

Les itinéraires incontournables

L'Ain à vélo

33 balades pour s'évader, parcourir et découvrir les plus beaux paysages de l'Ain



Prendre votre temps et musarder entre les prairies, suivre quelques chemins creux avant de siroter un verre à la terrasse fleurie d'un café bressan ou mettre pied à terre devant une église romane... Jouer à cache-cache avec les étangs dans la Dombes... Mettre vos forces à l'épreuve dans les rampes menant aux cols... Faire le plein de plaisirs et de sensations dans les courbes des descentes... Vous avez le choix, et que vous soyez débutant ou expérimenté, que vous rouliez seul, en famille ou entre amis, il y en a pour tous les goûts et tous les mollets !

Toutes les boucles de l'Ain à vélo sont balisées. Elles empruntent surtout de petites routes de campagne. 5 boucles faciles proposent des itinéraires plus courts, à plus faible dénivelé et sur des routes moins utilisées par les voitures, pour vous garantir une découverte au grand air.

Pour en savoir plus www.ain-tourisme.com



28 circuits & 5 boucles "famille"

N°	Titre	Kms	Horaire	Dénivelé	Difficulté
1	Etranges Sarrains	51 km	4h15	430 m	vert
	La Guinguette	19 km	1h	110 m	enfant
2	Le «Pré carré» des Sires de Bâgé	43 km	3h30	390 m	vert
	Le Petit Bévry	28 km	2h	300 m	enfant
3	Sur la route fleurie du Revermont	79 km	6h30	900 m	noir
4	La belle médiévale	67 km	5h30	400 m	bleu
5	La fée aux mille étangs	35 km	3h	260 m	vert
6	Hommes de lettres, hommes de cœur	56 km	4h40	390 m	bleu
7	Sur la route de l'eau	48 km	4h	1160 m	noir
8	Sur la route des sapins : le Bugey noir	66 km	5h30	1400 m	noir
9	Du vin et de l'eau	31 km	2h30	290 m	vert
10	Sur le Grand 8 de l'Ain	116 km	10h	2200 m	noir
11	L'Auberger de l'Europe	51 km	4h15	580 m	bleu
	Le Jardin de l'Europe	32 km	3h	420 m	enfant
12	Le pays où la volaille est reine	71 km	6h	550 m	bleu
13	Les raisons du Cœur	43 km	3h30	400 m	bleu
14	Pour l'amour de l'Art	48 km	4h	440 m	bleu
15	Cavets et ventres jaunes	36 km	2h30	490 m	bleu
16	Pigeons et pigeonniers	47 km	3h45	310 m	vert
	Entre Bresse et Dombes	30 km	2h30	180 m	enfant
17	Formules secrètes et tiroirs cachés	40 km	3h15	290 m	vert
18	La trilogie	51 km	4h15	290 m	vert
19	La principauté de la Dombes	42 km	3h45	210 m	bleu
20	Légendes en Val de Saône	49 km	3h45	550 m	rouge
21	La "festivalière"	52 km	4h15	300 m	bleu
22	Et au milieu coule une rivière...	59 km	4h45	565 m	bleu
23	Des crêtes au Rhône	120 km	10h	2380 m	noir
24	D'un Bugey à l'autre	81 km	7h	1620 m	noir
25	Au pays de Brillat-Savarin	52 km	4h20	700 m	rouge
	Les enfants du Marais	26 km	2h30	350 m	enfant
26	Le Pays de Lhuis : porte sud du Bugey	44 km	4h	1100 m	rouge
27	Le Valromey : la vallée Romaine ?	44 km	4h	930 m	rouge
28	ViaRhôna	60 km	4 à 5h	néant	vert

La ViaRhôna

Vous mener des rives du lac Léman aux plages de la Méditerranée à vélo, en suivant le fleuve Rhône, voici l'ambition de ViaRhôna ! À terme, cet incroyable itinéraire cyclable de 815 km conduira le touriste au fil d'un parcours alternant voies vertes sécurisées et sections partagées.

Dans l'Ain, aux confins des deux Savoie et du Bugey, la ViaRhôna dévoile 60 km d'itinéraire à faible dénivelé alternant gorges, lacs, marais et villages pittoresques. Ce parcours combine pistes cyclables et voies partagées idéales pour une sortie vélo. Il est propice aux balades en famille, à la découverte d'un environnement naturel et patrimonial au plus près du fleuve.

Pour en savoir plus www.bugeysud-tourisme.fr • www.viarhona.com

Les GTJ

La Grande Traversée du Jura VTT

Offrant un itinéraire balisé et sécurisé de 380 km à travers les somptueux paysages du massif jurassien, la GTJ VTT s'impose dans l'esprit de tous comme un incontournable parmi les itinéraires VTT de l'Ain.

