

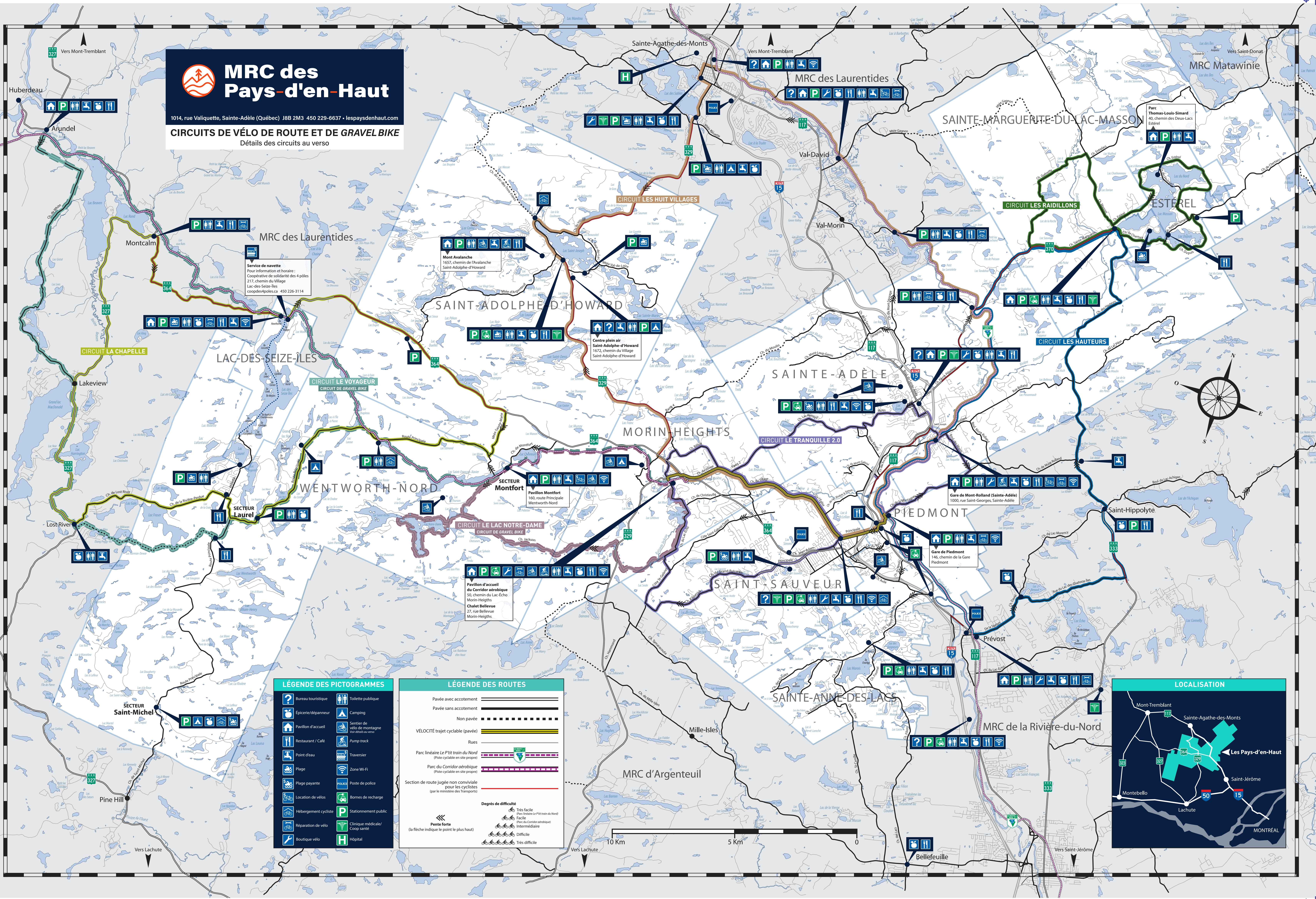


**MRC des
Pays-d'en-Haut**

1014, rue Valiquette, Sainte-Adèle (Québec) J8B 2M3 450 229-6637 • lespaysdenhaut.com

CIRCUITS DE VÉLO DE ROUTE ET DE GRAVEL BIKE

Détails des circuits au verso



LÉGENDE DES PICTOGRAMMES	
	Bureau touristique
	Épicerie/dépanneur
	Pavillon d'accueil
	Restaurant / Café
	Point d'eau
	Plage
	Plage payante
	Location de vélos
	Hébergement cycliste
	Réparation de vélo
	Boutique vélo
	Toilette publique
	Camping
	Sentier de vélo de montagne (voir détails au verso)
	Pump track
	Traversier
	Zone Wi-Fi
	Poste de police
	Bornes de recharge
	Stationnement public
	Clinique médicale/Coop santé
	Hôpital

