

SEPAQ

PARC NATIONAL DU MONT-TREMBLANT

Territoire protégé. Expérience grandeur nature.

Créé le 12 janvier 1895, ce vaste territoire de 1510 km² est le 1^{er} parc national créé au Québec, le 3^e au Canada et le 6^e en Amérique du Nord.

Le parc national du Mont-Tremblant a pour mission d'assurer la conservation d'un échantillon représentatif des Laurentides méridionales, une région naturelle du Québec. Laissez-vous charmer par son caractère distinctif avec ses 400 lacs, ses 6 rivières, ses collines arrondies, ses nombreuses rives sablonneuses et son ciel étoilé où la Voie lactée est observée.



Sépaq

LES INCONTOURNABLES



Sentier La Corniche, secteur de la Diabie

Accéder aux plus beaux points de vue

Quatre de nos magnifiques sentiers sont couronnés de belvédères menant à une vue époustouflante des grandes vallées du parc. La Roche et la Corniche dans le secteur de la Diabie, l'Envol dans le secteur Pimbina-Saint-Donat et les Grandes-Vallées dans le secteur de L'Assomption vous séduiront par leur majestueuse beauté. Pour agrémenter votre journée, de nombreux autres sentiers sont aussi parsemés de points de vue saisissants.



Sentier Lac-de-L'Assomption, secteur de L'Assomption

Plus de 200 km de sentiers à parcourir

Vous trouverez inévitablement chaussures à vos pieds avec un choix aussi impressionnant de sentiers ! De facile à difficile, pour les tout-petits aux plus grands, laissez l'excursion vous conduire à des endroits étonnants. Certains sentiers se rendent même à des relais. Profitez-en pour y apporter un goûter ! Consultez le tableau des sentiers à la page 3 pour plus de détails.



Lac-des-Sables, secteur Pimbina-Saint-Donat

Mettre les pieds dans un sable unique

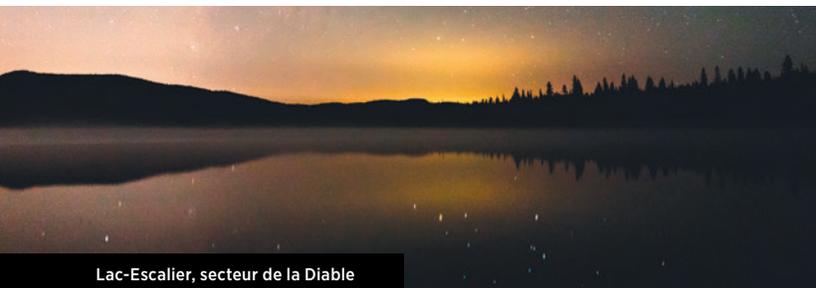
Abondantes, uniques et propices aux pique-niques, nos nombreuses rives sablonneuses permettent aussi la pratique d'activités nautiques. Profitez-en pour louer une embarcation à l'un de nos centres de location, dont au lac des Sables et au lac Provost (secteur Pimbina-Saint-Donat), au lac de L'Assomption (secteur de L'Assomption) et au lac Escalier, lac Caché et au lac Monroe du secteur de la Diabie.



Sentier de la Chute-du-Diabie, secteur de la Diabie

S'émerveiller devant les cascades naturelles

Admirez les quatre chutes du parc, toutes différentes : la Chute-du-Diabie et les Chutes-Croches (secteur de la Diabie) avec des randonnées pédestres accessibles et des belvédères d'observation; la spectaculaire Chute-aux-Rats (secteur Pimbina-Saint-Donat), haute de plus de 17 m avec une aire de pique-nique et la Chute-aux-Mûres avec sa charmante petite passerelle (secteur la Cachée).



