

2026

1

gültig ab 1. Januar



DORI *Vita*

DORIVITACARD



DoriVitaCard

auch ohne 'Sport & Wellness' Mitgliedschaft erhältlich.

Ihre Vorteile

- Mindestens 10 % auf alle Tageskarten, 12er Karten und Getränke

Weitere Informationen erhalten Sie an der Rezeption.

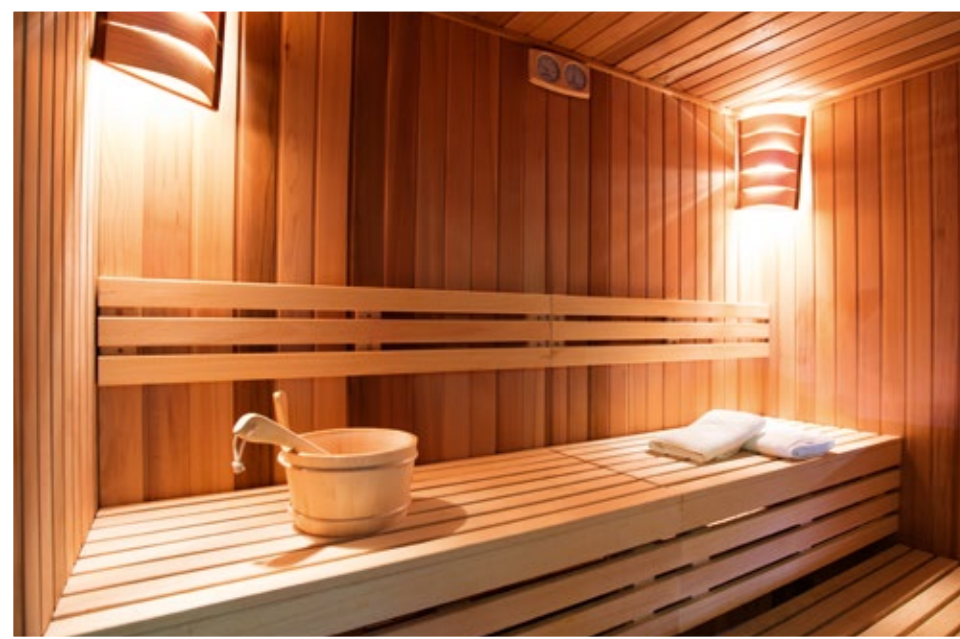
Ihre DoriVitaCard für 5 € im Monat

DoriVitaCard Erstellung
gegen einmalige Gebühr von 20 €

INHALTSVERZEICHNIS

DoriVitaCard	2
DoriVita A-Z	7
Kurse A-Z	16
Kursplan	18
Die Mitgliedsbeiträge	22
Die Pakete	23
Tarife Tennis	24
Tarife Einzeleintritt	27
Tarife 12er Karte	27
Bader Gesundheitszentrum	28
Öffnungszeiten an Feiertagen	30

Alle Preisangaben in Euro



DORI *Vita*



DORIVITA VON A BIS Z

Aroma & Licht Sauna

In der Aroma & Licht Sauna, die 65°C warm ist, setzen wir die besondere Wirkung von Farben und Düften aktiv ein.

Die Haut nimmt 80% der Farbstrahlung ihrer Umgebung auf und gibt sie über spezielle Zellen an das Gehirn weiter. Dabei lassen sich mit verschiedenen Farben ganz unterschiedliche Wirkungen auf Körper und Geist erzielen. Ideal ist eine Ergänzung der Farbtherapie mit Aromen – wie z. B. dem belebenden Limonenduft. Entspannung pur!

AquaGym

Beim Aquagym gehen Stress und überschüssige Pfunde baden. Wirbelsäule, Sehnen und Gelenke werden besonders geschont. Gleichzeitig sorgt aber gerade der natürliche Widerstand des Wassers dafür, dass Ihre Muskulatur stärker beansprucht und gekräftigt wird.

Badelandschaft

Unsere großzügig angelegten Badelandschaften verwöhnen Sie mit angenehm 29°C warmem Wasser. Die Gegenstromanlage fördert Ihre Ausdauer, eine Wasserfallmassage oder die Wirbelstromliegen garantieren Ihre Entspannung.

Bar

Hier führen wir den Wellnessgedanken konsequent weiter. An unserer Bar versorgen wir Sie mit einer großen Getränkeauswahl bei Ihrem Besuch.

