Escapade au Mont des Avaloirs

Randonnée

Pêche

Nature

CONTACTS

L'Office de Tourisme du Mont des Avaloirs vous accueille à :

VILLAINES-LA-JUHEL

Offices de Tourisme de France — WiFi GRATUIT — France services

17, bd du Général de Gaulle - 53700 VILLAINES-LA-JUHEL

02 43 30 11 11
officetourisme@cc-montdesavaloirs.fr
www.cc-montdesavaloirs.fr

--- Ouvert toute l'année ---
Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30
sauf le vendredi à 16h30
Fermé les jours fériés

Ainsi que dans les points relais d'information à :

PRÉ-EN-PAIL-SAINT-SAMSON

WiFi GRATUIT — France services

Communauté de Communes du Mont des Avaloirs
1, rue de la Corniche de Pail - Pré-en-Pail
Aux mêmes horaires que Villaines-la-Juhel

MAIRIE DE JAVRON-LES-CHAPELLES

Les lundis de 14h à 17h30
Du mardi au vendredi de 9h à 12h30 et de 14h à 17h30 (fermé le jeudi après-midi)
Le samedi de 9h à 12h
Fermé les jours fériés

CONTACTS

MAYENNE TOURISME

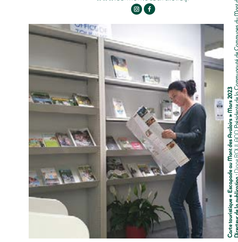
84, avenue Robert Buron - CS 30325 - 53003 LAVAL cedex
02 43 53 18 18
info@mayenne-tourisme.com
www.mayenne-tourisme.com

PARC NATUREL RÉGIONAL NORMANDIE MAINE

Maison du Parc - 61320 CARROUGES
02 33 81 75 75
info@parc-normandie-maine.fr
www.parc-naturel-normandie-maine.fr

COMMUNAUTÉ DE COMMUNES DU MONT DES AVALOIRS

1, rue de la Corniche de Pail - Pré-en-Pail
53340 PRÉ-EN-PAIL-SAINT-SAMSON
02 43 30 11 11
accueil@cc-montdesavaloirs.fr
www.cc-montdesavaloirs.fr



Cartes touristiques © Geoguide - Mont des Avaloirs - Mayenne 2023
Cartes techniques © Communauté de Communes du Mont des Avaloirs - Mayenne 2023
Photos : Crédits photos : © J. Lecocq/OT - © Mayenne Tourisme - © Parc naturel régional Normandie-Maine - © Mairie de Villaines-la-Juhel - © Mairie de Pré-en-Pail-Saint-Samson - © Mairie de Javron-les-Chapelles - © Mairie de Lassay-les-Châteaux - © Mairie de Mayenne - © Mairie de Jublains - © Mairie de Sainte-Suzanne-et-Chammes - © Mairie de Fresnay-sur-Sarthe - © Mairie de Sillé-le-Guillaume - © Mairie de Saint-Céneri-le-Gérei - © Mairie de Saint-Léonard-des-Bois - © Mairie de Alençon - © Mairie de Carrouges - © Mairie de Bagnoles-de-l'Orne - © Mairie de Lignières-Orgères - © Mairie de Saint-Calais-du-Désert - © Mairie de Pré-en-Pail-Saint-Samson - © Mairie de Couptrain - © Mairie de Neuilly-le-Vendin - © Mairie de Madré - © Mairie de Saint-Aignan-de-Couptrain - © Mairie de Saint-Cyr-en-Pail - © Mairie de Javron-les-Chapelles - © Mairie de Chevaigné-du-Maine - © Mairie de Villaines-la-Juhel - © Mairie de Loupfougères - © Mairie de Saint-Pierre-des-Nids - © Mairie de Villepail - © Mairie de Crennes-sur-Fraubée - © Mairie de Le Ham - © Mairie de Boulay-les-Ifs - © Mairie de Courcité - © Mairie de Saint-Aubin-du-Désert - © Mairie de Saint-Mars-du-Désert - © Mairie de Saint-Germain-de-Coulamer - © Mairie de Sillé-le-Guillaume - © Mairie de Saint-Céneri-le-Gérei - © Mairie de Saint-Léonard-des-Bois - © Mairie de Fresnay-sur-Sarthe - © Mairie de Sainte-Suzanne-et-Chammes

Situé entre les vallées de deux des plus importantes rivières de l'Ouest, la Mayenne et la Sarthe qui ont incisé de larges et profondes entailles dans le massif armoricain, le Mont des Avaloirs offre une diversité de paysages sur un relief ondulé. Point culminant de l'Ouest, il domine des espaces entremêlés de massifs boisés, de multiples vallées et un bocage irrégulier avec un maillage de haies et de chemins creux entourant prairies et terres cultivées.

Avec ce patrimoine naturel exceptionnel, le Mont des Avaloirs est taillé pour la promenade et la randonnée, familiales ou sportives, à pied, à vélo, à cheval, et même avec un âne. Une formule idéale pour motiver les enfants et transporter les bagages.

