



### 1 Table d'orientation

Installée dans un espace récemment remis en valeur, cette table d'orientation « commentée » permet une lecture du paysage des alentours. De là-haut, on a une vue sur le Pays de Gaultier, les forêts de Sillé et de Pail, et même sur le Mont Rochard. On raconte d'ailleurs que par temps clair on peut y apercevoir 10 clochers des environs...

### 2 Le Merdereau

Rivière « à cheval entre Mayenne et Sarthe » elle a dessiné une partie du paysage local en creusant difficilement son lit dans ce « vieux » massif armoricain. Elle a créé ainsi cette petite vallée au cœur de la forêt de Pail.



### 3 Croix archaïques

Le nord du département est parsemé de nombreuses croix archaïques ; tantôt croix de carrefours, tantôt de bornages ou de pèlerinages... elles ont des formes parfois irrégulières, pourvues ou non d'inscriptions ou de symboles. Toutes sont cependant le témoin d'un passé très lointain.

### 4 Forêt de Pail

Forêt privée de près de 3000 hectares située dans le département de la Mayenne. Elle se termine à l'ouest par la Corniche de Pail (classée patrimoine naturel) qui culmine à 350 mètres et offre un vaste panorama sur les environs. Cette forêt, à l'origine immense, était essentiellement composée de chênes (plus de 80 %) dont on se servait pour la fabrication de charpentes et de meubles. Après la Seconde Guerre Mondiale, pour des raisons économiques et donc de rentabilité, les sapins et autres épicéas viendront remplacer les chênes.

### 5 Col de Saint-Toutain

Bien connu des cyclotouristes qui montent sur près de 3 km avant d'atteindre son sommet à 236 mètres.



## Les Alpes Mancelles

Les Alpes Mancelles offrent d'innombrables circuits aux randonneurs ; on peut même marcher dans les arbres sous les frondaisons du Gasseau. On peut bien sûr hésiter entre la beauté sauvage de la nature et le raffinement, le charme de villages hors du temps ; églises, donjons, châteaux, rues médiévales sont un autre et tout aussi fascinant visage des Alpes Mancelles.

Ce circuit vous offre une escapade dans un site naturel remarquable.

Distance : 8 ou 15 km | Difficulté : moyennement difficile



### Office de Tourisme des Alpes Mancelles

19 avenue du Dr Riant  
72130 FRESNAY-SUR-SARTHE  
Tél. : 02 43 33 28 04

Email : ot.alpes-mancelles@wanadoo.fr

14 place de la Libération  
72170 BEAUMONT-SUR-SARTHE  
Tél. : 02 43 33 03 03

Email : ot.beaumontsursarthe@orange.fr

Site : tourisme-alpesmancelles.fr



### Communauté de Communes Haute Sarthe Alpes Mancelles

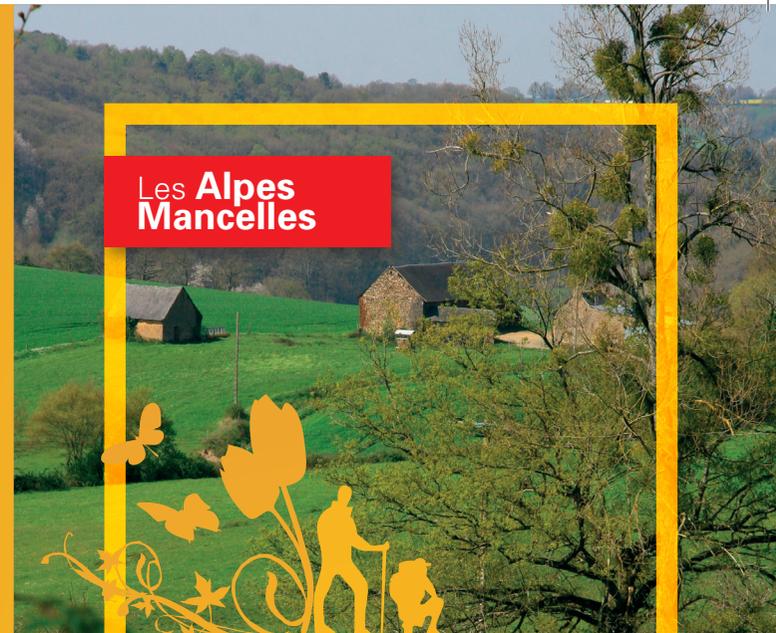
2, rue Abbé Lelièvre  
72130 FRESNAY-SUR-SARTHE  
Tél. : 02 43 34 34 59  
Fax : 02 43 33 77 23