DORIVITA VON A BIS Z

Cardiofitness

Stärken Sie Ihr Herz-Kreislauf-System nachhaltig mit unseren speziellen Cardiofitness-Geräten.

Trainieren Sie mit der richtigen Belastungsintensität in Ihrem persönlichen Herzfrequenzbereich. Steigern Sie Ihre Kondition und Ausdauer, aber ohne Überbelastung. Genießen Sie hierbei den Ausblick auf die schöne Natur rund um Garmisch-Partenkirchen.

Dampfbad 45°C

Das Dampfbad erzeugt durch 45°C Wärme und 100% relative Luftfeuchtigkeit eine besonders wohltuende, feuchte Atmosphäre, die Schmerzen verringern, den Körper entspannen und entkrampfen kann. Tiefes Durchatmen lindert Nebenhöhlenerkrankungen, Erkältungssymptome und allergische Reaktionen wie zum Beispiel den Heuschnupfen. Stoffwechsel und Durchblutung des ganzen Körpers werden angeregt und Ihre Haut wird besonders zart.

Finnische Sauna

In Finnland gehört die Sauna zu jedem Haus.

Ihre vorbeugende und heilende Kraft ist dort seit Langem bekannt. Typisch für diesen Saunatyp ist die hohe Temperatur zwischen 85°C und 95°C bei einer relativ geringen Luftfeuchtigkeit von nur ca. 10 - 30 %. Klassische Menthol- und Eukalyptusaufgüsse sowie erfrischend fruchtige Obstaufgüsse verstärken die positive Wirkung. **Freuen Sie sich auf unsere nagelneue KLAFS PROFI 90°C Sauna mit Zirbelkieferverkleidung, Aufgussautomat und Sunset Beleuchtung.**





DORIVITA VON A BIS Z

Fußwärmbecken

Regelmäßige Saunagänger kennen sie, die Fußwärmbecken. Beim Saunabad werden sie für Wechselbäder oder auch zum Aufwärmen genutzt.

Gesundheits-Check

Wir ermitteln im Gesundheits-Check Daten wie Blutdruck, optimale Herzfrequenz und viele Faktoren mehr, um Ihren ganz persönlichen Trainingsplan zu erstellen. Professionelle Trainer und Therapeuten betreuen Sie, bearbeiten, überwachen und verbessern Ihre Trainingspläne. Individuelle Betreuung rund um die Uhr!

Holiday Card

Sie gehen in Urlaub?

Und Ihre Mitgliedschaft bleibt hier! Kein Problem! Dann lassen Sie doch einfach Freunde oder Familie für sich trainieren. Informieren Sie sich bei Ihrem Trainer oder an der Rezeption.

Kinder im DoriVita

Trainingsfläche:

Zutritt für Jugendliche unter 16 Jahren nicht gestattet.

Schwimmbad:

Zutritt unter 16 Jahren nur in Begleitung eines Erziehungsberechtigten möglich.

Saunalandschaft:

Zutritt ab 16 Jahren, Kindersauna täglich von 15 bis 17 Uhr nur in Begleitung eines Erziehungsberechtigten und mit Einverständniserklärung* möglich.

*Die Einverständniserklärung erhalten Sie an unserer DoriVita Rezeption

DORIVITA VON A BIS Z

Krafttraining

Krafttraining bringt mehr als gute Formen.

Eine gut ausgebildete Muskulatur im ganzen Körper verhindert Haltungsschäden und beugt z.B. Rückenbeschwerden und Arthrosen vor. Unsere modernen Kraftgeräte ermöglichen ein besonders gelenkschonendes Training.

Kurse mit viel Platz und guter Luft

Von Aqua Gym bis Zumba gibt's im DoriVita alles! Schauen Sie doch mal in den Kursplan oder in die App.

