

## Quelques règles à suivre\*

**1 Préparez votre sortie.** Vous devez bien connaître votre équipement, ne surestimez pas vos aptitudes. Ayez avec vous un nécessaire de réparation et des options vestimentaires pour pallier au froid, en particulier lors des arrêts.

**2 Ne roulez pas dans des sentiers fermés ou là où c'est interdit.** Que ce soit pour protéger l'environnement ou pour éviter des blessures aux cyclistes, un sentier est fermé pour de bonnes raisons. Par-dessus tout, NE ROULEZ JAMAIS DANS LES TRACES DE SKI DE FOND CLASSIQUE.

**3 Ne roulez pas lorsque la neige est trop molle.** Ne pas rouler dans un sentier où la neige est trop molle ou encore très mouillée ou détrempée, car cela laisse des traces qui rendront la navigation difficile pour les prochains utilisateurs, particulièrement quand la neige aura durci lorsque le froid sera de retour. S'il VOUS EST IMPOSSIBLE DE ROULER EN LIGNE DROITE, SI VOS PNEUS ENFONCENT DE PLUS DE 2,5 CM (1") OU SI VOUS DEVEZ DESCENDRE POUR FRANCHIR UNE MONTÉE LÉGÈRE, IL EST TEMPS DE RENTRER!

**4 Respectez la faune et l'environnement.** Soyez attentif au sentier et aux abords de celui-ci : roulez de manière à ne pas détériorer la surface du sentier. De plus, ne jetez pas de détritus dans les sentiers et n'effrayez pas les animaux.

**5 Roulez toujours dans le sentier.** Ne roulez pas intentionnellement hors des sentiers. Évitez de prendre un raccourci non balisé, vous causeriez des dommages à l'écosystème.

**6 Roulez lentement dans les sentiers achalandés.** Roulez lentement lorsque les sentiers sont achalandés afin de ne pas mettre en danger la sécurité des autres utilisateurs du sentier ainsi que la vôtre. Dans les sentiers de calibre débutant, respectez la courbe d'apprentissage des cyclistes que vous croisez.

**7 Roulez avec prudence et restez courtois en tout temps.** Ralentissez lorsque vous arrivez à la hauteur d'autres utilisateurs du sentier et annoncez-leur poliment votre approche. Soyez prêts à toute éventualité et à vous arrêter s'il le faut.

**8 Laissez la place aux autres utilisateurs du sentier.** N'oubliez pas que les cyclistes doivent céder le passage aux randonneurs, aux raquetteurs et aux skieurs, en respectant le principe de vulnérabilité. À leur rencontre, diminuez votre vitesse en conséquence.

**9 Ne faites pas de travaux non autorisés dans un sentier.** Assurez-vous d'avoir la permission des propriétaires ou des responsables de terrain avant toute action. Si vous ressentez le besoin pour une nouvelle section de sentiers ou un obstacle, faites-en le commentaire au groupe responsable du développement ou de l'entretien des sentiers.

### 10 Impliquez-vous!

**Corporation du Parc linéaire Le P'tit Train du Nord** — [ptittrainundord.com](http://ptittrainundord.com)  
450 745-0185

**Municipalité de Morin-Heights** — [morinheights.com](http://morinheights.com)  
450 226-3232, poste 132

**Plein air Sainte-Adèle** — [pleinairsteadele.com](http://pleinairsteadele.com) | 450 229-2921, poste 7244

**Station de Sports Mont Avalanche** — [mont-avalanche.com](http://mont-avalanche.com) | 819 327-3232

\* Tiré en partie du *Guide de la pratique du vélo de montagne en hiver (fatbike)*, Vélo Québec.

