



Pour connaître les moindres recoins et trésors du Mellois

## SUIVEZ LE GUIDE !

### EN GROUPE (10 PERS MIN)

Pour connaître les moindres recoins et trésors du Mellois, labellisé Pays d'Art et d'Histoire. Réservation auprès de l'Office de Tourisme du Pays Mellois.

☎ 05 49 29 15 10 | ✉ officedetourisme@paysmellois.org | 📱



### LES PROMENADES D'ALEX

Guide interprète régional passionné depuis plus de 10 ans, Alex et ses Promenades nous affirment que « Chaque pierre a une histoire ».

☎ 06 27 33 22 06  
🌐 www.les-promenades-dalex.fr



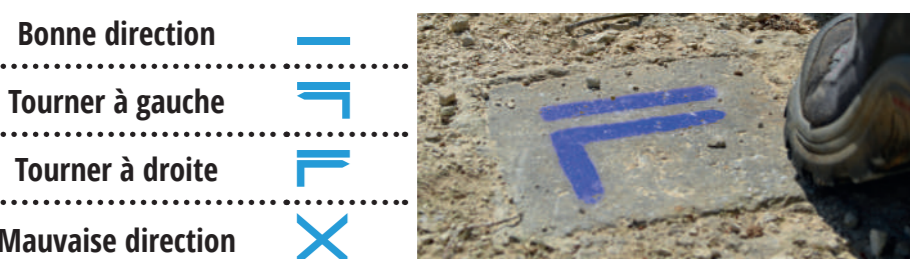
### VIROUNERIES EN POITOU

Mathilde vous propose des visites et des balades guidées, des activités culturelles et ludiques comme des chasses au trésor ou des jeux d'aventures.

☎ 06 75 90 16 09  
✉ virounerienpoitou@gmail.com



### EXPLICATIONS DE BALISAGE



♥ Randonnées « coup de cœur » | **RANDO** Rando en Deux-Sèvres

## LES ITINÉRANCES

### Chemin de Saint-Jacques-de-Compostelle

de Chenay à Villefollet | 43 km | 3 jours | Modéré | Balisage :

## LES RANDOS FAMILLE DE MOINS DE 3KM

### 1 Le Salpot

Fressines | 1,5 km | 30min | Modéré | Balisage :

### 2 Rom, une agglomération antique

Rom | 1,4 km | 30min | Facile | Balisage :

### 3 Patrimoines solinois au fil des rues

Sainte-Soline | 2,3 km | 45min | Facile | Balisage :

### 4 Par les rues de Limalonges

Limalonges | 2,1 km | 35min | Facile | Balisage :

## LES BALADES PATRIMOINE CIRCUITS DE VILLE

Certaines cités du territoire se visitent au fil des rues.

Retrouvez les brochures à l'Office de Tourisme, ou au départ des bourgs.

### Melle

Étapes patrimoine de cette Petite Cité de Caractère®  
Une flamme en Mellois : lieux de mémoire de la Résistance Melloise

### Celles-sur-Belle

Le Promenoir poétique | 2,1 km | 1h - 1h30

### La Mothe-Saint-Héray

Circuit découverte | 1,2 km | 30min - 1h

### Chef-Boutonne

Étapes patrimoine de cette Petite Cité de Caractère®

## LES CIRCUITS DE MOINS DE 10 KM

### 5 Les Madeleine

Fressines | 4 km | 2h | Facile | Balisage :

### 6 Circuit des Epinettes à Ecrebis

Aigondigné (Aigonnay) | 4,8 km | 1h45 | Modéré | Balisage :

### 7 Le circuit des Tuileries

Praillais-la-Couarde (Argentière) | 3,2 km | 1h | Facile | Balisage :

### 8 Du plateau à la vallée, de plein en délié

Aigondigné (Montaillon) | 6,2 km | 2h15 | Facile | Balisage :

### 9 Le circuit des Dragonnades

Praillais-la-Couarde (Praillais) | 8,3 km | 2h45 | Facile | Balisage :

### 10 Lambon Gros Bois

Praillais-la-Couarde (Praillais) | 9,7 km | 3h15 | Modéré | Balisage :

### 11 Circuit du Moulin de la Chaise

Praillais-la-Couarde (Praillais) | 3,5 km | 1h15 | Facile | Balisage :

