

Station de TRAIL®


LAVAJ

Le 53

CARACTÉRISTIQUES

 54km

 748m

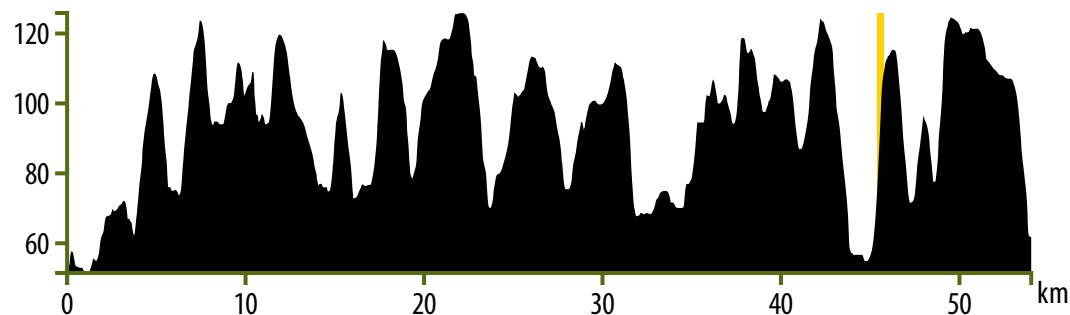
 748m

Alt. max 129m

Départ Saint Jean Sur Mayenne

Arrivée Saint Jean Sur Mayenne

m




 > 10%  > 20%  > 30%

7

Le 53

 748m  748m

 Saint Jean Sur Mayenne

54
km

Stations de TRAIL®

41 Stations de Trail
+ de 650 de parcours balisés

Dans ce parcours, vous allez découvrir 54,5 km de la région Mayennaise. Au départ, la commune de Saint Jean Sur Mayenne, elle est construite sur un éperon rocheux datant de l'époque carolingienne. Vous allez pouvoir, avec cette jolie boucle profiter du chemin de halage qui longe la rivière. La commune possède un beau patrimoine culturel avec la chapelle Saint-Trèch et construite à l'emplacement d'un ancien monastère datant de l'an 854 ou encore le Château de la Chaussonnerie qui abrite une docteur du XVII^{ème} siècle. Avec le « dit du 53 », la nature sera au rendez-vous. La Mayenne et l'Ernée se rejoindront à vous pour cette course. Ce parcours est exigeant physiquement, il demande de l'endurance et du cardio ainsi qu'une bonne préparation avant de l'aborder. Vous allez rencontrer des paysages variés, bocages, sous-bois, chemins creux et des sentiers accidentés. Si vous le

désirez, vous pourrez faire ce parcours en deux étapes et découvrir les cotéaux et les deux vallées de la Mayenne et de l'Ernée.

Côté tourisme l'offre est variée. Amateurs de pêche, de vélo, de randonnée ainsi que de découverte culturelle la Mayenne va vous donner le sourire.

Venez en camping-car ou profitez d'une nuit dans un gîte ou à l'hôtel pour profiter pleinement du parcours. À Saint-Jean-Sur-Mayenne, un espace réservé aux camping-cars est à la disposition des vacanciers avec vue sur la Mayenne.