LÉGENDE DES ROUTES	
	Pavée avec accotement
	Pavée sans accotement
	Non pavée
	VÉLOCITÉ trajet cyclable (pavée)
	Rues
	Parc linéaire Le PNT train du Nord (piste cyclable en site propre)
	Parc du Corridor aérobie (piste cyclable en site propre)
	Section de route jugée non conviviale pour les cyclistes (par le ministère des Transports)
Degrés de difficulté	
	Pente forte (la flèche indique le point le plus haut)
	Très facile
	Facile
	Intermédiaire
	Difficile
	Très difficile



Quelques règles de sécurité

Au Québec, le code de la sécurité routière oblige le cycliste à :

- Rouler à l'extrême droite de la chaussée dans le sens de la circulation.
- Circuler en file lors des sorties en groupe.
- Signaler ses intentions sur une distance suffisante pour être bien vu par les automobilistes tel qu'illustré :



Le port du casque n'est pas obligatoire au Québec. Par contre, il s'agit de la seule protection dont peut bénéficier le cycliste. Les blessures à la tête sont la cause d'environ 60 % des décès chez les cyclistes.

Source : Guide de sécurité à vélo – 6^e édition produit avec la participation de la Société de l'assurance automobile du Québec et le ministère des Transports du Québec.

Soyez prudents sur les routes 117, 327, 329, 333, 364 et 370 qui sont très achalandées ainsi que sur les routes pavées sans accotement.

EN CAS D'URGENCE : 911

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

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

Hôpital d'Argenteuil, 145, avenue de la Providence - Lachute

Boutiques vélo

ATMOSPHÈRE SAINT-SAUVEUR

190, ch. du Lac-Millette, Saint-Sauveur
Vente et réparation

450 227-2155
atmosphere.ca

BOULIQUE PRFO

333, rue Principale, Saint-Sauveur
Vente et réparation

450 227-2082
prfo.com

ÉCHO ALOHA

43, ch. du Lac-Écho, Morin-Heights
Vente

450 822-1581
echoaloha.com

ESPRESSO SPORTS

1000, rue Saint-Georges, Sainte-Adèle
394, rue Principale, Saint-Sauveur
Vente, location et réparation

450 229-5886
450 744-0149
espressoports.net

PAVILLON MONTFORT

160, route Principale, Wentworth-Nord
Location

450 226-2428
wentworth-nord.ca/montfort

SPORTS EXPERTS SAINT-SAUVEUR

75, av. de la Gare, Saint-Sauveur
Vente et réparation

450 227-4617
sportsexperts.ca

SPORTS LETTER

843, boul. de Sainte-Adèle, Sainte-Adèle
Vente et réparation

450 229-3666
sportsletter.ca

TECHNOLOGIE ATELIER VÉLO

670, boul. des Laurentides, Piedmont
Vente et réparation

514 715-8324
technolodge.ca

X CYCLE

695 D, ch. Avila, Piedmont
Vente et réparation

450 227-8356
xcycle.ca

Hébergements

certifiés *Bienvenue cyclistes!*

AU CLOS ROLLAND COUETTE & CAFÉ

1200, rue Saint-Jean, Sainte-Adèle
Vente et réparation

450 229-1939
auclosrolland.com

CHIMO REFUGES – CENTRE DE VACANCES INSOLITES

344, mtée St-Gabriel, Saint-Sauveur
Vente et réparation

514 248-2576
chimorefuges.com

LES CONIFÈRES – GÎTE ET CAFÉ

2483, ch. du Village, Saint-Adolphe-d'Howard
Vente et réparation

514 802-9659
lesconiferes.ca

Vélo de montagne

Réseaux de sentiers



RÉSEAU DE SENTIERS DES ORPHELINS

- Réseau de sentiers des Orphelins, 11,7 km de sentiers.
Stationnement : ch. du Lac-Thurson, Wentworth-Nord

450 226-2428
wentworth-nord.ca/montfort

RÉSEAU MUNICIPAL DE MORIN-HEIGHTS

- Parc Basler, 17,9 km de sentiers.
99, ch. du Lac-Écho, Morin-Heights
- Sommet Morin-Heights (travaux en cours été 2022),
231, rue Bennett, Morin-Heights

450 226-3232, poste 130
morinheights.com

RÉSEAU DE SENTIERS DE SAINTE-ADELÉ

- Parc du Mont Loup-Barou, 30 km de sentiers.
Stationnement au bout du ch. du Paysan, Sainte-Adèle
- Parc Freeride 40/80, 5 km (avancé) :
Stationnement par la rue Émile-Cochand
Sainte-Adèle

450 229-2921, poste 8300
pleinairsteadele.com

RÉSEAU DE SENTIERS SAINT-ADOLPHE-D'HOWARD

- Mont Avalanche, 14,4 km de sentiers.
1657, ch. de l'Avalanche, Saint-Adolphe-d'Howard