La pratique du vélo sur neige (fatbike) comporte des risques que le cycliste accepte d'assumer. Le présent document a été élaboré en fonction des informations disponibles au moment de sa conception. Celles-ci ne sauraient engager la responsabilité des concepteurs en cas d'accident. © MRC des Pays-d'en-Haut, 2021

## Vente, location et réparation de vélos sur neige

ESPRESSO SPORTS  
1000, rue Saint-Georges, Sainte-Adèle  
Vente, location et réparation  
450 229-5886 — [espressoports.net](http://espressoports.net)

PRFO SPORTS  
333, rue Principale, Saint-Sauveur  
Vente, location et réparation  
450 227-2082 — [prfo.com](http://prfo.com)

SPORTS EXPERTS SAINT-SAUVEUR  
75, avenue de la Gare, Saint-Sauveur  
Vente et réparation  
450 227-4617 — [sportsexperts.ca](http://sportsexperts.ca)

TECHNOLOGIE ATELIER VÉLO  
670, boulevard des Laurentides, Piedmont  
Vente et réparation  
514 715-8324 — [technolodge.ca](http://technolodge.ca)

X CYCLE  
695 D, chemin Avila, Piedmont  
Réparation  
450 227-8356 — [xcycle.ca](http://xcycle.ca)



[pleinairpdh.com/velo-sur-neige](http://pleinairpdh.com/velo-sur-neige)

## Réseaux de sentiers de VÉLO SUR NEIGE FATBIKE



2021-2022



# Réseaux de sentiers de vélo sur neige des Pays-d'en-Haut

## 1 Parc du Corridor aérobique



La pratique du vélo sur neige est autorisée entre le pavillon Montfort (km 8,5) et la halte du secteur Laurel (km 14,5) ainsi qu'entre Lac-des-Seize-Îles (km 22,3) et Montcalm (km 30).

ATTENTION : les vélos sur neige sont interdits en direction est entre le pavillon Montfort (km 8,5) et Morin-Heights (km 0).

Accès secteur MRC des Pays-d'en-Haut :

- Pavillon Montfort (160, route Principale, Wentworth-Nord)
- Halte secteur Laurel (1699, route Principale, Wentworth-Nord)
- 237, rue Dion, Lac-des-Seize-Îles

450 226-2428 — [corridoraerobique.ca](http://corridoraerobique.ca)

## 2 Parc linéaire Le P'tit Train du Nord



Sentier de 44,4 km de niveau facile entre les gares de Saint-Jérôme et Val-David.

Accès secteur MRC des Pays-d'en-Haut :

- Gare de Piedmont (146, ch. de la Gare)
- Gare de Sainte-Adèle (1000, rue Saint-Georges)
- 1696, ch. Pierre-Péladeau, Sainte-Adèle

450 745-0185 — [ptittraindu nord.com](http://ptittraindu nord.com)

## 3 Réseau de Morin-Heights



Sentiers étroits et sinueux de niveaux variés. Vélos sur neige autorisés uniquement dans les sentiers de raquette. Droits d'accès obligatoires.