### 12 Le circuit des Ammonites

Aigondigné (Thorigné) | 8,8 km | 2h45 | Modéré | Balisage :

### 13 Le Lambon, une vallée secrète

Praillais-la-Couarde (Praillais) | 5,6 km | 1h45 | Facile | Balisage :

### 14 Le Béliér de la Banissière (petite boucle)

Praillais-la-Couarde (Praillais) | 8,5 km | 2h45 | Modéré | Balisage :

### 15 Le sentier Huguenot

Beaussais-Vitré (Beaussais) | 5,8 km | 1h50 | Facile | Balisage :

### 16 Découverte de notre patrimoine

Chenay | 8,1 km | 2h45 | Modéré | Balisage :

### 17 Le sentier des sources et des lavoirs

Sepvret | 8 km | 2h30 | Modéré | Balisage :

### 18 Les Bois de Celles

Celles-sur-Belle | 9 km | 2h15 | Modéré | Balisage :

### 19 Les Moulins de la Belle

Celles-sur-Belle (Verrines-sous-Celles) | 9,5 km | 2h | Facile | Balisage :

### 20 Le Chemin de la Découverte

Melle | 6,5 km | 1h30 | Facile | Balisage :

### 21 Les Bois de Melle

Melle (Saint-Léger) | 6,5 km | 1h55 | Modéré | Balisage :

### 22 Les Bois de la Garde

Melle | 4,9 km | 1h25 | Facile | Balisage :

### 23 Saint-Coutant Nord

Saint-Coutant | 4,6 km | 1h30 | Facile | Balisage :

### 24 Saint-Coutant Sud

Saint-Coutant | 5,7 km | 2h | Facile | Balisage :

### 25 Le Charroi : un sentier d'observations scientifiques

Saint-Coutant | 8,5 km | 2h30 | Facile | Balisage :

### 26 Circuit des Meulières

Caunay | 7,6 km | 2h30 | Modéré | Balisage :

### 27 La balade de Mougnon

Saint-Romans-les-Melle | 4,7 km | 1h30 | Facile | Balisage :

### 28 Le sentier de la Belle

Périgné | 6,2 km | 2h | Facile | Balisage :

### 29 Balade autour des fontaines

Melle (Paizay) | 3,6 km | 1h15 | Facile | Balisage :

### 30 Sur les pas du Chasseron

Marcellé (Saint-Génard) | 7,3 km | 2h20 | Modéré | Balisage :

### 31 Zoodysée, sous les frondaisons de la forêt de Chizé (petite boucle)

Villiers-en-Bois | 6,5 km | 1h40 | Facile | Balisage :

### 32 Du tilleul à la Somptueuse

Chef-Boutonne (Tillou) | 8,1 km | 3h | Modéré | Balisage :

### 33 Balade des cinq « tours »

Melleran | 4,8 km | 1h45 | Facile | Balisage :

### 34 Parcours des escaliers à Balets

Sauzé-entre-Bois (Plibou) | 3,3 km | 1h | Facile | Balisage :

### 35 Entre fontaines et rivières

Fontenille Saint-Martin-d'Entraigues | 6,5 km | 2h15 | Modéré | Balisage :

### 36 Aux sources de la Boutonne

Chef-Boutonne | 3,7 km | 1h10 | Facile | Balisage :

### 37 Sentier de la Touche

Valdelaume (Bouin) | 7,7 km | 2h30 | Modéré | Balisage :

### 38 Nature cachée

Chef-Boutonne | 8 km | 2h30 | Facile | Balisage :

### 39 Le chemin des Diligences

Ardilleux | 7 km | 2h | Facile | Balisage :

### 40 En suivant la noce

Valdelaume (Hanc) | 4,9 km | 2h | Facile | Balisage :

### 41 Le chemin des Lavandières

Valdelaume (Hanc) | 5 km | 1h45 | Facile | Balisage :

### 42 La balade de la Châtaigne

Valdelaume (Pioussay) | 3,7 km | 1h15 | Facile | Balisage :

### 43 La balade sauvage

Lorigné | 4,7 km | 1h45 | Facile | Balisage :