819 327-3519
mont-avalanche.com

MSS PARCYVÉLO

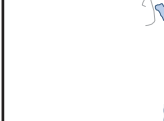
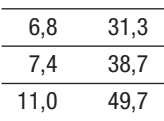
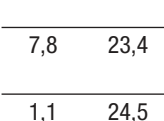
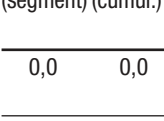
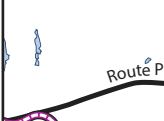
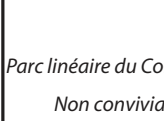
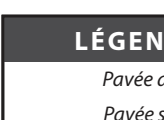
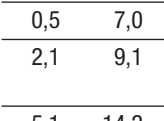
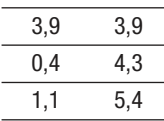
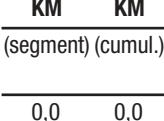
8 km de sentiers de type descente
500, ch. Avila, Piedmont

450 227-7336
mssbikepark.com

TÉLÉCHARGEZ LES CARTES DES SENTIERS SUR

pleinairsteadele.com

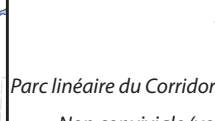
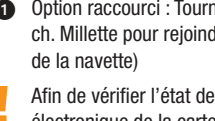
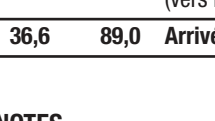
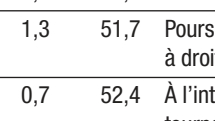
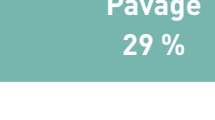
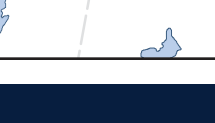
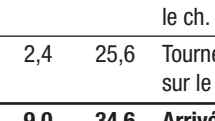
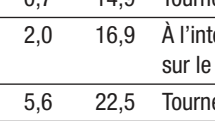
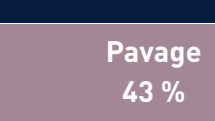
Parcs linéaires de la MRC des Pays-d'en-Haut



Longueur : 232 km (Bois-des-Filion à Mont-Laurier)
Revêtement : cribleure de pierre (secteur Pays-d'en-Haut)
Difficulté : 2,5 (pente moyenne de 2 %)
Accès dans les Pays-d'en-Haut :
Gare de Piedmont (km 20,7)
146, ch. de la Gare, Piedmont
Gare de Mont-Rolland (km 25,4)
1000, rue Saint-Georges, Sainte-Adèle
Sainte-Marguerite-Station (km 32,2)
1676, ch. Pierre-Péladeau (Route 370), Sainte-Adèle



Le plus long
parc linéaire au Canada



Longueur : 58 km (Morin-Heights à Amherst)
Revêtement : pierre concassée compactée (vélo de montagne-gravelle ou hybride recommandé)
Difficulté : 2,5 (pente moyenne de 5 %)
Accès dans les Pays-d'en-Haut :
Pavillon d'accueil (km 0)
50, ch. du Lac-Écho, Morin-Heights
Pavillon Montfort (km 8,5)
160, route Principale, Wentworth-Nord
Halte du secteur Laurel (km 14,5)
1699, route Principale, Wentworth-Nord
Lac-des-Seize-Îles (km 22,3)
237, rue Dion



