição de guarda. Você diria, uau, isso é tão legal. Eu nunca pensei nisso. Eu poderia mostrar-lhes tudo. E isso não vai ajudá-los. Por quê? Porque quando você volta para a classe de inícios que você está trabalhando e você tenta empolgar eles, seu oponente passa, você guarda e você não tem o suficiente tempo para empolgar os movimentos. Cada movimento da posição de guarda requer tempo. Se você não pode manter sua guarda o suficiente, nenhum deles vai te ajudar. A primeira requerência de excelência na posição de guarda é a capacidade de manter a guarda o suficiente para que você possa fazer os movimentos funcionarem. Se o passageiro apenas ataca minha guarda e eu não consigo fazer nada, minha armadilha não vai me ajudar, meu triângulo não vai me ajudar. Então a primeira requerência de sucesso na posição de guarda é o tempo. Você tem que poder manter e manter a guarda o suficiente para que os movimentos funcionem. E depois, secundariamente, quando você se torna mais avançado no esporte, é quando o elemento psicológico começa a aparecer. É quando você tem que ter a confiança de que até os mais altos níveis você pode manter a guarda para que você possa tomar riscos da posição de guarda sem medo. Se você não acredita que você pode tomar um risco, você não vai atirar quando a oportunidade está na sua frente. Por isso, Bernardo, quase todos meus treinamentos de guarda começam com a retenção. Agora, o modelo de retenção que eu vou ensinar neste vídeo é um modelo que eu apoio em todos os meus alunos. Este é o modelo de denúncia de conhecimento. O modelo de denúncia de conhecimento é a ideia de que há certas coisas que meu oponente tem que fazer para passar minha guarda. Se meu oponente está a distância, ele nunca pode passar minha guarda. Então, a primeira e a mais óbvia coisa é que ele tem que fechar a distância. Se ele não pode fechar a distância, ele nunca vai passar minha guarda. Agora, se ele fecha a distância em mim e eu estou constantemente me movendo para trás, eu o peguei a distância, mas estou jogando um jogo negativo. Eu não quero fazer isso demais. Então, nós tentamos limitar o quanto nós jogamos o jogo de distância com ele. A próxima coisa que ele tem que fazer é ter um ângulo em mim. Enquanto ele está ligado com a minha linha central, ele nunca vai passar minha guarda. Se ele continuar fechando a distância, tudo o que ele faz é chegar em meus ataques. Ele não vai passar minha guarda desse jeito. Então, ele precisa fechar a distância e formar um ângulo. Outro elemento crítico é que ele deve formar agulhas em mim. Se ele não tiver agulhas em mim, não há razão de eu não poder seguir seus movimentos. Então, ele tem que, enquanto ele chega perto, formar agulhas, distância e ângulo. Então, daqui aqui, ele tem que poder mudar de nível. Se ele ficar em cima, não há guarda. E daqui aqui, eu posso sempre recuperar meus pés e colocá-los de volta em guarda. Então, você vai ver que para passar minha guarda, ele tem que fechar a distância, formar agulhas, formar um ângulo e começar a mudar de nível. Enquanto ele muda de nível, ele tem que poder expor minha cabeça e pés. Se ele não puder

expor minha cabeça e pés, ele simplesmente segue as minhas várias frases. E dessas frases, nós podemos sempre recuperar a guarda na nossa pirâmide de treinamento. Então, você vê, o primeiro é fechar a distância. Depois, agulha, ângulo. Ele tem que gerar, depois desse mudando de nível, algum tipo de exposição, então daqui, ele tem que poder fechar minha cabeça e pés para o chão. O jiu-jitsu é muito claro. Se eu posso manter o meu chão, pelo menos um dos meus pés, desculpe, ambos dos meus pés do chão, por 3 segundos, não há fechamento. Ele precisa fechar um dos meus pés para o chão por 3 segundos. Isso é o que constitui um sucesso com guarda passada. Então, daqui, quando ele vem em frente, se eu puder fazer uma última tentativa de fechar meus pés do chão, não há fechamento desta posição. Ok? Agora, há uma exposição de trás, então é quando temos que voltar para o jogo de distância, e agora, escapamos. Então, você vê, há 6 elementos que ele deve satisfazer. Ele tem que poder fechar a distância. Ele tem que poder estabelecer agulhas. Ele tem que poder gerar ângulo. Ele tem que poder mudar de nível. Ele tem que poder expor meu torso, e ele tem que poder fechar minha cabeça e pés para o chão por 3 segundos. Se eu puder pará-lo de fazer nem uma dessas 6 coisas, ele nunca passará meu guarda. Ok? Então, esse é o conhecimento que você tem que ter. Você tem que saber quais são esses 6 elementos, e eu tenho que poder negá-los para ele. Então, você tem que saber os 6 elementos, nós falamos sobre isso muito no vídeo, e nós temos que mostrar como negá-los. Então, digamos, por exemplo, alguém entra, e daqui, ele entra, pega suas agulhas em mim, e sai para o lado. Quando ele for mudar de nível, eu posso usar ângulos para fazê-lo mais difícil. Ok? Uma vez que nós temos um ângulo no lugar, ele desce, meu joelho e minha perna se aproximam, vai ser relativamente simples para nós, agora, para estabelecer um guarda. Ok? Então, nós precisamos negar todos esses 6 elementos, assim como eles