Lac-Escalier, secteur de la Diabie

Observer bien plus que des étoiles

À la tombée de la nuit, le ciel du parc est noir, mais particulièrement scintillant. La faible pollution lumineuse en fait l'un des parcs au sud du Québec avec le plus beau ciel nocturne où même la Voie lactée peut être observée. Pour mieux contempler cette richesse naturelle, rendez-vous aux Places des étoiles et installez-vous confortablement sur l'une des chaises d'observation mises à votre disposition. Voir les emplacements aux pages 4 et 5.



Activité avec un garde-parc naturaliste

Découvrir les secrets de la nature avec un garde-parc naturaliste

Curieux de nature ? Avec un choix insoupçonné d'activités, les gardes-parc naturalistes vous en mettront plein la vue ! Jeux, causeries et randonnées guidées vous permettront d'explorer des facettes inusitées du parc. Pour un séjour mémorable, ne manquez surtout pas les activités de découvertes animées. Plaisir garanti ! La programmation sera affichée aux postes d'accueil des différents secteurs. Utilisez aussi le code QR à la page 7.

Nom et description du sentier		Longueur et durée*		Diff	Déniv.	Lieu de départ
1	La Chute-du-Diable - Un spectacle inoubliable de la rivière du Diable : une chute de 15 m.	1,6 km aller-retour	30 min	F	15 m	Stationnement de la Chute du Diable; 7 km au nord du Centre de découverte
2	Les Chutes-Croches - En cascades et remous, une autre saute d'humeur de la rivière du Diable.	720 m aller-retour	20 min	F	25 m	Stationnement des Chutes-Croches; 5 km au nord du Centre de découverte
3	La Roche - Une vue panoramique de la vallée glaciaire du lac Monroe et du massif du mont Tremblant.	5,4 km aller-retour	2 h	I	250 m	Centre de découverte
4	La Coulée - Les belvédères de La Roche et de La Corniche sont reliés par le sentier de La Coulée. <i>Pour accéder à ce sentier, il faut emprunter le sentier de La Roche ou La Corniche. Le retour s'effectue par la Boucle-des-Chutes-Croches.</i>	8,2 km boucle	2 h 45	I	255 m	Centre de découverte, par le sentier de la Roche ou au stationnement de la Corniche
5	La Corniche - Tout comme celui de La Roche, le belvédère offre une vue superbe de la vallée du lac Monroe et du massif du mont Tremblant.	3,4 km aller-retour	1 h 30	I	150 m	Stationnement de la Corniche; 1,7 km au nord du Centre de découverte
6	Le Lac-Poisson - Des érables et des bouleaux jaunes, des parois rocheuses, un lac solitaire et une cascade cristalline.	7,4 km aller-retour	2 h 30	I	180 m	Centre de découverte, par le sentier de la Roche
7	Le Bois-Franc - Une magnifique forêt, un relief qui ondule doucement, le refuge de La Hutte au bord d'un lac pour vous reposer.	12,2 km boucle	4 h	I	90 m	500 m au sud du Centre de services du Lac Monroe, prendre le sentier Le Boulé.