Circuit familial traversant
les champs et les forêts

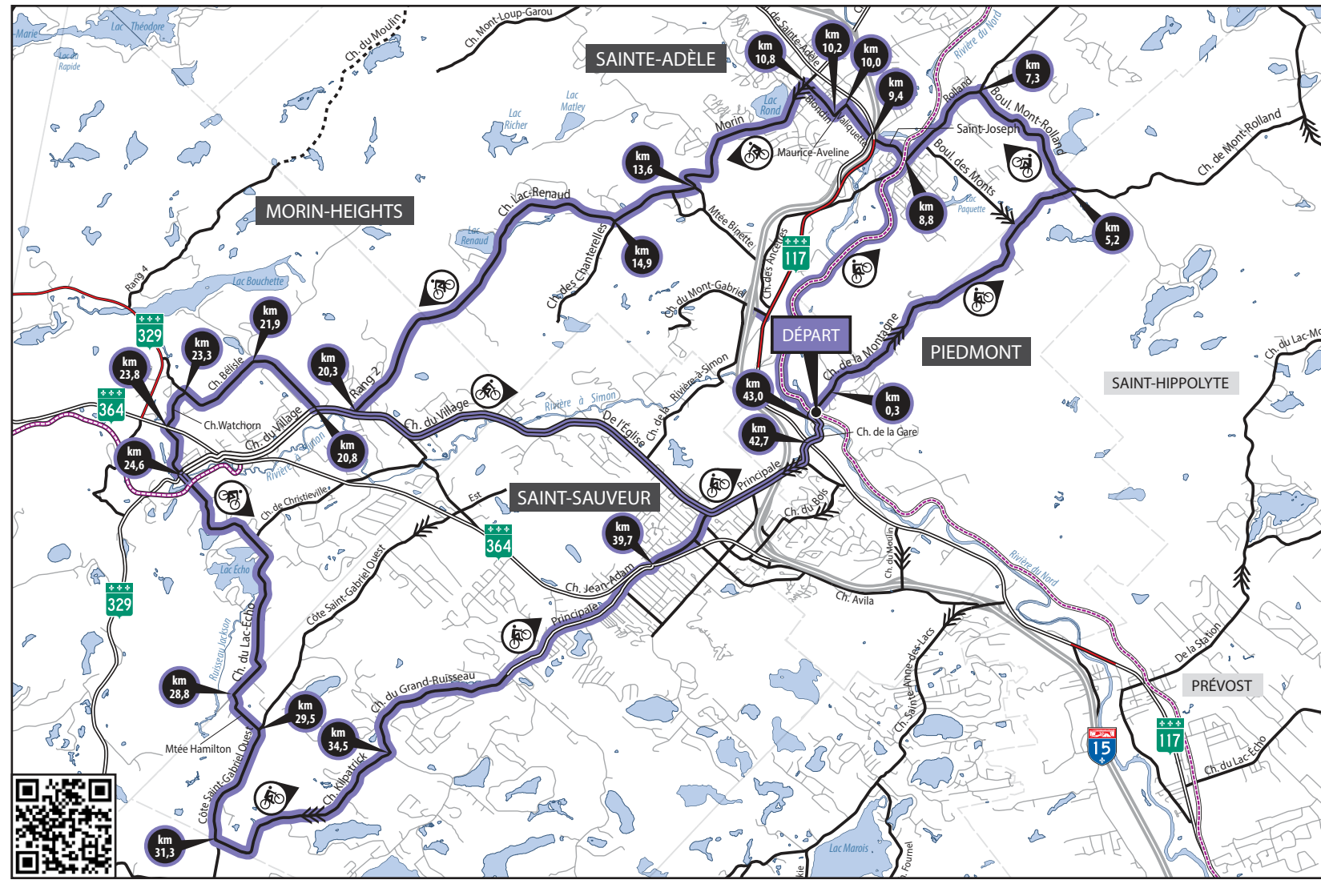
LE TRANQUILLE 2.0

Longueur
43,2 km

Pavage
100 %

Difficulté
2,5

Ascension totale
859 m



KM	KM	DESCRIPTION DU TRAJET
(segment)	(cumul.)	
0,0	0,0	Départ : Gare de Piedmont, km 20,7 du parc linéaire Le P'tit Train du Nord Stationnement : 146, ch. de la Gare, Piedmont
0,3	0,3	Emprunter le ch. de la Montagne en direction du Sommet Olympia
4,9	5,2	À l'intersection du ch. Terzi, garder la gauche sur le ch. de la Montagne
2,1	7,3	Tourner à gauche sur le boul. Mont-Rolland
1,5	8,8	Tourner à droite sur la rue St-Joseph
0,6	9,4	Traverser le boul. de Sainte-Adèle (Route 117) et poursuivre sur la rue Valquette
0,6	10,0	Tourner à gauche sur la rue Maurice-Aveline
0,2	10,2	Tourner à droite sur le rue Blondin
0,6	10,8	Tourner à gauche sur la rue Morin
2,8	13,6	Tourner à droite sur le ch. du Lac-Rensau (vers Morin-Heights)
1,3	14,9	À l'intersection du ch. des Chantrelles, garder la droite sur le ch. du Lac-Rensau (devient le Rang 2)
5,4	20,3	Tourner à droite sur le ch. du Village

LÉGENDE DES ROUTES

Pavée avec accotement

Pavée sans accotement

Non pavée

VELOCITÉ trajet cyclable (pavée)

Rues

Parc linéaire Le P'tit Train du Nord

Parc linéaire du Corridor aérobique

Non conviviale (voir au recto)

