



KIGG

Kölner Institut
für Ganzheitliche Gesundheit

Und der ganze Mensch steht im Mittelpunkt

| Akupunktur | Osteopathische Medizin
| Ozontherapie | Eigenbluttherapie
| Leistungsdiagnostik | Sportmedizin
| Raucherentwöhnung | Reisemedizin
| Tauchuntersuchung | Nahrungsergänzung
| Ernährungsberatung | Gewichtsreduktion
| Feldenkrais | Fitness und Prävention
| Sporttherapie | Reha Sportverein
| Massage (TouchLife) | Metabolic Typing
| NLP | Coaching
| Nordic Walking | Skiken | XCO
| Yoga

Und der ganze Mensch steht im Mittelpunkt

Dies ist das Motto des Kölner Instituts für Ganzheitliche Gesundheit KIGG.

Die Bedeutung der Gesundheitsvorsorge nimmt in unserer Gesellschaft einen immer höheren Stellenwert ein. In der heutigen Zeit beinhaltet sie nicht nur die körperliche Fitness, sondern auch den bewussten verantwortungsvollen Umgang mit dem eigenen Körper. Lebensqualität gewinnen und sichern heißt hierbei die Devise.

Gesundheit, Lebensqualität und Leistungsfähigkeit können durch wirksame und möglichst frühzeitig ansetzende Maßnahmen der Prävention und Gesundheitsförderung verbessert werden.

Damit Sie dies in optimaler Weise umsetzen können, helfen wir Ihnen aus unseren Angeboten das individuell Richtige für Sie zu finden und dieses motiviert in die Tat umzusetzen.

Wir freuen uns auf eine positive Zusammenarbeit.

Ihr KIGG – Team

Angebote

Akupunktur | Osteopathische Medizin |
Tauchuntersuchung | Leistungsdiagnostik |
Raucherentwöhnung | Reisemedizin |
Ozontherapie | Eigenbluttherapie |
Nahrungsergänzung

- GP für Allgemeinmedizin & Schmerztherapie
- Therapeuten Dr. med. C. Petry & U. Löffler
- Kostenerstattung teilweise durch gesetzliche Kranken- und Privatversicherungen
- Redwitzstr. 32-34, 50937 Köln,
Fon 0221 4600750,
info@allgemeinmedizin-koeln.com,
www.allgemeinmedizin-koeln.com

Ernährungsberatung | Gewichtsreduktion

- Therapeuten: Dr. C. Petry + U. Löffler - Ärzte, Bernd Küllenberg - Dipl.-Oec. Troph., Diplom-Sportlehrer, Ernährungsberater VDOe, Marion Meurer - Nordic Walking Skike Team
- Ärztliche Untersuchung, Fettanalyse, Laktatleistungsdiagnostik, Ernährungsprotokoll – Auswertung, Ernährungsberatung und Nordic Walking
- Selbstzahler: € 287,-
- Kostenerstattung teilweise durch gesetzliche Kranken- und Privatversicherungen

Feldenkrais

- Therapeutin: Silvia B. Raabe, Feldenkrais-Pädagogin, Dipl. Sportlehrerin, Gymnastiklehrerin, Tanzpädagogin
- Selbstzahler: € 50 für 4 Einheiten
- Kostenerstattung teilweise durch Privatversicherungen
- Zülpicherstr. 318, 50937 Köln,

Fon 0221 5101392,
mail@feldenkrais-koeln.de,
www.feldenkrais-koeln.de

Fitnessstudio | Sporttherapie | Reha-Sportverein Ascot - Fitness & Health Club

- Therapeut: Elmar Haasken, Dipl.-Sportlehrer & Sporttherapeut
- Gesundheits-u. Präventionskurse für Rücken u. Herz-Kreislauf, Aufbautraining n. Verletzungen
- Rehasport für orthopädische, neurologische & internistische Erkrankungen
- 10er-Karten zw. 89,- & 119,- Euro
- Hohenzollernring 95-97, 50672 Köln-Innenstadt (nahe Friesenplatz), Fon 0221 518325, e.haasken@ascot-fitness.de, www.ascot-fitness.de,

Massage (TouchLife)

- Therapeutin: Isabelle Philippson, TouchLife Praktikerin
- Selbstzahler: € 60,- (90Min. Dauer)
- Fon 0221 4539577, Mobil 0146 50130594, massagen.philippson@arcor.de, www.touchlife.de

MetabolicTyping

- Therapeutin: Petra Petry, zert. Metabolic Typing Beraterin
- Individuelle Stoffwechselanalyse mit ausführlicher Erläuterung und Rezeptbuch
- Selbstzahler: € 165
- Aachener Str. 456, 50933 Köln, Fon 0221 5341377, www.praxis-petry.com

NLP | Coaching

- Therapeut: José Razoos und Team, NLP Lehrtrainer
- Selbstzahler: € 60,- (60Min. Dauer)
- Wiener weg 2, 50858 Köln, rose@razoos.de, www.nlp-mit-herz.de

Nordic Walking | Skiken | XCO

- Trainer: Marion Meurer
Nordic Walking Skike Team, Lizenzierte Nordic Walking und Skike Trainerin
- NW: 4 Kurseinheiten a 2 Stunden: € 89,-
- Kostenerstattung teilweise durch gesetzliche Kranken- und Privatversicherungen
- Skiken - Einsteigerkurs 3 Stunden: € 60,-
- Selbstzahler
- Fon 02233 400144, info@nws-team.de, www.nws-team.de

Yoga

- Therapeutin: Martina Wesselmann-Lang, Yogalehrerin BYY e.V.
- Selbstzahler: € 50 für 4 Einheiten
- Zülpicherstr 318, 50937 Köln, Fon 0221 43082519, info@open-yoga.de, www.open-yoga.de

Anschrift

Redwitzstr. 32-34, 50937 Köln-Sülz
Fon 0221 46007520 | Fax 0221 46007529
www.kigg-koeln.com | info@kigg-koeln.com

Öffnungszeiten

Montag – Freitag 9.00 - 12.00 Uhr
Montag, Dienstag, Donnerstag 16.00 - 18.00 Uhr

Anfahrtsskizze



KIGG | Kölner Institut für Ganzheitliche Gesundheit
Inh. M. Petry –GBR | Deutsche Apotheker- und
Ärztebank - BLZ 300 606 01 - KNO 000 6700 969 |
Steuer-Nr.: 219/5168/1603