Email : contact@cchautesarthealpesmancelles.fr  
Site : www.cchautesarthealpesmancelles.fr

Conception **SECON** 02 40 11 63 78  
Crédits photos : Office de Tourisme des Alpes Mancelles, Pays de la Haute Sarthe.

Avec la participation de l'association Rando Alpes Mancelles

Pays de la Haute Sarthe



## Les Alpes Mancelles



## Circuit La Prisonnière

## Saint-Paul-le-Gaultier

Randonnée pédestre

**hSAM**  
Communauté de Communes  
Haute Sarthe  
Alpes Mancelles

# Charte du randonneur

Élaborée par la Fédération Française de randonnée

## Balisage

Bonne direction 

Tournez à droite 

Tournez à gauche 

Mauvaise direction 

Respectons les espaces protégés  
Restons sur les sentiers  
Attention à nos semelles  
Refermons les clôtures et barrières  
Gardons les chiens en laisse  
Récupérons nos déchets  
Partageons les espaces naturels  
Laissons les fleurs pousser  
Soyons discrets  
Évitons de faire des feux  
Soyons vigilants ensemble  
Partageons nos transports

## ALPES MANCELLES

### LA PRISONNIÈRE

Distance : 8 km ou 15 km | Difficulté : moyennement difficile

Durée : 2 h ou 4 h | Balisage : bleu

Point de départ : Table d'orientation route de Gesures

- Descendre la départementale sur quelques centaines de mètres et prendre sur la droite le 1<sup>er</sup> chemin qui descend
- À l'intersection avec la route tourner à droite
- Monter jusqu'au lieu-dit « Les Hêtres »
- Tourner à gauche
- Suivre le chemin sur plus d'1 km
- À l'intersection avec la route au lieu-dit « La Prisonnière »
- Au croisement prendre la route sur la droite descendante
- Après le pont, à l'entrée de la forêt, prendre le chemin sur la gauche et longer en lisière
- Au carrefour (informations directionnelles : Averton, Saint-Léonard...) tourner à droite et continuer tout droit en forêt sur environ 3 km
- Au croisement avec la D268 tourner à gauche et la suivre sur moins d'1 km
- Prendre à droite le chemin en lisière de forêt sur environ 2 km

#### Option courte • 8 km

- Tourner à droite et aussitôt prendre chemin sur la gauche qui descend légèrement
- Poursuivre tout droit jusqu'à l'orée de la forêt
- Sur 2 km environ suivre le chemin montant en lisière de forêt
- Au croisement d'une allée forestière tourner à droite et rejoindre la route