0,5	20,8	Tourner à droite sur le ch. Béliste
1,1	21,9	À l'intersection du ch. du Lac Rouchette, garder la gauche sur le ch. Béliste
1,4	23,3	Tourner à gauche sur le ch. Walchom
0,5	23,8	Traverser la Route 364 et poursuivre sur le ch. Walchom
0,8	24,6	À l'intersection du ch. du Village, poursuivre tout droit sur le ch. du Lac-Écho (devient le ch. Wood)
4,2	28,8	Tourner à gauche sur la mtée Hamilton
0,7	29,5	Tourner à droite sur la côte St-Gabriel O.
1,8	31,3	Tourner à gauche sur le ch. Kilpatrick
3,2	34,5	Tourner à gauche sur le ch. du Grand-Rousseau (devient la rue Principale)
5,2	39,7	Traverser le ch. Jean-Adam (Route 364) et poursuivre sur la rue Principale (devient ch. de la Gare)
3,0	42,7	Traverser le boul. des Laurentides (Route 117), puis continuer sur le ch. de la Gare
0,3	43,0	À l'intersection du ch. de la Rivière, garder la gauche sur le ch. de la Gare
0,2	43,2	Arrivée à la gare de Piedmont, km 20,7

NOTES

- Option raccourci : Emprunter le parc linéaire Le P'tit Train du Nord direction Sainte-Adèle
- Option raccourci : Tourner à gauche sur le ch. du Village pour retourner vers Saint-Sauveur
- ATTENTION ! Longue descente à Piedmont comportant des virages (après le pont passant par-dessus l'autoroute 15)
- ! Afin de vérifier l'état des routes, veuillez consulter la version électronique de la carte à pleinairsteadele.com et quebec511.info