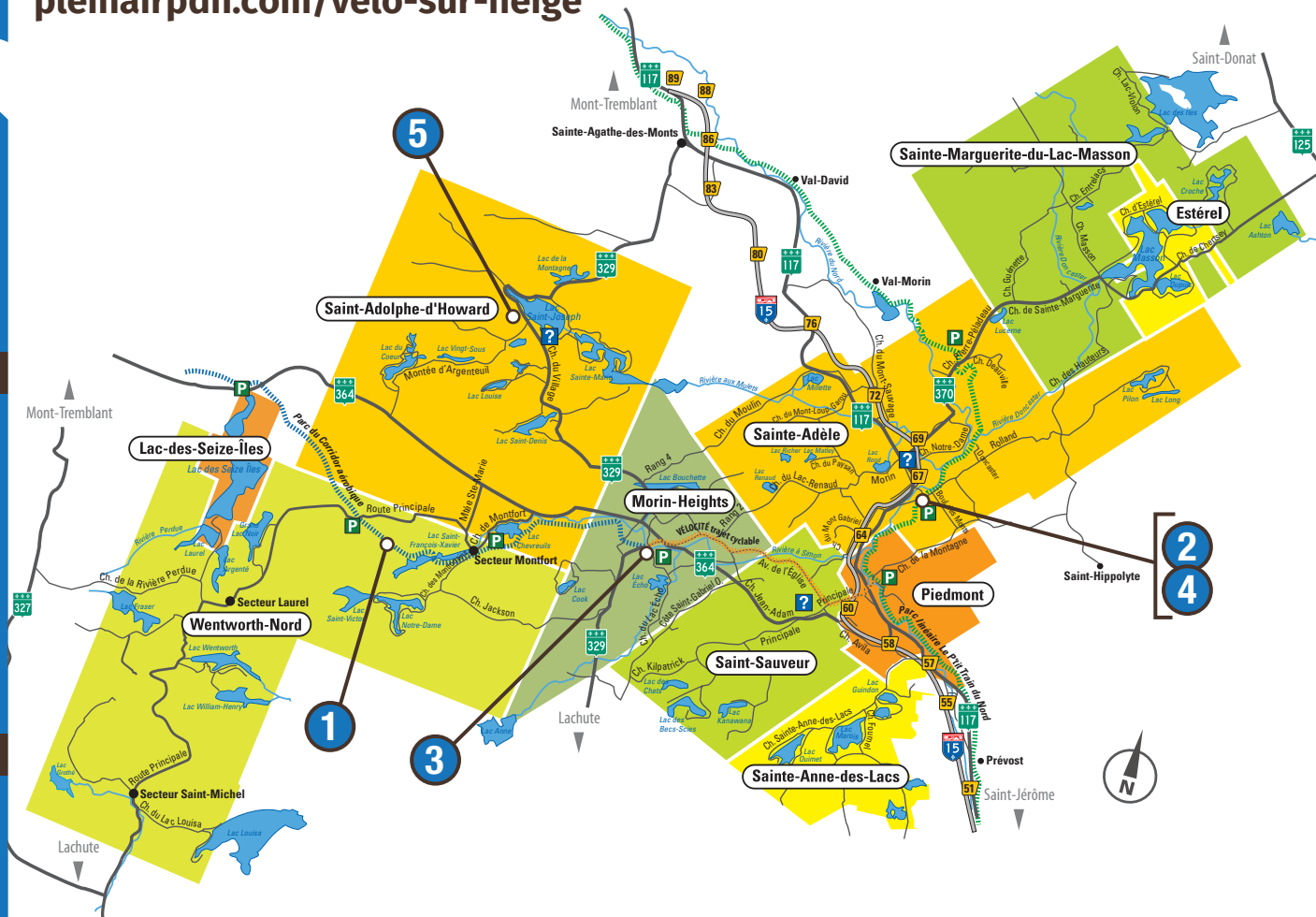
Aires d'accueil :

- Chalet Bellevue 27, rue Bellevue
- Pavillon d'accueil Parc du Corridor aérobique 50, chemin du Lac-Écho
- Parc Basler 99, chemin du Lac-Écho

ATTENTION : les vélos sur neige sont interdits sur le Corridor aérobique en direction ouest entre Morin-Heights (km 0) et le pavillon Montfort (km 8,5).

450 226-3232, poste 132 — [morinheights.com/Plein-air](http://morinheights.com/Plein-air)

## pleinairpdh.com/velo-sur-neige



## 4 Sentiers de Plein air Sainte-Adèle



- Gare de Sainte-Adèle (1000, rue Saint-Georges)

39,8 km de sentiers entretenus mécaniquement. Consultez le site Web pour télécharger les cartes et connaître les points de départ des sentiers.

450 229-2921, poste 8300 — [pleinairsteadele.com](http://pleinairsteadele.com)

## 5 Station de Sports Mont Avalanche



Sentier de 5 km de niveau intermédiaire.

1657, chemin de l'Avalanche, Saint-Adolphe-d'Howard  
819 327-3232 — [mont-avalanche.com](http://mont-avalanche.com)

LÉGENDE

- Pavillon d'accueil Stationnement
- Point d'eau Toilettes
- Location de vélos sur neige Marche hivernale
- Wi-Fi Droits d'accès
- Parc du Corridor aérobique Parc linéaire Le P'tit Train du Nord