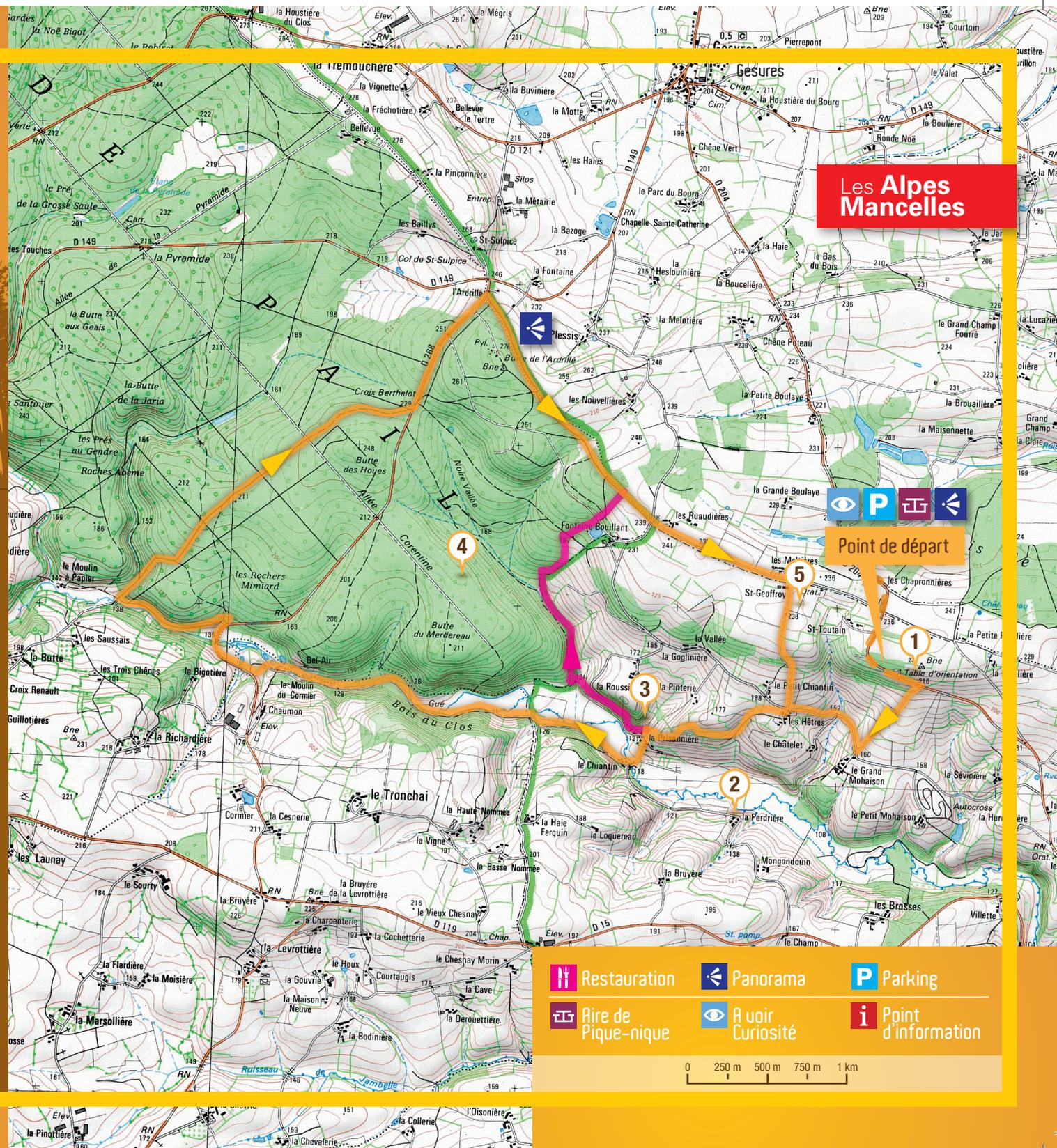
#### Option longue • 15 km

- Tourner à gauche, suivre la petite route, traverser le pont puis 1<sup>er</sup> chemin à droite longeant le bois du clos
- Aux abords de maisons (lieux-dits « Bel Air », « Moulin du Cormier »...) poursuivre sur la route montante

#### Retour partie commune :

- À l'intersection avec la route (croix en face) col des Ruaudières tout droit sur petite route de campagne
- Au lieu-dit « St-Geoffroy » prendre chemin à droite
- Suivre le chemin tout droit sur 1 km environ
- Au croisement avec la route au lieu-dit « Les hêtres » tourner à gauche et reprendre le chemin en sens inverse
- Suivre la route jusqu'au lieu-dit « Le Grand Mohaison »
- Prendre le chemin sur la gauche et remonter jusqu'à la départementale pour rejoindre le départ

Liaison possible avec le circuit « le Bois de Chemasson » (balisé en jaune), au lieu-dit les Chapronnières



Les Alpes Mancelles

Point de départ

 Restauration  Panorama  Parking

 Aire de Pique-nique  À voir Curiosité  Point d'information