LE LAC NOTRE-DAME

CIRCUIT DE GRAVEL BIKE

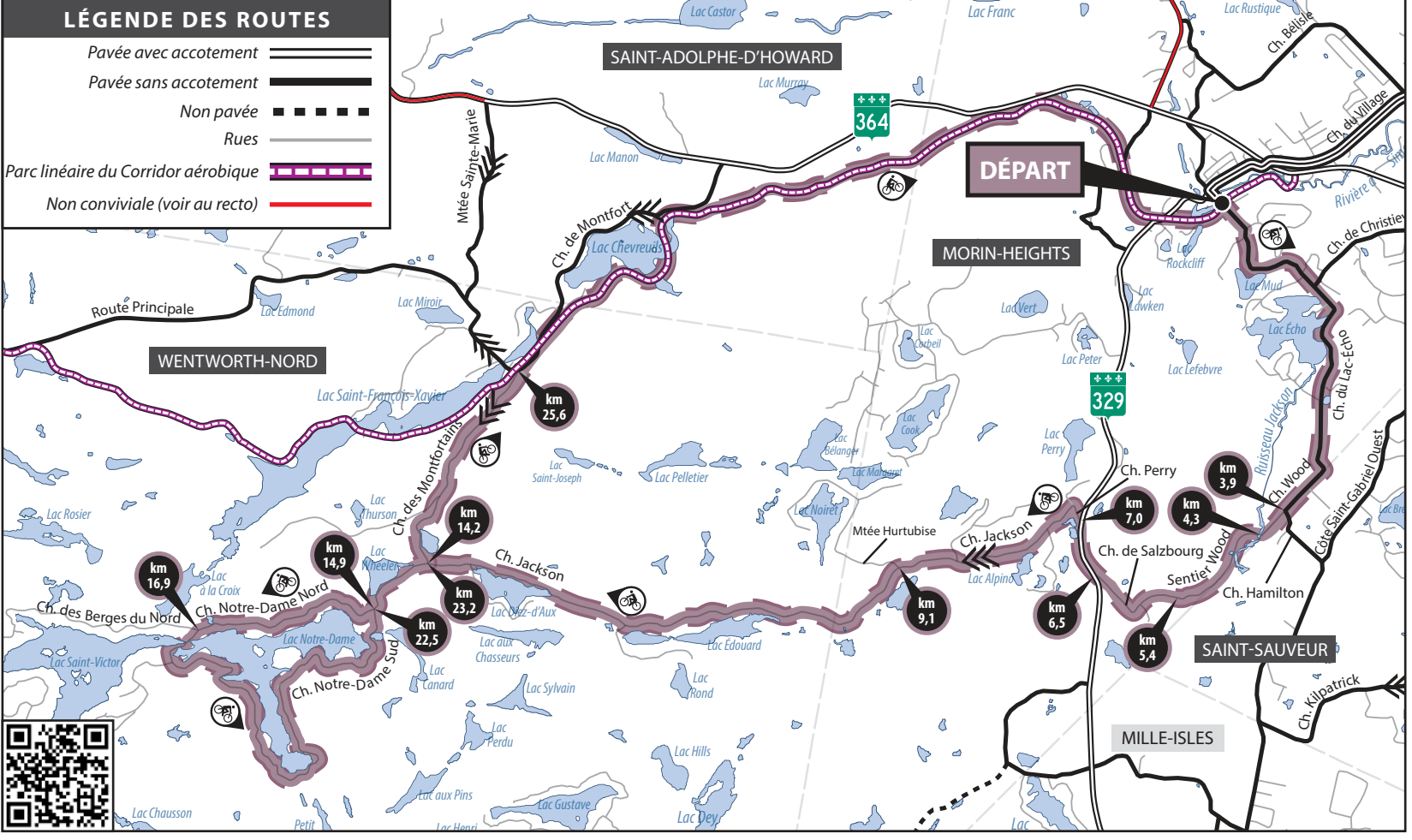
Longueur
34,6 km

Pavage
43 %

Difficulté
2,5

Ascension totale
557 m

KM	KM	DESCRIPTION DU TRAJET
(segment)	(cumul.)	
0,0	0,0	Emprunter le ch. du Lac-Écho en direction du Parc Basler (devient le ch. Wood)
3,9	3,9	À l'intersection du ch. Hamilton, continuer tout droit sur le ch. Wood
0,4	4,3	Au bout du ch. Wood, emprunter le sentier Wood
1,1	5,4	Poursuivre sur le ch. de Salzboum
1,1	6,5	À l'intersection du ch. du Village (Route 329), tourner à droite
0,5	7,0	Tourner à gauche sur le ch. Perry, puis à gauche sur le ch. Jackson
2,1	9,1	À l'intersection de la mtée Hursthouse, garder la gauche sur le ch. Jackson (vers Wentworth-Nord)
5,1	14,2	Tourner à gauche sur le ch. des Montfortains



NOTES

- ! Afin de vérifier l'état des routes, veuillez consulter la version électronique de la carte à pleinairsteadele.com et quebec511.info