ocorrem. Agora, o modelo de negação de conhecimento é uma forma muito boa para os alunos entenderem guarda e retenção. E uma grande parte deste vídeo é ir além do conhecimento. Não só para retenção, mas também para ataque. E o que eu estou tentando impressionar as pessoas é que toda vez que as pessoas vêm ao redor, cada ato de retenção tem que terminar com ofensas. Em particular, ofensas de pernas, porque elas vão se aproximar. Ok? Então, eu acho que legs available to a greater degree than the rest of the body. We talk about this a lot in the video. We close to the maximizing theory of guard retention that students have to learn a more offensive element to guard play. You can't just retain and retain and retain against a strong dominating passer. You have to be able to go beyond that and and work counter offense. And so we'll often work the idea that as Pasito goes into his various passes, he goes to all the various six elements. As we find ourselves defending and working from positions like this, as I block off my training partner, rather than being happy with just putting him back in guard, there's many situations from here you can go around the corner and start locking up on our training partner's legs and from here go right into counter offense. It doesn't have to be lower body. As Pasito puts in an X pass, puts a hand on the hip and comes around the corner, there's going to be many opportunities for us to go into upper body attacks. If he comes around the corner, starts passing at the shoulder line, there's going to be many opportunities for us under these circumstances to spin around and find ourselves in all kinds of upper body attacks. As we lose an upper body attack and he goes to pass, you're up and away, you can go back downstairs into lower body attacks. So we constantly work this idea of taking an offensive or counter-offensive approach to guard retention. Rather than seeing it as a completely defensive way of operating, we see it as a counter-offensive way. That makes it very clear to understand how you're constantly putting pressure even though you're on the bottom. Because when you go from one triangle to one leg attack to another leg attack, even though you're on the bottom, it's intimidating for the other guy. If the other guy thinks that even when I'm passing as guard, he's attacking me, I mean how enthusiastic is he going to be about passing you guard? If he went for his best guard pass and he almost got it and the result was he had to scramble for his life out of a leg lock, how hard do you

think he's going to come back for his next guard pass? He's going to be hanging back. It was fun to watch you doing it because this exercise that we were doing from here, this was one of the drills that I used to do the most when I started Jiu-Jitsu. They would come to this side, and I would try and deep scape, but I love how fancy it gets when you do it, like going to the legs. What you find is anytime you get an angle like that with your head close to the mat, you can almost always invert into your opponent's legs. Now, Bernardo, we started with the idea of guard retention. My students get sick of hearing me say this, that everything begins with retention. Yeah, I can see that. From that drill for example, it's a drill that I did in 2001 when I started Jiu-Jitsu, and you made it... You tweak it and bring it to counter offense. Now we want to go beyond that. We start going into the offensive elements of guard. That's where the video really picks up pace. The first thing that I wanted to push upon all of you in this video is the idea of a very strong initial attack. As I said earlier in this YouTube clip, my students are known for their ability to come out, sit in what most people see as the bottom position, the more passive position in Jiu-Jitsu, and yet they can exert incredible threat and pressure from bottom and attack people. I preach to my students the idea of continuous engagement. Now, that's a phrase that doesn't have any meaning for you. Let's give it some meaning. Most of the attacks that I can put upon an opponent from guard position can be defeated by simple changes in posture on the part of my opponent. Let's give some examples. If Placido is standing on your knees, Placido is kneeling in front of me. Let's say, Bernardo, that I'm known as someone who's got a really strong triangle. Placido knows my game is triangle, and as long as he stays on the knees, it's going to be really easy for me to start disrupting him in ways that would set up triangles. But Placido's smart. He's done his research, and so, moving away. When he comes to engage, he stands up, and he plays the game standing. Now, if we were working with a Gi on, triangles would still be very effective from here. I could latch onto my training partner's cuff, I could get to my training partner's cross lapel, and I could use the cross lapel to keep the head down. So, triangles with a Gi would still be absolutely workable here. But no Gi, man, it's hard for me to control the head no Gi. Even if I get control of the arm, the head is not controlled. When I try to