

PRÊT. À PARTIR

SENTIER NATIONAL

TRAVERSÉE DE L'INTER-CENTRE

3 JOURS, 2 NUIT(S) — 28,5 KM

NIVEAU AVANCÉ

DÉNIVELÉ ↗ 1 250 M ↘ 1 278 M

TYPE ALLER SEULEMENT

LAURENTIDES

Réseau Inter-Centre



Mirador de la montagne Noire
Saint-Donat

DESCRIPTION

Cet itinéraire de 3 jours vous permettra d'emprunter une grande partie du sentier Inter-Centre, la totalité du sentier Montagne Blanche ainsi qu'une importante portion du sentier La Grise. Vous croiserez les lacs Léopard, en Croix, Raquette, de l'Appel, Bruyère, la montagne Noire pour atteindre le site historique du Libérateur Harry et à son sommet un magnifique mirador, vous atteindrez les deux refuges de l'Appel et le Nordet, vous passerez près de la montagne Blanche et sur les flancs de la montagne Grise et au final vous aurez une vue imprenable sur les montagnes entourant le mont Tremblant.

RENSEIGNEMENTS PRATIQUES

Frais d'accès : inclus avec l'hébergement (gratuit pour les moins de 18 ans)

Période recommandée : toute l'année (ski de fond nordique uniquement en hiver)

Restriction : aucun chien accepté dans les refuges

Les chiens en laisse sont les bienvenus.

STATIONNEMENT ET ACCÈS

Stationnement P2 de la Montagne noire, au 30 chemin Régimbald, en Matawinie

Coordonnées : 📍 N46.25154, W74.24504

Période d'accès : toute l'année

Type de stationnement : aménagé et gratuit

Nombre de places : ~ 50

Stationnement du chemin du Nordet, à Val-de-Lacs.

Coordonnées : 📍 N46.22134, W74.43765

Période d'accès : toute l'année

Type de stationnement : aménagé et gratuit

Nombre de places : ~ 15

COORDONNÉES

Réseau Inter-Centre

info@intercentre.qc.ca | 1-888-783-6628

<https://intercentre.qc.ca/>

Un produit de

**RANDO
QUÉBEC**

 **RÉSEAU INTER-CENTRE**

EN CAS D'URGENCE : 911
Vérifier la couverture du réseau mobile

JOUR 1

Du stationnement P2 au refuge de l'Appel

DISTANCE 14,4 KM

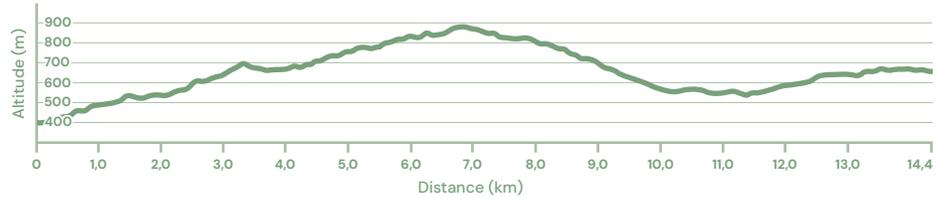
DÉNIVELÉ ↗ 735 M ↘ 471 M

NIVEAU AVANCÉ

TYPE ALLER SEULEMENT

BALISAGE ROUGE ET BLANC

DURÉE 6 H 15



HÉBERGEMENT

Refuge de l'Appel (8 personnes)

Frais d'hébergement : payant (réservation obligatoire)

Ravitaillement en eau : source d'eau à proximité (à filtrer)

Installations : toilette sèche, poêle à bois et matelas

Le départ s'effectue depuis le stationnement P2, près du lac Archambault. La montée progressive permet d'atteindre plusieurs points de vue dégagés sur les montagnes environnantes. Vous croiserez, sur votre chemin, le site historique du Liberator Harry ainsi que le mirador de la montagne Noire. Après une traversée de forêt mixte, le sentier grimpe vers les crêtes, offrant une perspective impressionnante sur la vallée. La journée se termine au refuge de l'Appel, un abri rustique situé en pleine nature, parfait pour une nuit en autonomie.