LES PRODUITS LOCAUX

PRODUCTIONS LOCALES

ÉPICERIE

- **LOUPFOUGÈRES - Mocol** E7
  6 place Saint Martin - 06 89 49 67 81 - www.mocol.fr
  Légumes, viande bovine, yaourts, fromages, épicerie en vrac ou conditionnée, cosmétiques...
- **PRÉ-EN-PAIL-SAINT-SAMSON - Le Comptoir** G4
  11, rue Piristde Briand - 09 80 63 92 32 - lecomptoir.pep@gmail.com
  www.lecomptoirpep.fr
  Produits locaux et bio, bières locales
- **SAINT-LÉONARD-DES-BOIS - Le Marché de Camille** D7
  12, rue des Alpes Mancelles - 06 47 96 12 93 - marchedecamille@gmail.com
  Produits locaux, viande, produits laitiers, fruits et légumes...

PRODUCTEURS DE LÉGUMES, FRUITS, MIEL ET PAIN

- **AVERTON - Jean-Charles BRICARD** F8
  Les Ruchers du Haut Maine - 02 43 04 95 40
  Miel, gelée royale, pollen frais
- **GESVRES - Simon BONNAIRE** H7
  Ferme du chêne vert - ferme.chenevert@gmail.com
  Légumes de saison et oeufs fermiers
- **LIGNIÈRES-ORGÈRES - Yvon LIEHN** F2
  La Ferme Saint Maxirin - 09 51 39 20 17 - 06 95 22 96 79
  Légumes et fruits divers et veaux de lait
- **LIGNIÈRES-ORGÈRES - Bruno LIEHN** F2
  La Bluteliere - 02 43 00 54 27 - 06 04 09 51 15
  Pommes et poires
- **LIGNIÈRES-ORGÈRES - Fournil de la Rossignolière** F2
  La Rossignolière - 06 04 11 86 32
  Pain biologique au levain
- **LIGNIÈRES-ORGÈRES - Arnaud CHEVALLIER** G2
  Cueillettes & Confitures
  Le Champ - 06 84 49 76 74
  Confiture artisanale
- **LIGNIÈRES-ORGÈRES - Erwann BLOTTIERE** F2
  Le Plessis - 06 09 44 90 26 - vergerdesrochers@outlook.com
  Pommes de table et jus de pommes. Sur rendez-vous de septembre à février
- **LOUPFOUGÈRES - Jean-Michel DESCOUY** C7
  La Hélonnière - 02 43 03 66 29 - descouy@neuf.fr
  Légumes de saison
- **LOUPFOUGÈRES - Hélène FOUCRAULT et Angélique LACROIX** C7
  La Houdaine - 07 83 20 30 33
  Légumes, miel et jus de pomme
- **SAINT-PIERRE-DES-NIDS - René COTARD** I6
  La Vachonnière - 02 43 08 35 75
  Miel
- **SAINT-PIERRE-DES-NIDS - Lionel HURON** I5
  Le Verdeau - 02 43 03 65 34
  Miel

PRODUCTEURS DE VIANDES

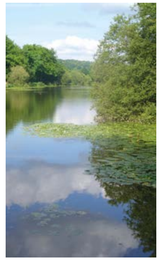
- **LIGNIÈRES-ORGÈRES - Ferme bio Saint Marice - Yvon LIEHN** F2
  La Ferme Saint Marice - 02 43 03 89 39 - 06 95 22 96 79
  Viande de veau
- **LIGNIÈRES-ORGÈRES - Ferme bio La Bluteliere - Bruno LIEHN** F2
  La Bluteliere - 02 43 00 54 27 - 06 04 09 51 15
  Viande de mouton
- **LIGNIÈRES-ORGÈRES - De la terre France** E2
  La Prévostière - 06 32 73 50 59 - delaterrefrance@gmail.com
  www.delaterrefrance.com
  Porc, agneau et oeufs
- **PRÉ-EN-PAIL-SAINT-SAMSON - Christelle et Olivier BEUNARD** F3
  GAEC Les Prés verts - La Lande - 06 35 25 27 54
  contact@les-pres-verts.fom - www.les-pres-verts.fom
  Colis de viande bovine et porcine (8, 10 kg)
- **PRÉ-EN-PAIL-SAINT-SAMSON - Florence et Denis GESLAIN** G4
  La Ferme de Piré - 67 rue Piristde Briand - 02 43 03 58 15
  Viande de porc. Vente au détail ou en caissette
- **VILLAINES-LA-JUHEL - Fabien BOITIÈRE** D7
  Aux Saveurs d'Antan - Courteuvre - 02 43 03 11 04 - 06 89 78 71 20
  fabien.boitiere@wanadoo.fr - www.saveursdantan.fr
  Porc, bœuf et veau, produits transformés
- **VILLAINES-LA-JUHEL - Emmanuel et Anne-Sophie PERRIER** E7
  GAEC d'Ornay - Ornay - 02 43 08 12 91 - 06 79 31 69 89
  Bœuf. Vente en caissette sur commande

