



# LA VAGUE DE SAINT PAUL

HOTEL RESTAURANT



Chemin des Salettes 06570 Saint Paul de Vence  
Contact : [sales@vaguesaintpaul.com](mailto:sales@vaguesaintpaul.com) - 04 92 11 20 00

## Découvrez l'hôtel



Installée depuis 2013 dans un bâtiment emblématique signé André Minangoy, La Vague de Saint-Paul accueille les groupes sportifs dans un cadre propice à la performance et à la détente.

L'hôtel dispose de 50 chambres, dont 6 suites, alliant confort, modernité et sérénité, au cœur d'un écrin de verdure.

Son restaurant, Au Jardin de La Vague, dirigé par le Chef Akhara Chay, propose une cuisine équilibrée aux accents méditerranéens et asiatiques.

Pour vos entraînements et moments de récupération : piscine, tennis, pétanque, spa, salle de fitness et espaces lounge sont à disposition.

Notre équipe veille à offrir souplesse, restauration adaptée et accompagnement personnalisé pour chaque club.

Entre calme, design épuré et art contemporain, La Vague de Saint-Paul allie bien-être et performance dans une atmosphère unique.

## Les espaces

L'hôtel dispose de nombreux espaces extérieurs dédiés aux activités sportives et au bien-être.



Le terrain de pétanque peut être aménagé pour des cours collectifs en plein air (Pilates, fitness, etc.), tandis qu'un court de tennis est accessible sur réservation.



La piscine extérieure non chauffée est ouverte tous les jours de 8 h à 20 h. Elle mesure 20 mètres de long pour une profondeur maximale de 2,5 mètres.

Situé au cœur de la forêt de la Sine, l'hôtel bénéficie d'un environnement idéal pour la marche, la course à pied ou le vélo, avec plusieurs sentiers accessibles depuis l'établissement.

Notre équipe de réception se tient à votre disposition pour vous orienter, proposer des itinéraires personnalisés et vous mettre en relation avec des prestataires spécialisés (guides, accompagnateurs, location de vélos, etc.).

## Les espaces



La salle de fitness est accessible de 8 h à 20 h.

Elle est équipée de deux tapis de course de la marque Technogym, de deux vélos de la marque Technogym, ainsi que d'un rameur, d'un banc de musculation et d'un vélo elliptique de la marque Technogym.



Le spa dispose d'un sauna, d'un hammam et d'une cabine de soins.

Des prestations de massage sont disponibles sur réservation :  
Massage relaxant – 55 min / 90 euros

Massage signature – 55 min / 110 euros



## Le restaurant

### Au Jardin de La Vague

Maître restaurateur et disciple d'Escoffier, le Chef Akhara Chay et son équipe vous invitent à un véritable voyage culinaire.

Avec finesse, il mêle saveurs asiatiques et méditerranéennes pour créer des plats à la fois savoureux et équilibrés.

Pour les groupes sportifs, le Chef adapte ses menus en veillant à un apport nutritif et calorique optimisé, parfaitement pensé pour accompagner la pratique sportive et le bien-être.

Quant à l'équipe de salle, dirigée par Magalie Ambrozo, elle vous réservera un accueil chaleureux et attentionné, afin que chaque repas soit un moment de plaisir.



## Saint-Paul et ses alentours

Idéalement situé entre mer et montagne, Saint-Paul-de-Vence offre un cadre exceptionnel pour la pratique d'activités sportives variées. À seulement 2,6 km de l'hôtel, la *piscine municipale* de La Colle-sur-Loup vous accueille pour des séances de natation, accessibles en 9 minutes en voiture ou 13 minutes à vélo (l'hôtel peut mettre des cartes d'accès piscine à votre disposition). Pour les amateurs de *sports nautiques*, la mer Méditerranée est à une vingtaine de kilomètres, avec plusieurs plages où pratiquer *paddle, kayak* ou *encore voile*.

Les sentiers autour de Saint-Paul sont un véritable terrain de jeu pour les *coureurs, marcheurs et cyclistes*. Plusieurs parcours de randonnée, adaptés à tous les niveaux, partent directement des alentours, offrant des panoramas magnifiques sur la côte et les montagnes. Que ce soit pour une balade tranquille ou une sortie plus sportive, vous trouverez forcément votre bonheur.

Les collines environnantes invitent aussi à la pratique du *VTT et du trail*, avec des circuits balisés. Pour les sportifs en quête de défi, les massifs alpins ne sont pas loin, proposant des itinéraires de montagne plus techniques et des activités comme *l'escalade ou le parapente*.