JOUR 2

Du refuge de l'Appel au refuge le Nordet

DISTANCE 6,1 KM

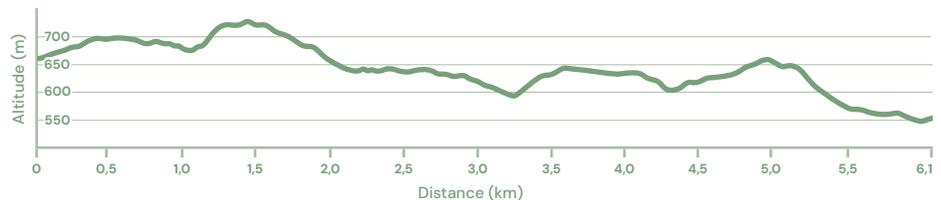
DÉNIVELÉ ↗ 220 M ↘ 326 M

NIVEAU AVANCÉ

TYPE ALLER SEULEMENT

BALISAGE ROUGE ET BLANC

DURÉE 2 H 30



HÉBERGEMENT

Refuge le Nordet (8 personnes)

Frais d'hébergement : payant (réservation obligatoire)

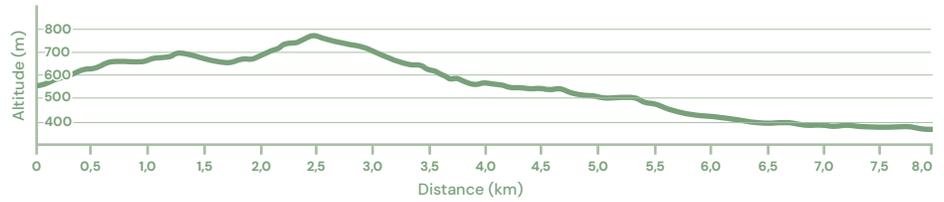
Ravitaillement en eau : source d'eau à proximité (à filtrer)

Installations : toilette sèche, poêle à bois et matelas

Ce tronçon alterne de courtes montées soutenues et de courtes descentes techniques. Dès la sortie du refuge de l'Appel, une montée progressive mène au point culminant de votre journée. Le sentier longe ensuite une zone humide et traverse un ruisseau saisonnier, avant d'atteindre la descente finale vers le refuge le Nordet.