8	Le Malard - Après un effort soutenu en montée, cassez la croûte au refuge de la Ouache. Sur le chemin du retour, contemplez le lac Malard.	17,6 km boucle	4 h 30	D	280 m	Stationnement de la Ouache ; 5 km au sud du Centre de découverte
9	L'Ours - Une belle montée jusqu'au lac à l'Ours, retour par la Renardière.	17,1 km boucle	4 h 30	D	220 m	Centre de découverte ; par la Boucle-des-Chutes-Croches
10	Le Toit-des-Laurentides - Des cascades du ruisseau des Pruches au pic Johannsen, le plus haut sommet des Laurentides, découvrez la face cachée du mont Tremblant. Pour les moins aventureux, nous suggérons l'aller-retour de 3 km jusqu'à la cascade du ruisseau des Pruches.	14,6 km aller-retour	6 à 7 h	D	595 m	Stationnement de la Sablonnière; 7 km au sud du Centre de découverte
11	La boucle du Centenaire - Un véritable joyau créé pour le 100e anniversaire du parc. Ce sentier offre une enfilade de points de vue panoramiques sur les méandres de la Diable et les forêts de la Boulé.	9,6 km boucle	3 à 4 h	D	430 m	Stationnement de la Sablonnière; 7 km au sud du Centre de découverte
12	Le Lac-des-Femmes - Une petite boucle familiale idéale pour l'initiation à la randonnée. Traversez une magnifique forêt pour y contempler le lac des femmes.	3,1 km boucle	1 h	F	50 m	À proximité du Centre de services du Lac-Monroe, direction les Totems de la place du Centenaire
13	Le Lac-aux-Atocas - Le parc regorge d'eau douce : des lacs par centaines, des rivières, des ruisseaux et des tourbières. Le sentier et la brochure vous racontent quelques-unes de ces histoires aquatiques.	1,5 km boucle	durée variable selon les haltes	F	10 m	Stationnement du lac Chat; 3 km au sud du Centre de découverte
19	La Boucle des Chutes-Croches - À pied ou à vélo, faites le tour du lac Monroe et profitez d'une halte au belvédère des Chutes-Croches.	13,4 km boucle	R - 4 h V - 1 h 30	F	25 m	Centre de découverte ou Centre de service du Lac-Monroe
20	La Renardière - Courte promenade à vélo donnant accès au refuge de la Renardière.	6,2 km boucle	45 min	F	20 m	Centre de découverte
21	Le Lac-Brochet - Sentier menant au refuge de la Cache et au Petit-Lac-Caché, en passant par le lac Brochet.	33,2 km aller-retour	2 h 45	I	165 m	Stationnement de la Ouache ; 5 km au sud du Centre de découverte
22	Le Boulé - Découvrez les beautés de la vallée de la rivière Boulé et la face cachée du mont de la Vache Noire.	26,8 km aller-retour	2 h 30	I	65 m	500 m au sud du Centre de services du Lac Monroe, prendre le sentier Le Boulé (route 15)
27	La piste du Loup - Ce tout nouveau sentier relie maintenant le Centre de services du Lac-Monroe au secteur du Lac-Chat. Longeant une partie du Petit-Lac-Monroe, il vous conduit à une vue resplendissante d'une érablière mature.	6,8 km aller-retour	R - 1 h V - 30 min	F	25 m	Centre de service du lac-Monroe ou stationnement du Lac-Chat
