



ACTIVITÉS SPORTIVES DU CLUB

| Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi | Samedi | Dimanche |
|---------------------------------|-------|--|---|---|--|---|
| Padel 9h - 19h30 | | | | | | Tournoi pour débutants 10h30 - 12h - Tournoi pour experts 16h30 - 18h |
| Ping Pong & Babyfoot 9h - 18h30 | | | | | | |
| | | Pilates sur tapis 10h - 11h (1h) | Entraînement en circuit 10h - 11h (1 h) | Hata yoga Thérapie par le son 10h - 11h30 (1 h 30) | Yoga Vinyasa Flow 10h - 11h (1 h) | Séance spéciale abdominaux et fessiers 9h30 - 10h30 (1 h) |
| | | | | | | Aqua Dance 11h - 11h45 (45 min) |
| | | | | | Kids Club by Petit VIP 10h - 18h | Kids Club by Petit VIP 10h - 18h |

Nous vous proposons également des cours avec Coach

(Cours collectifs et individuels padel, partie coachée padel et cours individuels Wellness)

Le Monte-Carlo Beach se réserve le droit de modifier le planning en cas de conditions météorologiques défavorables.