JOUR 3

Du refuge le Nordet au stationnement
le Nordet



DISTANCE 8,0 KM

DÉNIVELÉ ↗ 295 M ↘ 481 M

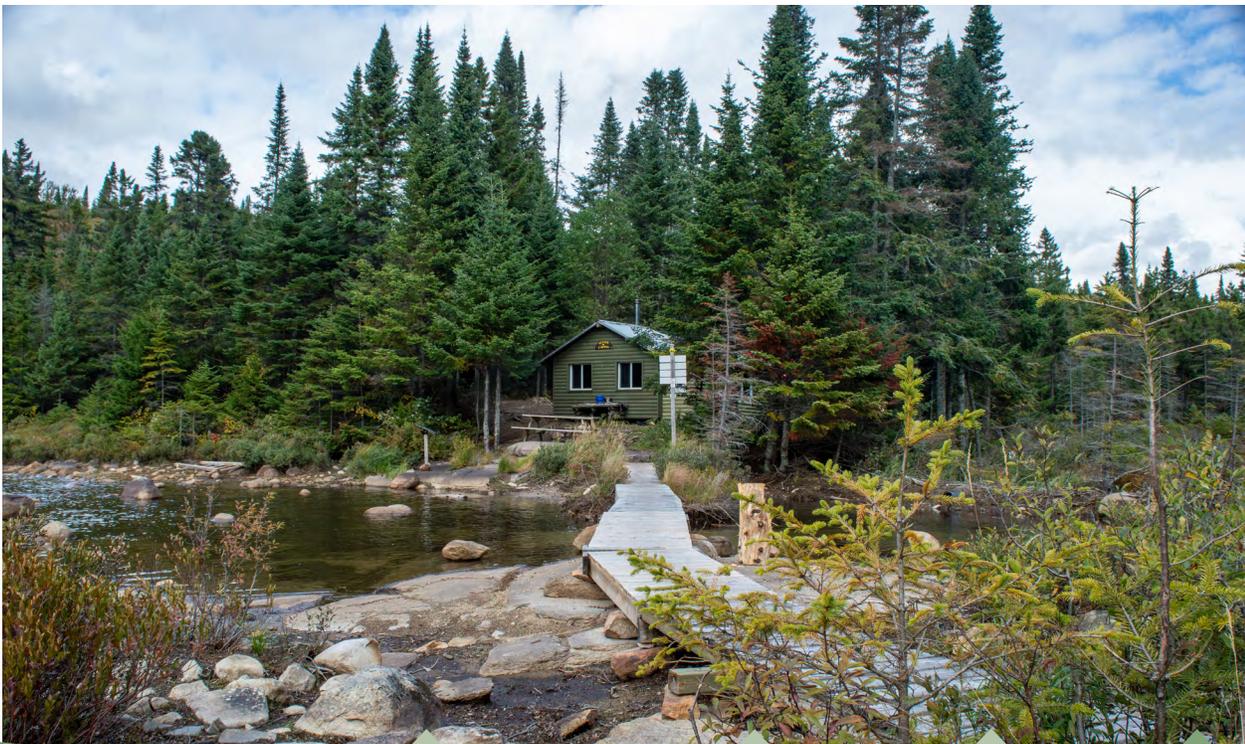
NIVEAU INTERMÉDIAIRE

TYPE ALLER SEULEMENT

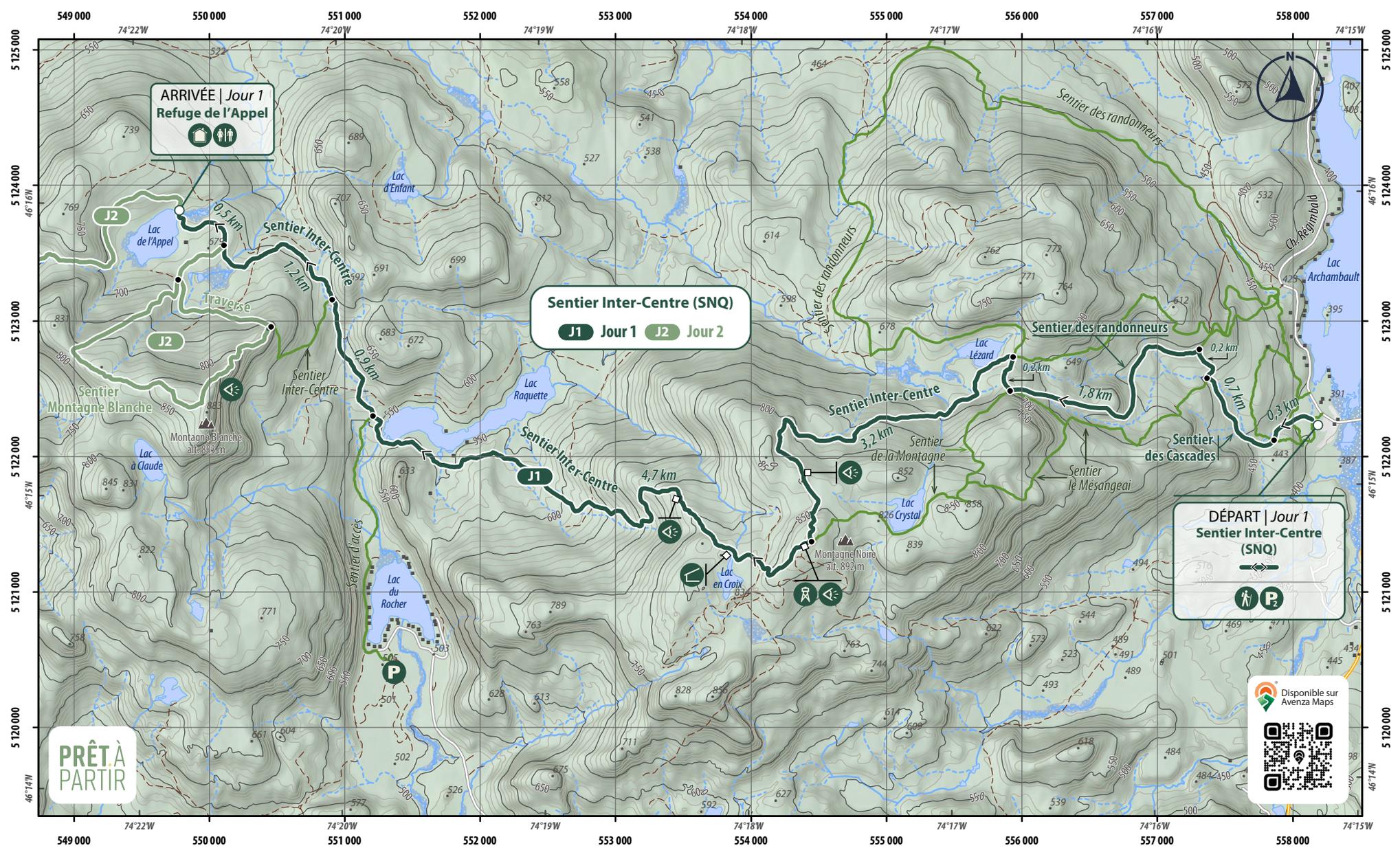
BALISAGE ROUGE ET BLANC

DURÉE 3 H 00

En cette dernière journée de randonnée, il faut d'abord emprunter le sentier la Grise pour atteindre le sommet de la montagne Grise (alt. 773 m). Ensuite, suivre le sentier Inter-Centre, sur une descente qui mène jusqu'au stationnement du chemin du Nordet où se termine cette belle aventure.



Refuge de l'Appel
Saint-Donat



ARRIVÉE | Jour 1
Refuge de l'Appel

Sentier Inter-Centre (SNQ)
J1 Jour 1 J2 Jour 2

DÉPART | Jour 1
Sentier Inter-Centre (SNQ)

PRÊT À PARTIR

Chemin forestier

- Chemin forestier carrossable
- - - Chemin forestier non carrossable

Topographie *

- ²⁷⁵ Point coté
- Courbe de niveau maîtresse
- Courbe de niveau intermédiaire

Hydrographie

- Cours d'eau permanent
- - - Cours d'eau intermittent
- Fleuve, rivière, lac, étang
- Milieu humide

Milieu naturel

- Boisé

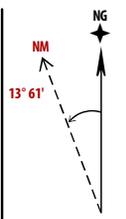
Sentier

- Sentier de randonnée

- 🏠 Abri 3 côtés
- 🚻 Début sentier
- 👁️ Point de vue
- 🏠 Refuge

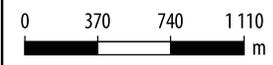
- P Stationnement
- 🚻 Toilettes
- 👁️ Tour d'observation

km — Distance entre deux points



NM : Nord magnétique
 NG : Nord géographique

N'utilisez le diagramme que pour obtenir les valeurs numériques.
 DÉCLINAISON MOYENNE APPROXIMATIVE AU CENTRE DE LA CARTE EN 2025
 Variation annuelle de 0° 09' vers l'Est
 Système de référence géodésique (Datum) : NAD 83
 Projection cartographique : UTM Zone 18