Powerplate

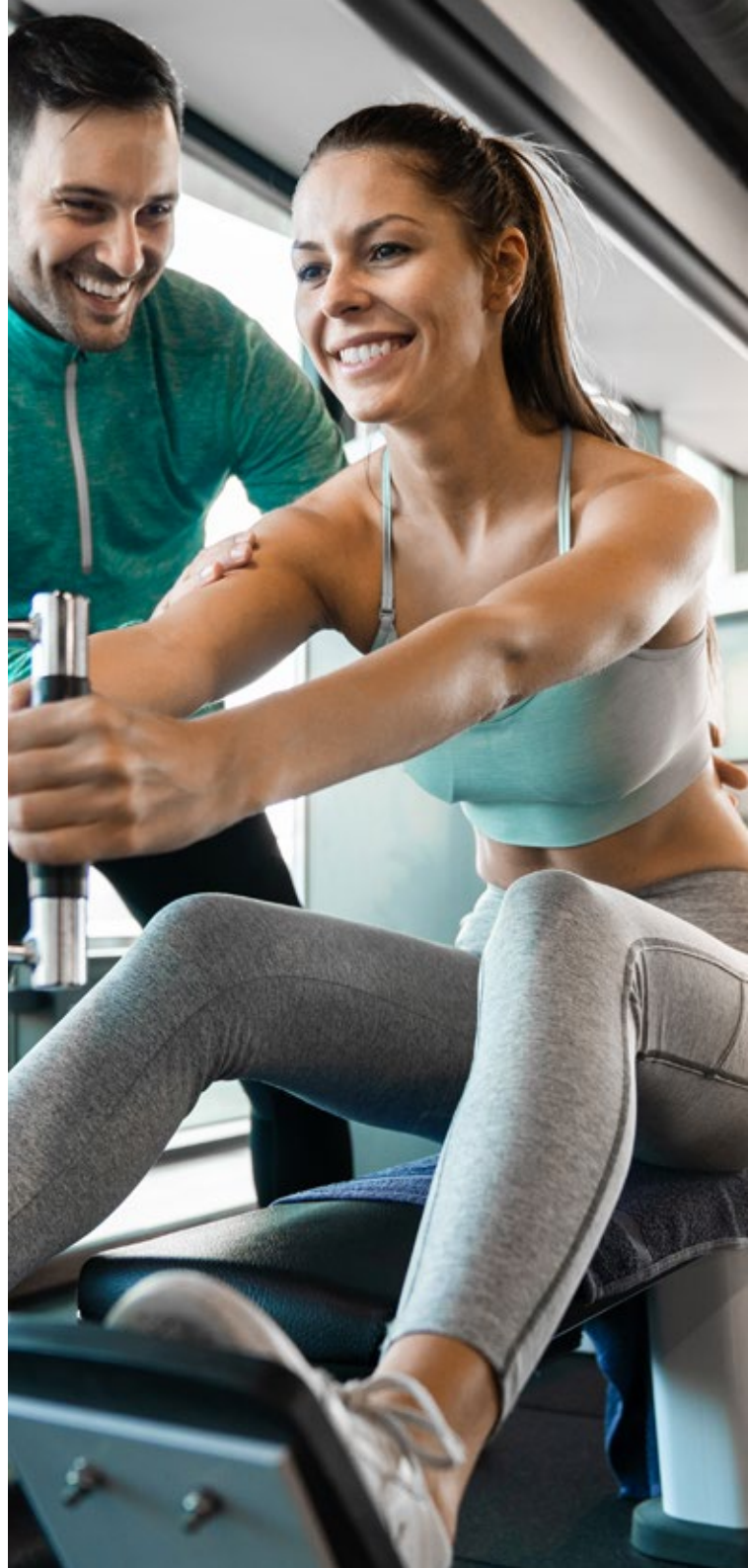
Das effektive und gelenkschonende Vibrationstraining auf der Powerplate bietet neben Kräftigung der Tiefenmuskulatur auch eine Verbesserung der Beweglichkeit, unterstützt den Fettabbau und stärkt das Bindegewebe. Das etwas 'andere' Ganzkörpertraining: Ideal für alle, die wenig Zeit haben, diese aber effektiv nutzen möchten.

Relaxen

Entspannen und erholen Sie sich inmitten unserer wunderschönen Badelandschaft.

Tauchbecken

Tauchen Sie ein in eiskaltes Frischwasser und erleben Sie Erfrischung total.





DORIVITA VON A BIS Z

Tennis

Erleben Sie das Tennisgefühl der besonderen Art.

Spiele Sie auf auf King Size Plätzen mit ausreichender Bewegungsfreiheit zu allen Seiten. Der besondere Aufbau des Hallenbodens verringert die Belastung von Muskeln, Bändern und Gelenken. Spielvergnügen ohne Reue!

TRX – Functional Training

TRX begleitet Sportler:innen auf dem Weg zu ihren Zielen. Mit einer Variationsvielfalt aus über 300 Übungen werden Kraft, Koordination, Beweglichkeit und Rumpfstabilität gleichzeitig trainiert. Das eigene Körpergewicht kommt permanent als Trainingswiderstand zum Einsatz und die hohe Intensität ermöglicht ein Ganzkörper-Workout auf jedem Fitnesslevel.