Son tracé est sportif au nord et se fait plus abordable au sud, notamment sur le plateau d'Hauteville. Que vous partiez pour plusieurs jours pour un parcours itinérant à travers les montagnes du Jura comme une sortie de quelques heures au grand air, selon vos envies et vos capacités, vous serez comblés par la beauté des lieux et la qualité du balisage.

Pour en savoir plus www.gtj.asso.fr/itineraires-et-activites/gtj-a-vtt/

La Grande Traversée du Jura Vélo

Totalisant 360 km, cet itinéraire débute à Montbéliard dans le Doubs, traverse le Parc naturel régional du Haut-Jura, et se termine à Culoz dans l'Ain, avec une variante qui permet de gravir le mythique Grand Colombier.

Dans l'Ain l'itinéraire est entièrement balisé pour une pratique en toute sécurité, utilisant le plus souvent les petites routes. Qu'elle soit sportive à raison d'une centaine de kilomètres par jour ou plus touristique, la randonnée itinérante sur la GTJ vélo laisse toujours la possibilité de découvrir la richesse du patrimoine.

Pour en savoir plus www.gtj.asso.fr/itineraires-et-activites/gtj-a-velo/



LÉGENDE :

- Ain à vélo (circuits)
- Boucles enfants
- ViaRhôna
- GTJ vélo
- GTJ VTT
- Variante GTJ VTT Grand Colombier

><< Cols

- Les Vélos Rails du Bugey
- Bases VTT
 - 1 - Base de Montrevel-en-Bresse
 - 2 - Base du Revermont
 - 3 - Base de Belley Bugey
- Espaces VTT
 - 4 - Espace Bugey
 - 5 - Espace entre Jura et Léman
 - 6 - Espace Saône Vallée
- Bike Park de Cormaranche
- Communauté d'agglomération du bassin de Bourg en Bresse
- Bugey Sud Grand Colombier



TERRITOIRES VÉLO

Pédalez en Bresse

Avec de nombreux parcours balisés autour de Bourg-en-Bresse pour sillonner les bocages de la Bresse ou les pentes du Revermont, le territoire s'affirme comme une destination cyclotouristique. Une liaison verte relie en toute sécurité le centre de Bourg-en-Bresse à la forêt de Seillon voisine, en passant à proximité du Monastère royal de Brou et au parc de loisirs de Bouvent. Côté VTT, le territoire n'est pas en reste, grâce à ses nombreux parcours balisés. Plusieurs professionnels proposent leurs services de location de matériel ainsi que des stages ou sorties encadrées, en vélo de route ou à VTT, pour s'initier aux techniques et mieux connaître le patrimoine régional.

 Le territoire est labellisé
"Ville et territoire vélotouristiques"

Pour en savoir plus : www.bourgenbressetourisme.fr/



Petit ou grand braquet dans le Bugey Sud

Vignes, forêt ou encore berges du Rhône... les paysages du Bugey Sud sont particulièrement propices à la pratique du vélo, avec de nombreux itinéraires pour tous niveaux : circuits de route, de VTT, ViaRhôna. Les plus expérimentés s'élanceront sur les traces du Tour de France avec l'ascension du mythique Grand Colombier. Et pour profiter au mieux de votre séjour, BUGEYVélo® (marque déposée par Bugey Sud Grand Colombier Tourisme) identifie des hébergeurs et autres prestataires répondant à des critères de service et d'équipement de qualité, ainsi qu'une gamme d'animations et de produits (séjours, stages...) pour accueillir les cyclotouristes dans les meilleures conditions. De plus, différents points de location de vélos (route, VTT et assistance électrique) sont présents sur le territoire.

 Le territoire est labellisé
"Ville et territoire vélotouristiques"

Pour en savoir plus : www.bugeysud-tourisme.fr/



FUN



Bike-Park de Cormaranche

Situé à 1234m d'altitude, le Bike Park de Planachat à Cormaranche propose 4 pistes de descente et 5 pistes d'enduro accessibles pour tout niveau de pratique et régulièrement améliorées. Il est aujourd'hui reconnu et apprécié par les compétiteurs qui trouvent ici un terrain d'entraînement à leur mesure.

En accès libre toute l'année et gratuit, le site dispose également d'un espace ludique d'initiation au VTT, de tables de pique-nique, d'une zone de bivouac et d'une aire de lavage vélos. Un système de navettes permet de remonter au départ des pistes de descente.

