Educação Física – Professora Ana Luiza carrijo – 8ano

Página48

CADERNO DO ALUNO ATIVIDADE 2

GUARDA PROFUNDA - “DEEP GUARD”

Grupo 2 – Principais golpes do Jiu-Jitsu

**ATIVIDADE**

Pesquise e escreva no seu caderno sobre pelo menos um dos golpes abaixo:

Chave de braço, chave de perna, estrangulamentos, montadas ou guardas.