



GUIDE PRATIQUE OFFICE DE TOURISME



2 Corniche d'Or – 06590 Théoule sur Mer

Tél. +33(0)4 93 49 28 28

✉ ot@theoule-sur-mer.org

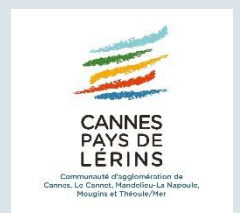
🌐 www.theoule-sur-mer.org



Offices de
Tourisme
de France



FROTSI
Provence
Alpes
Côte d'Azur



STATIONNEMENT RESERVÉ



8 Places réservées sur le centre ville

2 Places sur La Figuiette

ACCESSIBILITÉ OFFICE DE TOURISME



La **place réservée** prêt de l'Office de Tourisme est à environ 30 mètres, elle se trouve juste devant le restaurant "Aux Ingrédients Libanais". Une rampe permet d'accéder au trottoir qui mène au parvis de l'Office de Tourisme.

Celui-ci est totalement accessible pour les personnes à mobilité réduite ainsi que pour les malvoyants grâce à une bande podotactile jusqu'à l'entrée du bureau d'accueil.

2 Places de parking (zone bleue/stationnement 1h maxi) juste devant l'Office de Tourisme



Un toilette mixte adapté se trouve à environ 60m de l'Office de Tourisme, il faut traverser la route puis à droite sur l'esplanade Pradayrol (juste à coté du snack "Lou Gabian).

ACCESSIBILITÉ INSTITUTIONS



La Mairie de Théoule sur Mer se situe à 250 mètres de l'Office de Tourisme sur la place Général Bertrand. Tourner à gauche en sortant du parvis de l'Office puis encore à gauche au feu tricolore. La Mairie se trouve à gauche sur la place, une rampe permet d'y accéder avec un fauteuil.



La Poste (distributeur CB), se situe contre l'Office de Tourisme à droite de sa porte d'entrée, le distributeur à 250 mètres de l'Office de Tourisme sur la place Général Bertrand contre la Mairie. Tourner à gauche en sortant du parvis de l'Office puis encore à gauche au feu tricolore. Le distributeur se trouve à gauche sur la place, accessible par la rampe de la Mairie de Théoule.



Eglise Sainte Germaine de Pibrac, elle se situe à 290 mètres de l'Office de Tourisme en direction de Cannes, sur l'avenue de Lérins, coté gauche. Un ascenseur permet d'accéder au parvis de l'église.



Plage du Château (plage non labellisée Handiplage) 220m de l'Office de Tourisme. Un équipement pour personnes à mobilité réduite composé de 2 fauteuils, est à disposition à la Capitainerie du Port de Théoule sur mer, de mi-juin à mi-septembre, tous les jours de 10h à 16h et peut-être utilisé sur le tapis disposé à cet effet sur la plage du Château. Un poste de secours ainsi qu'une place de stationnement handicapés sont à proximité. Renseignements Capitainerie : +33(0)4 93 49 97 38













ADRESSES UTILES

	Ecole primaire	14, Avenue Léon Montier	04 93 49 97 51
	Ecole Maternelle	Impasse Léon Montier	04 92 97 75 91
	Eglise Ste Germaine	32, Avenue de Lérins	Messe le dimanche 9h00
	Gendarmerie	2, bis Avenue Léon Montier	04 92 97 55 10
	Police Municipale	1, Rue J-B Pastor	04 92 97 37 40
	Police Secours		17
	Office de Tourisme	2, Corniche d'Or	04 93 49 28 28
	Mairie	1, Place Général Bertrand	04 92 97 47 77
	La Poste	2, Place Général Bertrand	3631
	Distributeur de billets	2, Place Général Bertrand	
	Pompiers	2, Avenue Léon Montier	18
	Aéroport	NICE CANNES- MANDELIEU	0820 423 333 0820 426 666
	Gare SNCF	CANNES	36 35
	Bus – Palm Bus	Ligne 22- 620	0825 825 599



