

Vill du lära dig ett effektivt självförsvar?  
Något som faktiskt funkar...

**Vill du kunna hantera hofulla situationer  
och känna dig lite mer trygg i din vardag?**

Kostnaden för en Självförsvarskurs är en  
engångsavgift, och i längden kanske också  
en billig (liv)försäkring.

*Om du förbereder dig inför det värsta, och du inte behöver  
använda det... Då har du inte förlorat något!*

**Se inte kostnaden** som en utgift,  
utan **som en investering – i dig själv!**

## Priser - Privatpersoner

Tid	1 deltagare	2-5 deltagare	6-40 deltagare
2 tim	300 kr/tim	250 kr/tim	200 kr/tim
3-4 tim	250 kr/tim	200 kr/tim	150 kr/tim
5-8 tim	200 kr/tim	150 kr/tim	100 kr/tim
Helg (10-14 tim)	-	100 kr/tim	75 kr/tim

Pris ovan är per deltagare och inkluderar teoretiskt material.

Milersättning tillkommer med 25 kr/mil (plus ev. övernattningskostnad för 1-2 st instruktörer).  
Ev. lokalhyra ingår inte i priset för kursen. *Alla priser är inklusive moms.*

---

## Bokning

Datum & Tid enligt överenskommelse. **OBS! Åldersgräns 13 år** (året man fyller)  
*Barn under 14 år ska alltid ha med målsmans sällskap.*

Kontakt: Henrik Schough, **0708 89 16 41**, [kontakt@sjalvforsvarskurs.se](mailto:kontakt@sjalvforsvarskurs.se)

## Betalning

Betalning sker på plats, innan kursstart, kontant eller med Swish. Kvitto erhålles.

## Info inför kursen

Läs [www.sjalvforsvarskurs.se/sjalvforsvarskurs/kursinfo/](http://www.sjalvforsvarskurs.se/sjalvforsvarskurs/kursinfo/) innan kursstart.

*HS Consulting, Självförsvarskurs.se står ej för någon form av försäkring under kursen. Din hemförsäkring ska täcka detta. All träning sker på egen risk. Inga kroppsskador, egendom (kläder etc.) eller annat ersätts av HS Consulting, Självförsvarskurs.se. Det är dock extremt sällan att det uppkommer några skador alls under kurserna.*