Calendrier de la saison 2023

Départ	Trajet	Parcours
janvier 2023		
02/01/2023	40 Km	PRE - ST SAMSON - LIGNERES - dir carrouges, à Dr ST MARTIN DES LANDES - La Haie Portée - Yeau -
09:30	323	La Paquerie - Les Etinoux - CIRAL - dir la lentillere à Dr, à G Le Plessis - La Motte - Les Avaloirs
Dénivel	0	route de gesvres - PRE
08/01/2023	46 Km	PRE - rte de couptrain - La Chauvinière - ST CYR - Froc - Rouvadin - Les Champs Elysées - La Moussardière
09:30	326	La Blanchinière - Le Bas Courtoin- La Potinière - La Buretière - Le Verdillon - à G ST PIERRE - dir pre en pail
Dénivel	0	La Gombaudière - à G, Annette - La Grande Noé - Le Gué - PRE
15/01/2023	41 Km	PRE EN PAIL – Les Avaloirs – BOULAY – CHAMPFREMONT – La Lentillère – CIRAL –
09:30	13	LIGNERES - ST SAMSON – PRE EN PAIL
Dénivel	500	
22/01/2023	45 Km	PRE EN PAIL – ST PIERRE – GESVRES – AVERTON – VILLAINES – PRE EN PAIL
09:30	35	
Dénivel	470	
29/01/2023	48 Km	PRE EN PAIL -Noë Millet - La Frette - L' angotière - Haudre - Dir Lignères , à G , St Maurice - à Dr , à G
09:30	40	ST URSIN - à Dr - à G (décheterie de la pallu) - à Dr , à G , La Filochère -
Dénivel	600	COUPTRAIN - ST AIGNAN - JAVRON -VILLEPAIL - ST CYR - Mévitte - PRE EN PAIL
février 2023		
05/02/2023	48 Km	PRE EN PAIL - Les Carrières - Le Gué David - Les Grands Vaux - CIRAL - La Haie - à G , La Bouillière -
09:30	38	Rimbaudières - La Vilette - La Pitoisière - à G , CARROUGES - L' Augrumière - JOUE DU BOIS - ORGERES
Dénivel	610	LIGNERES - Haudre - L' Angottière - La Frette - La Corbinière - La Lande - PRE EN PAIL
12/02/2023	53 Km	PRE EN PAIL - ST CALAIS - La Croix Cahin - ST PATRICE - LA MOTTE FOUQUET - La Rallièrè - à G, La Boulardièr
09:00	272	à G, ORGERES - L' augrumière -CARROUGES - dir st éllier , 3 ème à Dr , La Vilette
Dénivel	650	Rimbaudières - àDr, traverser la D909 , La Paquerie - Bellevue - Monnaie - ST SAMSON - PRE EN PAIL
19/02/2023	52 Km	PRE EN PAIL – ST SAMSON – CIRAL – ST DENIS / SARTHON – LA FERRIERE BROCHARD
09:00	79	MIEUXE - HESLOUP - MOULIN LE CARBONNEL - ST CENERI - ST PIERRE - PRE EN PAIL
Dénivel	700	
26/02/2023	54 Km	PRE EN PAIL – La Corniche – VILLEPAIL – LOUPFOUGERES – LE HAM – Goulifer - à G, La Molière -
09:00	81	à G apres Mont Meslin - JAVRON - ST AIGNAN - ST CYR – La croulière - La Chauvinière - Rte de Couptrain
Dénivel	645	PRE EN PAIL
mars 2023		
05/03/2023	55 Km	PRE EN PAIL – Les Avaloirs - CHAMPFREMONT – RAVIGNY – ST DENIS / SARTHON –
09:00	101	LA ROCHE MABILLE - LIVAIE – ROUPERROUX – CARROUGES – LIGNERES –
Dénivel	800	ST SAMSON - PRE EN PAIL
12/03/2023	56 Km	PRE EN PAIL – GESVRES – ST AUBIN – ST MARS - ST GEORGES –
09:00	109	ST PAUL - GESVRES - ST PIERRE – PRE EN PAIL
Dénivel	780	
19/03/2023	62 Km	PRE EN PAIL - La Corniche - VILLEPAIL - LOUPFOUGERES - LE HAM - Goulifer - à G, La Molière - La Fosse
09:00	90	à G au stop - JAVRON - LES CHAPELLES - COUPTRAIN - ST AIGNAN - ST CYR -
Dénivel	800	Le Pont - tt dr au stop, Rte de Gesvres - PRE EN PAIL
26/03/2023	63 Km	PRE EN PAIL – ST JULIEN – Rouvadin – VILLEPAIL – CRENNES – VILLAINES –
09:00	96	LOUPFOUGERES - La Croix Barbe – HARDANGES – LE HAM – LE RIBAY – CHARCHIGNE –
Dénivel	920	JAVRON - ST AIGNAN - La Mittonnière – La Pilière – PRE EN PAIL