Enfin, la région est riche en événements sportifs et en clubs locaux, qui peuvent accueillir vos groupes pour des compétitions, stages ou entraînements spécifiques.

Saint-Paul-de-Vence et ses alentours allient ainsi parfaitement sport, nature et détente, pour des séjours riches en découvertes et en sensations.

## Les circuits vélo



### **La Colle & Chateauneuf**

Difficulté: 73/100

Longueur totale : 39.3km

Montée totale : 657 m

Montée nette : 0 m

Pente maximale : 7.37%

Pente moyenne : 2.12%



### **Les gorges du Loup & Col de Vence**

Difficulté: 87/100

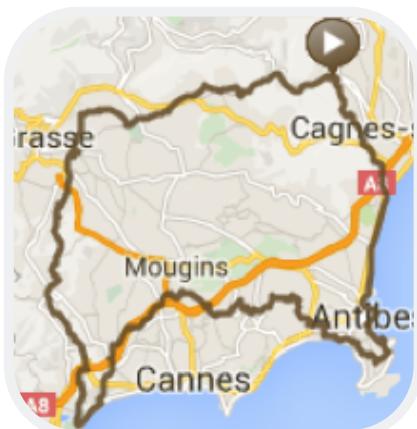
Longueur totale : 54.7km

Montée totale : 1100 m

Montée nette : 7 m

Pente maximale : 24.16%

Pente moyenne : 6.6%%



### **La Colle sur Loup - Antibes - Grasse**

Difficulté: 87/100

Longueur totale : 80.7km

Montée totale : 974 m

Montée nette : 0 m

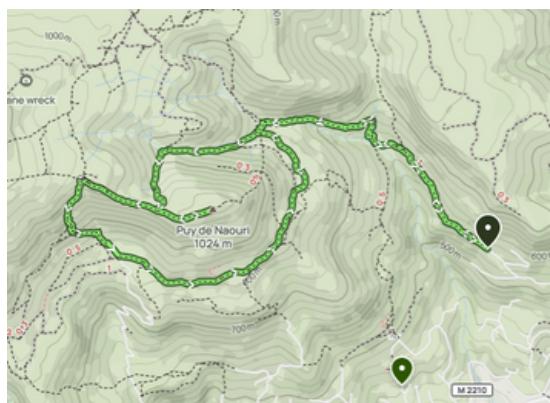
Pente maximale : 11.52%

Pente moyenne : 1.49%%

## Les circuits trail

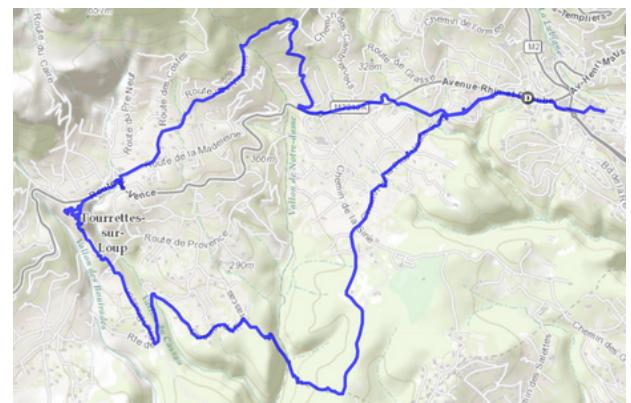
### Puy de Naouri

Longueur totale : 11.3km  
 573 mètre de dénivelé positifs



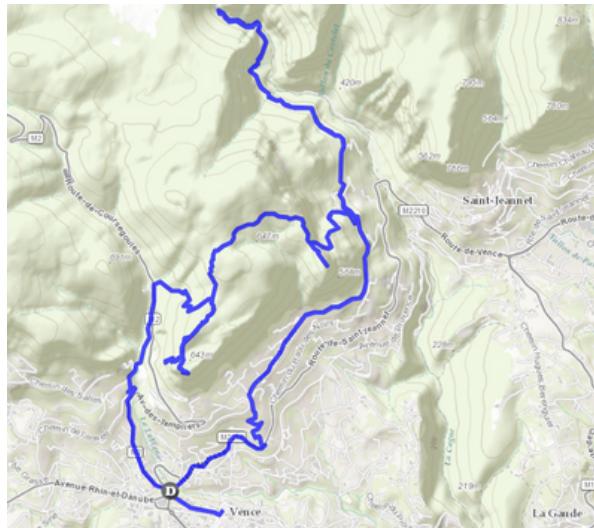
### Trail Vence - Tourettes sur Loup - Vence

