

Rencontre au sommet

# Rencontre au sommet

## Les incontournables des Alpes Mancelles

Envie de vous ressourcer dans un site d'exception ? Découvrez la région naturelle des Alpes Mancelles, entre Sarthe, Orne et Mayenne.

Situées sur trois départements, au cœur du Parc naturel régional et Géoparc Normandie Maine et traversées par les rivières de la Sarthe et de la Mayenne, les Alpes Mancelles offrent des paysages inattendus de petites montagnes. Extrême pointe du Massif armoricain, les Alpes Mancelles dévoilent le point culminant du Grand Ouest : le Mont des Avaloirs. Ce territoire, à la faune et la flore rares, est propice aux activités de pleine nature et recèle de pépites : entre Plus Beau Village de France® et Petites Cités de Caractère®, venez arpenter leurs rues, filer par les petits chemins et découvrir un patrimoine préservé et pittoresque.

Les Alpes Mancelles vous réservent une escapade unique !



## Faites le plein d'activités



### RANDONNÉE PÉDESTRE

Entre boucles de quelques kilomètres, itinéraires traversant de GR®, ou boucles de plusieurs jours sur les GR® de Pays... Les Alpes Mancelles se découvrent naturellement à pied.



### RANDONNÉE À VÉLO

Les Alpes Mancelles se laissent découvrir « à bicyclette » grâce à la Vélobuissonnière, axe Nord / Sud, ou d'Est en Ouest via la Véloscénie. Deux véloroutes dorénavant incontournables.



### CANOË KAYAK

La Sarthe, qui traverse toutes les Alpes Mancelles, offre un terrain de jeu unique aux amateurs de canoë. La rivière « restée sauvage » se montre technique en hiver et l'été des plus « douces » pour toute la famille.



Partagez vos plus beaux moments

#AlpesMancelles

## Rencontrons-nous

### OFFICE DE TOURISME DES ALPES MANCELLES

19, avenue du Docteur Riant 72130 Fresnay-sur-Sarthe  
02 43 33 28 04  
contact@tourisme-alpesmancelles.fr  
www.tourisme-alpesmancelles.fr

### BUREAU DE SAINT-LÉONARD-DES-BOIS

Ouverture d'avril à septembre

### MAISON DE L'ÉCONOMIE ET DU TOURISME

#### DU MONT DES AVALOIRS

17, boulevard du Général de Gaulle 53700 Villaines-la-Juhel  
02 43 30 11 11  
officetourisme@cc-montdesavaloirs.fr  
www.cc-montdesavaloirs.fr

### ALENÇON TOURISME

38, rue aux Sieurs 61000 Alençon  
02 33 80 66 33  
contact@visitalencon.com  
www.alencontourisme.com

### BUREAU DE SAINT-CÉNERI-LE-GÉREI

Ouverture d'avril à septembre



Crédit photos : Sarah VEYSSEYRE - Javaproduction - Mayenne Tourisme - Office de Tourisme des Alpes Mancelles - Ahmet Yildiz - Alençon Tourisme - Pascal Beltrami | Conception graphique : Juliette Lebreton  
Impression : AdhéGraph | Ne pas jeter sur la voie publique

## DÉCOUVERTE DE La Roche-Mabile

Le nom du village vient de Mabile de Bellême, fille de Guillaume II de Bellême. C'est un petit village typique construit le long du Sarthon et au pied de la Butte Chaumont. Découvrez son église, une des plus anciennes de l'Orne et qui serait construite à l'emplacement d'un ancien monastère, sa motte féodale en cours d'aménagement ou encore son intrigante chapelle de la Cassine.

### LE SAVIEZ-VOUS ?

Dans les eaux du Sarthon, classé en 1<sup>re</sup> catégorie on trouve bien sûr du poisson et notamment des truites mais aussi plus étonnamment écrevisses et moules perlières.



### ASCENSION AU

## Mont des Avaloirs

Arrivé au Mont des Avaloirs, point culminant de l'Ouest (416 m), l'ascension n'est pas terminée : un belvédère de 108 marches vous attend... Mais la rencontre est au sommet ! Vous ne regretterez pas l'effort fourni car de là-haut le spectacle en vaut vraiment la peine : une vue panoramique à 360° sur les superbes paysages du Parc Naturel Régional Normandie-Maine, de la forêt de Multonne et des Alpes Mancelles. Par temps clair, on dit même que vous pourriez apercevoir la silhouette du Mont-Saint-Michel !

### LE SAVIEZ-VOUS ?

D'abord en bois (1914), puis en métal (1954), l'actuel bâtiment date de 1994. Plus haute et plus imposante, cette tour érigée en pleine nature étonne plus encore depuis le dévoilement en 2019 des fresques très colorées qui habillent ses murs intérieurs. C'est l'œuvre du street artiste caennais Seb TOUSSAINT !