23	Le Ruisseau-aux-Mûres - Bonifiez votre randonnée de vélo en vous rendant à pied à la Chute-aux-Mûres, un attrait méconnu du parc. Départ du camping aussi possible.	12,6 km aller-retour	1 h 30	I	55 m	Poste d'accueil de la Cachée
28	Le Cerf - Surplombant le lac Caché, ce parcours traverse une montagne d'érablières ponctuée de pruches vénérables. Une immense pierre laissée par le passage des glaciers est une belle escale lors de la montée.	1 km aller-retour	15 min	F	15 m	Poste d'accueil de la Cachée
14	La Chute-aux-Rats - À pied ou à vélo, découvrez l'attrait majeur du secteur de la Pimbina-Saint-Donat, une chute de 17,4 m.	9,4 km aller-retour	R - 3 h V - 1 h 15	F	25 m	Poste d'accueil de la Pimbina-Saint-Donat
15	Le Carcan - Ce sentier conduit à l'un des plus hauts sommets du parc (883 m.), en longeant plusieurs cascades.	14 km aller-retour	5 à 6 h	D	435 m	Stationnement du Carcan; 13 km du poste d'accueil de la Pimbina-Saint-Donat (route 3 vers lac des Cyprès)
17	L'Envol - Faites connaissance avec l'érablière à bouleau jaune, cette forêt typique du parc national du Mont-Tremblant, et contemplez la vallée du Pimbina du haut du belvédère.	4 km aller-retour	1 h 45	I	200 m	Stationnement de l'Envol; 400 m au nord du poste d'accueil de la Pimbina-Saint-Donat
24	Le Lac-Cassagne - Belle randonnée à vélo donnant accès au lac Cassagne et aux refuges du Geai-Bleu et du Lariou.	16 km boucle	1 h 45 à 2 h	I	195 m	Poste d'accueil de la Pimbina-Saint-Donat
25	La Descente - Arrêtez-vous au refuge du Geai-Bleu afin de tester vos freins avant de vous lancer dans la descente.	8,5 km boucle	45 min	I	135 m	Poste d'accueil de la Pimbina-Saint-Donat
29	Le Renard - Ce petit sentier permet d'accéder à une ancienne route forestière qui rejoint le refuge du Lac-des-Sables. Il traverse aussi une pessière humide dont le sol est recouvert de mousse. Les forêts sont jeunes avec de nombreux cerisiers.	1,3 km aller-retour	15 min	F	25 m	Camping du Lac-des-Sables
16	Les Grandes-Vallées - Une agréable ascension à travers une érablière mature, récompensée par une vue sur les vallées du lac de L'Assomption.	4,6 km aller-retour	2 h	I	215 m	Stationnement des Grandes-Vallées, situé à 9,4 km au nord du poste d'accueil de l'Assomption
18	Le Lac-de-L'Assomption - Un delta qui grouille de vie, le visage changeant d'un ruisseau, un abri sur pilotis d'où l'on observe à loisir grands hérons, plongeurs huards et autres habitants farouches de la baie.	3 km boucle	2 h	F	10 m	Aire de pique-nique du Lac-de-L'Assomption; 15 km au nord du poste d'accueil de L'Assomption
26	La Boucle-du-Lac-de-L'Assomption - Découvrez les beautés du lac de L'Assomption et arrêtez-vous pour un pique-nique à la baie Ronde en toute quiétude.	7 km boucle	R - 2 h V - 45 min	I	10 m	Aire de pique-nique du Lac-de-L'Assomption; 15 km au nord du poste d'accueil de L'Assomption

