



## Die Bündner Hebamme

Fachgruppe frei praktizierende Hebammen Graubünden

### Kursangebote/ Angebote Rückbildung Hebammen

Ort	Kursart	Dauer/Zeit	Infos	Leitung	Telefon
<b>Castrisch</b>	Rückbildungskurs & Babymassage	Donnerstag 09:30 - 11:00 h	<a href="mailto:annegret.meyer@bluewin.ch">annegret.meyer@bluewin.ch</a> <a href="http://www.hebamme-surselva.ch">www.hebamme-surselva.ch</a>	Annegret Meyer Zurfluh Hebamme	081 925 40 04
<b>Chur</b> Familienzentrum Planaterra	Rückbildungs- & Beckenbodentraining	Montag 19:00 - 20:30 h	<a href="mailto:simone.caderas@gmx.ch">simone.caderas@gmx.ch</a>	Simone Caderas Hebamme/Bebo-Kursleiterin	081 641 00 44 079 772 79 90
<b>Engadin</b> Privatlektionen	Rückbildung nach Bebo-Konzept	in Absprache	<a href="http://www.umenhofer.ch">www.umenhofer.ch</a>	Gerda Umenhofer-Härtsch Hebamme/Bebo-Kursleiterin	081 850 01 77
<b>Jenaz</b> Hebammenpraxis	Rückbildung nach der Geburt	Montag 15:30 - 16:30 h	<a href="mailto:ursula.vonallmen@hebammen-naturheilpraxis.ch">ursula.vonallmen@hebammen-naturheilpraxis.ch</a> <a href="http://www.hebammen-naturheilpraxis.ch">www.hebammen-naturheilpraxis.ch</a>	Ursula von Allmen Hebamme / Naturheilpraktikerin	081 332 54 49 079 437 48 93
<b>Maienfeld</b>	Rückbildungs- & Beckenbodentraining	Freitag 09:00 - 10:00 h	<a href="mailto:simone.caderas@gmx.ch">simone.caderas@gmx.ch</a>	Simone Caderas Hebamme/Bebo-Kursleiterin	081 641 00 44 079 772 79 90
<b>Scharans</b> Stiftung Scalottas	Aquafit nach der Geburt	Mittwoch 20:00 - 21:00 h	<a href="mailto:leparpan@bluewin.ch">leparpan@bluewin.ch</a> <a href="http://www.spitalthusis.ch">www.spitalthusis.ch</a>	Letizia Parpan Hebamme/Bebo-Kursleiterin	081 641 24 42 079 549 86 93

### Links Weitere Kursangebote im Kanton

Ort	Kursart	Homepage
<b>Chur</b> Kantonsspital	Rückbildung	<a href="http://www.ksgr.ch">www.ksgr.ch</a>
<b>Chur</b> Kraftwerk	Beckenboden-Gesundheitstraining	<a href="http://www.beckenboden.com">www.beckenboden.com</a>
<b>Chur</b> Studio Nausikää	Schwangerschafts- Rückbildung	<a href="http://www.ideogym.ch">www.ideogym.ch</a>
<b>Davos</b> Spital Davos	Rückbildungsgymnastik	<a href="http://www.spitaldavos.ch">www.spitaldavos.ch</a>
<b>Thusis</b>	Beckenbodenkurs/ Rückbildungskurs mit Baby	<a href="http://www.beckenboden.com">www.beckenboden.com</a>