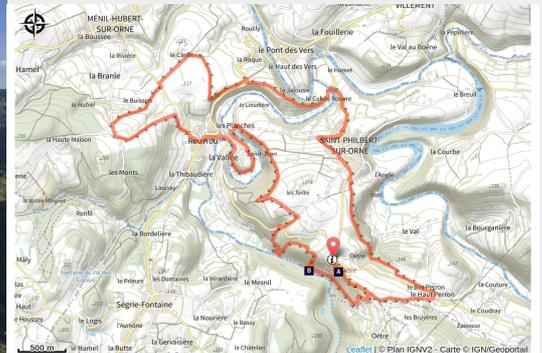


21 Escapade de la Roche d'Oëtre à la Branle - Suisse Normande Trail

CA Flers Agglo



Trail à la Roche d'Oëtre en Suisse Normande (© Le 7ème Studio)



Sur les traces du trail de la Roche d'Oëtre : un défi au cœur de la nature et des grands espaces !

Pour connaître le statut d'ouverture des circuits, consultez le site [Suisse Normande Outdoor](#).

Partez pour une sortie trail complète au départ du site de la Roche d'Oëtre, sur les pas du célèbre trail organisé chaque mois d'octobre. Ce parcours immersif vous emmène à la découverte des incontournables de la région comme la Roche d'Oëtre et les Méandres de la Rouvre, en empruntant principalement des sentiers monotraces ludiques et des chemins forestiers qui raviront les amateurs de nature et de belles sensations.