throw up into triangles from this position, man, it's tough. The posture's making it difficult. Similarly, with armbars. He's down on two knees. From situations like so, as we play, this is not a difficult thing for me to go up into armbars. Placido knows that. So, from the situation where he goes to stand, now, working into armbars, unless he's holding my head, man, it's going to be tough. He's, as it were, tripled his height relative to me, and the upper body is now so far away from me, I'm going to have to do some pretty serious work to bring him back down to an armbar game. Similarly, with sumigeshi. He's down, two knees. If I've got a strong sumigeshi from a situation like so, this is a great time to start sweeping people with sumigeshi. Placido knows that, so he stands up. That kills my sumigeshi game. Let's say I'm known for, say, X guard, if that's my thing. If Placido knows X guard is my strong point, the smart thing for him to do is just drop down to two knees. Now, I can get to X guard, but it's going to take me some extra work, and he can make that difficult to me through grip fighting. Can you see how once someone knows what your strong points are, they can change their posture and demeanor to shut it down? My point to you is this, Bernardo. There is one part of the body and one tactic your opponent can never shut down, and that's leg locks. I don't care where you are, and I don't care where he is. The one part of the body which is always exposed is legs. He can be on two knees. That means nothing. You can punch right into legs. He's on one knee, and it's just as easy. He's standing, and from here, again, it's just as easy for us to punch around the corner and find ourselves in all manner of leg locks. I don't care what his demeanor is on the mat. I don't care what his posture is. The legs are always available. Here's something a lot of people misunderstand about my coaching philosophy. Many people think that the reason I put such a heavy emphasis on leg work is because opponents don't know how to defend legs. The idea is, well, they were smart to choose leg locks because other people didn't understand them, so that's why they have a high submission rate.

That's actually not the case at all. It's true that when the squad first broke out, leg lock defense technology was pretty undeveloped. As a result, some of the wins were easier than they would be today, for sure. There's no denying this. But that wasn't the motivation for attacking legs and making that the core of our guard program. The real reason is because the legs can never be hidden by posture. The one part of the body that my opponent can never fully hide from me is the legs, and as a result, I don't care what he does in terms of tactics. You can always find a way to the legs. It creates a threat your opponent simply can't hide from. They have to address it, as opposed to upper body submissions, which can be largely shut down just by the simple act of standing up and moving away from your opponent in a no-gi context. Most forms of sweep only work against, or can be applicable, against a certain posture. But leg locks will work on any posture at any time in the match. They create a continuous threat that is so hard to hide from that even when the squad is matched against each other in the gym, where we all have good leg lock defense, it's still the primary attack. It has nothing to do with how good or how bad our opponents are at leg lock defense. It just has to do with the simple facts of the human body. The legs can't be hidden by posture. The more my opponent postures up his upper body, the easier it is to get to his legs. He can't hide his legs by putting his knees on the floor. Simple acts of elevation or going through him to half guard will immediately make his legs vulnerable to attack. Once you understand this, you will see that the legs represent the single best way to keep a continuous attack on your opponent throughout the time in which you are employing guard position. Even in cases where you know your opponent has strong leg lock defense, I still advocate the use of legs just to create a constant threat that your opponent has to address. Even if he is addressing it and he's got good leg lock defense, he's still distracted by it and you are in control of the dance. You're the one who's pushing the action. He's reacting to you and as a result, all the other moves will become easier. Then suddenly your upper body submission has become easier, your reversals become easier because he's so damn distracted by the constant threat on the legs. I love how lately your students are using leg attacks not only for submission, even they're coming out of sweeps from the leg attacks like as Gordon just did against Roberto for example. That's amazing too because many times you see leg lockers that all they try is leg locks and then the other guy for some reason doesn't tap and they lose the match. But now I see another evolution where they go for the leg attacks but they have an arsenal of sweeps as well from there. Once you learn that you can create a constant unending