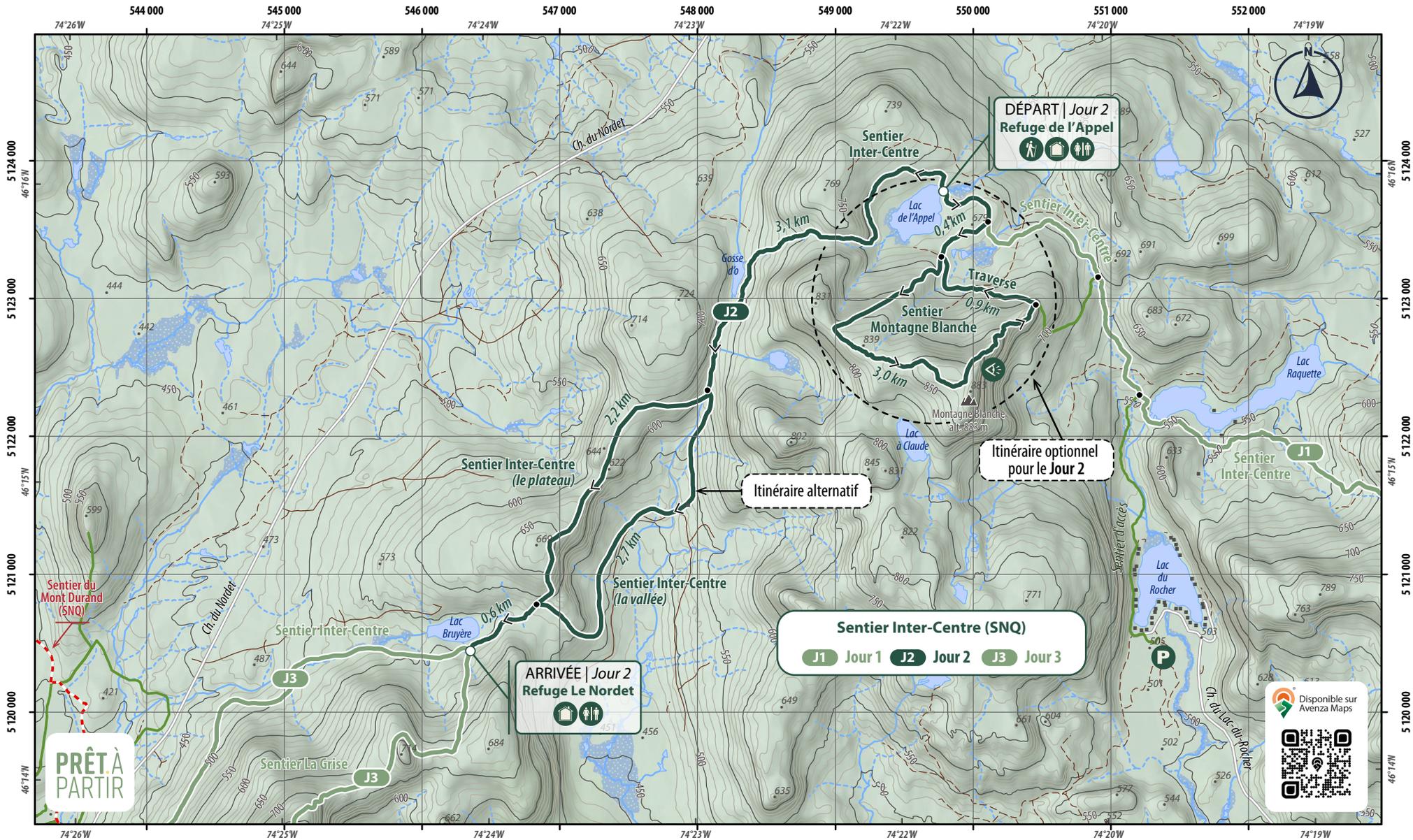


1 cm = 370 m 1:37 000

*Équidistance des courbes de niveau : 10 m

Cette carte intègre de l'information issue de sources gouvernementales. Pour des besoins de représentation, certaines données ont pu subir des modifications qui ont changé la donnée originale.
 Source de données :
 © Gouvernement du Québec, 1992-2025 ;
 © Rando Québec, 2025
 Conception et cartographie : © Rando Québec, 2025





