

## RANDONNÉES

- Inscription aux randonnées **OBLIGATOIRE** (à l'aide du bulletin d'inscription, en ligne par **helloasso** ou sur place)
- Randonnées groupées, guidées et sécurisées
- Pique-nique tiré du sac (à la charge du randonneur). Possibilité de réservation pour les hébergés.
- Apportez votre gobelet. Gobelets consignés sur place (1€)
- Les animaux ne sont pas admis (sauf les chiens-guides d'aveugle)

## INSCRIPTIONS

- ✓ **EN LIGNE**  
sur [mayenne.ffrandonnee.fr](http://mayenne.ffrandonnee.fr)
- ✓ **PAR COURRIER**  
à l'aide du bulletin d'inscription

Inscriptions possibles le matin (paiement par chèque ou espèces)

Manifestation organisée par le Comité FFRandonnée Mayenne en partenariat avec les associations : la Sentine, l'ACT Villaines-la-Juhel, la Rando Potéenne, l'US Changé Randonnée pédestre, les Randonneurs des Landes Mayennaises, les Godillots du Plessis, Laval Randonnées pédestres et les Mil' Pat' de Château-Gontier.

La Mayenne à pied est organisée avec le soutien de :



## HÉBERGEMENT

- Drap et linge de toilette non fournis
  - L'hébergement comprend : la randonnée de la journée, le dîner, la nuitée, le petit-déjeuner
  - Possibilité de réservation d'un pique-nique
  - Le transport des hébergés au point de départ des randonnées se fera par covoiturage
  - Une confirmation de réservation vous sera adressée par mail avec le plan d'accès à l'hébergement
  - Les chèques seront encaissés à la fin de votre séjour
  - Les inscriptions seront enregistrées par ordre d'arrivée. Le Comité se réserve le droit de les refuser, soit hors délais, soit hors capacités d'accueil et d'hébergement
  - Inscriptions à faire à l'aide du bulletin d'inscription ou en ligne par **helloasso** **AVANT le 15 juin**
  - Les annulations seront acceptées jusqu'au vendredi 15 juin 2023. Après cette date, une retenue de 30% de la somme sera effectuée
- Pour les randonneurs non hébergés :
- Stationnement des camping-cars possible à Pré-en-Pail, Saint-Céneri-le-Gérei, Averton, Saint-Jean-sur-Mayenne, Changé et Daon
  - Possibilité de réservation du repas du soir avec les hébergés

## INFORMATIONS

**FFRandonnée Mayenne**

Maison du Tourisme 84, Avenue Robert Buron 53000 LAVAL

02 43 53 12 91

[mayenne@ffrandonnee.fr](mailto:mayenne@ffrandonnee.fr)

[www.mayenne.ffrandonnee.fr](http://www.mayenne.ffrandonnee.fr)



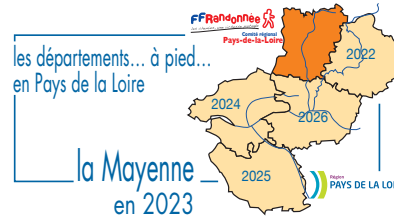
# La Mayenne à pied

8 journées de randonnée

du 24 juin  
2023  
au 1<sup>er</sup> juillet



Crédits photos : Philippe Caharel - Mayenne Tourisme



# LES DÉPARTEMENTS À PIED EN PAYS DE LA LOIRE - ÉDITION 2023 / LA MAYENNE À PIED

Du 24 juin au 1<sup>er</sup> juillet 2023, le Comité de la randonnée pédestre de la Mayenne vous propose une semaine de randonnée pour découvrir le département. Accessibles à tous, les randonnées d'une vingtaine de kilomètres, encadrées par des bénévoles des associations locales fédérées (la Sentine, l'ACT Villaines-la-Juhel, la Rando Potéenne, l'US Changé Randonnée pédestre, les Randonneurs des Landes Mayennaises, les Godillots du Plessis, Laval Randonnées pédestres et les Mil' Pat' de Château-Gontier) vous permettront de découvrir dans une ambiance conviviale la richesse et la diversité des paysages de la Mayenne.

A la journée, sur plusieurs jours ou à la semaine, avec ou sans hébergement, à vous de choisir !