SERVICES MEDICAUX

	Hôpital des Broussailles	15, Avenue des Broussailles - CANNES	04 93 69 70 00
	SAMU		15 ou 04 93 92 55 55
	SOS Vétérinaires		0825 00 35 33
	Centre de transfusion	257, Avenue de Grasse - CANNES	04 93 94 82 30 ou 0810 810 109
	Centre Anti-Poison	MARSEILLE	04 91 75 25 25
	Centre Brûlures graves	MARSEILLE	04 91 94 16 69
	S.O.S. Médecins	CANNES	0825 005 004
	Dr Botella/Chaud	8 Place Général Bertrand	04 93 93 11 11
	Dr Plutino	25 Avenue Charles Dahon	04 93 49 78 89
	Muriel Mabilotte	8 Place Gl Bertand	06 60 53 27 46
	Anaïs Fiorina	15 Rue Jean Baptiste Pastor	06 64 02 41 69
	Laboratoire Analyses Médicales	Dr Dubertrand/Fle 405 Ave de Cannes MANDELIEU	04 93 49 24 05
	Pharmacie de la Plage	5, Ave Charles Dahon	04 93 49 92 11
	Centre de Radiologie	Dr Andras Macygan 556, Bld des Ecureuils MANDELIEU	04 93 49 28 20
	Ambulances de Mandelieu	241, Rue St Vincent de Paul MANDELIEU	04 92 97 90 21

PLAGES / PORTS



PLAGES PUBLIQUES



-*Plage du Château

- Plage de la Figueirette
- Plage Maurin
- Plage de l'Aiguille
- Plage du Suveret
- Plage du Vallon de l'Autel
- Plage de la Petite Fontaine

Plages surveillées en saison estivale, avec un poste de secours sur le port, au niveau du Phare.



Plage accessible aux personnes à mobilité réduite

Handicap – se baigner, un plaisir accessible à tous

*Plage du Château (plage non labellisée Handiplage)

Un équipement pour personnes à mobilité réduite composé de 2 fauteuils, est à disposition à la Capitainerie du Port de Théoule sur mer, de mi-juin à mi-septembre,

tous les jours de 10h à 16h et peut-être utilisé sur le tapis disposé à cet effet sur la plage du Château. Un poste de secours ainsi qu'une place de stationnement handicapés sont à proximité.

Renseignements Capitainerie : 04 93 49 97 38



PLAGES AMENAGEES





Théoule

Les Frères de la Baie	Parking du château	☎ 04 92 97 80 20
Magellan	Au port, Promenade de la Darse	☎ 04 93 49 82 16
Marco Polo	Avenue de Lérins	☎ 04 93 49 96 59
La Cabane du Pêcheur	Promenade Pradayrol	☎ 06 73 16 86 55
Chez Philippe	Le Suveret	☎ 04 93 49 87 13
L'Aiguille	Plage pointe de L'Aiguille	☎ 06 29 92 18 05

Théoule miramar








Le Panama	Plage de la Figueirette	☎ 06 37 46 37 35
Plage privée du Tiara Miramar Beach Hotel et Spa *****	Tiara Miramar Beach Hotel, 47 av.de Miramar	☎ 04 93 75 05 05
Tour de l'Esquillon	Avenue de Miramar Place Vert Bisson	☎ 04 93 75 41 51
Matipi Beach	Avenue du Trayas	☎ 07 81 72 80 00
Bondi Beach	Port de la Figueirette	☎ 04 92 92 93 54



PORTS

Port de la Rague	Privé	 04 93 49 81 55
Port de Théoule	Communal	 04 93 49 97 38
Port de la Galère	Privé	 04 93 75 41 74
Port de la Figueirette	Communal	 04 93 75 08 00




