

MONTE·CARLO
SOCIÉTÉ DES BAINS DE MER

ACTIVITÉS NAUTIQUES & SPORTIVES

WATER & SPORT ACTIVITIES



MONTE
CARLO
BEACH

SPORTS NAUTIQUES

WATER SPORTS



SEUL OU À PLUSIEURS, FAITES LE PLEIN DE SENSATIONS SUR L'EAU, EN TOUTE SÉCURITÉ.

ALONE OR AS A GROUP, COME AND EXPERIENCE UNFORGETTABLE SENSATIONS IN TOTAL SAFETY.

01 / LE PÉDALO

À deux ou à quatre, profitez d'une balade au fil de l'eau, en session de 30 minutes à 2 heures.

PEDALO

For two or four guests, enjoy a smooth ride upon the Mediterranean sea water, from 30 minutes to 2 hours sessions.

02 / LE PADDLE

Parcourez la baie du Beach Club dans une ambiance sportive.

PADDLE BOARD

Cross the Beach Club Bay in a sporty atmosphere.

03 / LE KAYAK

Seul ou à deux pour des sessions dynamiques, de 30 minutes à 2 heures.

KAYAK

From one or two riders for dynamic sessions, from 30 minutes to 2 hours.

04 / LE JET-SKI EN LOCATION

Seul ou à deux, découvrez les joies de piloter un puissant jet-ski, en session de 20 ou 30 minutes.

RENT A JET-SKI

For one or two riders, introduction to the joys of driving a powerful jet-ski, of 20 or 30 minutes sessions.

05 / LE JET-SKI EN RANDONNÉE

En 1h ou 1h30, découvrez la Côte d'Azur lors d'une randonnée accompagnée d'un moniteur, avec pause collation.

JET-SKI EXCURSION

In 60 or 90 minutes, discover the French Riviera on an excursion escorted by an instructor, with a refreshing break.

06 / LA TORPILLE

Chevauchez-la et laissez-vous emporter dans un rodéo aquatique.

BANANA BOAT

Sit astride your "banana" and let yourself be whirled away for a rodeo on the waves.



09

10

11 / 12

13

07 / LE PARACHUTE ASCENSIONNEL*

En solo, en tandem, à trois ou quatre, survolez un des sites les plus prestigieux de la Côte d'Azur. À partir de 5 ans.

PARACHUTE RIDES*

Alone, in tandem, as a trio, or four guests, fly over one of the French Riviera's most prestigious sites.
From 5 year-olds upwards.

* Le poids des participants ne peut excéder 200 kg.
Riders weight must not exceed 200 kg.

08 / E-FOIL

Un sentiment de liberté en volant au-dessus de l'eau, avec un guidon pour l'équilibre et la stabilité.

E-FOIL

Feel the freedom of flying over water, with handlebars for balance and stability.

09 / LES BOUÉES TRACTÉES

Embarquez et découvrez le phénomène de la force centrifuge.
À partir de 2 personnes.

DONUT

Jump onboard and discover the phenomenon of centrifugal force.
From 2 people.

10 / SOFA

Glissez et sautez de vague en vague installé sur ce fauteuil géant.

SOFA

You'll slide and leap from wave to wave on this giant armchair.

11 / LE WAKE BOARD

Ridez derrière un correct craft muni d'une tour, des moniteurs vous feront évoluer et progresser.

WAKE BOARD

Ride behind a correct craft with a device that will bring you high over the waves. Instructors will train you and make you improve.

12 / LE SKI NAUTIQUE

Si vous débutez, un moniteur diplômé d'état vous accompagne dans l'eau.
À partir de quatre ans.

WATER SKI

If you're a beginner, an instructor with a State diploma will accompany you in the water.
From 4 year-olds upwards.

13 / LE WAKE SURF

Surfez dans le sillage du bateau sur une vague infinie, une véritable sensation de liberté.

WAKE SURF

Surf on an endless wake wave - a fantastic feeling of freedom!

ACTIVITÉS SPORTIVES

SPORT ACTIVITIES



AQUABIKE

Activité qui consiste à pédaler dans l'eau en musique sur un vélo immergé. Permet de remodeler et d'affiner la silhouette en se musclant grâce à la résistance de l'eau.

AQUABIKE

Activity which consists in riding an immersed bike in a swimming pool with music. It remodels the silhouette by developing the muscle thanks to the resistance of the water.

COURS DE NATATION

Pour les enfants et les adultes. Initiation et perfectionnement. En piscine ou en mer. Préparation pour les compétitions de natation des mois de juillet et août.

SWIMMING LESSONS

For children and adults. For beginners and adepts. In a swimming pool or in the sea. Training for swimming tournaments taking place on July and August.

FITNESS

Salle de fitness équipée de machines "dernières générations" pour un renforcement musculaire complet.

FITNESS

Gym with latest-generation equipment for all-round body conditioning.