Whirlpool 37°C

Im Hot Whirlpool entspannen Sie in prickelndem, 37°C warmem Wasser. Durch die modernste Technik ist absolute Hygiene gewährleistet!

Yoga

Sanfte Bewegungsformen, Entspannungs- und Atemübungen verhelfen zu einem neuen Körperbewusstsein. Bitte warme Socken nicht vergessen.

KURSE VON A BIS Z

Aqua Gym

Fit ins Wochenende

Full Body

Meditation &
Entspannung

Pilates

Wirbelsäulengymnastik

Yoga



DIE APP

Laden Sie sich die App 'DoriVita' herunter und erhalten Sie regelmäßig News und Infos wie Kursplanänderungen, Events, Offerten & mehr.



KURSPLAN

gültig ab 1. Januar 2026

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
10.00-10.45 Wirbelsäulengymnastik	09.00-10.00 Pilates	10.15-11.15 Yoga	09.00-10.00 Full Body	10.00-10.45 Wirbelsäulengymnastik
11.00-11.30 Aqua Gym				11.00-11.30 Aqua Gym
17.45-18.45 Yoga				
19.00-20.00 Pilates		17.15-18.00 Meditation & Entspannung	19.00-20.00 Yoga	19.00-20.00 Fit ins Wochenende

KURSPLAN

gültig ab 1. Januar 2026

Die Kurse sind auf eine bestimmte Teilnehmeranzahl begrenzt!

Telefonische Anmeldung max. 1 Tag im Voraus unter: 08821 706 620 (Dorint-Zimmerdurchwahl: 620)

Bitte bringen Sie zu den Kursen, wenn möglich, Ihre eigene Yogamatte mit und beachten Sie die Hygieneregeln!



Erhalten Sie Updates zu Änderungen über die DoriVita App.

LEGENDE

KRAFT

**Ganzheitliches Kraft- und Muskelaufbau-
training**

Full Body

Die Verbindung von Elementen aus Body-
styling, Callanetics und Pilates ergeben unter
Verwendung von Kleingeräten eine komplexe
Gymnastikstunde.

Pilates

Fördert die Muskelkontrolle sowie Flexibilität,
Koordination, Kraft, Entspannungsfähigkeit und
eine gesunde Atmung.

ENTSPANNUNG

Vergessen Sie den Alltag!

Meditation & Entspannung

Atemübungen, Meditation und/oder geführte
Tiefenentspannung (Yoga Nidra - "Der erleuch-
tete Schlaf") zur Erholung von Körper und Geist.

Yoga

Atem- und Entspannungsübungen in der Bewe-
gung mit sowohl stärkender, als auch harmoni-
sierender und heilender Wirkung.

LEGENDE

AUSDAUER

**Gelenkschonendes Herz- Kreislauftraining zu
aktueller, toller Musik - mit und ohne Choreo-
graphie.**

Aqua Gym

Gelenkschonendes Kraftausdauertraining so-
wie Rückenkräftigung und Entspannung im
Wasser mit verschiedenen Kleingeräten.

Fit ins Wochenende

Mit einer Kombination aus Kräftigung und
Mobilisierung der Hauptmuskelgruppen, mit
der Hilfe von Kleingeräten, machen wir Sie
bereit für Ihr aktives Wochenende.

Wirbelsäulengymnastik

Kräftigung, Mobilisierung und Dehnung der
Rumpfmuskulatur, um alltäglichen Beschwer-
den der Wirbelsäule zu lindern und vorzu-
beugen.

MITGLIEDSBEITRÄGE

43,50€

4 Wochen

63,50€

4 Wochen

LEISTUNGEN

**2 Pakete
Ihrer Wahl**

**gültig
zu allen
Öffnungszeiten**

Für Studenten,
Schüler & Azubis

LEISTUNGEN

**2 Pakete
Ihrer Wahl**

**gültig
zu allen
Öffnungszeiten**

4-WÖCHENTLICH KÜNDBAR MÖGLICH!

Sie möchten flexibel bleiben?

Dann wählen Sie
die 4-wöchentliche Kündigungsoption
für nur 8,50€ / 4 Wochen

Die Standardlaufzeit beträgt 52 Wochen.

DoriVitaCard einmalig 20€.

Kein Startpaket!