Suivez le Balisage

Balisage Parcours

Balisage Ateliers



Téléchargez le parcours sur l'Appi

Guidage GPS & VOCAL

Retrouvez les parcours

Les bonnes adresses autour de vous



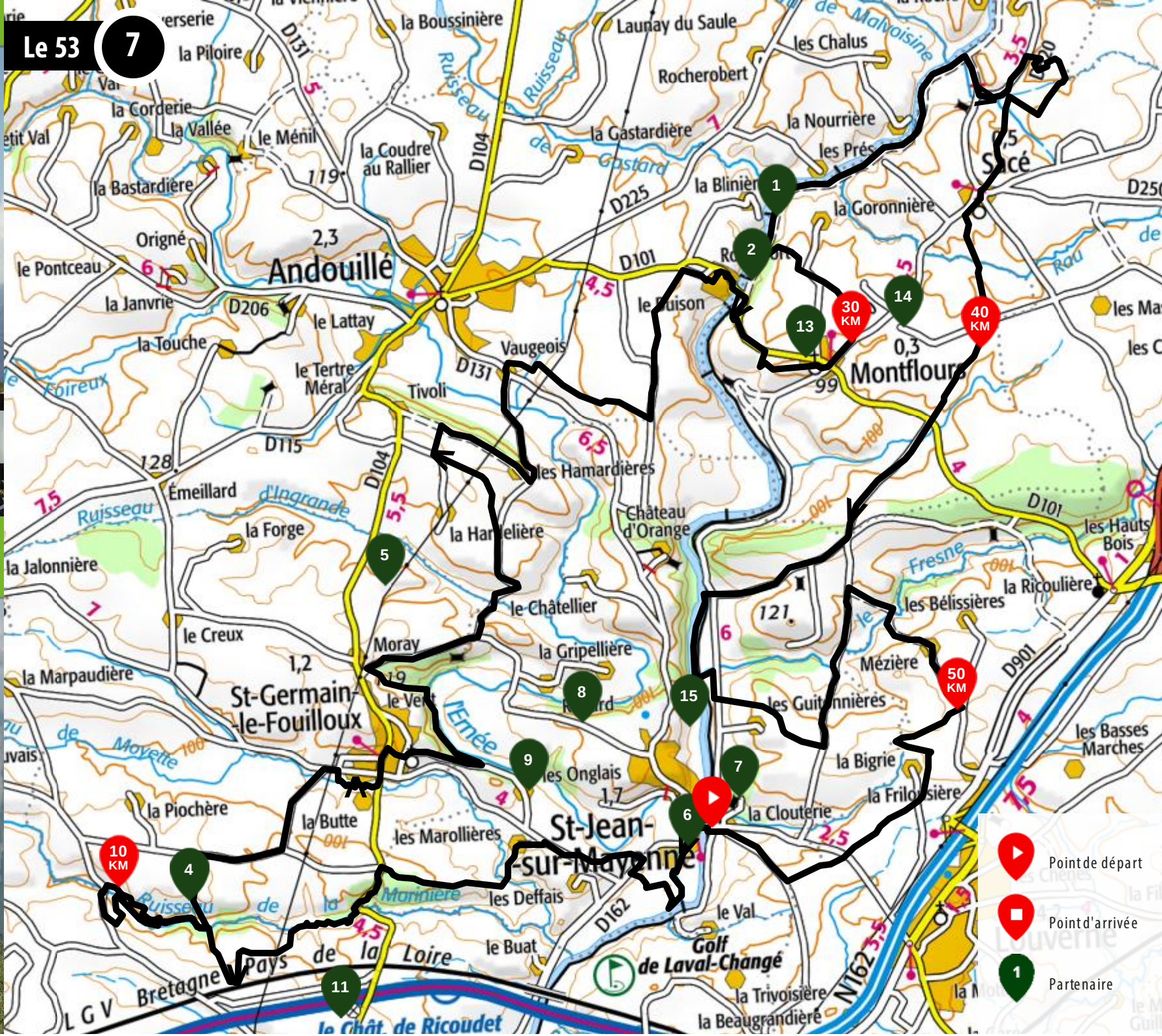
Disponible sur Play Store

Disponible sur App Store



Le 53


7




- Point de départ
- Point d'arrivée
- Partenaire

Partenaires


1

 **GITE D'ÉTAPE LA RICHARDIÈRE** Ecluse de la Richardiere 53240 MONTFLOURS 07.68.51.51.20


5

 **GITE LES HIAULMES** Les Hiaulmes 53240 SAINT GERMAIN LE FOUILLOUX 02 43 37 60 78|06 07 25 27 70



9

 **GITE LES ONGLAIS** LES ONGLAIS 53240 SAINT JEAN SUR MAYENNE 06 23 34 78 14



2

 **GITE D'ÉTAPE LA FOURMONDIÈRE SUPÉRIEURE** La Fourmondier Superieure 53240 MONTFLOURS 07.68.51.51.20



6

 **LA TENTE BIVOUAC DE SAINT-JEAN SUR
MAYENNE** Les Marchanderies 53240 SAINT JEAN SUR MAYENNE 02.43.49.46.46



10

 **VOLAILLES MEIGNAN** Place des combattants 53810 CHANGE 02 43 06 23 23|


3

 **CHAMBRES D'HÔTES FLEURS DES CHAMPS** L'Hommeau - Fleurs des Champs 53240 SAINT
GERMAIN LE FOUILLOUX 02 43 01 18 41|06 23 17 48 05

7

 **GÎTE LE PAVILLON DE LA GIRARDIÈRE** LA GIRARDIÈRE 53240 SAINT JEAN SUR MAYENNE 02 43 67 09 07|02 51 62 15 19


11

 **PRIMEUR VIEL** Esplanade Bernard Pichot 53810 CHANGE


4

 **GÎTE LES MELINOTTES** 53240 SAINT GERMAIN LE FOUILLOUX

8

 **GÎTE LA ROUILLERIE** La Rouillerie 53240 SAINT JEAN SUR MAYENNE 06 15 05 16 44

12

 **GAEC MEZOUÉ** Mezoue 53240 MONTFLOURS 06 73 11 40 37