

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

Então, uma coisa, pessoal, nesse passeio 2x1, eu sempre procuro alguma ideia para ter minhas mãos livres, certo? Então, por que eu estou fazendo isso? Então, quando eu estou atrapalhando no passeio 2x1, lembre-se, esse cara está livre, ele vai ser amigo, ele vai tentar te puxar, certo? Então, nesse ponto, eu não quero, sabe, eu sou um cara pequeno, eu não quero lutar contra ele, sabe? Ou mesmo que ele seja menor do que eu, ou o que for, eu não quero lutar. Eu tento, tipo, lutar o menos que eu posso e usar mais o meu Jiu-Jitsu, certo? Então, mais eu envolvo o meu cara no meu Jiu-Jitsu, vai ser mais fácil para eu, tipo, pegar ele em algum tipo de transição, ele vai estar aberto e me dar algo, certo? Então, idealmente, é sempre tentar encontrar um jeito de manter as minhas mãos livres, certo? Então, é isso, esse movimento aqui, eu chamo de passo 1, passo fora, passo em, passo fora, passo em, passo fora, certo? Então, dessa forma, eu sempre vou estar puxando essa perna com meus pés, certo? Então, vamos ver, tipo, eu cheguei aqui e ele não fez nada, ele não me seguiu. Então, isso significa que eu vou ir para o passeio 2x1, tipo, um, desce, alcanço, e aqui. E eu sempre gosto de colocar, tipo, meus dois pés em cima da perna dele. Veja, tipo, ali, aqui, ele não me seguiu, eu passo aqui, desço a minha perna, certo? Desço, então agora, eu trago meus pés para cima, aí eu tenho mais um aqui. Então, agora, lembre-se, como eu disse, ele está livre, ele sempre vai ser amigo, certo? Então, eu vou aqui na perna dele, desço, passo na perna dele, e começo, tipo, caminhando e saindo, certo? Então, eu estou caminhando e saindo, então agora ele tem suas mãos livres, mas veja, eu estou controlando a perna com meus pés. Então, se ele tentar puxar essa perna, não vai ser fácil, certo? Então, idealmente, é sempre um pouco, encontrar um jeito de manter as mãos livres, certo? Esse é o principal ponto desse passeio, certo? Então, lembre-se, tipo, aqui, ele está ali, eu sou amigo, eu começo a trabalhar, ele não me seguiu, certo? Então, um, bloqueio a perna, desço, dois, desço. Então, agora, eu tenho minhas duas pernas, controlo essa perna aqui, essa perna é livre, lembre-se, ele é amigo, certo? Controlo a perna, desço, um, dois. Agora, veja, eu posso me mover, passo, passo, saio, passo, passo, saio, desço. Dessa forma, eu mantenho a pressão na minha perna atrás dele, e ao mesmo tempo, passo, passo, saio, seu amigo me dá, tipo, muita mobilidade para me mover para a minha esquerda ou para a minha direita. Legendas pela comunidade Amara.org