### 44 En descendant vers la vallée

Sauzé-entre-Bois (Montalembert) | 6,6 km | 2h15 | Modéré | Balisage :

## LES CIRCUITS DE PLUS DE 10 KM

### 45 La vallée de Chambrille

La Mothe-Saint-Héray | 12,5 km | 3h15 | Modéré | Balisage :

### 46 Le Béliér hydraulique de la Banissière

Praillais (grande boucle) | 13 km | 3h30 | Modéré | Balisage :

### 47 Chemins des Assemblées du Désert

Beaussais-Vitré | 15,5 km | 4h | Modéré | Balisage :

### 48 Rauranum, cité gallo-romaine

Rom | 11 km | 3h | Facile | Balisage :

### 49 La vallée de la Belle

Celles-sur-Belle | 12 km | 3h | Modéré | Balisage :

### 50 La Métairie-aux-Moines

Melle | 12 km | 3h | Facile | Balisage :

### 51 Les Sources de la Légère

Melle (Saint-Léger-de-la-Martinière) | 10,5 km | 3h | Facile | Balisage :

### 52 Le Plan de la Talle Ronde

Saint-Vincent-la-Châtre | 11,4 km | 3h | Facile | Balisage :

### 53 Les Aubuges

Sainte-Soline | 11,5 km | 3h | Facile | Balisage :

### 54 La Marseillaise

Marcellé (Pouffonds) | 13,5 km (ou 9,5 km) | 3h30 (ou 2h30) | Modéré | Balisage :

### 55 La Pinaudière

Saint-Vincent-la-Châtre | 15 km | 4h | Modéré | Balisage :

### 56 Les Grands Bois

Mairé-Levescault | 12 km | 3h | Modéré | Balisage :

### 57 Zoodysée, sous les frondaisons de la forêt de Chizé (grande boucle)

Villiers-en-Bois | 10 km | 2h30 | Facile | Balisage :

### 58 Palisses et Boutonne

Brioux-sur-Boutonne | 13,5 km (9,5 et 10,5 km) | 3h30 | Facile | Balisage :

### 59 La Fontaine de Foucambert

Vernoux-sur-Boutonne | 10 km | 2h30 | Facile | Balisage :

### 60 Les Trois Rivières

Marcellé (Saint-Génard) | 11 km | 2h45 | Modéré | Balisage :

### 61 La commanderie des Templiers

Ensigné | 10,5 km | 2h45 | Facile | Balisage :

### 62 Les Cabanes de vignes

Asnières-en-Poitou | 13 km | 3h15 | Modéré | Balisage :

### 63 La balade de Queue d'Ageasse

Lorigné | 15 km (10 et 5 km) | 4h | Modéré | Balisage :

## LES CIRCUITS LUDIQUES

### Enquête à Sepvret

Sepvret | 5 km | 2h-3h | difficulté ★★☆☆☆ terrain

Circuit à télécharger en flashant le Qr code



### Circuits Terra Aventura

Les parcours sont à retrouver sur l'application Terra Aventura gratuitement téléchargeable sur android ou sur l'App Store.

### Les V'nelles ont des oreilles

Sauzé-entre-Bois (Plibou) | 3 km | 1h-2h | difficulté ★★☆☆☆ terrain

### Le Sou volé de Charlemagne

Melle | 5 km | 2h | difficulté ★★☆☆☆ terrain

### Les griffes de Chizé (circuit nocturne)

Villiers-en-Bois | 3 km | 2h-3h | difficulté ★★★★★ terrain

### Le vent tourne !

Chef-Boutonne | 5 km | 2h | difficulté ★★★★★ terrain

### En quête de pierres

Exoudun | 3 km | 2h-3h | difficulté ★★☆☆☆ terrain

### Papiste fait de la Résistance

Praillais-La-Couarde | 5 km | 2h-3h | difficulté ★★☆☆☆ terrain

### La Bête cherche sa Belle

Celles-sur-Belle | 3 km | 1h-2h | difficulté ★★☆☆☆ terrain

### Tous les chemins mènent à Rom

Rom | 2,5 km | 1h | difficulté ★★☆☆☆ terrain

### Vive la Rosière

La Mothe-Saint-Héray | 3 km | 1h-2h | difficulté ★★☆☆☆ terrain



## BONNES PRATIQUES

« Pour être un randonneur comme on les aime ! »

### Avant de partir

Vérifiez la météo : oui, aussi surprenant que cela puisse paraître, il pleut parfois en Mellois. Prévenez quelqu'un de votre heure de départ et de votre retour.  
Prenez garde en période de chasse. Certains itinéraires sont parfois interdits pour des raisons de sécurité (forêt de Chizé).