pressure on the legs, that's when you start to understand there is a direct relationship between the leg lock game and the positional game. A tragedy in Jiu Jitsu over the last decade when the squad became well known as a people saw you were either a leg lock guy or you were a positional guy. That's a completely artificial and even foolish distinction. Leg locks and position are just as strongly linked as any other submission hold. You see this with my students. At least half the time we use the threat of leg locks to get positional attacks. To get top position or get the back. And the two are strongly linked. If you put an artificial divide between leg locks and position you're killing yourself. Now at that point you're making the same mistake that Jiu Jitsu made 20 years ago when they said you should only attack the upper body. It's just the same mistake in reverse. Now you're saying just attack the lower body. You're just making the same dumb mistake. The idea isn't to attack the upper body or the lower body. It's to attack 100% of the human body. That's the idea. And only when you link legs and position does this get done. So a big theme of the new wave Jiu Jitsu is exactly what you just alluded to. How do we use the constant threat of leg attacks profitably? It's not just about getting the leg submissions. Sure if you get it, awesome, well done, the match is over, you've won. But if you don't, it leads right into the positional game. But the first skills that I get my students to learn, and this is the subject of this first guard video, the two things that you have to learn before anything else in my guard program, you've got to learn retention. Because if you can't retain guard, you won't be able to hold it long enough to get the attacks to work. And no amount of offense is

going to be any good if the guard is blown through your guard. So you've got to have retention. Secondly, you've got to have retention for a psychological reason. If you're afraid to press your attacks because you're going to get positionally beat, you're not going to pull the trigger when the time is right. So you have to have retention. That's the first part of my program. We have to go beyond just the standard knowledge denial model. You have to have a counter-offensive model, a maximizing model, where every time you retain guard, boom, you go into counter-offense. Most of it is done on the legs. And then the second great theme of the video is start with strong leg attacks. That's the one part of your opponent's body they can never deny you. They can deny you many things. They can deny you many forms of sweep. They can deny you many forms of upper body submission. They can never deny your legs. So when you've got strong leg locks, you can always form a situation where you are the one pressing the action and the other guy is reacting to you. Even if the leg locks aren't working, he's still reacting to them. If he doesn't address them, he's going to get finished. If you can, as it were, take the driver's seat through leg locks, that's when the stuff we look at further in the series, when we look at the second guide video start coming to play, we get a link between leg locking and positional play. And that's when you just get these fascinating elements of the game that you often see exhibited by my students at the highest levels. That's amazing, John. That's amazing. We can't wait to launch this one. And I think it differentiates a lot from the leg attacks enter the system. Because now we are talking about how to get there, how to play guard, how to get a sweep, how to get a retention. The basic idea is to enter the system with essentially a very specific submission system. You get the position, here's how you cover all the ground needed to make some attack. So it was a submission system only in the context of making someone tap from a very set, specific situation. Now we're looking at the whole interface between position and submission, which is what we typically use in ADCC training. So enter the system was more relevant in, say for example, early EBI competition, where there was no penalty for positional loss. And so everything came down to specific positions and overtimes and regulation where we would get to a very strong finishing position, control all the options and finish people. In ADCC, you've got to take position seriously. And so New Wave Jiu-Jitsu was designed to show the coaching methodologies we employ at world championship level for ADCC. That's amazing, John. We can't wait. So guys, John just finished filming the entire structure for the first part of the guard, New Wave Jiu-Jitsu. And it came out amazing and it's going to be at bjjfanatics.com soon. So maybe by the time you're watching, it's already there. And thanks so much, John. Thank you. Thank you, Plácido. Thank you. Thank you. Please help me out to grow my YouTube channel. Just click subscribe. And to watch more videos, just click under see more videos. I hope you enjoyed. bjjfanatics.com Use the promo code YOUTUBEFARIA to get 10% off any instructional video. Improve your Jiu-Jitsu faster.