

MONTE·CARLO  
SOCIÉTÉ DES BAINS DE MER

# ACTIVITÉS NAUTIQUES & SPORTIVES

W A T E R   S P O R T S



MONTE  
CARLO  
BEACH

# SPORTS NAUTIQUES

WATER SPORTS



04

05

06

07

SEUL OU À PLUSIEURS VENEZ DÉCOUVRIR DES SENSATIONS INOUBLIABLES EN TOUTE SÉCURITÉ, COOL POUR LA FAMILLE ET FUN POUR LES SPORTIFS.

ALONE OR AS A GROUP, COME AND EXPERIENCE UNFORGETTABLE SENSATIONS IN TOTAL SAFETY, RELAX FOR THE FAMILY, FUN FOR FANS OF SPORT.

## 01 / LE PÉDALO

A 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

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.



08

09

10 / 11

12

**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 / LES BOUÉES TRACTÉES**

Embarquez et découvrez le phénomène de la force centrifuge.

**DONUT**

Jump onboard and discover the phenomenon of centrifugal force.

**09 / 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.

**10 / 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.

**11 / 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.

**12 / 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!

# COURS DE SPORT

SPORT LESSONS



**Cours dispensés par  
des moniteurs diplômés.  
Lessons given by  
certified instructors.**

## **Cours collectifs**

45 mn sur réservation : **70 €**

**Cours à la demande : 110 €**

Contacter le responsable de bassin

**Tél. : 98 06 53 03 / 04**

**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 on 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 particuliers**

30 mn : **70 €**

Contacter le responsable de bassin

**Tél. : 98 06 53 03 / 04**

**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 in July and August.

---

## **Cours collectifs**

45 mn sur réservation : **70 €**

**Cours à la demande : 110 €**

Contacter le responsable de bassin

**Tél. : 98 06 53 03 / 04**

**AQUAGYM** : Venez goûter aux cours d'aquagym dans la splendide piscine olympique chauffée à l'eau de mer. À pratiquer seul ou entre amis.

**AQUAGYM**: Try the aquagym lessons taking place in the wonderful Olympic sea water warmed swimming pool. To practice alone or with friends.

---

## **À la demande**

le cours : **70 €**

Contacter le coach

**Tél. : 98 06 52 45 / 46**

**FITNESS** : Cours particuliers. Salle de fitness équipée de matériel Technogym.

**FITNESS**: Private lessons. Fitness equipped out with Technogym equipment.

# TARIFS ACTIVITÉS NAUTIQUES

## WATER SPORTS RATES

<b>1 ticket</b>	40 €	:		30 mn	60 mn	120mn
<b>20 tickets</b>	720 €	:	<b>PEDALO</b>	40 €	60 €	80 €
<b>50 tickets</b>	1 700 €	:	<b>PADDLE / KAYAK</b>	30 €	40 €	70 €

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).

### SKI NAUTIQUE / WATER SKI (10 minutes)

1 tour **2 tickets**

### SCOOTER / JET-SKI

20 mn **3 tickets**  
30 mn **4 tickets**

### ENGINS TRACTÉS / TOWED DINGHY RIDES (10 minutes)

1 pers. **1 ticket**  
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 / Accompagnement par moniteur  
In the morning, upon reservation / 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

### PARACHUTE ASCENSIONNEL / PARACHUTE RIDES (10 minutes de vol / 10 minutes of flight)

1 pers. 120 € - **3 tickets**  
2 pers.\* 160 € - **4 tickets**  
3 pers.\* 200 € - **5 tickets**  
4 pers.\* 240 € - **6 tickets**  
Option Caméra GoPro **1 ticket**

\*Poids maximum 200 kg / Maximum weight 200 kg



**MONTE-CARLO**  
SOCIÉTÉ DES BAINS DE MER



**BASE NAUTIQUE MONTE-CARLO BEACH**

AVENUE PRINCESSE GRACE - 06190 ROQUEBRUNE-CAP-MARTIN

T. +377 98 06 53 03 (cours d'aquagym/aquabike - aquagym/aquabike lessons)

T.+377 98 06 52 63 (activités nautiques - water sports)