PADEL

Un sport de raquette fun et accessible, entre tennis et squash, idéal pour jouer à deux ou à quatre.

PADEL

A fun and accessible racket sport for two or four players that's midway between squash and tennis.

CIRCUIT TRAINING

Enchaînement d'exercices variés pour un entraînement complet, dynamique et efficace.

CIRCUIT TRAINING

A series of different exercises for a complete, dynamic and effective workout.

WORKOUT

Des exercices ciblés pour tonifier et sculpter l'ensemble du corps à votre rythme.

WORKOUT

Targeted exercises to tone and sculpt the entire body at your own pace.

PILATES

Une méthode douce qui renforce les muscles profonds, améliore la posture et l'équilibre.

PILATES

A gentle method designed to strengthen core muscles and improve posture and balance.

YOGA

Pratiquez différents styles de yoga (Hatha, Vinyasa Flow, Kids, Family) pour allier souplesse, calme et énergie.

YOGA

Practice different styles of yoga (Hatha, Vinyasa Flow, Kids, Family) to restore suppleness, energy and a sense of calm.

STRETCHING

Étirements doux pour détendre les muscles, gagner en souplesse et prévenir les tensions.

STRETCHING

Gentle stretching exercises to relax muscles, improve suppleness and ease tension.

TARIFS

R A T E S

ACTIVITÉS NAUTIQUES MOTORISÉES

SKI NAUTIQUE / WATER SKI (10 minutes)

1 tour 2 tickets

SCOOTER ou E-FOIL / JET-SKI or E-FOIL

20 mn 3 tickets

30 mn 4 tickets

ENGINS TRACTÉS (10 minutes)

TOWED DINGHY RIDES

2 pers. 2 tickets

3 pers. 3 tickets

4 pers. 4 tickets

5 pers. 5 tickets

6 pers. 6 tickets

WAKE SURF

20 mn 4 tickets

30 mn 6 tickets

60 mn 10 tickets

RANDONNÉE EN JET-SKI / JET-SKI EXCURSION

Le matin sur réservation / In the morning, upon reservation

Accompagnement par moniteur / Escorted by instructors

1 ou 2 pers. par jet-ski

2 jet-ski minimum

60 mn 5 tickets

90 mn 7 tickets

par jet-ski / per Jet-ski

PARACHUTE ASCENSIONNEL (10 minutes de vol)

PARACHUTE RIDES (10 minutes of flight)

1 pers. 3 tickets

2 pers.* 4 tickets

3 pers.* 5 tickets

4 pers.* 6 tickets

Option Caméra GoPro 1 ticket

*Poids maximum 200 kg / Maximum weight 200 kg

1 ticket : 45 €

20 tickets : 800 € | 50 tickets : 1 900 €

Contact : +33 6 13 45 17 67

Réduction d'un ticket sur toutes les activités effectuées avant midi (hors randonnée en jet-ski et engins tractés).

Save one ticket on all activity done before noon (except for jet-ski excursion and towed dinghy rides).

ACTIVITÉS NAUTIQUES DOUCES

PÉDALO / PEDALO

30 mn 40 €

60 mn 60 €

120 mn 80 €

KAYAK / KAYAK - PADDLE / PADDLE BOARD

30 mn 30 €

60 mn 40 €

120 mn 70 €

ACTIVITÉS SPORTIVES

AQUABIKE / AQUABIKE

Sur réservation / Booking required

Cours collectifs / Group classes - 45 mn 80 €

Cours particuliers / Lessons on request - 45 mn 120 €

Contact : +377 98 06 53 03 / 04

COURS DE NATATION / SWIMMING LESSONS

Cours particuliers / Private lessons - 30 mn 80 €

Contact : +377 98 06 53 03 / 04

FITNESS / FITNESS

Cours particuliers / Private lessons - 1h 100 €

Contact : +377 98 06 57 73

PADEL / PADEL

Accès aux pistes / Access to the slopes - 1h30

Membres du club et accompagnants par pers. 15 €

Club members and accompanying persons

Clients du Beach Club à la journée par pers. 25 €

Beach Club guests per day

Coaching - 1h30

Cours collectif / Group classes par groupe 200 €

Cours particuliers / Private lessons 150 €

Contact : +377 98 06 57 73

CIRCUIT TRAINING / CIRCUIT TRAINING

WORKOUT / WORKOUT - PILATES / PILATES

YOGA / YOGA - STRETCHING / STRETCHING

Cours collectifs / Group classes - 1h par pers. 50 €

Cours particuliers / Private lessons - 1h 100 €

Contact : +377 98 06 57 73

Cours dispensés par des moniteurs diplômés.

Lessons given by certified instructors.



MONTE-CARLO

SOCIÉTÉ DES BAINS DE MER



MONTE-CARLO BEACH

AVENUE PRINCESSE GRACE - 06190 ROQUEBRUNE-CAP-MARTIN