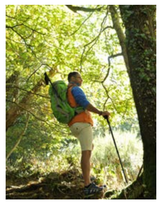
PRODUCTEURS LAITIERS

- **GESVRES - La Ferme des Vallées** H6
  Les Vallées - 06 84 18 22 66 - ferme.levallees@gmail.com
  Fromage de chèvre, oeufs et légumes
- **PRÉ-EN-PAIL-SAINT-SAMSON - M-H. et V. DEMOITIÉ** G5
  Ferme du Pays de Pail - Les Belles Maisons du Bas
  Saint-Julien-les-Églantiers
  02 43 00 17 98 - 06 86 21 43 11 - www.tommedepail.fr
  Yaourts, crème fraîche, fromage blanc, Tomme de Pail

VISITER

- **PRÉ-EN-PAIL-SAINT-SAMSON**
  Belvédère du Mont des Avaloirs H4
  Juché sur le point culminant de l'Ouest de la France, le belvédère se dresse à 416 m d'altitude. Fru sommet de ce bâtiment aux allures futuristes, vous profiterez d'un panorama à 360°. Les peintures qui ornent les murs intérieurs du bâtiment sont l'oeuvre du street-artist czennais Seb Toussaint. Il voir également l'expo photos animalières permanente qui jalonne le parcours.
  Accès libre, parking.
  L'Étinbulle G4
  Voyagez dans le temps à la découverte des savoir-faire artisanaux depuis la Préhistoire, visitez l'archéo-ferme et rejoignez l'équipe des bâtisseurs sur le chantier expérimental : retrouvez le programme complet et les horaires sur etinbulle.com
  La Mellerie - 07 68 23 47 57 - contact@etinbulle.com
- **MADRÉ - Écomusée Le Grand Chemin** C4
  Une ferme auberge toujours en activité pour découvrir la vie paysanne d'antan.
  Jean-Yves MOCHE et Pascale DOUINE
  02 43 08 57 03 - 06 80 54 54 81 - legrandchemin@aol.com
  www.legrandchemin.com
  Visite de groupe sur rendez-vous toute l'année
- **SAINT-PIERRE-DES-NIDS - Canyon des Toyères** J5
  À mi-chemin entre les villages de Saint-Pierre-des-Nids et de Saint-Céneri-le-Gérei, le Canyon des Toyères est un incontournable. Inattendu, après quelques mètres de marche depuis le parking, la belvédère dévoile une vue impressionnante sur un canyon creusé par la Sarthe. Accès : depuis la D144 entre Saint-Pierre-des-nids et Saint-Céneri-le-Gérei, prendre la route de Saint-Léonard-des-Bois. Parking.
  Domaine de Tratté I6
  Au cœur des Pléjes Mancelles, ce site communal se trouve à la jonction de trois départements (Mayenne, Orne et Sarthe) et de deux régions (Pays de la Loire et Normandie). Les bâtiments du moulin qui cessa son activité vers 1930 et ceux de la ferme de Tratté sont aujourd'hui réhabilités en gîtes ruraux.
  Accès libre, parking.
  Mairie de Saint-Pierre-des-Nids - 02 43 03 50 13
  tourisme.stpierredesnids@orange.fr - www.ville-stpierredesnids.fr
  Jardin du Manoir du Plessis Bochard J6
  Thomeau de Bochard - 06 82 30 91 63
  Visite groupes et individuels sur rendez-vous.
  Bac à chaine F7
  Le bac à chaîne permet le franchissement à pied de la rivière la Sarthe au lieu-dit « le Val » sur les communes de Saint-Pierre-des-Nids et St-Léonard-des-Bois. Accès libre.
  Pour y accéder, randonnez sur la boucle n°50 du «Passeur de Montaigu».
  Ouvert du 1er mai au 30 septembre (sauf intempéries obligeant à sa fermeture)
  OT des Alpes Mancelles 02 43 33 28 04
- **VILLAINES-LA-JUHEL**
  Donjon médiéval E7
  Sur les hauteurs de Villaines-la-Juhel, découvrez cet édifice qui date du Même siècle. Depuis 2017, il est équipé d'une plateforme sécurisée qui dévoile une vue à 360° sur la ville.





LE TOUR DU MONT DES AVALOIRS EN 3, 4 OU 5 JOURS

Au départ de Pré-en-Pail-Saint-Samson, au cœur de la réserve naturelle régionale, le Mont des Avaloirs, sommet de l'Ouest de la France avec ses 416 mètres d'altitude vous attend. Ce GR® de Pays d'une centaine de kilomètres vous permettra de découvrir, en 3, 4 ou 5 jours le territoire du Mont des Avaloirs. De jolis chemins arpentent le bocage et vous conduisent vers les lieux les plus emblématiques, le petit village de Ste-Anne, Tratté et ses anciennes forges, Saint-Céneri-le-Gérei et Saint-Léonard-des-Bois, authentiques villages des Alpes Mancelles, les anciennes ardoisières de Chateimoux et pour finir les anciens moulins en vallée de Saint-Calais.

