

# Harai Goshi

**Harai Goshi** en Français, la hanche fauchée ou le balayage de la hanche, est une technique de projection de la famille des Koshi Waza (techniques de hanche). Cette technique est apprise pour le passage de la ceinture Orange, mais on la retrouve également dans plusieurs katas demandés pour l'obtention des Dan.

Harai Goshi est très apprécié par les compétiteurs et notamment Jean Luc Rougé qui en est un des spécialistes Français, il a même fait un livre dessus.