HOTELS

<p>Club Port la Galère (hors classement) 21, Ave de la Réale  04 93 75 40 43</p>		<p>110 € à 685 €</p>	<p>Petit Déjeuner 20€</p>
<p>Tiara Yaktsa****L 6, Bld de l'Esquillon  04 92 28 60 30</p>		<p>300 € à 2480 € Plage incluse</p>	<p>Inclus</p>
<p>Tiara Miramar Beach 47, Ave de Miramar  04 93 75 05 05</p>		<p>250 € à 2500 €</p>	<p>Inclus</p>
<p>La Tour de l'Esquillon Avenue de Miramar</p>		<p>120 à</p>	<p>Inclus</p>

<p>☎ 04 93 75 41 51</p>		<p>250 € Plage incluse</p>	
<p>Hôtel Le Patio 48, Ave de Miramar ☎ 04 93 75 00 23</p>		<p>65 € à 110 €</p>	<p>8.50 €</p>



MAISONS FAMILIALES - VILLAGES VACANCES

<p>Lou Castelet Village Vacances CAP France ♥♥</p>	<p>16 avenue Fragonard</p> 	<p>☎ 04 93 75 40 10</p>
<p>Villa saint Camille</p>	<p>BP 37 68 Corniche d'Or</p>	<p>☎ 04 92 97 36 36</p>



SERVICES DE LOCATIONS MEUBLEES

GITES DE FRANCE



73 71

Villa « Le Nid du Rossignol » 29 Corniche D'Or ☎ 06 15 78



CAMPING – CARAVANING

LES CIGALES **** 505 Avenue de la Mer, 06210 MANDELIEU

☎ 04 93 49 23 53



AGENCES IMMOBILIERES ET LOCATIONS


Solari Properties	54 Avenue de Lérins	☎ 04 22 13 57 33
Agence Chrisma	10 Boulevard de la Corniche d'Or	☎ 04 22 13 57 33

Théoule

Immocial Transactions – Théoule Immobilier	2 avenue Corniche d'Or BP8	☎ 04 92 97 57 40 ☎ 04 92 97 69 16
--	----------------------------	--------------------------------------

Theoule Miramar

Azur Esterel Immobilier	6 avenue du Trayas	☎ 04 93 75 45 00 📞 06 11 35 03 10
Agence John Arthur et Tiffen	Cité Marine Port la Galère	☎ 04 93 75 40 48
Immocial Transactions	2 Corniche d'Or	☎ 04 92 97 57 40 ☎ 04 93 49 07 09


Agence Chrisma	10 Boulevard Corniche d'Or	 09 81 61 73 14
----------------	-------------------------------	--

LOISIRS

RANDONEES



De nombreux sentiers de randonnées sont à découvrir au départ de Théoule-sur-Mer. N'hésitez pas à demander plus de renseignements à l'Office de Tourisme.


 04 93 49 28 28




VTT

SO BIKE. Renseignements et tarifs sur place.

1 Corniche d'Or

 09 83 03 99 88

VERY BIKE TRIP Excursions groupe, Guide VTT

 09 53 31 65 96  06 16 43 37 28



TRANSPORTS MARITIMES

Navette ile Sainte Marguerite


Visite des calanques. La Corniche d'Or. Renseignements, horaires et tarifs Office de Tourisme, 2 Corniche d'Or.

 04 93 49 28 28

Navette Maritime Estérel

Transport Maritime Cannes – Mandelieu – Théoule – Figueirette

Renseignements, horaires et tarifs Office de Tourisme, 2 Corniche d'Or.

 04 93 49 28 28



AQUAGYM – NATATION - PHOBIE DE L'EAU

Toute l'année en Mer : toutes les activités aquatiques (secteur Theoule le Trayas) à la plage ou à domicile sur RDV. Stage d'Aquaphobie toute l'année en mer ou piscine, animatrice : Catherine Bouquet, Maître-nageur diplômé d'état, Sophrologue.

📞 06 80 42 84 68



YOGA

Yoga thérapeutique et relaxation, mardi soir de 19h à 20h15, salle des fêtes, place Gle Bertrand 📞 06 23 94 25 42



PLONGEE SOUS MARINE

Theoule Miramar

Centre de Plongée Dune Estérel. Miramar de l'Estérel Port de la Figueirette. Documentation et tarifs à la demande.