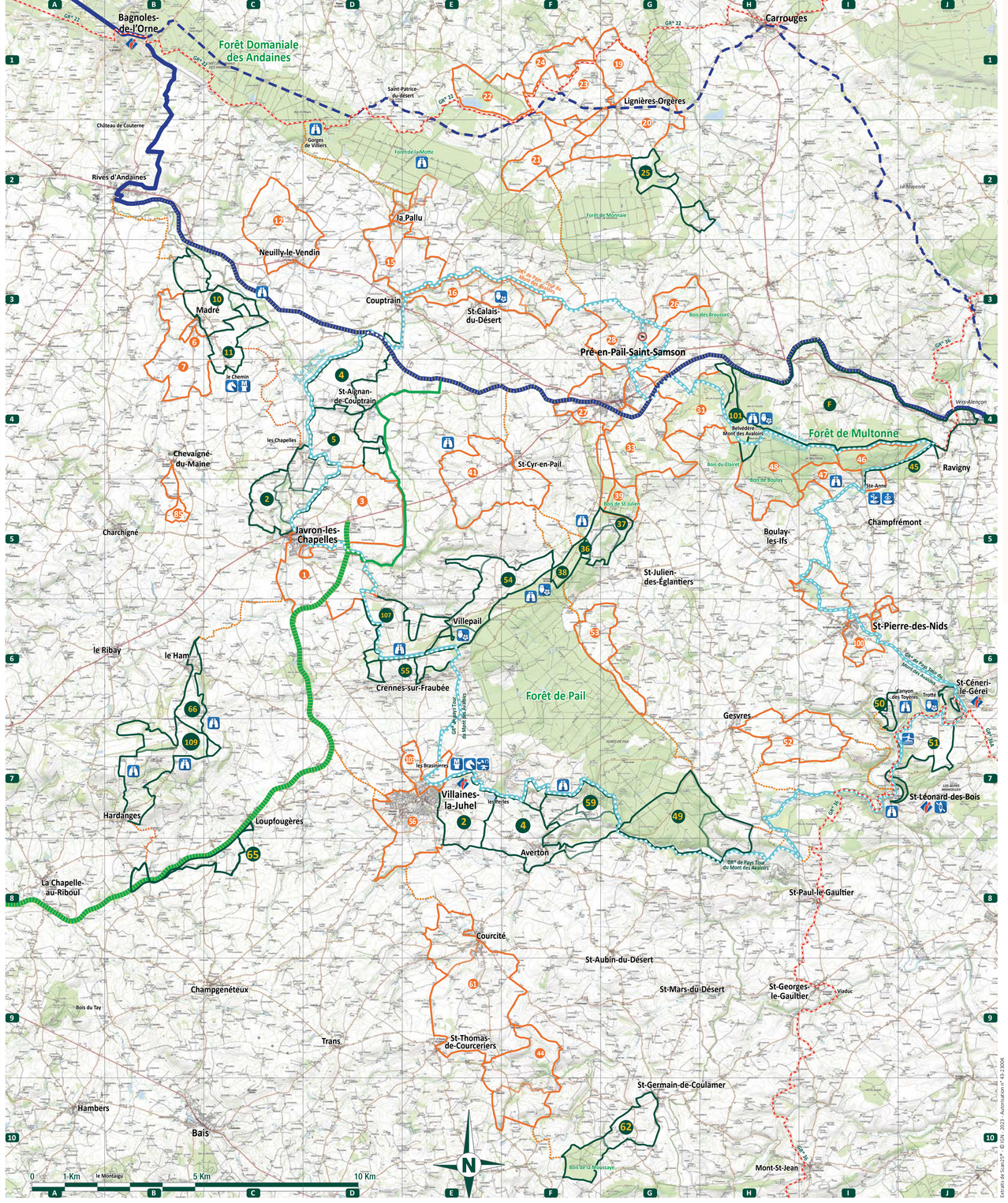
Sur le terrain, il est balisé en rouge et jaune, Sur la carte suivez le tracé bleu

102 km - 70% de terre

Scannez le QR code pour découvrir et télécharger le tracé

LES MARCHÉS (le matin)

- Lundi - VILLAINES-LA-JUHEL
- Mercredi - SAINT-PIERRE-DES-NIDS
- Vendredi - JAVRON-LES-CHAPELLES
- Samedi - PRÉ-EN-PAIL-SAINT-SAMSON