### Votre équipement de champion

- Vêtements et chaussures de randonnée adaptés (laissez vos chaussures moumoute chez vous)
- Le nécessaire pour les petits bobos éventuels ou les plus gros
- Boissons et nourriture
- Si le soleil est de la partie : chapeau, protection solaire
- Boussole et GPS si le sens de l'orientation et vous, ça fait quatre
- Votre topoguide ou votre circuit enregistré sur votre mobile.

### Restez sur les sentiers

Non, les raccourcis ne sont pas vos amis, surtout s'ils sont hors sentiers. Pensez aux petites bêtes et à la végétation qui n'avaient pas prévu de finir sous vos semelles aujourd'hui.

### Prenez soin de vos déchets

Gardez-les bien au chaud jusqu'à la rencontre d'une poubelle.

### Partagez avec les autres usagers

Vous devriez croiser quelques-uns de vos condisciples humains (sauf si vous êtes définitivement perdus). Partagez l'espace avec les autres usagers et leurs pratiques sportives.

### Laissez pousser les fleurs et les plantes

Car oui, elles méritent autant que vous de profiter du soleil ! Ne les cueillez pas mais admirez-les. Vous pourriez même apprendre à les reconnaître avec les sorties nature (decouvertes.paysmellois.org/agenda).

### Observez les animaux

Restez discrets et pour leur sécurité (et la vôtre parfois) ne les approchez pas.



Retrouvez l'ensemble des circuits de la carte randonnées sur le site cirkwi en flashant ce Qr code, ou sur [decouvertes.paysmellois.org](https://www.decouvertes.paysmellois.org)



## CONSERVEZ VOS RANDOS PRÉFÉRÉES EN 4 ÉTAPES

Téléchargez l'application Cirkwi pour enregistrer vos randos favorites !



## SE DÉPLACER EN BUS

Horaires, tarifs, informations pratiques : [transports.nouvelle-aquitaine.fr](https://www.transports.nouvelle-aquitaine.fr)

## VIGILANCE BALISAGE

Vous avez remarqué un obstacle, une anomalie, un balisage défectueux ou tout autre problème sur votre parcours ? Signalez-le sur l'application Suricate.



## CONTACTS UTILES

Urgences : SAMU ☎ 15 | ☎ 112  
Office de Tourisme du Pays Mellois  
☎ 05 49 29 15 10  
✉ [decouvertes.paysmellois.org](mailto:decouvertes.paysmellois.org)  
✉ [officedetourisme@paysmellois.org](mailto:officedetourisme@paysmellois.org)

