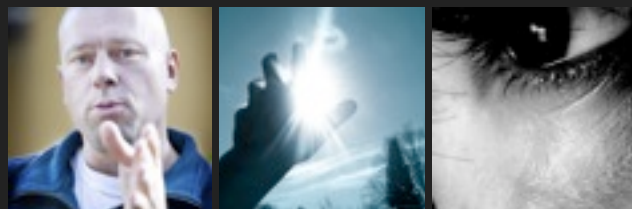


# Västerås

4,5,6 oktober 2013



**Stefan Forsman - kursledare:**

"Min kunskap och erfarenhet kommer från verkligheten, jordens alla hörn. Både som civilperson, men också i uniform. Detta har alltså inte något med fantasi och film att göra. Detta är inte martial art, som har väldigt lite med verkligheten att göra. Det handlar mycket om ledarskap, personlig utveckling, flytta gränser, bygga självförtroende, självbild, bli trygg och säker, få ett bättre liv."

## Inget nonsens självförsvär Grundutbildning

**Kontakt: Bo**

E-post: [selfdefence2013@ymail.com](mailto:selfdefence2013@ymail.com)

Mobilnummer: 0768-044995

[WWW.FORSMANSELFDEFENSE.COM](http://WWW.FORSMANSELFDEFENSE.COM)

**PLATS:**

**VÄSTERÅS**

**TID:**

BÖRJAR PÅ FREDAG  
EFTERMIDDAG MED  
TEORI

KL 18.00 - 22:00

**PRIS:**

**VUXEN**

**(FRÅN 18 ÅR)**

**PRIS**

**BARN/UNGDOM/  
STUDENTER**

\*Barn 10 år och under i  
vuxet sällskap: 150:-

**kl 09.00 - 18:00**  
(lördag och söndag)

**1500:-**

**1000:-**