Calendrier de la saison 2023

Départ	Trajet	Parcours
avril 2023		
02/04/2023	65 Km	PRE EN PAIL - Le Hec - ST AIGNAN - MADRE - ST JULIEN DU TERROUX -
09:00	94	LA BAROCHE GONDOIN - LASSAY - LE HORPS - CHARCHIGNE - JAVRON -
Dénivel	680	VILLEPAIL - La Corniche - PRE EN PAIL
09/04/2023	67 Km	PRE EN PAIL - Les Avaloirs - CHAMPFREMONTEMENT - BOULAY -
08:30	153	GESVRES - ST PAUL - AVERTON - Etang des Perles - VILLAINES
Dénivel	1000	CRENNES - VILLEPAIL - Froc - La Chauvelière - PRE EN PAIL
16/04/2023	68 Km	PRE EN PAIL - Les Carrières - LA LACELLE - GANDELAIN - La Chauvinière - ST DENIS / SARTHON - RAVIGNY
08:30	148	CHAMPFREMONTEMENT -- Les Avaloirs - Le Pont - ST CYR - L' étravy - La Touche - Cohélie - Rocade de Javron
Dénivel	1070	ST AIGNAN - COUPTRAIN -dir Lignères , à Dr , L' hardonière - ST CALAIS - PRE EN PAIL
23/04/2023	68 Km	PRE EN PAIL - Noë Millet - La Frette - La Herbechère - ST CALAIS - ST AIGNAN - Dir St Cyr, 1 à Dr, La Trévanière
08:30	286	Cohélie - La Touche - Rouvadin - Les champs Elysées - GESVRES - Dir Averton, 1 ère à G, Le Plessis - 3 ème à G
Dénivel	1040	à Dr au stop, ST PAUL - ST LEONARD - ST PIERRE - PRE EN PAIL
29/04/2023	Km	
	411	BAGNOLES - LE MONT ST MICHEL - BAGNOLES (115-165-205 Kms avec 1150-1650-2050 m de dénivelés)
Dénivel		
30/04/2023	69 Km	PRE EN PAIL - ST CALAIS - La Croix Cahen - ST PATRICE - Le Petit jard - ORGERES - 2 kms avant beauvain,à Dr
08:30	316	à g, la chaux - le bois du mont du four - à Dr,la poterie - LE CHAMPS DE LA PIERRE - ST MARTIN L'AIGUILLON
Dénivel	800	tt droit, à Dr, STE MARGUERITE - CARROUGES - Yeau - La Paquerie - ST SAMSON - PRE
mai 2023		
07/05/2023	70 Km	PRE EN PAIL – ST SAMSON – LIGNERES – JOUE DU BOIS – Dir LA FERTE ,à Dr, dir Beauvain - à Dr LA CHAUX
08:30	129	ST GEORGES - RANES - VIEUX PONT – BOUCE – LE MESNIL SCELLEUR –
Dénivel	810	CARROUGES - CIRAL - La Lentillère - Les Avaloirs – PRE EN PAIL
14/05/2023	73 Km	PRE EN PAIL - ST PIERRE - GESVRES - AVERTON -
08:00	158	ST PAUL - Le Gué Ory - SOULGE LE GANELON - ST LEONARD -
Dénivel	1180	ST CENERI - ST PIERRE - La Laurencière - Vaucillon - BOULAY - Les Avaloirs - La Boucherie - PRE EN PAIL
21/05/2023	76 Km	PRE EN PAIL – Mévitte – ST CYR – ST AIGNAN – NEUILLY – ST OUVEN – ANTOIGNY –
08:00	192	BAGNOLES – ST MICHEL D'ANDAINE – LA FERTE MACE – LE GRAIS –FAVEROLLES
Dénivel	860	ST GEORGES D'ANNEBECQ – JOUE DU BOIS – LIGNERES – ST SAMSON – PRE EN PAIL
28/05/2023	73 Km	PRE EN PAIL - Les Avaloirs - La Chesnelaire - La Gottière - GANDELAIN - ST DENIS / SARTHON - CUISSAI -
08:00	229	RADON - Les Chauvières - Carrefour du Rendez Vous - La Croix Médavy - Le Bois Mallet - ROUPERROUX -
Dénivel	850	La Pitoissier - La Villette - dir iral, à Dr ,La Paquerie - Domaine de Monnaie - ST SAMSON - PRE EN PAIL

