

Quelques règles à suivre

- 1** **Préparez votre sortie.** Procurez-vous une carte des sentiers, portez un casque, respectez vos capacités physiques et ayez une trousse de réparation.
- 2** **Ne roulez pas dans les sentiers fermés.** S'ils le sont, c'est pour une bonne raison.
- 3** **Ne roulez pas les jours de pluie et les 24 h suivantes** afin de prévenir l'érosion des sentiers.
- 4** **Roulez toujours dans les sentiers** afin de respecter le milieu naturel.
- 5** **Rapportez vos déchets.**
- 6** **Doublez avec prudence et soyez courtois en tout temps.** Circuler en petits groupes de dix personnes ou moins est préférable.
- 7** **Cédez le passage aux cyclistes qui montent et aux piétons en tout temps.** Roulez lentement lorsqu'il y a de l'achalandage.
- 8** **N'effectuez pas de nouveaux tracés ou des travaux non autorisés.** Assurez-vous d'avoir la permission du propriétaire ou du gestionnaire avant toute activité d'entretien.
- 9** **Respectez les propriétés privées.** Circuler sur un terrain privé est un privilège et non un droit. Soyez reconnaissant de la générosité des propriétaires.
- 10** **Impliquez-vous dans votre communauté!**

EN CAS D'URGENCE : 911

Hôpital Laurentien - 234, rue Saint-Vincent, Sainte-Agathe-des-Monts

Hôpital d'Argenteuil - 145, av. de la Providence, Lachute

Hôpital régional de Saint-Jérôme - 290, rue De Montigny, Saint-Jérôme

Informations utiles

- L'accès aux sentiers est gratuit pour la saison 2016.
- Tous les sentiers sont bidirectionnels.
- La marche est permise dans les sentiers de vélo.
- Le vélo de montagne est interdit dans le réseau en hiver.

Pour connaître les conditions, l'ouverture des sentiers et le calendrier des courses :

819 327-3232, poste 1 (lundi au vendredi)
1 866 ADOPLPHE (samedi et dimanche)

 **Station de sports Mont-Avalanche**


Station de sports Mont-Avalanche

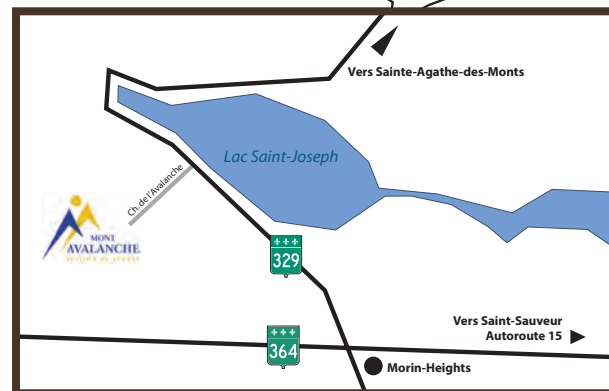
1657, ch. de l'Avalanche
 Saint-Adolphe-d'Howard (Québec) J0T 2B0

819 327-3232, poste 1 (lundi au vendredi)

1 866 ADOPLPHE (samedi et dimanche)