## RANDONNÉE DANS La vallée de la Sarthe

Si les paysages montagneux des Alpes Mancelles sont si uniques c'est notamment grâce à la rivière Sarthe qui, en creusant son lit dans ces roches dures est venue accentuer cette impression de hauteur. Aujourd'hui ces falaises sont appréciées des amateurs d'escalade mais aussi des randonneurs surpris par les dénivellés.

### NE MANQUEZ PAS :

Plusieurs randonnées sont possibles sur le territoire des Alpes Mancelles dont « les méandres de la Sarthe » et « le passeur de Montaigu ». Cette dernière part du Domaine du Gasseau, site multi-activités à Saint-Léonard-des-Bois, et permet de rejoindre un bac à chaine, lien entre les 2 rives de la rivière La Sarthe, une en Mayenne et l'autre en Sarthe (traversée accessible du 1/05 au 30/09 uniquement).



## PROMENADE À Saint-Cénéri-le-Gerei

Classé parmi les Plus Beaux Villages de France® et les Petites Cités de Caractère®, le village, préservé dans un écrin de nature, a inspiré de très nombreux peintres dès la fin du XIX<sup>e</sup> siècle. Ils logeaient dans les auberges du bourg et s'amusait même à peindre sur les murs ! Plusieurs auberges, dont celle des « sœurs Moisy » témoignent de cette époque. L'église du XII<sup>e</sup> siècle, qui a conservé ses peintures murales, va aussi vous surprendre lorsque vous y entrez. Plus bas, une chapelle isolée rappelle les légendes de Saint-Cénéri et invite au ressourcement et à l'écoute.

### NE MANQUEZ PAS :

Si vous voulez vous garantir un effet « WAOUH », arrivez à Saint-Cénéri par la RD56. Vous aurez une très belle vue sur l'église et sur les jolies maisons construites au pied du pont en pierre qui traverse la Sarthe.

## ESCAPADE BUCOLIQUE À Saint-Léonard-des-Bois

Niché au cœur de la vallée de la Sarthe, Saint-Léonard-des-Bois est « le » village de montagne des Alpes Mancelles, cerné par les monts Narbonne et Haut Fourché. Unique endroit en région Pays de la Loire où on peut découvrir des pierriers, affleurements rocheux typiques des paysages de montagnes, formés il y a des milliers d'années. Ces pierriers abritent une faune et une flore rares dont la préservation est indispensable.

### LE SAVIEZ-VOUS ?

Saint-Léonard-des-Bois, classé Petite Cité de Caractère®, doit son nom à un ermite, l'Ermite Léonard venu de Liège au VI<sup>e</sup> siècle pour chercher solitude et consacrer sa vie à la prière. La légende de l'Ermite est, en partie, racontée dans l'église.



### VISITE HISTORIQUE DE

## Fresnay-sur-Sarthe

Classée Petite Cité de Caractère®, elle a tout d'une cité médiévale : son emplacement sur un éperon rocheux dominant la Sarthe, les vestiges de son enceinte, sa porte fortifiée, son donjon, ses ruelles étroites... Élu 2<sup>e</sup> village Préféré des Français en 2021, elle vous ravira forcément vous aussi ! Parcourez son quartier du Bourgneuf en bord de Sarthe avec ses maisons de tisserands, et sur les hauteurs, le sentier des vignes. La vue y est juste « magnifique » !

### NE MANQUEZ PAS :

Depuis 2022, Fresnay-sur-Sarthe, est labellisée « Ville et Métiers d'Art », venez rencontrer taillandier d'arme, vitrailiste, ferronnier d'art et bien d'autres... et partager avec eux l'amour de leur « art ».



**Alpes Mancelles**  
Rencontre au sommet

- Office de Tourisme
- Site incontournable
- Site classé des Alpes Mancelles
- Les Plus Beaux Villages de France®
- Petites Cités de Caractère®
- Ville et Métiers d'Art
- Sommet | Altitude
- Gare ferroviaire
- Sortie d'autoroute
- La Véloscénie | Itinéraire cyclable  
Variante possible via Carrouges
- La Vélobuissonnière | Itinéraire cyclable
- Liaison Belvédère | Itinéraire cyclable
- GRP TMA | Randonnée pédestre  
GR® de Pays Tour du Mont des Avaloirs
- GRPAM | Randonnée pédestre  
GR® de Pays des Alpes Mancelles
- GR®36 | Sentier de grande randonnée pédestre
- GR®22 | Sentier de grande randonnée pédestre
- Hébergement
- Gastronomie
- Art & artisanat
- Produits locaux

