



## Avis important

***N'oubliez pas de payer vos droits d'accès aux sentiers***

**Sachez que :**

### **Le port du casque est obligatoire ;**

Nos sentiers de vélo de montagne ne sont pas patrouillés ;

Vous êtes responsable de votre propre sécurité et de celle de vos pairs en tout temps ;

Le territoire comporte plusieurs difficultés de communication et d'accès en cas d'urgence ;

Vous acceptez les risques inhérents à la pratique du vélo de montagne : fractures, foulures, coups de chaleur, allergies, rencontres animales, piqûres d'insectes, etc.

### **Avant votre départ :**

Prenez connaissance de la carte : les caractéristiques du territoire, le niveau de difficulté des sentiers, la durée estimée ;

Avisez toujours quelqu'un de votre itinéraire et de l'heure prévue pour votre retour ;

Nous vous recommandons d'apporter toujours avec vous une petite trousse de premiers soins, une trousse de réparation en cas de bris ou de crevaison, un téléphone portable ainsi qu'une quantité suffisante d'eau potable.

### **Pendant votre randonnée de vélo**

Restez toujours dans les sentiers balisés et réservés au vélo ;  
(orange et blanc)

L'eau sur le territoire n'est pas recommandée à la consommation ;

De préférence, ne partez jamais seul en vélo ;

Rapportez avec vous tous vos déchets et ceux des autres!

### **En cas d'urgence composez avec votre cellulaire (\*4141)**

(les cellulaires ne fonctionneront qu'à certains endroits sur les sentiers; généralement sur le sommet de certaines montagnes)

***Bonne randonnée et Soyez prudent !***