Secteur de la Diable

Secteur Pimbina-Saint-Donat

Secteur de L'Assomption

R - Rando pédestre

V - Vélo

F : facile I : intermédiaire D : difficile

VM - Vélo de montagne

Brochure (Non-offert pour la saison 2021)

Exp. famille

Chien autorisé

*Les durées et les niveaux de difficulté mentionnés le sont à titre indicatif et se réfèrent à la saison estivale. Les sentiers autorisés aux chiens peuvent différer en saison hivernale.

L'Ascension

En cas d'urgence

Téléphones disponibles dans les sections 24 h au poste d'accueil de la Diable, Centre de services du Lac-Monroe, Centre de découverte et aux postes d'accueil Pimbina Saint-Donat et de L'Assomption.

Défibrillateur disponible au Centre de découverte et au poste d'accueil Pimbina Saint-Donat.

Réserve faunique Rouge-Matawin

Réserve faunique Rouge-Matawin

Accueil La Macaza

Vers La Macaza

Chemin du Lac-Macaza

Vers Labelle et La Macaza

Chemin du Lac-Caché

Secteur de la Diable

Centre de découverte

Centre de services du Lac-Monroe

Poste d'accueil de la Diable

Camping du Lac-des-Sables

Camping du Lac-Escalier

Mont-Tremblant

Station Mont Tremblant

Lac-Supérieur

Vers Saint-Faustin - Lac-Carré

Chemin du Lac-Saint-Jacques

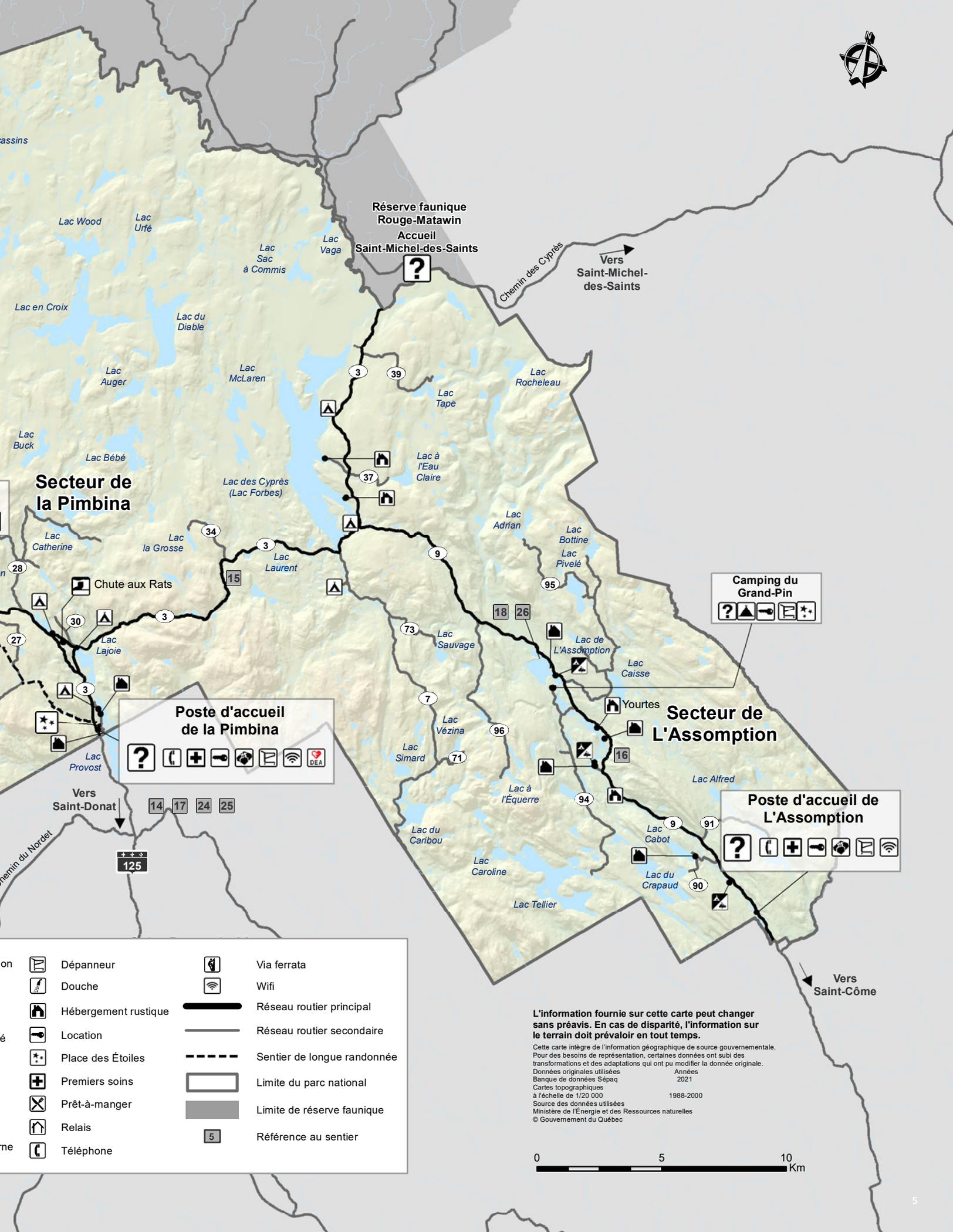
Chemin du Nordet

Chemin Duplessis



Téléchargez la carte Avenza Maps

- Accueil / Information
- Boutique
- Buanderie
- Camping aménagé
- Camping rustique
- Canot-camping
- Chalet
- Chute
- Défibrillateur externe automatisé



Secteur de la Pimbina

Secteur de L'Assomption

Poste d'accueil de la Pimbina

Icons: Question mark, telephone, first aid, location, place des étoiles, Wi-Fi, DECA.

Camping du Grand-Pin

Icons: Question mark, triangle, location, place des étoiles, Wi-Fi.

