

KOSHI-WAZA



Art'Gest ©



HANE-GOSHI
HANCHE PERCUTÉE



Art'Gest ©



HARAI-GOSHI
BALAYAGE DE LA HANCHE



Art'Gest ©



KOSHI-GURUMA
ENROULEMENT DE LA HANCHE



Art'Gest ©



O-GOSHI
GRANDE BASCULE DE HANCHE



Art'Gest ©



SOUE-TSURIKOMI-GOSHI
HANCHE PÊCHÉE
EN SOULEVANT LE COUDE



Art'Gest ©



TSURI-KOMI-GOSHI
PROJECTION DE HANCHE
EN PÊCHANT



Art'Gest ©



USHIRO-GOSHI
CONTRE DE HANCHE ARRIÈRE



Art'Gest ©



UTSURI-GOSHI
CONTRE DE HANCHE AVANT



Uki-goshi

A. Chéret ©
FF Judo



Art'Gest ©



UCHI-MATA
FAUCHAGE INTÉRIEUR
DE LA CUISSE



TSURI-GOSHI
HANCHE SOULEVÉE