mont-avalanche.com

 **Station de sports Mont-Avalanche**



Carte officielle des sentiers de VÉLO DE MONTAGNE

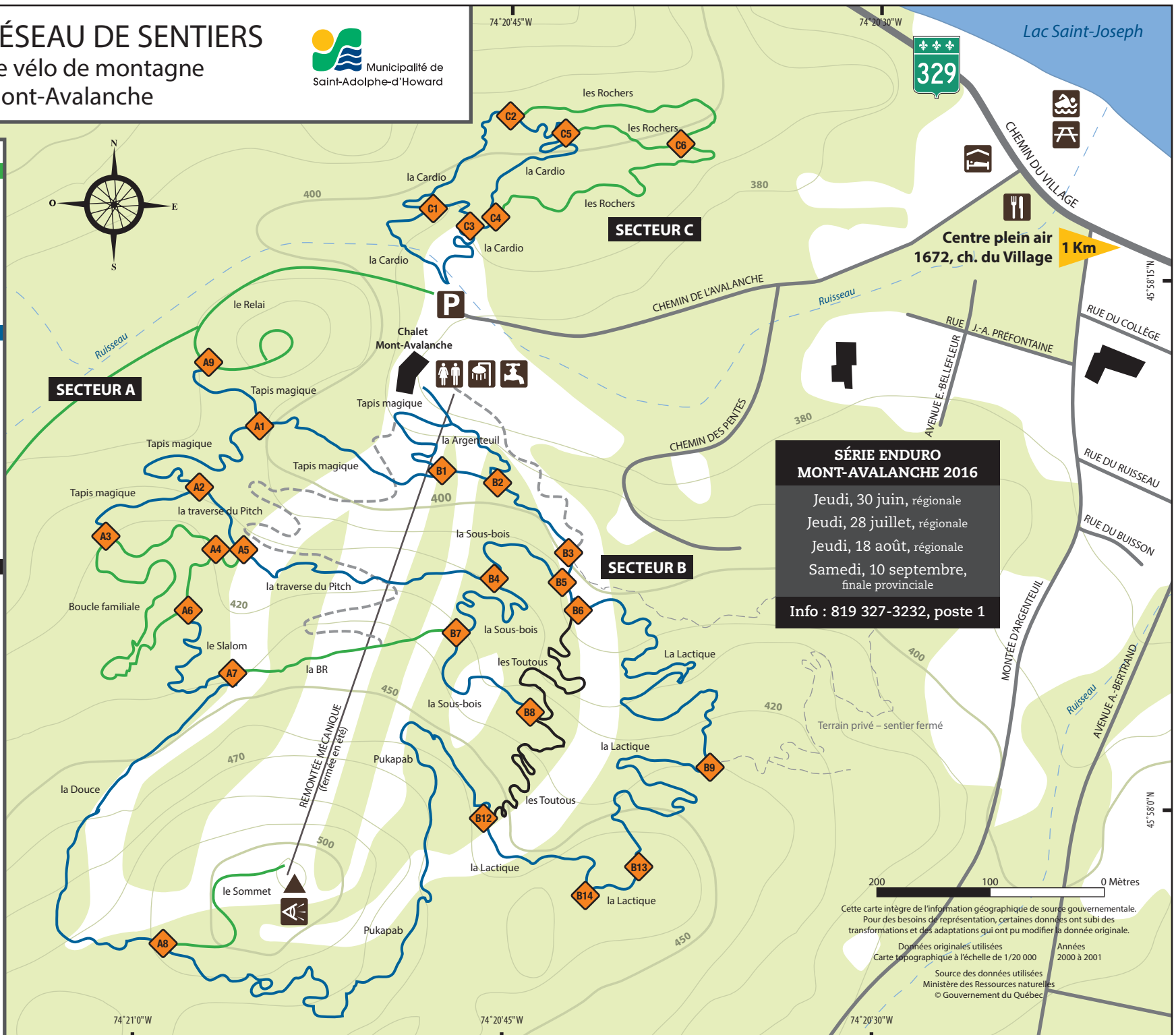


8 km de sentiers
étroits et sinueux



2016

- **SENTIERS FACILES**
 - SECTEUR A**
 - Boucle familiale 600 m
 - la BR 120 m
 - le Sommet 190 m
 - le Relai 450 m
 - SECTEUR B**
 - la BR 80 m
 - SECTEUR C**
 - les Rochers 660 m
 - SENTIERS INTERMÉDIAIRES**
 - SECTEUR A**
 - la Douce 400 m
 - la traversée du Pitch 160 m
 - le Slalom 200 m
 - Pukapab 100 m
 - Tapis magique 990 m
 - SECTEUR B**
 - la Argenteuil 250 m
 - la Lactique 1,1 km
 - la Sous-bois 490 m
 - la traversée du Pitch 265 m
 - Pukapab 820 m
 - SECTEUR C**
 - la Cardio 550 m
 - SENTIERS DIFFICILES**
 - SECTEUR B**
 - les Toutous 810 m
- Intersection
 - Stationnement
 - Toilettes
 - Lave-vélo
 - Eau potable
 - Point de vue
 - Aire de pique-nique
 - Restaurant
 - Hébergement
 - Plage municipale
 - Sommet
 - Sentier projeté
 - Autre sentier



**SÉRIE ENDURO
MONT-AVALANCHE 2016**

Jeudi, 30 juin, régionale
 Jeudi, 28 juillet, régionale
 Jeudi, 18 août, régionale
 Samedi, 10 septembre,
 finale provinciale

Info : 819 327-3232, poste 1

Cette carte intègre de l'information géographique de source gouvernementale.
 Pour des besoins de représentation, certaines données ont subi des transformations et des adaptations qui ont pu modifier la donnée originale.

Données originales utilisées : Années 2000 à 2001
 Carte topographique à l'échelle de 1/20 000

Source des données utilisées : Ministère des Ressources naturelles
 © Gouvernement du Québec