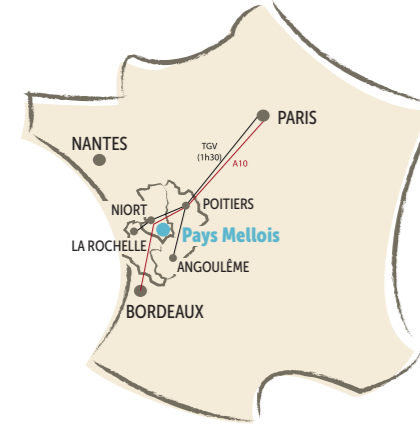
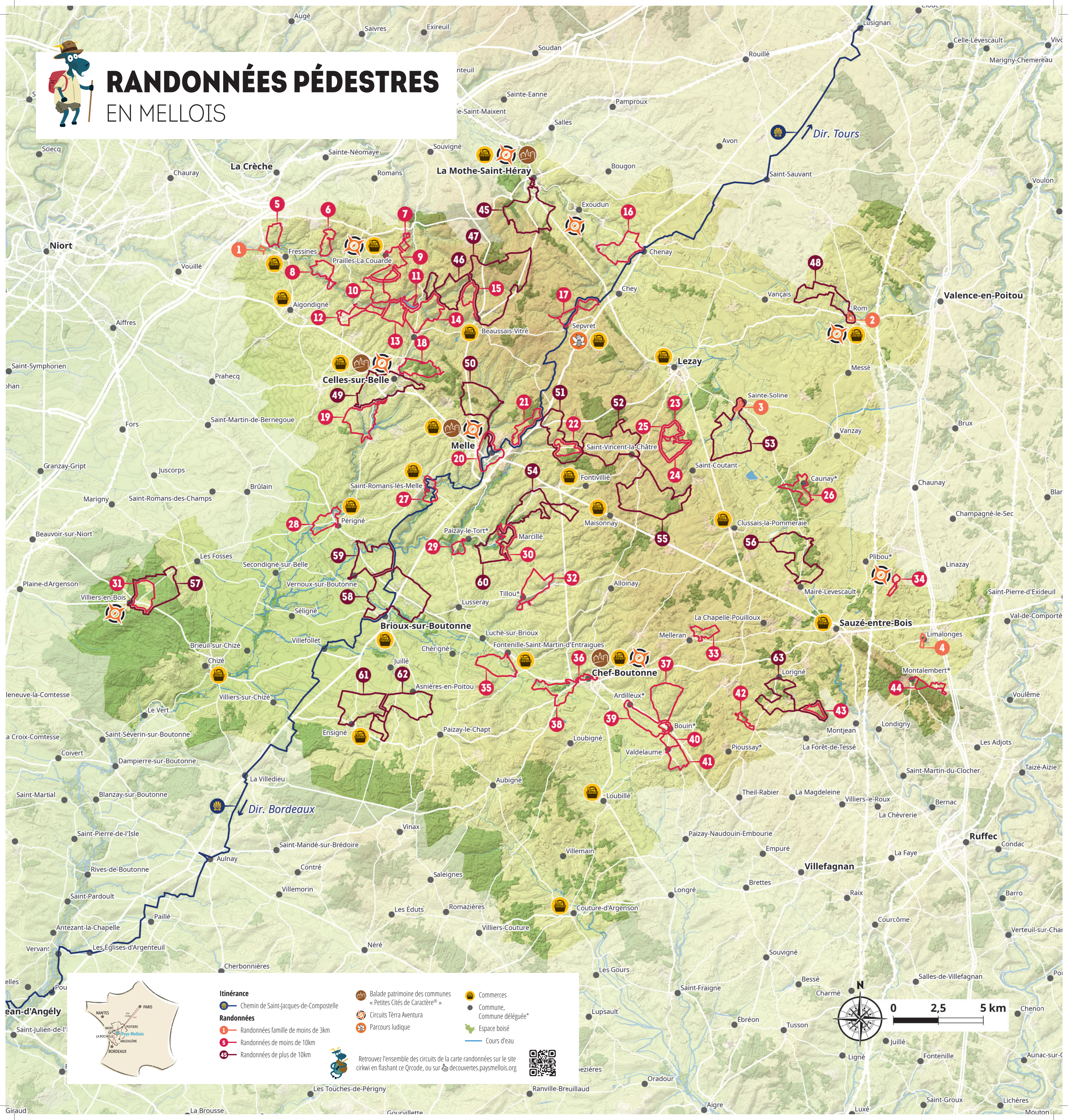


Crédits photos et illustration : Office de Tourisme du Pays Mellois, Virouneries en Poitou, Les promenades d'Alex, Pays d'Art et d'Histoire de Mellois en Poitou,



# RANDONNÉES PÉDESTRES

## EN MELLOIS



- Itinérance**
- Chemin de Saint-Jacques-de-Compostelle
- Randonnées**
- Randonnées famille de moins de 3km
  - Randonnées de moins de 10km
  - Randonnées de plus de 10km

- Balade patrimoine des communes « Petites Cités de Caractère® »
- Circuits Terra Aventura
- Parcours ludique

- Commerces
- Commune, Commune déléguée\*
- Espace boisé
- Cours d'eau

Retrouvez l'ensemble des circuits de la carte randonnées sur le site [cirkwi.in](http://cirkwi.in) en flashant ce Qrcode, ou sur [decouvertes.paysmellois.org](http://decouvertes.paysmellois.org)