LÉGENDE

- Boucles de randonnée
- Liaisons (à titre indicatif, le balisage n'est pas systématique)
- Variante (à titre indicatif, le balisage n'est pas systématique)
- Sentier de grande randonnée (GR®)
- GR® de Pays «Tour du Mont des Avaloirs»
- Voie verte Mayenne - Javron-les-Chapelles
- Itinéraire vélo jalonné
- Véloscénie - de Paris au Mont-Saint-Michel (450 km)
- Voie verte
- Variante par Carrouges
- Location Canoë Kayak
- Activités équestres / location ânes
- Zone d'intérêt faunistique et floristique
- Point de vue / Panorama
- Jardin, verger conservatoire
- Musée
- Bac à chaine
- Office de tourisme

SIGNES DE RANDONNÉES

Par mesure de préservation et/ou de sécurité, de nombreux sentiers sont fermés à la circulation des engins motorisés toute l'année ou périodiquement soit du 1er octobre au 31 mars et les dimanches toute l'année ou du 1er novembre au 30 avril.

- Continuité du sentier
- Changement de direction
- Mauvaise direction

PR — GR® de Pays — GR®

SENTIERS DE RANDONNÉES DU MONT DES AVALOIRS

			% de terre	Kms			
1	Boucle de la Grotte	C5	64	10,7	•	•	•
2	La Vaucelle	E7	78	8	•	•	•
3	Sentier Panoramique les Perles	E7	67	14	•	•	•
4	Boucle des Herbages	D4	79	10,4	•	•	•
5	Boucle des Ruisseaux	D4	75	11,3	•	•	•
6	Boucle de la Vonnerie	C1	62	11	•	•	•
7	Boucle de l'Hirondelle	C1	68	9,6	•	•	•
8	Les moulins	G1	64	10,1	•	•	•
9	Conquête de l'Armorique (petite boucle)	F1	63	1,7	•	•	•
10	Conquête de l'Armorique (grande boucle)	F1	87	6,2	•	•	•
11	Chemin des 4 saisons et des 5 sens	H1	65	9,2	•	•	•
12	La Prisonnière	G7	73	15	•	•	•
13	Boucle du Passeur de Montaigu	I6	56	4,6	•	•	
14	Les l'Meandres de la Sarthe	J7	77	15,6	•	•	
15	Sentier de la Chapelle de Bon Secours	E6	89	14,2	•	•	•
16	Sentier de Bellevue	E6	88	9,4	•	•	•
17	Boucle d'Averton par le l'Merdereau	F7	73	9,5	•	•	•
18	Sentier de Bel Air	G10	65	10,5	•	•	•
19	Sentier du loup dans les Fougères	C5	67	12,5	•	•	•
20	Sentier de Bozelles	B6	67	10,2	•	•	•
21	Boucle du Belvédère	H4	64	8	•	•	
22	Boucle des Bruyères	D6	78	11,5	•	•	•
23	Sentier du Mont du Saule	B7	68	13,5	•	•	•
24	Circuit du Fer	I4	80	21	•	•	
25	Bocage au Fil de l'eau (non tracé)	F7	52	10,9	•	•	•
26	Boucle des Ardoisières	D5	49	13,2	•	•	•
27	Boucle de Madagascar	D5	62	13,1	•	•	•
28	Boucle du Gage	B3	61	3	•	•	•
29	Boucle Tenet	B4	57	11,5	•	•	•
30	Boucle des Deux Départements	C2	56	9,1	•	•	•
31	Boucle des Vallées	D3	67	12,9	•	•	•
32	Boucle des Moulins (par Ridereau)	E3	55	12,6	•	•	
33	Les l'Iolés ou la Sacré Cœur	G1	50	7,2	•	•	
34	La Rivière «Le Tilleul»	G1	40	10,2	•	•	
35	Les Sources de Saint Ursin	F2	40	11,7	•	•	
36	L'étang du Petit Jard	E1	32	10,5	•	•	
37	L'étang de Codin	F1	38	9,3	•	•	
38	Le lavoir d'Orgères	F1	23	8	•	•	
39	Boucle des Brousses	G3	53	7	•	•	
40	Sentier de l'Hez	F4	43	9,2	•	•	•
41	Boucle des Vallées	G1	57	7,8	•	•	•
42	Boucle du Bois Soupirat	G4	48	15,1	•	•	•
43	Boucle de l'ornaire	G4	54	12,1	•	•	•
44	Boucle de l'Eglantiers	F5	83	11	•	•	•
45	Boucle du Bois de St-Julien	G5	60	7,1	•	•	•
46	Grande Boucle de St-Cyr-en-Pail	E4	45	12,2	•	•	
47	Autour de la Vaudelle	F9	56	12	•	•	
48	Sentier du Multonne	I4	67	7,1	•	•	•
49	Sentier de Courteniche	I4	47	6,8	•	•	
50	Boucle des Avaloirs	H4	44	11,6	•	•	
51	Circuit du Pont de Cinq Pierre	H7	37	10,4	•	•	
52	Boucle des Hauts Gesvres	F6	50	10	•	•	
53	Sentier de la Gravelle	E7	39	12,5	•	•	•
54	Sentier des âniers	E9	34	18,1	•	•	
55	Boucles des Mésanges	B5	47	5,5	•	•	
56	Boucle du Moulin de Campos	I6	37	15,1	•	•	
57	Boucle de la Pitardière	E7	44	6,5	•	•	

ÇA VAUT LE DÉTOUR !