Poste d'accueil de L'Assomption

Icons: Question mark, telephone, first aid, location, place des étoiles, Wi-Fi.

	Dépanneur		Via ferrata
	Douche		Wifi
	Hébergement rustique		Réseau routier principal
	Location		Réseau routier secondaire
	Place des Étoiles		Sentier de longue randonnée
	Premiers soins		Limite du parc national
	Prêt-à-manger		Limite de réserve faunique
	Relais		Référence au sentier
	Téléphone		

L'information fournie sur cette carte peut changer sans préavis. En cas de disparité, l'information sur le terrain doit prévaloir en tout temps.

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 : Banque de données Sépaq, Cartes topographiques à l'échelle de 1/20 000, 1988-2000

Années : 2021

Source des données utilisées : Ministère de l'Énergie et des Ressources naturelles

© Gouvernement du Québec



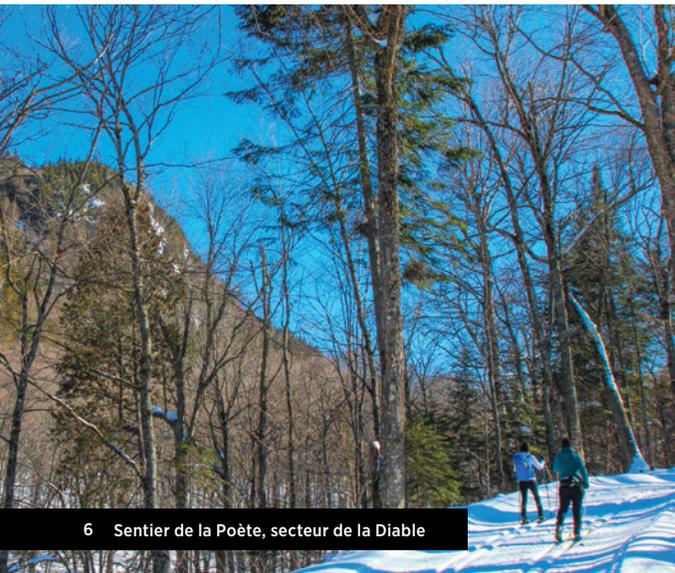
RENDEZ-VOUS AVEC LA DÉCOUVERTE



Via ferrata, secteur de la Diable



Sentier de la Chute-aux-rats, secteur Pimbina-Saint-Donat



6 Sentier de la Poète, secteur de la Diable



Via Ferrata

Dans un parcours longeant la paroi rocheuse du mont de la Vache Noire, escalade, randonnée pédestre sur poutres, passerelles et pont suspendu agrémenteront votre escapade dans les hauteurs du parc. Un guide professionnel vous accompagne dans cette ascension de 200 mètres d'altitude. Des points de vue époustouflants des montagnes et de la sinueuse rivière du Diable vous saisiront.

Parcours

Excursion : 3 h 30

Intermédiaire : 5 h

Grande Virée : 5 h 30

Rendez-vous : Poste d'accueil de la Diable (secteur de la Diable).
Réservation à l'avance requise.

Important

- Taille minimale de 1,4 mètres
- Âge minimal de 11 ans pour l'Excursion et de 14 ans pour les autres parcours
- Poids maximal de 110 kg (242 lbs)
- 6 personnes max. par départ

Sur deux roues

Partez à l'aventure à vélo sur quatre pistes multifonctionnelles adaptées pour toute la famille. La Boucle-des-Chutes-Croches et la piste du Loup dans le secteur de la Diable, la Chute-aux-Rats dans le secteur Pimbina-Saint-Donat et la Boucle-du-Lac-de-L'Assomption dans le secteur du même nom pourront bien occuper vos journées d'automne ou d'été, et vous faire oublier la voiture le temps de votre séjour.

Expérience famille

Gratuit!
Accès et prêt
d'équipement
pour les 17 ans
et moins.