LA CHAPELLE

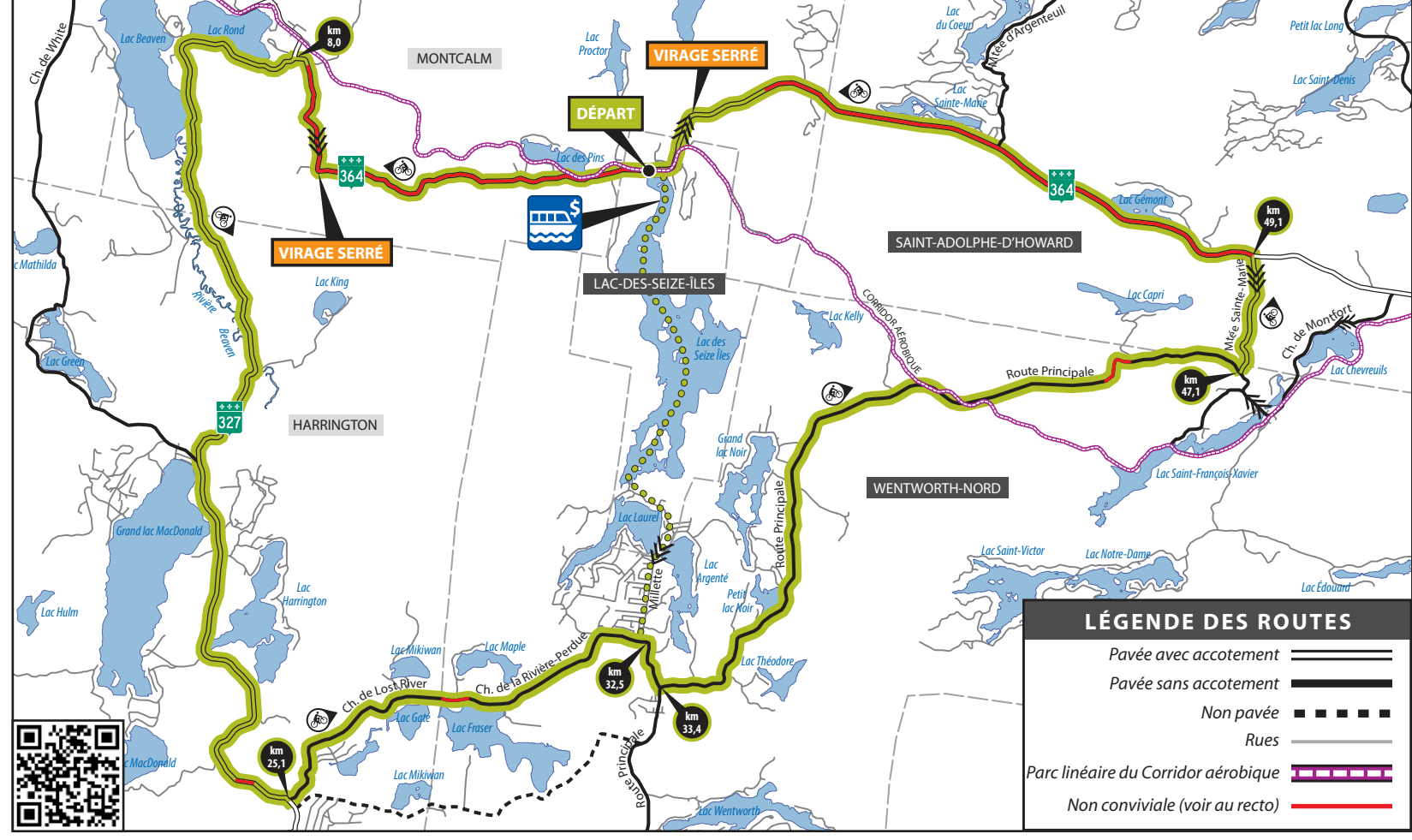
Longueur
60,6 km

Pavage
100 %

Difficulté
2,5

Ascension totale
937 m

KM	KM	DESCRIPTION DU TRAJET
(segment)	(cumul.)	
0,0	0,0	Départ : Village de Lac-des-Seize-Îles Stationnement : 237, rue Dion, Lac-des-Seize-Îles
8,0	8,0	Prendre le ch. du Village (Route 364) en direction ouest (vers Montcalm)
17,1	25,1	À Montcalm, tourner à gauche sur la rte du Lac-Rond Sud (Route 327) (vers Harrington)
7,4	32,5	Continuer sur le ch. de la Rivière-Perdue
0,9	33,4	Tourner à gauche la route Principale
13,7	47,1	Tourner à gauche sur le ch. Gémont (Route 364 Ouest)
2,0	49,1	Tourner à gauche sur le ch. Gémont (Route 364 Ouest)
11,5	60,6	Arrivée au stationnement rue Dion à Lac-des-Seize-Îles



NOTES

- ATTENTION ! Longue descente avant Montcalm comportant un virage à droite très serré.
- Itinéraire plus long : Continuer sur la Route 327 Sud jusqu'à Pine Hill (16,1 km) et tourner à gauche sur le ch. de Saint-Michel (devient route Principale) jusqu'à Laurel (16,4 km), le rebroussement sur le circuit la chapelle au km 33,4.
- Option raccourci : Tourner à gauche sur le ch. de la Rivière-Perdue, puis à droite sur le ch. Millette pour rejoindre la navette (S) traversant le lac des Seize Îles (vérifier les horaires de la navette)
- ATTENTION ! Longue descente en arrivant à Lac-des-Seize-Îles (débutant au km 50,0).
- ! Afin de vérifier l'état des routes, veuillez consulter la version électronique de la carte à pleinairsteadele.com et quebec511.info