Un PR labellisé par le Comité Départemental de la randonnée pédestre est un itinéraire reconnu de qualité (paysages variés, pourcentage de gaudran limité et présence de curiosités naturelles ou historiques) et qui satisfait aux conditions de pérennité, de sécurité et de respect des milieux traversés.

Associations locales de randonnées :

PÉDESTRE
- PRÉ-EN-PAIL-SAINT-SAMSON
  La Sentine - www.lasentine.com
- SAINT-PIERRE-DES-NIDS
  Randa Pipistenne
- VILLAINES-LA-JUHEL
  FCT Section Randonnée

VTT
- VILLAINES-LA-JUHEL
  VTTSJ - atsj.free.fr

EQUESTRE
Association des Cavaliers Villainais (FCV)

Téléchargez nos circuits sur :
www.cc-montdesavaloirs.fr
randomontdesavaloirs.free.fr
Cirkwi

AUTOUR DE LA RANDONNÉE

BASES VTT

- **AVERTON - Base VTT FFV Les Perles** F7
  8 boucles de 4,5 à 70 km et 4 liaisons vers les spots VTT de la région.
  02 43 30 11 11 - accueil@cc-montdesavaloirs.fr - bassevttperles.free.fr
- **SAINT-LÉONARD-DES-BOIS - Base VTT FFC** F7
  Le Gasseau - 10 boucles de 9 à 116 km
  Domaine du Gasseau - 02 43 34 34 44
  legasseau@ecolepesmancelles.fr - www.legasseau.fr

LOCATION ET RÉPARATION VÉLOS

- **ALENCON - Bouji Cycles (location, réparation)**
  114, boulevard de la République - 02 33 29 65 13
- **JAVRON-LES-CHAPELLES - LECOQ Motoculture (réparation)**
  2ît des Remardières - 02 43 03 41 53
- **LESSAY-LES-CHÂTEAUX - OMM Vélo (location, réparation)**
  16, rue d'Imbrières - 02 77 77 26 17
- **PRÉ-EN-PAIL-SAINT-SAMSON - Station réparation libre-service**
  Parking CCTM, 1, rue de la corniche de Pail - 02 43 03 58 15
- **VILLAINES-LA-JUHEL - Cycles YVARD (location, réparation)** D7
  13, rue du Petit étang - 02 43 03 21 27
- **L'Aniquiclette**
  Atelier ambulant de réparation secteur de Lignières-Orgères, Pré-en-Pail-Saint-Samson et Saint-Pierre-des-l'Ids - 07 81 76 38 86
  Transport / transfert de bagages, personnes et vélo, assistance
- **SAINT-LÉONARD-DES-BOIS - Chase the Line**
  2, rue des Alpes Mancelles - 06 71 41 23 26 - chasetheline72@gmail.com
  Réparation, location VTT VAE et accompagnement sur demande

RANDONNÉES ÉQUESTRES

- **LA CHAPELLE-AU-RIBOUL - Patrick et Rude VIEL** A8
  02 43 03 37 35 ou 06 73 11 13 85
  ce-lachapelleauriboul@hotmail.fr - ce-lachapelleauriboul.ffe.com
  Balades et cours d'équitation
- **MADRÉ - Le Grand Chemin** C4
  02 43 08 57 03 - 06 80 54 54 81
  legrandchemin@aol.com - www.legrandchemin.com
  Randonnées à cheval et en attelage, organisation de séjours, randonnées itinérantes, cours d'équitation
- **SAINT-LÉONARD-DES-BOIS - Alpes Mancelles Aventures** D7
  06 89 05 23 95
  Promenades sur plateau hippomobile avec cocher
- **SAINT-LÉONARD-DES-BOIS - Le Chevallerie** I7
  Domaine du Gasseau - 06 80 92 45 08
  Balades à poneys et à cheval
- **MONT-SAINT-JEAN - Haras de la Petite Boëlle** H10
  Isabelle SAITPIERE - 06 15 34 90 87
  Cours d'équitation et accompagnement
- **VILLAINES-LA-JUHEL - Le Pot au Lait** E7
  02 43 03 76 87 - 06 07 86 87 84
  jean-lucbourg@orange.fr - www.lepotaulait.org
  Randonnées avec ânes bâtés

ORGANISER UN SÉJOUR DE RANDONNÉES ÉQUESTRES MONTÉES OU ATTELÉS

- Besoin d'un conseil avisé pour préparer votre séjour, Julia, cavalière expérimentée organise et crée des séjours à la demande pour les groupes et individuels.
  Mayenne Tourisme - 02 43 53 63 88 - j.desne@mayenne-tourisme.com
- L'accès aux voies vertes aux attelages (chemin de halage et anciennes voies de chemin de fer) est possible par le biais d'une clé qui permet l'ouverture des barrières.
  Prêt sur demande :
  officetourisme@cc-montdesavaloirs.fr 02 43 30 11 11

ACCUEIL VÉLO

Dans ces établissements situés à moins de 5 km d'un itinéraire cyclable, ces professionnels proposent des équipements et services adaptés (informations et conseils, stationnement, kit réparation, mise à disposition d'un point d'eau...)