Infos pratiques

Pratique : Trail

Longueur : 16.1 km

Dénivelé positif : 531 m

Difficulté : Trail intermédiaire

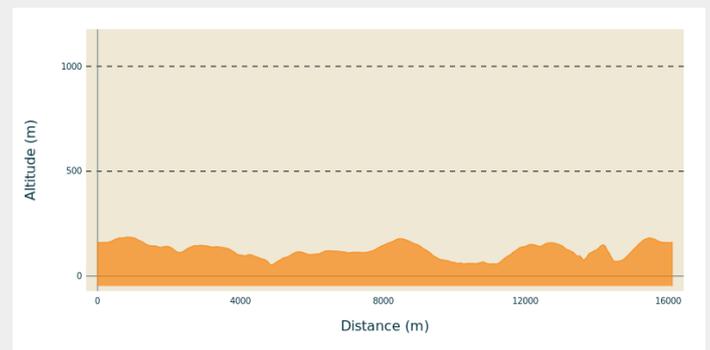
Type : Boucle

Itinéraire

Départ : La Roche d'Oëtre, Saint-Philbert-sur-Orne

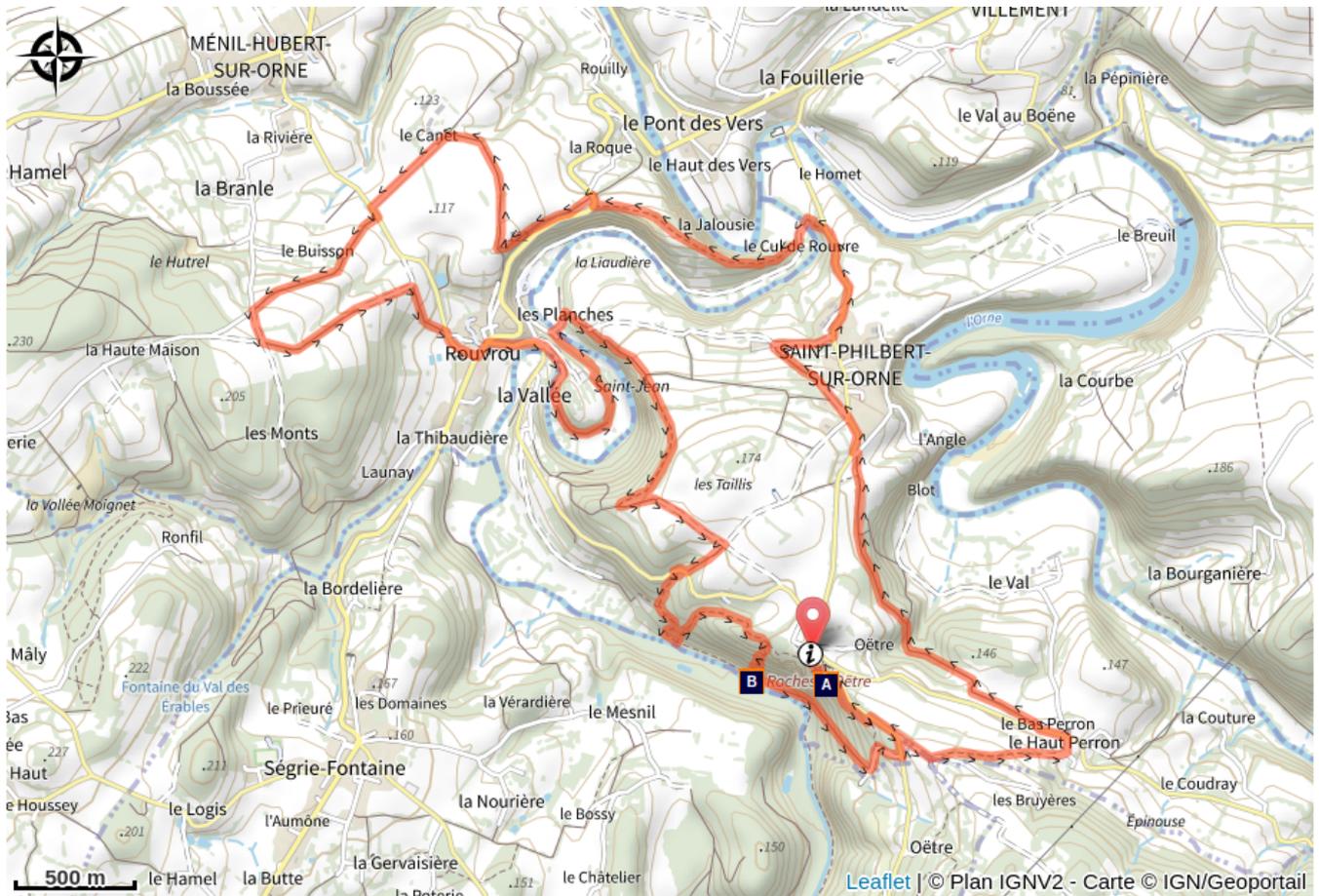
Balisage :  Ouvert  Trail

Profil altimétrique



Altitude min 53 m Altitude max 186 m

Sur votre chemin...



 La Roche d'Oëtre : la plus vieille montagne de France (A)

 Des bois à perte de vue (B)

Toutes les infos pratiques

Recommandations

Suivre le balisage de la Station de Trail® circuit n°21, bleu.
Pensez à bien vous vêtir en fonction des saisons (tiques, chasse etc...) et pensez à ramasser vos déchets.

Lieux de renseignement

Montagnes de Normandie Tourisme - Bureau d'Information Touristique de La Roche d'Oëtre

Site de La Roche d'Oëtre, 61430 SAINT-
PHILBERT-SUR-ORNE

roche-doetre@flers-agglo.fr

Tel : 02 31 59 13 13

<https://www.montagnesdenormandie.fr/>



Source



Suisse Normande Outdoor

<https://suisse-normande-outdoor.fr/>

Sur votre chemin...



🌟 La Roche d'Oëtre : la plus vieille montagne de France (A)

Nous sommes ici au bord d'un à-pic rocheux - la Roche d'Oëtre - dominant de 118 mètres la vallée de la Rouvre. C'est à la plus vieille montagne de France - le Massif armoricain - que l'on doit cette curiosité naturelle, emblématique de la « Suisse Normande », et aujourd'hui protégée par l'Etat et les collectivités locales.

Le Massif armoricain s'est formé suite à deux plissements géologiques, survenus il y a plusieurs centaines de millions d'années. Ces reliefs ont été « gommés » par l'érosion au fil du temps, mais n'avaient, à l'origine, rien à envier à ceux des Alpes.

Crédit photo : Jean-Eric Rubio



🌿 Des bois à perte de vue (B)

Divers types de boisements s'étendent de part et d'autre de la rivière. En haut de la pente, les sols peu épais ne laissent pousser que des chênes plus ou moins rabougris, des houx, des Polypodes des bois (fougère) ainsi qu'une fine graminée indicatrice d'acidité : la Canche flexueuse. Près de la Rouvre, le sol est plus riche et l'air se rafraîchit. Les espèces arborées (frênes, tilleuls, aulnes) et herbacées (Ail des ours, Jacinthes des bois, Anémones des bois...) se diversifient. De nombreux oiseaux et libellules profitent de ce milieu.

La rive boisée compte une multitude d'aulnes glutineux. Ces arbres des sols humides participent au maintien des berges où pousse une fougère rare et protégée : *[l'Osmonde royale](#)*.

Crédit photo : Jean-Eric Rubio