Location de vélo possible à l'un de nos centres de location. Quantités limitées.

L'effet boule de neige

Avec près de 50 kilomètres de ski de fond classique, de raquette et plus d'une centaine en ski nordique, ce vaste territoire est un véritable paradis pour les adeptes (ou pas encore) de la saison froide. Laissez-vous transporter dans un décor hors du commun où les montagnes enneigées, les falaises glacées et les arbres fantômes dressent un portrait féérique de l'hiver québécois.

Expérience famille

Gratuit!
Accès et prêt
d'équipement
pour les 17 ans
et moins.



Location de ski de fond et de raquettes possible au Centre de découverte et au poste d'accueil Pimbina-Saint-Donat. Quantités limitées. Billet de ski de fond en sus.



Les Méandres de la Diable non-guidés

Naviguez en canot, en kayak ou en SUP sur l'une des plus importantes rivières du parc : la rivière du Diable ! Ce trajet d'une demi-journée vous émerveillera par ses paysages spectaculaires. De plus, profitez d'un petit moment de détente sur les magnifiques rives sablonneuses.

Rendez-vous : Centre de services du Lac-Monroe.
Réservation à l'avance au 1 800-665-6527.

La vie la nuit

La pollution lumineuse est-elle aussi néfaste pour l'écologie que pour l'astronomie? Participez à ce jeu familial sur la faune nocturne du parc pour le découvrir! Activité de découverte offerte dans tous les secteurs.

Au fil de l'eau

Que ce soit en kayak, en canot, en SUP ou en pédalo, explorez l'un de nos 400 lacs ou l'une de nos six rivières. Nos centres de location dispersés sur l'ensemble du territoire auront un produit tout désigné pour satisfaire votre soif d'aventure ou de pure détente.

Équipement disponible: Canot | Kayak simple | Kayak double | Surf debout à pagaie | Pédalo 2 et 4 places | Chaloupe

Consultez le sepaq.com pour connaître les tarifs en vigueur.

Activités de découverte

Consultez la programmation détaillée

Vous y trouverez des activités divertissantes pour explorer le parc sous tous ses angles. Une belle façon d'enrichir votre visite et de faire des découvertes surprenantes.

[Cliquez ici](#)



Lac de L'Assomption, secteur de L'Assomption

À la découverte du Lac de l'Assomption

Cette excursion guidée en canot sur l'un des plus beaux lacs du parc vous réserve de belles découvertes ! Activité offerte dans le secteur de L'Assomption avec un garde-parc naturaliste.

Kayak de mer avec les huards

Vivez une expérience unique en kayak de mer sur le grand lac Monroe et laissez le chant du plongeon huard vous envoûter. Activité offerte dans le secteur de la Diable avec un garde-parc naturaliste.

Marais Safari

Accédez à l'un des habitats les plus riches du parc lors de cette randonnée guidée en canot au crépuscule. L'observation de la faune est garantie! Activité offerte dans le secteur de la Diable.



EN NATURE, MA SÉCURITÉ, C'EST MA RESPONSABILITÉ

Les activités en plein air peuvent comporter certains risques.

Vous devez vous assurer de posséder les compétences et les habiletés requises pour la pratique de l'activité choisie. Il est important de connaître les risques inhérents à cette activité, de respecter vos capacités et de disposer des équipements appropriés. Vous préparer adéquatement constitue le premier pas vers la pratique agréable et sécuritaire de vos activités.

Pour plus d'information, consulter notre site Web à sepaq.com/securite



CONSERVER POUR DEMAIN



DANS NOTRE NATURE

Parcs nationaux du Québec
Édition 2021



Jetez un coup d'œil au bulletin Dans notre nature

Des contenus
captivants qui
mettent en valeur
la mission des
parcs nationaux.