## Les ambassadeurs

RETROUVEZ LES AMBASSADEURS DE LA MARQUE  
« LES ALPES MANCELLES » UNIS AUTOUR D'UN  
TERRITOIRE ET DE VALEURS COMMUNES

- CHAMBRES ET TABLE D'HÔTES**  
**LA GRANGE Ô BELLES** (2 CH. - 5 PERS.)  
Jacky ROUX | 06 64 77 21 86 | [www.lagrangeebelles.com](http://www.lagrangeebelles.com)  
1, L'Hêtre Gennequin 53370 Champfrémont
- GÎTE LE HARAS DES ALPES MANCELLES** (3 CHAMBRES - 8 PERS.)  
Christophe MANTOZ | 06 86 41 56 24 | 02 43 67 09 07 (Gîtes de France)  
2 le bas Courtoin 53370 Gesvres
- LOU SAFRAN MAYENNE**  
CULTURE ET VENTE À LA FERME DE SAFRAN ET PRODUITS SAFRANÉS  
VISITE GROUPE SUR RDV  
Philippe et Louise BILLHOU | 06 74 32 56 74  
8, la Sauvagère du bas 53370 Gesvres
- L'ANTRE DU CHÊNE - GALERIE**  
PHOTOGRAPHE ET AUTEUR  
Edwige LESIOURD | 07 84 82 70 86  
3 rue Ambroise de Loré 72130 Fresnay-sur-Sarthe  
[www.edwigelesieurd.com](http://www.edwigelesieurd.com)
- GÎTES LA BERGERIE & LE NID** (4CH - 14 PERS.) (3 CH - 8 PERS.)  
Marie-Edith AGOSTINI | 06 72 73 76 70 | [www.gite-lerocher.com](http://www.gite-lerocher.com)  
Le Rocher 72130 Moulins-le-Carbonnel
- LE COMPTOIR**  
RESTAURANT - ÉPICERIE LOCALE  
Céline PELLUAU | 09 80 63 92 32 | [www.lecomptoirpep.fr](http://www.lecomptoirpep.fr)  
111, rue Aristide Briand 53140 Pré-en-Pail-Saint-Samson
- GÎTE LA MULETIÈRE** (3 CH. - 6 PERS.)  
Catherine CHATEAU | 06 74 51 18 17 | 02 43 67 09 07 (Gîtes de France)  
3, La Muletère 53370 Ravigny
- GÎTE DU CORMIER** (6 CH. - 11 PERS.)  
Maryline et Alain PERRIER | 02 43 67 09 07 (Gîtes de France)  
Le Cormier 53700 Saint-Aubin-du-Désert
- ATELIER D'AMÉLIE ROMET**  
ARTISTE PEINTRE  
Amélie ROMET | 06 06 63 85 84 | [www.galerie-amelie-romet.fr](http://www.galerie-amelie-romet.fr)  
1 Le Cormier 61250 Saint-Céneri-le-Gérei
- LES CHÈVRES DE SAINT-CÉNERI**  
FROMAGES ET CHAMBRES D'HÔTES (2 CH. - 4 PERS.)  
Camille GROUARD | 07 83 06 52 07  
Le Massacre 61250 Saint-Céneri-le-Gérei
- GÎTES LA ROUSSELIÈRE & LE BOULAY** (3 CH. - 7 PERS.) (4 CH. - 12 PERS.) (5 CH. - 15 PERS.)  
Agathe et Hervé LECOURT | 06 73 95 09 15 | [www.gitesalpesmancelles.fr](http://www.gitesalpesmancelles.fr)  
La Rousseillère 72130 Saint-Léonard-des-Bois
- CHAMBRES D'HÔTES LE POT AU LAIT** (2 CH. - 6 PERS.)  
Béatrice BOURG | 06 07 86 87 84  
7, rue de la Grande Suraie 53700 Villaines-la-Juhel
- GAEC ORSAY**  
VENTE DIRECTE DE VIANDE BOVINE  
Anne Sophie LEROUX | 06 79 31 69 89  
Orsay 53700 Villaines-la-Juhel
- HÔTEL OASIS** (15 CH. - 44 PERS.)  
Steve et Emilie CHEDOR | 02 43 03 28 67 | [www.oasis.fr](http://www.oasis.fr)  
9, La Grande Sourderie 53700 Villaines-la-Juhel
- GÎTE LA MAISON DE GABRIELLE** (2 CH. - 4 PERS.)  
Catherine CABAROC | 06 83 88 28 26 | 02 43 67 09 07 (Gîtes de France)  
51, chemin de la Louvardière 53250 Villepail

