



# Gruppenfitnessplan

Stand 7/19

**Fit-Life Fitnessclub**  
**Von-Brug-Straße 7-11**  
**82467 Garmisch-Part.**

T. 0 88 21 – 94 84 81  
 fitlife@fitlife-gap.de  
 www.fitlife-gap.de

## Öffnungszeiten

Montag 8:30 – 22:00  
 Dienstag 7:00 – 22:00  
 Mittwoch 8:30 – 22:00  
 Donnerstag 7:00 – 22:00  
 Freitag 8:30 – 22:00  
 Samstag 9:00 – 12:00  
 15:00 – 20:00  
 Sonn- und  
 Feiertag 15:00 – 20:00

## Kinderbetreuung

Montag 8:30 – 11:30  
 17:00 – 19:30  
 Dienstag 8:30 – 11:30  
 Mittwoch 8:30 – 11:30  
 Donnerstag 8:30 – 11:30  
 Freitag 8:30 – 11:30  
 Samstag 16:45 – 19:45  
 In den Schulferien entfällt die  
 Kinderbetreuung am Montag  
 Nachmittag!

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
	08:45 – 09:30 Uhr Reha	08:00 – 08:45 Uhr Reha	09:00 – 10:00 Uhr Bauch-Beine-Po	08:45 – 09:30 Uhr Reha	09:00 – 10:00 Uhr Indoor Cycling	
	09:30 – 10:30 Uhr Body Pump	09:00 – 10:00 Uhr Pilates	10:00 – 11:00 Uhr Yoga	09:30 – 10:00 Uhr Bauchtraining	10:00 – 11:00 Uhr Yoga	
	10:30 – 11:30 Uhr Body Balance			10:00 – 11:00 Uhr Wirbelsäulen- Gymnastik	11:00 – 11:45 Uhr Reha – Innere Medizin	
			15:00 – 15:45 Uhr Reha			
	17:15 – 18:00 Uhr Step	17:15 – 18:00 Uhr Reha		17:15 – 18:00 Uhr Reha		17:00 - 18:00 Uhr Body Pump
	18:00 – 19:00 Uhr Body Pump	18:00 – 18:45 Uhr Body Attack	18:00 – 19:00 Uhr Body Pump	18:00 – 19:00 Uhr Body Attack		18:00 – 19:00 Uhr Body Balance
	19:05 – 20:05 Uhr Indoor Cycling	18:45 – 19:30 Uhr Bauch-Beine-Po	19:05 – 20:05 Uhr Indoor Cycling	19:00 – 20:00 Uhr Body Balance		
		19:30 – 20:30 Uhr Sivananda Yoga			19:00 – 20:30 Uhr Sivananda Yoga	

Alle Kurse finden ab 3 Personen statt. Eine Änderung der Stunden ist vorbehalten – bitte beachten Sie hierzu die Aushänge im Studio sowie die Ankündigungen auf unserer App!