Chemin forestier

- Chemin forestier carrossable
- - - Chemin forestier non carrossable

Topographie *

- ²⁷⁵ Point coté
- Courbe de niveau maîtresse
- Courbe de niveau intermédiaire

Hydrographie

- Cours d'eau permanent
- - - Cours d'eau intermittent
- Fleuve, rivière, lac, étang
- Milieu humide

Milieu naturel

- Boisé

Sentier

- - - Sentier national (SNQ)
- Sentier de randonnée

- 👤 Début sentier
- 👁️ Point de vue
- 🏠 Refuge

- P Stationnement
- 🚻 Toilettes

- km Distance entre deux points

*Équidistance des courbes de niveau : 10 m

Cette carte intègre de l'information issue de sources gouvernementales. Pour des besoins de représentation, certaines données ont pu subir des modifications qui ont changé la donnée originale.

Source de données :
 © Gouvernement du Québec, 1992-2025 ;
 © Rando Québec, 2025

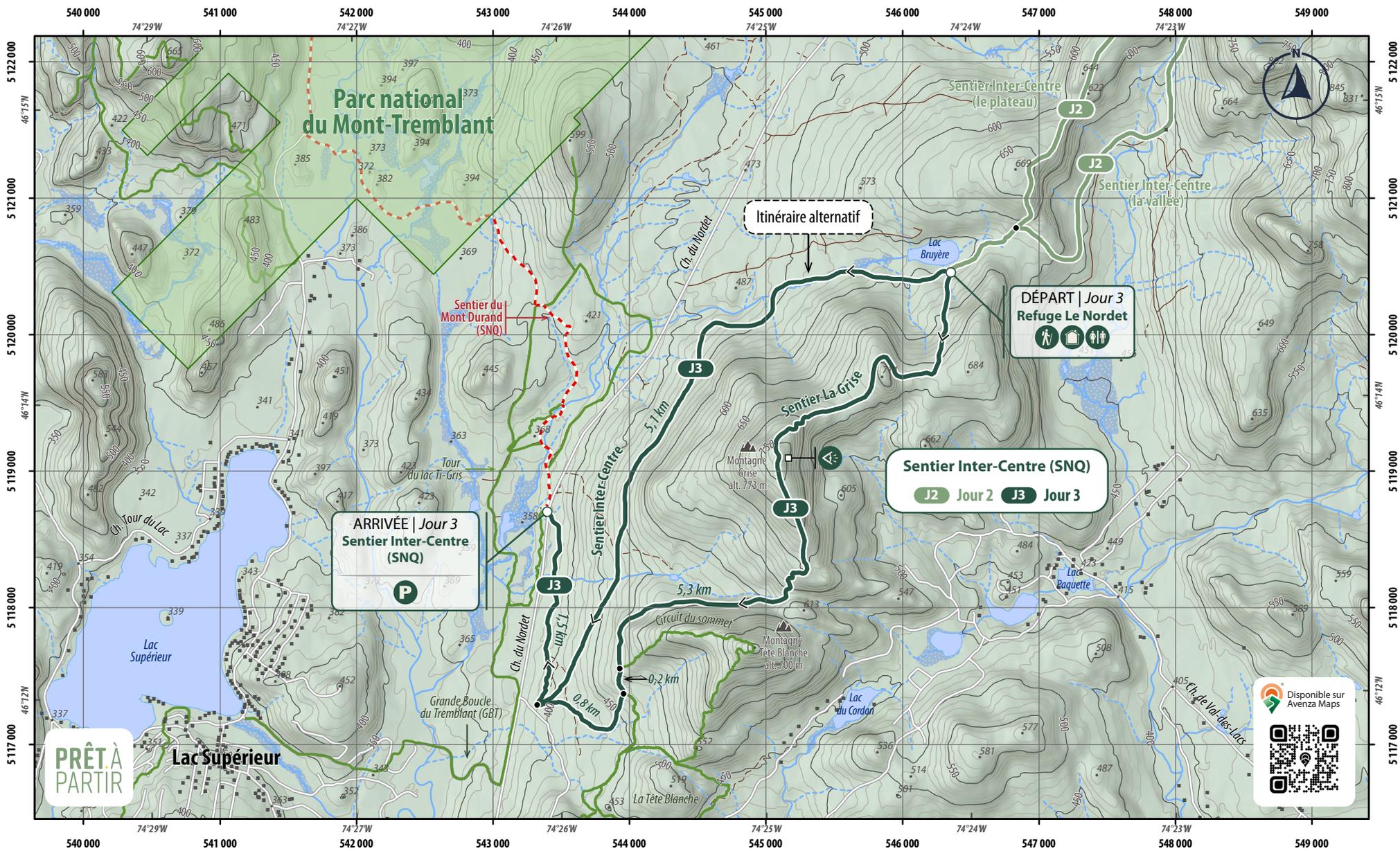
Conception et cartographie : © Rando Québec, 2025