[Cliquez ici](#)



Photos: Mathieu Dupuis, Michaël Rondeau, Steeve Deschênes,
Stéphane Audet et François Couillard



Parc national
du Mont-Tremblant

sepaq.com/mont-tremblant

Préserver notre ciel étoilé

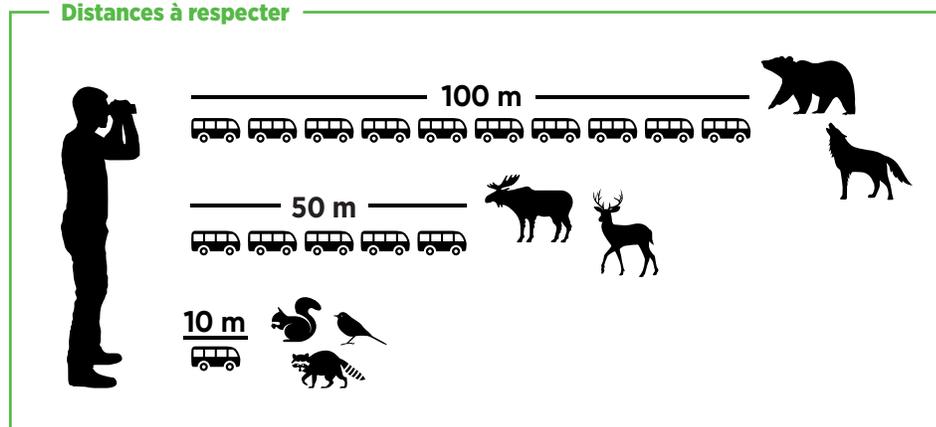
À plusieurs endroits dans le parc, nous avons une chance inouïe d'observer la Voie lactée, mais comment préserver cette richesse pour les générations futures ?

Être soucieux de la conservation, c'est aussi s'intéresser à la pollution lumineuse. Depuis deux ans, le parc national du Mont-Tremblant amorce plusieurs actions visant à préserver l'intégrité de l'environnement nocturne, mais aussi à garantir aux visiteurs de belles nuits étoilées. Nous inaugurons même cette année des sites d'observations à travers les différents secteurs : La Place des étoiles. Grâce à ces petits gestes, notre objectif est d'obtenir le statut officiel du premier parc international de ciel étoilé au Québec. Les sites d'observation sont identifiés aux pages 4 et 5.

Cohabiter avec les animaux sauvages : donnez-leur de l'espace

En fréquentant les parcs nationaux voués à la conservation et à l'accessibilité, nous partageons aussi notre aire de vie avec la faune. Des milliers de visiteurs cherchent à approcher de façon domestique ou avec de la nourriture les animaux sauvages pour mieux les observer. Mais sachiez-vous que ces actions humaines modifient considérablement leur comportement animal ? Ils deviennent plus familiers, dépendants et vulnérables. Ils sont d'ailleurs trop souvent victimes d'accidents routiers. Un animal sauvage doit le demeurer pour vivre en santé. Pour en assurer leur survie, respectez les distances recommandées pour observer les animaux sauvages, ne leur offrez pas de la nourriture et n'essayez pas d'adopter un comportement familier avec eux.

Distances à respecter



Faites partie de la solution

Nos parcs nationaux sont des lieux d'une richesse inestimable. Quelle chance de pouvoir les explorer, y séjourner et profiter des bienfaits de la nature ! **Mais sachiez-vous que leur mission consiste aussi à protéger ces territoires grandioses ainsi que la faune et la flore qu'on y retrouve**

Cet héritage appartient à chacun d'entre nous et aux générations futures. Avec des millions de visites tous les ans, chaque comportement nuisible peut causer des dommages **permanents sur l'environnement, en plus d'affecter l'expérience** des autres visiteurs. Pour profiter longtemps de cette nature exceptionnelle, il faut en prendre soin.

5 bons comportements à adopter

Ne nourrissez pas les animaux

Gardez vos distances quand vous les observez

Demeurez dans les sentiers

Ne ramassez pas d'éléments naturels (plantes, bois mort...)

Ayez en votre possession votre droit d'accès