Bei der Wahl von mehr als 2 Paketen
zahlen Sie für jedes weitere Paket
nur 11€ / 4 Wochen

PAKETE



SPORT

- Cardio Training
- Kraft Training
- Functional Training
- bis zu 15 Kurse pro Woche
- Athletic Training
- Sportdrinks



WELLNESS

- Saunalandschaft
- Aufguss-Sauna 90°C
- Licht & Aroma Sauna 65°C
- Dampfbad 45°C
- Whirlpool 37°C
- Relaxen Indoor & Outdoor



SCHWIMMBAD

- Schwimmbad 29°C
- Aquakurse
- Wasserattraktionen
- Große Sonnenterrasse

TENNIS

Spielen Sie auf auf King Size Plätzen mit ausreichender Bewegungsfreiheit zu allen Seiten. Wir bitten Sie frühzeitig einen Platz zu reservieren.

NEU

PROFITIEREN SIE VON UNSEREN NEUEN TENNIS ABOS!

Bei Buchung eines Ganzjahresabos erhalten Sie auf das Sommerabo 50 % Rabatt.

Winterabo | 1. Oktober bis 30. April | 60 min

Sommerabo | 1. Mai bis 30. September | 60 min

Montag - Freitag 7 - 14 Uhr	mit Abo 21,-	mit DC 23,-	ohne DC 25,-
Montag - Freitag 14 - 21 Uhr	mit Abo 27,-	mit DC 29,-	ohne DC 31,-
Samstag, Sonntag & Feiertage 7 - 21 Uhr	mit Abo 27,-	mit DC 29,-	ohne DC 31,-

%

EXKLUSIVE ZUSATZLEISTUNGEN

Tennis-Abonnenten erhalten am Spieltag 50 % Rabatt auf Sauna, Schwimmbad und Fitnessstudio.

DC = DoriVitaCard





EINZELTARIFE

Saunalandschaft Fulltime Last Minute Eintritt nach 19:00 Uhr	mit DC 17,- 9,-	ohne DC 19,- 10,-
Trainingsfläche	mit DC 12,50	ohne DC 14,-
Schwimmbad Daytime Eintritt vor 14 Uhr Fulltime Eintritt nach 14 Uhr	mit DC 6,50 7,50	ohne DC 8,- 9,-
Wellnesstag Trainingsfläche, Saunalandschaft, Schwimmbad	mit DC 24,-	ohne DC 27,-

12ER KARTEN

Saunalandschaft Fulltime Last Minute	mit DC 170,- 90,-	ohne DC 190,- 100,-
Trainingsfläche	mit DC 125,-	ohne DC 140,-
Schwimmbad Daytime Fulltime	mit DC 65,- 75,-	ohne DC 80,- 90,-
Wellnesstag	mit DC 240,-	ohne DC 270,-

GESUNDHEITZENTRUM BADER

Bader Gesundheitszentrum im Dorint Sporthotel Garmisch-Partenkirchen

Der Weg zu Wohlbefinden und Vitalität auf qualifizierter medizinischer Basis.

Physische und mentale Leistungsfähigkeit sind die Basis für Gesundheit, Wohlbefinden und Erfolg. Wer Kopf und Körper fordert, muss beides auch fördern und trainieren. Als Ausgleich für permanenten Stress, Einsatz und oft einseitige Beanspruchung braucht der Mensch ein Regulativ, um mit sich im Einklang zu sein.

Das ist das Konzept vom Bader Gesundheitszentrum der besonderen Art, das Sie zu mehr Vitalität und Lebensfreude führt.



GESUNDHEITZENTRUM BADER

Vertrauen Sie auf die klassischen Möglichkeiten der physikalischen Therapie und der Physiotherapie.

Massagen

Med. Teilmassage	30 Min.	45,-
Med. Ganzkörpermassage	50 Min.	65,-
Fußreflexzonenbehandlung	30 Min.	45,-

Weitere Behandlungen

Lymphdrainage Ganzbehandlung	40 Min.	50,-
Lymphdrainage Teilbehandlung	30 Min.	40,-

Physiotherapie

Manuelle Therapie	30 Min.	45,-
Bewegungsbad	20 Min.	35,-
K-Taping	ab	15,-
Wirbelsäulenbehandlung Dorn	30 Min.	48,-

Wärmebehandlungen

Heilerde Fango		16,-
Heißluftbehandlung Rotlicht		12,-
'Zugspitz'-Packung		19,-

Energiemassage 'Alpspitze'

Med. Rückenmassage &	30 Min.	
Fußreflexzonenbehandlung	30 Min.	85,-

Regeneration 'Zugspitze'

Med. Ganzkörpermassage &	40 Min.	
Fußreflexzonenbehandlung	30 Min.	109,-

Hotelgäste vereinbaren ihren persönlichen Behandlungstermin im Gesundheitszentrum Bader bitte unter der Rufnummer 707.