- **LIGNIÈRES-ORGÈRES - Chambres d'hôtes La Noë Besnard** H2
  La Noë Besnard - 06 67 41 41 91 (Véloscénie par Carrouges)
- **LIGNIÈRES-ORGÈRES - Maison d'hôtes La Doucelle** F1
  2, rue de la Libération - 06 20 98 81 42
- **MADRÉ - Ferme du Grand Chemin** C4
  Le Chemin - 02 43 08 57 03
- **MADRÉ - Chambres d'hôtes La Bigottière** B3
  La Bigottière - 06 85 39 34 70
- **PRÉ-EN-PAIL-SAINT-SAMSON - Restaurant Epicerie Le Comptoir** G4
  11, rue Piristde Briand - 09 80 63 92 32
- **PRÉ-EN-PAIL-SAINT-SAMSON - Bar Le Brazza** G4
  162, rue Piristde Briand - 02 43 03 01 28
- **PRÉ-EN-PAIL-SAINT-SAMSON - Restaurant l'Assiette Gourmande** G4
  105, rue Piristde Briand - 02 43 04 83 71
- **SAINT-MARDON-DE-COUPTRAIN - Restaurant Le Saint Magnan**
  4, place de l'église - 02 43 03 83 34
- **SAINT-CALAIS-DU-DÉSERT - Le Moulin Arrondeau** D3
  Hérondeau - 06 48 19 58 90

RENDEZ-VOUS RANDONNÉES

- Trail à la conquête des Avaloirs à Pré-en-Pail-Saint-Samson (Avril)
  Parcours trail de 35 et 50 km, ultra trail de 104 km
  www.alaconquetedesavaloirs.com
- Course de l'Multonne à Champfrémont (8 mai)
- Tour de la l'Mayenne (VTT) : Du Pays de Pail aux Alpes Mancelles à Averton (2e dimanche du mois de mai) - Randonnée du Chanvre à Courcité (1h jun)
- Transmultonne à Champfrémont, course à pied et à vélo (dernier week-end du mois d'août)
- Pays-Bais (Pré-en-Pail) Randonnée® (tous les 4 ans - RDV en 2023)

Mais aussi des sorties toute l'année avec les associations de randonnées

TRAVAILLER AUTREMENT AU MONT DES AVALOIRS

Envie de se mettre au vert, de trouver une nouvelle inspiration ou simplement changer de décor, retrouvez les adresses du territoire qui vous offrent la possibilité de (télé) travailler ou de vous réunir dans des espaces conviviaux, collaboratifs et adaptés.

COWORKING

À la demi-journée, à la journée ou au mois, c'est à la carte et sans engagement !

- **VILLAINES-LA-JUHEL - L'Ampère** E7
  17, bd Général de Gaulle - 02 43 30 11 11 - contact@lampere.fr - www.lampere.fr
  Espace de coworking, bureaux individuels, 2 salles de réunion, FabLab...
- **PRÉ-EN-PAIL-SAINT-SAMSON - Le collectif 2-4** G4
  2-4, rue des rosiers - 02 43 08 23 74 - collect2ef@gmail.com - www.collect2-4.org
  Espace coworking, ludothèque, atelier de fabrication...

SÉMINAIRES, SALLES DE RÉUNION

- **PRÉ-EN-PAIL-SAINT-SAMSON - Château La Chauvinière (MFR)** H4
  02 43 03 87 77 - mfr.pre-en-pail@mfr.asso.fr - www.mfr-pre-en-pail.fr
  Formules à la carte, salles avec vidéoprojecteur et ordinateurs, 2 salles de restauration, offre de restauration et services complémentaires à la demande (mise à disposition d'un véhicule, visites, animations...)
- **VILLAINES-LA-JUHEL - Hôtel Oasis** E7
  Route de Javron - 02 43 03 28 67 - oasis@oasis.fr - www.oasis.fr
  Salles de réunion et réception - restauration - Lounge bar - 15 chambres
- **VILLAINES-LA-JUHEL - Arc de Cercle** E7
  Rue Pierre et Marie Curie - 06 73 40 49 29 - contact@arcdecercle.fr
  www.arcdecercle.fr
  Salles de réunion et réception - bar - restauration - 51 couchages