☎ 04 28 70 89 28 📞 06 70 94 10 77

Theoule La Rague

Centre de plongée de la rague. Port de la Rague Mandelieu. Programmes et tarifs sur demande.

☎ 04 93 49 74 33



LOCATION DE BATEAUX

Port de la Figueirette

MARVIK LOCATION Bateaux pneumatiques semi-rigides, avec ou sans marin, de 5 à 8 mètres. Demi-journée, journée, semaine, soirée. 📞 06 07 56 29 74

TI BOAT Location de Bateaux avec ou sans permis

Port de la Rague - 📞 06 15 41 58 10



JET SKI

JETS' COOL Port de la Figueirette

📞 06 11 14 30 06

📞 06 69 36 30 03



SKI NAUTIQUE

BAT'SKI Port de la Figueirette 📞 06 24 23 33 37



EFOIL

Port de Théoule, Surf volant au-dessus de l'eau

📞 06 35 30 50 67

📞 06 15 15 04 04



VOILE / KAYAK

Théoule centre

ECOLE FRANCAISE DE VOILE Base nautique municipale Plage du Suveret. ☎️ 04 92 97 56 32 📞 06 26 41 77 24

Theoule Miramar

BAT'SKI Ecole de voile et de kayak de mer Base nautique Plage de la Figueirette. 📞 06 24 23 33 37

ADEOLIA SAILING Ecole Française de Voile affiliée FFVoile, agréé jeunesse et sport. Port de la Figueirette 📞 06 99 68 59 59

CATESTEREL Excursion en catamaran à bord du « Sans Souci »
📞 06 62 13 18 49



TENNIS

Tennis Club de Maure-Vieil

Terre battue. Eclairage. Locations horaires, carte 10 passages, abonnements à l'année, stages, leçons, école de tennis.

Quartier Tremblant (RN7 direction Fréjus, 2 Km après Géant)

06210 Mandelieu ☎️ 04 93 49 15 96



BIBLIOTHEQUE/LUDOTHEQUE

Ouvert les lundi 9h - 12h et 13h30 - 18h, mardi mercredi jeudi et vendredi de 10h à 12h, ☎️ 06.20.60.73.88 / ☎️ 04.92.97.56.96
















ACTIVITES ARTISTIQUES




Ecole Municipale d'Activités Artistiques : Théâtre, danse,















piano... ☎ 04 92 97 20 28 📞 06 70 48 40 57 (Fabienne)



COMMERCES

	Petit Casino	Avenue Charles Dahon	04 93 49 36 10	
	Superette « la Fourmi »	Route des Calanques, Trayas	04 94 44 15 50	
	Atelier du Vitrail	15 Avenue Charles Dahon	06 77 59 00 54	
	Cave de mes Terre	1 Corniche d'Or	06 38 49 55 92	
	Boutique « Côté Plage »	1, Avenue Charles Dahon	04 93 49 94 55	
	Théoule Marine	61, Avenue de Lérins	04 93 49 97 53	
	Bar/Tabac « Le Régent »	61, Avenue de Lérins	04 93 49 96 50	
	Art et Bien être	24 Avenue Charles Dahon	09 73 12 77 68	
	Clim Alu Confort	1 Bd Eugène Dequay	06 26 94 55 21	
	Boulangeries « Les Délices de Théoule »	4, Place Général Bertrand	04 93 47 92 24	
		44, Avenue de Lérins	04 93 47 80 11	
	La Conciergerie des Alizés		06 62 35 88 76	
	Conciergerie Théoule		06 14 26 44 31	
	Coiffeur « Art Studio »	7, Avenue Charles Dahon	04 93 49 98 87	














	Le Poisson à Plume/Déco	5 Place Général Bertrand	04 92 97 13 79	
	Abords Electricité	Grasse	04 92 42 43 80	
	Electricien Labaj Bruno	6, Av. du Trayas	06 83 68 16 40	







