

# Ambulante Wochenbettpflege

---

Hebamme finden unter folgendem Link:

**[www.sanktgaller-hebammen.ch](http://www.sanktgaller-hebammen.ch)**

## Geburtsvorbereitung

<p><b>Regula Willi</b> Melserstr. 20 7323 Wangs 081 723 68 63</p>	<p><b>Hypnobirthing/Schwangerschafts- meditationen</b> Martina Rupp, dipl. ganzheitlicher Persönlichkeitscouch Chiropraxis Bad Ragaz, Floraweg 7 7310 Bad Ragaz 078 754 03 31</p>
<p><b>Hypnobirthing</b> Anneliese Balmer Dipl. Bewegungs- und Tanztherapeutin Fussreflexzonentherapeutin 079 677 25 02 <a href="http://www.bewegentanzensein.ch">www.bewegentanzensein.ch</a></p>	<p><b>Ursi Castelberg</b> Alvierstrasse 32 7324 Vilters 079 523 46 45 <a href="mailto:sum.castelberg@bluemail.ch">sum.castelberg@bluemail.ch</a></p>
<p><b>Hatha Yoga Schule Mels</b> Schwangerschaftyoga Oberdorfstrasse 24 8887 Mels <a href="mailto:info@hatha-yogaschule.ch">info@hatha-yogaschule.ch</a> 079 814 68 38</p>	<p><b>Kantonales Spital Grabs</b> Heidi Keller/Andrea Baumann Spitalstrasse 44 9472 Grabs <a href="mailto:hebamme.keller@bluewin.ch">hebamme.keller@bluewin.ch</a> <a href="mailto:anbaumann@hotmail.com">anbaumann@hotmail.com</a></p>
<p><b>Fabienne Schaffhauser</b> <a href="http://www.hebammehoch2.ch">www.hebammehoch2.ch</a> 078 616 81 85</p>	<p><b>Romana Planitzer-Candrian</b> 078 746 60 36</p>

# Rückbildung

<p><b>Mamiform Rückbildung</b> Jeannine Müller dipl. Physiotherapeutin FH Floraweg 7 7310 Bad Ragaz www.mamiform.ch 079 243 10 93 jeannine@mamiform.ch</p>	<p><b>Bewegungsstudio move</b> Valenserstrasse 1 7310 Bad Ragaz 079 596 94 52</p>
<p><b>Hebamme2</b> Fabienne Lampert und Tantjana Stricker Fabrik Zeughausstrasse 27 8887 Mels www.hebammehoch2.ch/rueckbildung/ www.fabrik-mels.ch</p>	<p><b>Lifemove – Pilates Rückbildung</b> Carmen M. Gmünder "Flumserei" Bergstrasse 31 C 8890 Flums 078 914 94 00</p>
<p><b>Beckenbodentraining</b> Renate Schmid-Baltisser dipl. Beckenboden-Kursleiterin Ernährungsberaterin SHS Fläscherstr. 30 7310 Bad Ragaz Frauen ab 12 Wochen nach Geburt 081 330 75 40 www.ganzheitlichessen.ch rr.schmid@sunrise.ch</p>	<p><b>Schwangerschafts-Rückbildungskurs</b> Frauenpraxis Sargans Andrea Mächler Ragazerstrasse 29 7320 Sargans 079 381 66 36</p>
<p><b>Praxis für medizinische Massage</b> Susanne Amador Platz 10 8887 Mels 078 660 51 33</p>	