LOISIRS

ACCROBRANCHE

- **SAINT-LÉONARD-DES-BOIS** F7
  Parc Aventures du Gasseau
  07 83 83 93 77

CANOË-KAYAK / ESCALADE

TIR À L'ARC

- **SAINT-LÉONARD-DES-BOIS** D7
  Alpes-Mancelles Aventures
  Le Cival - Pont d'Ouilly - 06 89 05 23 95 - www.canoekayak.biz
  Préférence Plein Air - Le Gasseau - 06 08 43 37 60
  06 71 09 68 73 - www.canoeloication.com
  reservations@canoeloication.com

CINÉMA

- **SAINT-PIERRE-DES-NIDS - Cinéma l'Aiglon** I6
  12, rue du Pré de la ville - 02 43 03 54 68
  https://cinemalosiglon.wix.com/saintpierredesnids

ESCALADE

- **SAINT-LÉONARD-DES-BOIS - Le Gasseau** J7
  06 08 43 37 60 - reservations@preference-plein-air.com
  Groupes uniquement

INSOLITE

- **SAINT-PIERRE-DES-NIDS - Les Toyères** J5
  Fédération Départementale d'escalade - 02 43 08 52 93

ESPACES D'ART / EXPOSITION

- **JAVRON-LES-CHAPELLES - La Roue Libre** C5
  Up Life - 14, Grande Rue - 06 80 80 43 55
- **LE HAM - Espace des Arts** B5
  Rue du l'Mont - l'Marie - 02 43 03 97 07
  mairie.leham@wanadoo.fr
- **SAINT-CÉNÉRI-LE-GÉREI (Réliers d'artistes)** J6

PÊCHE

- **Étangs communaux ou rivière**
  Office de tourisme du l'Mont des Avaloirs - 02 43 30 11 11
  Fédération départementale de la pêche - 02 43 69 12 13
  www.ladpepeche53.com
- **Parc. pêche passion à St-Calais-du-Désert** F3
  Lieu-dit Le Pont du l'Maine - Parcours exceptionnel d une longueur de 3 600m, réservé à la pêche no-kill de la truite
- **Parc. mouche des Toyères à St-Léo.-des-Bois** J6
  Lieu-dit La Paire - Pécès réservé aux pêcheurs pratiquant la pêche à la mouche (soutetée en « no kill »

VOL EN PARAMOTEUR

- **COURCITÉ - Mayenne Paramoteur** E9
  Fléchigné - 06 36 50 20 15 - www.mayenneparamoteur.com
- **SAINT-LÉONARD-DES-BOIS - 3DVOL** F7
  L Pérdrier - 06 27 04 38 45 - 3dvol@hf.fr - www.3dvol.fr

QUAD/ 4X4 / PAINTBALL

- **Lieu-dit La Paire** - Pécès réservé aux pêcheurs pratiquant la pêche à la mouche (soutetée en « no kill »
- **SAINT-LÉONARD-DES-BOIS - 4x4** F7
  Philippe SIMONIN - La Forge Collet - 06 09 71 04 26

PISCINE

- **VILLAINES-LA-JUHEL - Aquaclub André Morin** E7
  18, rue pasteur - 02 43 04 61 85

FRONDE-BALL

- **LIGNIÈRES-ORGÈRES - Familly D. Point** G1
  06 58 05 97 37 - up.life.avaloirs@gmail.com

SAUT À L'ÉLASTIQUE

- **SAINT-ORGRES-LE-GAULTIER** I8
  Le Viaduc - 06 73 99 13 36 - www.saut-elastique.net

CHASSE AU TRÉSOR - LASER GAME - ORIENTATION

- **HAMBERS - Ka Land Tay** A5
  La Croix du Hêtre - 02 43 01 21 60
  Kalandtay@gmail.com - www.kalandtay.fr

PARC ANIMALIER / FERMES PÉDAGOGIQUES

- **VILLAINES-LA-JUHEL - Ferme pédagogique** E7
  Le Pot au Lait 7-9 rue de la Grande Suraze
  06 07 86 87 84 - www.lepotaulait.org
- **SAINT-LÉONARD-DES-BOIS - Parc animalier** F7
  Mont l'Narbonne - Pécès libre et gratuit toute l'année
  Lamas, cerfs sika, daims, mouflons, moutons d'Ouessant, chèvres de roux, chèvres naines, poneys, ânes du catentin...
- **ST-GERMAIN-DE-COULAMER**
  Ferme pédagogique G3
  Le Coudray - 06 15 27 71 49
  fermepedagogique.coudray53@gmail.com
  Visite individuelle tous public sur RDV
  Réliers thématiques - Goûter à la ferme

DISCOTHÈQUE

- **LA PALLU - La Boîte des Anges** D2
  6 rue du Flagot - 02 43 04 91 19

DISC-GOLF

- **SAINT-LÉONARD-DES-BOIS - Domaine du Gasseau** J7
  02 43 34 34 44
  12 trous / 8 corbeilles / 2 parcours
  Accessible toute l'année avec son propre matériel

Extrait de Sea237® © IGN 2023 - Autorisation n° 43-23004

#montdesavaloirs