## PROGRAMME

Crédits photos : Alexandre Lamoureux - Mayenne Tourisme

Date	Lieu de départ	Longueur	Descriptif
<b>1</b> Samedi 24 juin	<b>STE-ANNE-DE-CHAMPRÉMONT</b>	20 km	Dans une boucle du nouveau GR® de Pays Tour du Mt des Avaloirs et en contournant la forêt la plus haute de l'Ouest, randonnée dans une réserve naturelle régionale. Sous le regard du busard St-Martin, entre bois, landes et tourbières, point de vue circulaire à 360°, panneaux didactiques pour comprendre ce haut site naturel érodé, avec points de vue des enfants du chemin des écoliers®
<b>2</b> Dimanche 25 juin	<b>CRENNES/FRAUBÉE</b> Mairie	22 km	La Corniche de Pail offre des points de vue à nul autre pareil et fait l'objet d'une mise en valeur naturelle avec la conservation de ses landes et tourbières. Sur ces chemins du bout du monde qui ignorent la voiture, une longue crête de grès guide les hommes depuis des millénaires entre forêt et bocage.
<b>3</b> Lundi 26 juin	<b>ST-PIERRE-DES-NIDS</b> Moulin de Trotté	22 km	Au cœur des Alpes mancelles, le GR® 36 nous guide à flanc pentu d'un canyon jusqu'à une traversée de la Sarthe à fleur d'eau. Le plateau de St-Pierre-des-Nids est creusé de vallons tapissés de bois au milieu desquels l'Ornette et le Terrañon sont traversés de passerelles et longés d'étangs d'anciens moulins.
<b>4</b> Mardi 27 juin	<b>CHANGÉ</b> salle des Nymphéas	22 km	A portée de la ville, le chemin de halage offre des accès aux hauteurs dominant la Mayenne. De villages de caractères en rivières encaissées, la randonnée s'effectue à saute-mouton sur les collines pour découvrir des vallons sillonnés de chemins ombrés à la riche biodiversité.
<b>5</b> Mercredi 28 juin	<b>LE GENEST-ST-ISLE</b> Parc du Plessis	22 km	C'est toute une histoire ! Frôler les anciennes mines d'or de la Lucette, l'abbaye cistercienne de Clermont, traverser le prieuré d'Olivet, longer la lisière du bois de Misedon décrite par Victor Hugo, voir la maison de Jean Chouan et se glisser dans le florilège des chemins bocagers du Genest.
<b>6</b> Jeudi 29 juin	<b>L'HUISSERIE</b> Salle des sports	20 km	Adossé au val encaissé de la Mayenne, le bois de l'Huissierie est le poumon vert de l'agglomération de Laval. Aux portes de la ville, ses chemins sautent de vallon en vallon par les collines dominant la dépression du Vicoin.
<b>7</b> Vendredi 30 juin	<b>DAON</b> Salle des fêtes	21 km	Daon est parée de châteaux et d'un habitat aux apparences angevines. Les allées plantées qui y mènent en ligne droite datent du 18 <sup>e</sup> siècle tandis que les longs chemins reprennent des voies antiques ou les plus sinueux, bordés de haies, rappellent des luttes chouannes. Et pour finir, la Mayenne dominée ressemble à un fleuve !
<b>8</b> Samedi 1 <sup>er</sup> juillet	<b>ST-DENIS-D'ANJOU</b> Salle des fêtes	20 km	Petite Cité de Caractère, le bourg est un joyau architectural. Sur les hauteurs, les points de vue s'étendent loin en Anjou. Dans les vallons séparés de douces ondulations, les chemins se glissent dans le bocage conservé.



Accueil chaque jour à partir de 8h15  
Départ des randonnées à 9h

## TARIFS



Tarif réduit pour les licenciés FFRandonnée

FORMULE	TARIFS	
	TARIF NORMAL	TARIF LICENCE FFRandonnée
Randonnée	7 €	5 €
Forfait journée*	60 €	55 €
Forfait semaine **	400 €	365 €
Pique nique***	10 €	10 €
Repas du soir	17 €	15 €

\*Inclus rando de la journée + diner + nuitée + petit-déjeuner

\*\* Inclus 8 randonnées + 7 diners + 7 nuitées + 7 petits déjeuners

\*\*\* Réservé aux forfaits journée et semaine

### Les offices de tourisme :

#### OFFICE DE TOURISME DU MONT DES AVALOIRS

Randonnées des 24, 25 et 26 juin

02 43 30 11 11 / [www.cc-montdesavaloirs.fr](http://www.cc-montdesavaloirs.fr)

#### OFFICE DE TOURISME DE LAVAL AGGLO

Randonnées des 27, 28 et 29 juin

02 43 49 46 46 / [www.laval-tourisme.com](http://www.laval-tourisme.com)

#### SUD MAYENNE TOURISME

Randonnées des 30 juin et 1<sup>er</sup> juillet

02 43 70 42 74 / [www.sudmayenne.com](http://www.sudmayenne.com)