	Jardins Décors	1, Rue Adelin Calzia	04 93 49 96 29	
	Exo Jardins	2, Bd de la Corniche	04 93 49 80 96	
	Fuel Domestique « Eurodis »	42-44, Avenue de Lérins	04 93 93 40 65	
	La Ferme de Théoule	42, Av. de Lérins	04 93 90 63 11	
	Instant Gourmand	13, Av. Charles Dahon	04 93 90 63 11	
	L'atelier du soi	23, Av. Charles Dahon	07 56 90 43 00	
	Riviera Net Service	11 Impasse du soleil	06 09 46 31 13	
	Garage Kbarth Officiel	11, Impasse du Soleil	04 93 93 00 91	
	Home Staging L'atelier	Theoule	06 62 61 23 64	
	Red Rock Computer Solutions	6, Av. du Trayas	06 64 16 80 00	
	Allo Serrure 06	19 Bd de l'Estérel	07 64 06 02 02	
	So bike	1 Corniche D'Or	09 83 03 99 88	
	Haven Azur		06 20 71 16 83	
	Labaj Bruno	6 Av du Trayas	06 83 68 16 40	














	Ventura Thomas	23 Av Charles Dahon	06 99 34 28 29	
	Centre de plongée Rague	Port de la Rague	04 93 49 74 33	
	Traduction Forster Elena	9 Bd de l'Estérel	06 42 32 77 45	




RESTAURANTS





















« Le Bistrot de la Rague » Port de la Rague  04 93 49 93 48	<u>Ouvert 7j/7</u> <u>Toute l'année</u>	Terrasse sur le port Lounge extérieur et intérieur	Carte de 17€ à 40€
« L'Aiguille » Plage de la Pointe de l'Aiguille  06 29 92 18 05	Avril à Septembre <u>800m de marche</u>	 Terrasse face mer	Spécialités  Menus + Carte
« L'Air du Temps » Corniche d'Or  09 84 04 71 19	Février à Novembre <u>2 marches</u>	Terrasse vue mer, salle Panoramique Climatisée 	Carte – Menus 26€ et 31€ -  
« Les Roches Roses » 22, Avenue Charles Dahon  04 93 49 94 70	Toute l'année <u>Quelques marches</u>	Terrasse ombragée	Menu 13,80€ Carte – Pizza à emporter 
« Les Frères de la Baie » Parking du Château  04 92 97 80 20	Avril à Octobre	 Terrasse Pieds dans l'eau	Menus Spécialités régionales Pizzeria Snack 

<p>« Le Magellan » Promenade de la Darse Bord de Mer ☎ 04 93 49 82 16</p>	<p>Avril à Octobre</p>	<p> Terrasse face Mer</p>	<p>Menu + Carte</p>
<p>« Le Marco Polo » 47, Avenue de Lérins ☎ 04 93 49 96 59</p>	<p>Toute l'Année Escaliers</p>	<p> Terrasse face Mer</p>	<p> Menus + Carte</p>
<p>« Ristorante Nino » 6 Chemin du Débarcadère ☎ 04 92 97 61 11</p>	<p>De Pâques au 30 Septembre</p>	<p>Terrasse sur Mer -  - Salon de Thé</p>	<p> Plat du jour Menus Paella Bouillabaisse</p>
<p>« Chez Philippe » Port de Théoule Plage du Suveret ☎ 04 93 49 87 13</p>	<p>Toute l'Année Fermeture annuelle de Novembre à Janvier inclus</p>	<p>Bord de Mer Terrasse Restaurant sur la Mer</p>	<p>Spécialités de  Fruits de Mer Carte + Menus à partir de 28€ Séminaires Groupes</p>
<p>Lou Gabian Promenade Pradayrol ☎ 04 92 97 09 80</p>	<p>Toute l'année</p>	<p>Terrasse sur mer</p>	<p>Moules, Sardines Grillées</p>
<p>Le Bistrot de Lérins Avenue de Lerins ☎ 04 93 49 50 59</p>	<p>Toute l'Année</p>	<p>Terrasse face à la Mer</p>	<p>Brasserie/Pizzeria</p>
<p>Aux Ingrédients Libanais 2 Boulevard Corniche d'Or ☎ 04 93 47 92 76</p>	<p>Toute l'Année</p>		