Gesundheitszentrum Bader im DoriVita

Mittenwalder Straße 59 | D-82467 Garmisch-Partenkirchen

Fon 08821.706707 | Fax 08821.706703

E-Mail: info@bader-gesundheitszentrum.de

ÖFFNUNGSZEITEN AN FEIERTAGEN 2026

Feiertag	Wochentag	Datum	Trainingsfläche	Sauna	Schwimmbad
Neujahr	Donnerstag	1. Januar	10 - 18 Uhr	15 - 20.30 Uhr	7 - 20.30 Uhr
Hl. Drei Könige	Dienstag	6. Januar	10 - 18 Uhr	15 - 20.30 Uhr	7 - 20.30 Uhr
Karfreitag	Freitag	3. April	10 - 18 Uhr	15 - 20.30 Uhr	7 - 20.30 Uhr
Ostersonntag	Sonntag	5. April	10 - 18 Uhr	15 - 20.30 Uhr	7 - 20.30 Uhr
Ostermontag	Montag	6. April	10 - 18 Uhr	15 - 20.30 Uhr	7 - 20.30 Uhr
Tag der Arbeit	Freitag	1. Mai	10 - 18 Uhr	15 - 20.30 Uhr	7 - 20.30 Uhr
Christi Himmelfahrt	Donnerstag	14. Mai	10 - 18 Uhr	15 - 20.30 Uhr	7 - 20.30 Uhr
Pfingstsonntag	Sonntag	24. Mai	10 - 18 Uhr	15 - 20.30 Uhr	7 - 20.30 Uhr
Pfingstmontag	Montag	25. Mai	10 - 18 Uhr	15 - 20.30 Uhr	7 - 20.30 Uhr
Fronleichnam	Donnerstag	4. Juni	10 - 18 Uhr	15 - 20.30 Uhr	7 - 20.30 Uhr
Maria Himmelfahrt	Freitag	15. August	10 - 18 Uhr	15 - 20.30 Uhr	7 - 20.30 Uhr
Tag d. dt. Einheit	Samstag	3. Oktober	10 - 18 Uhr	15 - 20.30 Uhr	7 - 20.30 Uhr
Allerheiligen	Sonntag	1. November	10 - 18 Uhr	15 - 20.30 Uhr	7 - 20.30 Uhr
Heiligabend	Donnerstag	24. Dezember	10 - 16 Uhr	10 - 15.30 Uhr	7 - 15.30 Uhr
1. Weihnachtstag	Freitag	25. Dezember	10 - 18 Uhr	15 - 20.30 Uhr	7 - 20.30 Uhr
2. Weihnachtstag	Samstag	26. Dezember	10 - 18 Uhr	15 - 20.30 Uhr	7 - 20.30 Uhr
Silvester	Donnerstag	31. Dezember	10 - 16 Uhr	10 - 15.30 Uhr	7 - 15.30 Uhr
Neujahr	Freitag	1. Januar 2027	10 - 18 Uhr	15 - 20.30 Uhr	7 - 20.30 Uhr

SCHNELL GEFUNDEN!

Öffnungszeiten & Anfahrt

Badelandschaft täglich

Mo - So 7.00 - 20.30 Uhr

Sauna täglich

Mo - So 13.00 - 20.30 Uhr

Trainingsfläche

Mo - Fr 7.00 - 21.00 Uhr

Sa & So & Feiertage 10.00 - 18.00 Uhr

Die Saunaöffnungszeiten können saisonal und wetterbedingt variieren.



P Kostenfreie Parkplätze

In unserer Tiefgarage parken Sie kostenlos

DoriVita Sport & Wellness

im Dorint Sporthotel

Mittenwalder Straße 59

82467 Garmisch-Partenkirchen

Fon 08821.706-620

Clubleiter: Leopold Rauch

E-Mail: Leopold.Rauch@dorivita.com

www.dorivita.com



Immer aktuell
mit der DoriVita-App

Erwerben Sie Ihren Gutschein unter
www.gurado.de/dorivita-garmisch oder direkt bei uns im Club.