Calendrier de la saison 2023

Départ	Trajet	Parcours
juin 2023		
04/06/2023	74 Km	PRE EN PAIL - Mevitte - ST CYR - ST AIGNAN - MADRE - ST JULIEN DU TERROUX - THUBOEUF - SEPT FORGE
08:00	295	Dir Genelay, à G, La Silière - à Dr, JUVIGNY \ ANDAINE - La Tour de Bonvouloir - BAGNOLES - ST PATRICE
Dénivel	830	La Croix Cahen - ST CALAIS - PRE EN PAIL
04/06/2023	Km	
	410	Randonnée des Haras à ARGENTAN (40-55-65-105 Kms)
Dénivel		
11/06/2023	79 Km	PRE EN PAIL - ST SAMSON - Les Chaussées - La Paquerie - LIGNERES - CARROUGES - LE MESNIL SCLELLEUR
08:00	234	BOUCE - MONTMERREI - L' être Ragaine - TANVILLE - La Croix Rouge - dir Longuenoe, 1ère à Dr, 1ère à G
Dénivel	1060	ST DIDIER \ ECOUVE - LONGUENOE - CIRAL - La Boissière - Le Gué David - Les Carrières - PRE EN PAIL
11/06/2023	Km	
	403	Randonnée de l' Océane à VAIGES (30-60-75 Kms)
Dénivel		
18/06/2023	78 Km	PRE EN PAIL - GESVRES - AVERTON - COURCITE - ST AUBIN - ST MARS - ST GEORGES
08:00	215	DOUILLET LE JOLI - SOUGE LE GANELON - ASSE LE BOISNE - GESNNES LE GANDELAIN
Dénivel	1150	MOULIN LE CARBONNEL - ST CENERI - ST PIERRE - PRE EN PAIL
18/06/2023	Km	
	405	Randonnée du chanvre à COURCITE (25-40-70-100 Kms)
Dénivel		
25/06/2023	86 Km	PRE – Mévitte – ST CYR – ST AIGNAN – MADRE – MEHOUDIN – ANTOIGNY - LA FERTE – JOUE DU BOIS –
08:00	206	CARROUGES – ROUPERROUX – LIVAIE – LA ROCHE MABILLE – ST DENIS/SARTHON –
Dénivel	1190	RAVIGNY – CHAMPFREMONT – La Lentillère - Les Avaloirs – PRE EN PAIL
25/06/2023	Km	
	417	, L' ENFER DU N' HORPS le horps
Dénivel		
juliet 2023		
02/07/2023	87 Km	PRE EN PAIL - La Noë Cerf - ST JULIEN - Grignon - AVERTON - COURCITE - CHAMPGENETEU -
08:00	258	HAMBERS - JUBLAIN - GRASAY - LA CHAPELLE AU RIBOUL - HARDANGES - LOUPFOUGERES -
Dénivel	1250	VILLEPAIL - ST CYR - Mévitte - PRE EN PAIL
09/07/2023	85 Km	PRE EN PAIL - ST SAMSON - LIGNERES - COUPTRAIN - ST AIGNAN -
08:00	252	MADRE - ST JULIEN - CHARCHIGNE - LE RIBAY - HARDANGES -
Dénivel	1120	LE HAM - VILLAINES - PRE EN PAIL
16/07/2023	85 Km	PRE - ST PIERRE - ST CENERI - MOULIN - GESNES LE GANDELIN - FYE - ROUESSE FONTAINE - COULOMBIE
08:00	287	PIACE - FRESNAY / SARTHE - SOUGE LE GANELON - ST LEONARD - ST PIERRE - La guiberdière -
Dénivel	1150	Annette - La Noë - Rte de Gesvres - PRE EN PAIL
23/07/2023	81 Km	PRE EN PAIL - ST CALAIS - La Croix Cahen - ST PATRICE - LA MOTTE FOUQUET - BEAUVAIN -
08:00	242	RANES - ECOUCHE - BOUCE - ST SAUVEUR DE CARROUGES - CHAHAINS -
Dénivel	680	ST MARTIN DES LANDES - CIRAL - ST SAMSON - PRE EN PAIL
30/07/2023	89 Km	PRE - La Croulière - ST AIGNAN - MADRE - ST JULIEN DU TERROUX - THUBOEUF - SEPT FORGES -
08:00	299	MELLERAY LA VALLEE -AMBRIERES - CHANTRIGNE - LASSAY - CHEVAIGNE -
Dénivel	900	LES CHAPELLES - ST AIGNAN -ST CYR - Mevitte - PRE