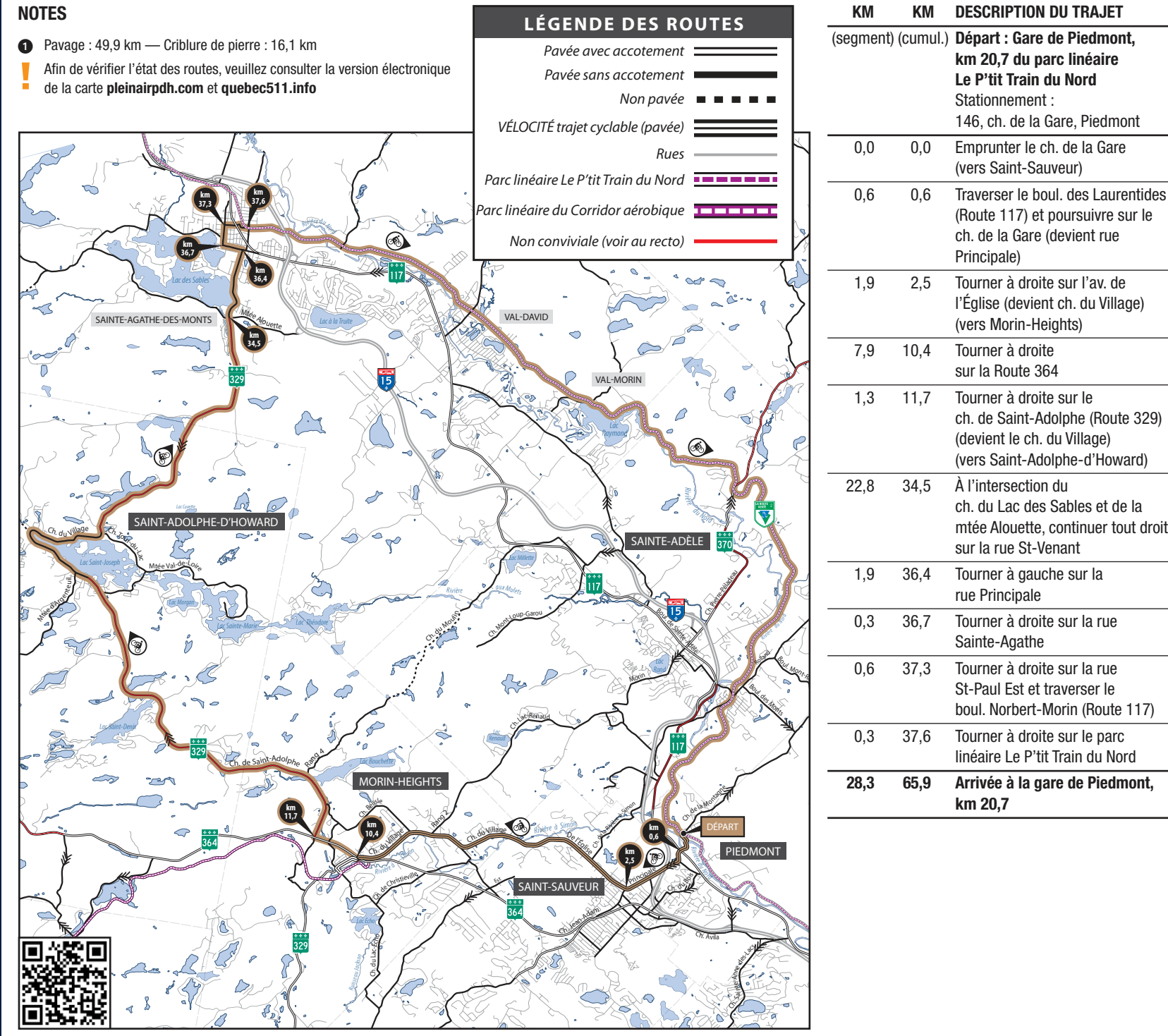
LES HUIT VILLAGES

Longueur
65,9 km

Pavage
75 %

Difficulté
2,5

Ascension totale
880 m



LÉGENDE DES ROUTES

Pavée avec accotement

Pavée sans accotement

Non pavée

VELOCITÉ trajet cyclable (pavée)

Rues

Parc linéaire Le P'tit Train du Nord

Parc linéaire du Corridor aérobique

Non conviviale (voir au recto)

KM	KM	DESCRIPTION DU TRAJET
(segment)	(cumul.)	
0,0	0,0	Départ : Gare de Piedmont, km 20,7 du parc linéaire Le P'tit Train du Nord Stationnement : 146, ch. de la Gare, Piedmont
0,6	0,6	Traverser le boul. des Laurentides (Route 117) et poursuivre sur le ch. de la Gare (devient rue Principale)
1,9	2,5	Tourner à droite sur l'av. de l'Eglise (devient ch. du Village) (vers Morin-Heights)
7,9	10,4	Tourner à droite sur la Route 364
1,3	11,7	Tourner à droite sur le ch. de Saint-Adolphe (Route 329) (devient le ch. du Village) (vers Saint-Adolphe-d'Howard)
22,8	34,5	À l'intersection du ch. du Lac des Sables et de la mtée Aroquette, continuer tout droit sur la rue St-Venant
1,9	36,4	Tourner à gauche sur la rue Principale
0,3	36,7	Tourner à droite sur la rue Sainte-Agathe
0,6	37,3	Tourner à droite sur la rue St-Paul Est et traverser le boul. Norbert-Morin (Route 117)
0,3	37,6	Tourner à droite sur le parc linéaire Le P'tit Train du Nord
28,3	65,9	Arrivée à la gare de Piedmont, km 20,7

NOTES

- Pavage : 49,9 km — Criblure de pierre : 16,1 km
- ! Afin de vérifier l'état des routes, veuillez consulter la version électronique de la carte à pleinairsteadele.com et quebec511.info

LE VOYAGEUR

CIRCUIT DE GRAVEL BIKE

Longueur
89 km

Pavage
29 %

Difficulté
2,5

Ascension totale
1 163 m

KM	KM	DESCRIPTION DU TRAJET
(segment)	(cumul.)	
0,0	0,0	Départ : Pavillon d'accueil, km 0 parc linéaire du Corridor aérobique Stationnement : 50, ch. du Lac-Écho, Morin-Heights
15,6	15,6	Emprunter le parc linéaire du Corridor aérobique en direction ouest (vers Amherst)
7,8	23,4	Sortir du parc linéaire du Corridor aérobique pour emprunter la route Principale direction sud
1,1	24,5	À l'intersection du ch. de la Rivière-Perdue, garder la gauche sur la route Principale
6,8	31,3	Tourner à droite sur le ch. London et poursuivre jusqu'à la Route 327 (vers Lost River ou Harrington)
7,4	38,7	Tourner à gauche sur le ch. White (vers Arundel)
11,0	49,7	À l'intersection avec le ch. Swails Comer, garder la gauche sur le ch. White

