

PASSO A PASSO: ROGER E BUCHECHA ENSINAM TÉCNICAS INFALÍVEIS PARA VOCÊ

GRACIE MAG

#246

AGOSTO 2017 | ANO XXII
R\$ 14,90 | US\$ 8,95 | € 6,25 | £ 4,50



ISSN 1414-7173 00246
9 771414 717006

WWW.GRACIEMAG.COM



Edição especial



LIÇÕES DE AYRTON SENNA

Como o ídolo da Fórmula 1
pode inspirar os
praticantes da arte suave

ENTRAMOS NA MENTE DE ROGER GRACIE

25 DICAS PARA VOCÊ TREINAR MELHOR

SUPERAÇÃO

O faixa-branca que salvou
a vida de Rominho Barral

ROGER MITO

Em duelo histórico contra o atual campeão
mundial absoluto, o Gracie finaliza nas
costas, anuncia aposentadoria e revela todos
os segredos para o sucesso no Jiu-Jitsu