<p>« Chez Jean-Louis » Avenue Corniche d'Or  06 16 60 61 62</p>	<p>Snack Toute l'année</p>	<p>Terrasse</p>	<p>  Boissons</p>
<p>« Sur la Place » Place Général Bertrand  04 92 97 63 14</p>	<p>Toute l'année Fermé Mercredi hors saison <u>Quelques marches</u></p>	<p>  Terrasse Musique DJ Lounge Bar à Cocktail</p>	<p>  Carte + Menu 25€ Brasserie</p>
<p>« Le Parana Café » Avenue de Lérins  04 93 49 50 59</p>	<p>Toute l'année <u>2 marches</u></p>	<p>Terrasse face à la Mer Service continu</p>	<p>  Brasserie Salades Brochettes</p>
<p>« Le Palazzo Beach » 1 Avenue Charles Dahon  04 92 97 17 97</p>	<p>Toute l'année <u>3 marches</u></p>	<p>Terrasse face à la Mer Restaurant Climatisé </p>	<p> Restaurant - Grill Brasserie Carte - Menu</p>
<p>« L'Etoile des Mers » 47, Avenue de Miramar  04 93 75 05 05</p>	<p>Toute l'Année</p>	<p>    Salle Panoramique climatisée  Terrasse, SPA</p>	<p>Menu 49€-69€ 89€ - Carte Menu enfant 20€ Menu Déjeuner 39€</p>

<p>« Le Patio » 48, Avenue de Miramar  04 93 75 49 87</p>	<p>Fermeture Annuelle de Mi - Décembre à Mi - Janvier <u>Quelques marches</u></p>	<p> Terrasse Panoramique Vue mer</p>	<p>Formule 13€ le Midi, Carte Pizza au feu de bois,  à emporter</p>
--	---	---	--

<p>« L'Alhambra Beach » 17, Avenue du Trayas  06 42 99 03 70</p>	<p>D'avril à octobre</p>	<p>  P Ping-Pong Matelas 10€ la ½ journée</p>	<p> Fruits de mer Grillades – Carte Plat du jour à partir de 16€</p>
<p>« Bistro de la Plage Red Roc » 47, Avenue de Miramar  04 93 75 05 05</p>	<p>Midi d'Avril à Septembre et Soir de Juin à Septembre</p>	<p>  Terrasse ombragée en bord de mer</p>	<p>Cuisine du Monde – Carte de salades Pâtes et Pizza au feu de bois</p>
<p>« La Tour de l'Esquillon » Avenue de Miramar  04 93 75 41 51  04 93 75 49 99</p>	<p>De Février à Octobre <u>Quelques marches</u></p>	<p>P   Salle panoramique - Salon de Thé</p>	<p>Menu 34€ et à la Carte Formule Lunch/plage 42€ et 50€</p>
<p>« Le Pointu » Port de la Figueirette  04 93 75 02 00</p>	<p>15 Janvier à Octobre</p>	<p>Terrasse sur Port – Paella Spécialités de </p>	<p>Carte - Plat du Jour</p>
<p>« Plage de la Figueirette » Port de la Figueirette  04 93 75 00 99</p>	<p>Avril à Septembre Tous les Jours</p>	<p> P  Terrasse ensoleillée -</p>	<p> Carte</p>
<p>« La Cigale » 1191 Route des Calanques – Le Trayas  04 94 44 19 39</p>	<p>Toute l'Année</p>	<p>P Terrasse vue Mer Galerie d'Art Contemporain</p>	<p>Menu de 15€ à 23€ Carte Salades Petit Déjeuner</p>
<p>« Le Relais des Calanques » Corniche d'Or 83700 Le Trayas  04 94 44 14 06</p>	<p>En saison</p>	<p>Terrasse sur la mer</p>	<p>Spécialité : Marmite du pêcheur Carte</p>