Calendrier de la saison 2023

<i>Départ</i>	<i>Trajet</i>	<i>Parcours</i>
août 2023		
06/08/2023	89 Km	PRE EN PAIL - ST SAMSON - CIRAL - LIGNERES - CARROUGES - L'augrumière
08:00	208	JOUE DU BOIS - LA MOTTE FOUQUET - ST PATRICE - LA PALLU - ST CALAIS
Dénivel	1120	Le Hec - Le Hameau - ST AIGNAN - JAVRON - VILLAINES - PRE EN PAIL
13/08/2023	88 Km	PRE EN PAIL - ST CALAIS - La Croix Cahen - ST PATRICE - Le Petit jard - ORGERES - 2 kms avant beauvain,à Dr
08:00	314	à G, La ChauX - à G, ST GEORGES D'ANNEBECQ - FAVEROLLES - LOUGE / MAIRE
Dénivel	900	ST OUEN / MAIRE - JOUE DU PLAIN - STE MARGUERITE - CARROUGES - YEAU - La Paquerie - ST SAMSON - PR
20/08/2023	87 Km	PRE EN PAIL - ST CALAIS - La Croix Cahen - ST PATRICE - BAGNOLES - Etoile d'andaine - PERROU
08:00	264	DOMFRONT - LA BAROCHE SUR LUCE - SEPT FORGES - THUBOEUF - ST JULIEN DU TERROUX
Dénivel	930	MADRE - ST AIGNAN - La Poissonière - La Pilière - PRE EN PAIL
27/08/2023	Km	
	401	RANDONNEE ALAIN SAVARY
Dénivel		
septembre 2023		
02/09/2023	Km	
	413	Randonnée des Forêts à LA FERTE MACE (30-60-75 Kms)
Dénivel		
03/09/2023	82 Km	PRE EN PAIL - GESVRES - ST AUBIN - ST GERMAIN DE COULAMER - IZE -
08:00	212	Le Mont Rochard - BAIS - TRANS - COURCITE - AVERTON - ST JULIEN - PRE EN PAIL
Dénivel	1350	
03/09/2023	Km	
	407	Les Vallons Mayennais à MAYENNE (30 - 80 - 120 Kms)
Dénivel		
10/09/2023	76 Km	PRE EN PAIL - VILLAINES - COURCITE - SILLE LE GUILLAUME - MONT ST JEAN -
08:00	198	ST GEORGES - ST PAUL - GESVRES - PRE EN PAIL
Dénivel	980	
17/09/2023	72 Km	PRE EN PAIL - GESVRES - ST PAUL - ST GEORGES - MONT ST JEAN - MONTREUIL LE CHETIF -
08:00	200	DOUILLET LE JOLI - SOUGE LE GANELON - ASSE LE BOISNE - GESNNES LE GANDELAIN -
Dénivel	1220	MONLIN LE CARBONNEL - ST CENERI - ST PIERRE - PRE EN PAIL
24/09/2023	72 Km	PRE ENPAIL - La Corniche - Rouvadin - GESVRES - ST LEONARD - SOUGE LE GANELON - FRESNAY -
08:00	182	ST OUEN LE MIMBRE - FYE -GESNNES LE GANDELAIN - MOULIN LE CARBONNEL -
Dénivel	1010	ST CENERI - ST PIERRE - PRE EN PAIL