Longueur totale : 14.8km  
 +442 m/-442 m

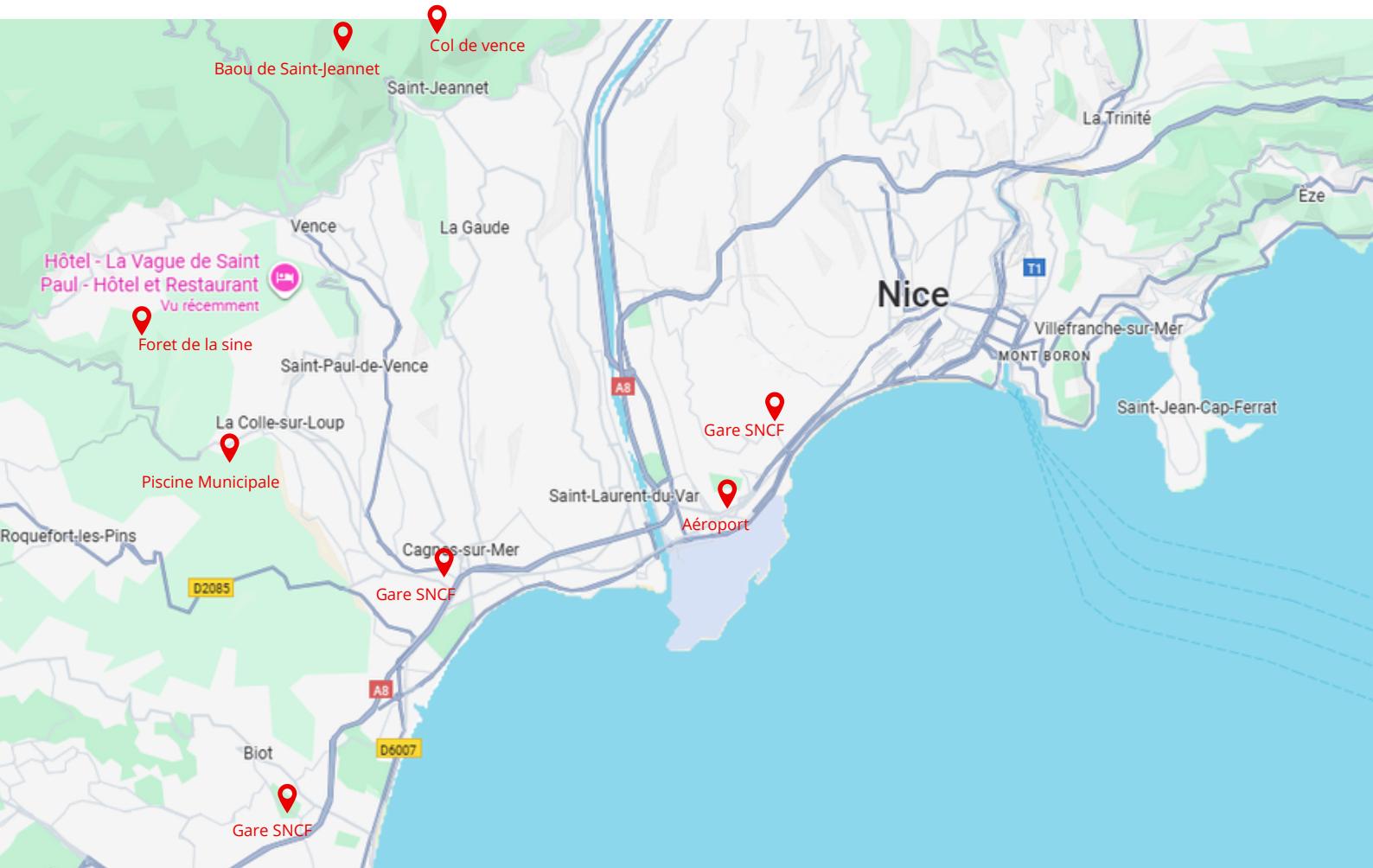


### Trail Vence - Cascades du Riou - Baou des Noirs - Baou des blancs - Vence

Longueur totale : 19.5km  
 +635 m/-644 m



## A proximité



 Local vélo sécurisé

 Privatisation possible

 Accès PMR

 Panier repas

 Espace de soirée

 Climatisation

 Spa & Massages

 Cuisine privatisable

 Salles de réunion

 Parking privé