

MONTE·CARLO  
SOCIÉTÉ DES BAINS DE MER

# ACTIVITÉS NAUTIQUES & SPORTIVES

W A T E R   S P O R T S



MONTE  
CARLO  
BEACH

# COURS DE SPORT

SPORT LESSONS



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

## **Cours collectifs**

45 mn sur réservation : **60 €**

**Cours à la demande : 100 €**

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 : **60 €**

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 on July and August.

---

## **Cours collectifs**

45 mn sur réservation : **60 €**

**Cours à la demande : 100 €**

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 room fitted out with Technogym equipment.

# SPORTS NAUTIQUES

WATER SPORTS



01

02

03

04

05

06

07 / 08

09

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 TO EXPERIENCE UNFORGETTABLE SENSATIONS IN TOTAL SAFETY, RELAX FOR THE FAMILY, FUN FOR FANS OF SPORT.

## 01 / 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, in 20 or 30 minute sessions.

## 02 / LE JET-SKI EN RANDONNÉE

En une heure trente, découvrez la Côte d'Azur, de Monaco à Saint-Jean-Cap-Ferrat, lors d'une randonnée accompagnée d'un moniteur, avec pause collation.

## JET-SKI EXCURSION

In 90 minutes, discover the French Riviera from Monaco to Saint-Jean-Cap-Ferrat on an excursion escorted by an instructor, with a refreshing pause.

## 03 / 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.

## 04 / 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.

\* Cette activité ne peut être incluse dans les formules abonnement. Le poids des participants ne peut excéder 200 kg.  
This activity cannot be included in subscription packages. Rider weight must not exceed 200 kg.

## 05 / LES BOUÉES TRACTÉES

Embarquez et découvrez le phénomène de la force centrifuge.

## DONUT

Jump onboard and discover the phenomenon of centrifugal force.

## 06 / 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.

## 07 / 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.

## 08 / 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.

## 09 / 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!

# TARIFS ACTIVITÉS NAUTIQUES

## WATER SPORTS RATES

1 ticket	40 €	40 tickets*	1 360 €
20 tickets*	720 €	60 tickets*	1 920 €

\* Le parachute ascensionnel ne peut être inclus dans les formules abonnements.

\* Parachute rides cannot be included in subscription packages.

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

Save one ticket on all activities done before noon (except for jet-ski excursion, towed dinghies rides and parachute rides).

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

1 tour **2 tickets**

### SCOOTER / JET-SKI

20 mm **3 tickets**

30 mm **4 tickets**

### ENGINS TRACTÉS / TOWED DINGHIES 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 ET LOCATION DE BATEAU / BOAT RENTAL

20 mm **4 tickets**

30 mm **6 tickets**

60 mm **10 tickets**

### RANDONNÉE EN JET-SKI / JET-SKI EXCURSION

Le matin sur réservation / Accompagnement par moniteur

On morning, upon reservation / Escorted by instructors

1 ou 2 pers. par jet-ski

2 jet-ski minimum

90 mn

**7 tickets**  
par jet-ski

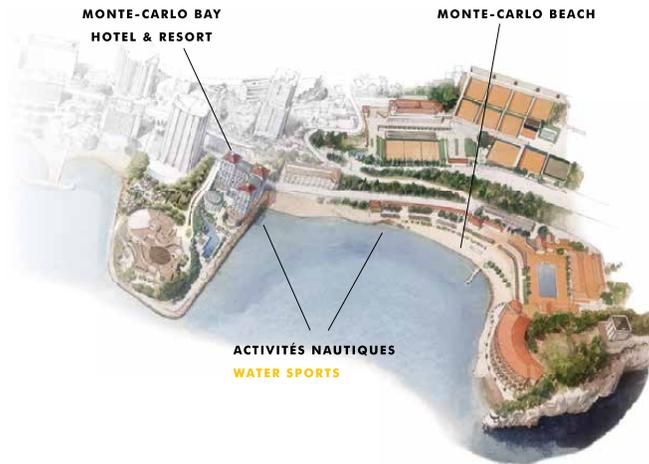
### PARACHUTE ASCENSIONNEL / PARACHUTE RIDES (10 minutes de vol / 10 minutes of flight)

	Juin/septembre June/September	Juillet/août July/August
1 pers.	80 € - <b>2 tickets</b>	120 € - <b>3 tickets</b>
2 pers.*	120 € - <b>3 tickets</b>	160 € - <b>4 tickets</b>
3 pers.*	160 € - <b>4 tickets</b>	200 € - <b>5 tickets</b>
4 pers.*	200 € - <b>5 tickets</b>	240 € - <b>6 tickets</b>

\* 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)