Calendrier de la saison 2023

<i>Départ</i>	<i>Trajet</i>	<i>Parcours</i>
octobre 2023		
01/10/2023	72 Km	PRE EN PAIL – GESVRES – AVERTON – COURCITE – TRANS – CHAMPGENETEU –
08:00	150	LA CHAPELLE AU RIBOUL - LOUPFOUGERES – VILLAINES – PRE EN PAIL
Dénivel	870	
08/10/2023	65 Km	PRE ENPAIL - ST SAMSON - LIGNERES - JOUE DU BOIS - LE CHAMPS DE LA PIERRE -ST MARTIN L' AIGUILL
08:30	240	STE MARIE LE ROBERT - LE MESNIL SCELLEUR - GOULT -LA LANDE DE GOULT - La Croix Rouge -
Dénivel	930	ST DIDIER \ ECOUVE - LONGUENOE - CIRAL - ST SAMSON - PRE EN PAIL
15/10/2023	64 Km	PRE EN PAIL – Les Carrieres – Le Gue David – La Boissière - CIRAL – CARROUGES – RANES –
08:30	134	LA FERTE - MAGNY LE DESERT – ST PATRICE – LA PALLU – ST CALAIS – PRE EN PAIL
Dénivel	790	
22/10/2023	64 Km	PRE EN PAIL - La Déteurbe - àG, à Dr, La Chauvinière - à Dr, La Mitonière - à G, ST AIGNAN - MADRE -
08:30	126	MEHOUDIN - COUTERNE - LASSAY - JAVRON - VILLEPAIL - La Corniche - PRE EN PAIL
Dénivel	700	
29/10/2023	63 Km	PRE EN PAIL – Le Hec - Le Hameau – ST AIGNAN – COUPTRAIN – LIGNERES – CARROUGES –
08:30	118	ROUPERROUX - LIVAIE – LA ROCHE MABILLE – GANDELAIN – CIRAL –
Dénivel	810	ST SAMSON - PRE EN PAIL
novembre 2023		
05/11/2023	53 Km	PRE EN PAIL - Noë Millet - Haudre - Dir Lignères, 1ère à G, à Dr, 2ème à G, ST URSIN - à Dr, Dir St Patrice, à G, à
09:00	273	LA PALLU - Dir Couptrain, à G au stop, à Dr, Préaux - à G, Les champs - ST AIGNAN - La Trévannière - Cohélie -
Dénivel	620	La Touche - à Dr, à G, Froc - La Chauvelièrre - Mévitte - PRE EN PAIL
12/11/2023	55 Km	PRE EN PAIL - Mévitte - ST CYR -L'étravy - VILLEPAIL - CRENNES - Chevereau - Chérancé -
09:00	115	LE HAM - CHEVAIGNE - LES CHAPELLES - ST AIGNAN - COUPTRAIN - La Croix Cahen
Dénivel	715	ST CALAIS - PRE EN PAIL
19/11/2023	55 Km	PRE EN PAIL – ST SAMSON – LIGNERES – COUPTRAIN – ST AIGNAN –
09:00	84	JAVRON - VILLAINES - PRE EN PAIL
Dénivel	600	
26/11/2023	55 Km	PRE EN PAIL – ST PIERRE – ST CENERI – ST LEONARD – Le Pont de la Folie –
09:00	85	ST PAUL - GESVRES - Rouvadin - La Corniche – PRE EN PAIL
Dénivel	830	

Calendrier de la saison 2023

<i>Départ</i>	<i>Trajet</i>	<i>Parcours</i>
décembre 2023		
03/12/2023	48 Km	PRE – Les Avaloirs – CHAMPFREMONT – direction BOULAY , 3eme à droite La Blosserie -
09:30	59	Le Perron – BOULAY – Vaucillon – La Laurenciere – ST PIERRE – dir St Léonard , Le Verdillon (D270) - à Dr
Dénivel	680	La Mare (D112) - GESVRES – Les Haies – Les Champs Elysées – ST JULIEN – PRE EN PAIL
10/12/2023	44 Km	PRE EN PAIL - La Pilière - La Mitonnière - La Poissonière - ST AIGNAN - ST CALAIS - Haudre - à G ,La Croix
09:30	21	Cahen - St Ursin - LIGNERES - Dir St Samson , en haut de la forêt à G - avant La Pquerie , à Dr Le Grand
Dénivel	440	Etinoux - La Chaussée -à Dr , L' Houillerie - àG , Clair Doiteau - Le Moëlot - ST SAMSON - PRE EN PAIL
17/12/2023	44 Km	PRE EN PAIL - La Cote à 14% - Mévitte - ST CYR - L'étravy - VILLEPAIL - Rte de l'ancien moto cross -
09:30	10	- La Corniche -Rouvadin - GESVRES - ST PIERRE - PRE EN PAIL
Dénivel	535	
24/12/2023	41 Km	PRE EN PAIL – Le Hec -Le Hameau – ST AIGNAN – JAVRON – VILLAINES - PRE EN PAIL
09:30	3	
Dénivel	365	
30/12/2023	38 Km	PRE EN PAIL - Rte de St Pierre - La Renardière - La Corniche - La Touche - Cohélie - Rocade de Javron
09:30	16	ST AIGNAN - La Mitonnière - ST CYR -Le Pont - Mévitte - PRE EN PAIL
Dénivel	450	