N'utilisez le diagramme que pour obtenir les valeurs numériques.
 DÉCLINAISON MOYENNE APPROXIMATIVE AU CENTRE DE LA CARTE EN 2025
 Variation annuelle de 0° 09' vers l'Est
 Système de référence géodésique (Datum) : NAD 83
 Projection cartographique : UTM Zone 18

NM : Nord magnétique
 NG : Nord géographique

0 370 740 1 110 m
 1 cm = 370 m 1:37 000



Parc national du Mont-Tremblant

ARRIVÉE | Jour 3
Sentier Inter-Centre (SNQ)

DÉPART | Jour 3
Refuge Le Nordet

Sentier Inter-Centre (SNQ)
J2 Jour 2 J3 Jour 3

Itinéraire alternatif

PRÊT À PARTIR



- Chemin forestier**
- Chemin forestier carrossable
 - - - Chemin forestier non carrossable
- Topographie ***
- ²⁷⁵ Point coté
 - Courbe de niveau maîtresse
 - Courbe de niveau intermédiaire

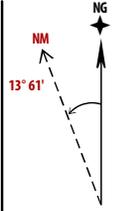
- Hydrographie**
- Cours d'eau permanent
 - - - Cours d'eau intermittent
 - Fleuve, rivière, lac, étang
 - Milieu humide
- Milieu naturel**
- Boisé
 - Limite Parc SÉPAQ

- Sentier**
- - - Sentier national (SNQ)
 - Sentier de randonnée

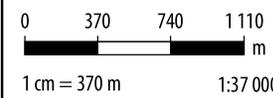
- 👤 Début sentier
- 📍 Point de vue
- 🏠 Refuge

- P** Stationnement
- 🚻 Toilettes

km Distance entre deux points



N'utilisez le diagramme que pour obtenir les valeurs numériques.
DÉCLINAISON MOYENNE APPROXIMATIVE AU CENTRE DE LA CARTE EN 2025
Variation annuelle de 0° 09' vers l'Est
Système de référence géodésique (Datum) : NAD 83
Projection cartographique : UTM Zone 18



* Équidistance des courbes de niveau : 10 m

Cette carte intègre de l'information issue de sources gouvernementales. Pour des besoins de représentation, certaines données ont pu subir des modifications qui ont changé la donnée originale.
Source de données :
© Gouvernement du Québec, 1992-2025 ;
© Rando Québec, 2025
Conception et cartographie : © Rando Québec, 2025