Chaque année depuis 12 ans, le site accueille la Cormavalanche, épreuve de coupe Rhône Alpes de VTT Descente qui réunit plus de 200 pilotes.

Pour en savoir plus : www.plateau-hauteville.com/

Vélo à assistance électrique

L'Ain, terre de vélo, propose à ses visiteurs un panel de cols, de côtes et d'ascensions qui parfois ne font pas le bonheur de tous ! Pour en profiter sans s'en faire, essayez le vélo à assistance électrique et partez arpenter les reliefs, c'est fantastique et très fun !

Même si vous n'êtes pas un grand sportif, vous pourrez vous mesurer aux ascensions et aux grands cols empruntés par le Tour de France dont le Grand Colombier. Une occasion rêvée pour dépasser, avec bonne humeur et bon esprit, des cyclistes plus aguerris et sportifs !

Le vélo électrique c'est aussi une façon de se remettre doucement au vélo et de s'engager sur des balades un peu plus longues, jusqu'à une cinquantaine de kilomètres.

Pour en savoir plus : www.aintourisme.com

Mobi-leman, pour une virée dépaysante entre France et Suisse

L'application mobi-leman vous invite à explorer la région lémanique à travers des parcours originaux basés sur une sélection astucieuse de points d'intérêt culturels, naturels ou historiques. De villes en villages, vous entrez dans un territoire où se mêlent l'histoire et la mémoire de deux pays voisins.

Côté français, dans l'Ain, parmi les 3 itinéraires proposés, empruntez celui de la Valsérine en vélo à assistance électrique pour descendre la vallée de Mijoux jusqu'à Bellegarde.

Pour en savoir plus : télécharger l'application gratuite dans l'App Store ou sur Google Play.



#Ain
#Jesuisdansl'Ain
#Instantdansl'Ain



Ain,
créateur
d'instant...

Carte vélo

VTT

Grâce à la morphologie de ses reliefs, l'Ain est une destination de premier choix pour la pratique du VTT.



Les bases VTT labellisées FFCT

- Montrevel-en-Bresse**
 - 130 km de parcours VTT balisés
 - Location VTT adulte et enfant
 - Point de lavage vélo
 - Encadrement qualifié de l'activité
- Revermont**
 - 207 km de circuits VTT balisés
 - Location VTT adulte et enfant
 - Kit de réparation mis à disposition
 - Point de lavage vélo
 - Encadrement qualifié de l'activité

- Belley Bugey**
 - 186 km de circuits VTT balisés
 - Vélociste à proximité (vente, réparation, location VTT, vélo) : éducateurs fédéraux pour l'accompagnement de groupes.

Pour en savoir plus : <http://ffct.org/randonner-a-velo/vtt/bases-vtt/>

Les espaces VTT labellisés FFC

- Espace Bugey**
 - 300 km de circuits VTT balisés
 - 26 parcours
- Espace entre Jura et Léman**
 - 337 km de circuits VTT balisés
 - 18 parcours
- Espace Saône Vallée**
 - 253 km de circuits VTT balisés
 - 16 parcours

Pour en savoir plus : <https://sitesvtt.ffct.fr/trace-vtt/>



TOP FAMILLES

Les Vélos Rails du Bugey



Une autre façon de pédaler en toute convivialité lors d'une balade insolite pour petits et grands !

Autrefois, une ligne de train reliait le Bugey au Dauphiné. Aujourd'hui, cette voie ferrée a été aménagée pour y accueillir des cyclo-draisines. Au gré de cette promenade en pleine nature entre forêt et cours d'eau, peut-être aurez-vous la chance d'apercevoir au détour d'un virage et selon la saison, un écureuil faisant ses provisions, un faon effectuant ses premiers pas auprès de sa mère ou bien encore un rapace prenant son envol.

Pour en savoir plus : www.velorail01.fr

Cyclo-Dombes

La Dombes n'est pas seulement le paradis des oiseaux, c'est aussi celui des balades bucoliques à vélo ! En famille, en couple ou entre amis vous serez séduits par la tranquillité des lieux et le faible dénivelé des itinéraires. Avec Cyclo Dombes, vous avez la possibilité de louer votre vélo dans l'un des trois points de location à Châtillon-sur-Chalaronne, Villars-les-Dombes et Saint-Paul-de-Varax. Votre petit dernier est fatigué ?

Pas besoin de revenir à vélo : déposez votre vélo dans un autre point de location et utilisez les transports en commun ou les taxis pour retrouver votre point de départ !

Pour en savoir plus : www.cyclodombes.com

Le vélo en roue libre au bord de l'eau : chemins de halage, tour du lac de Nantua...

L'Ain regorge de balades et de promenades à faire à vélo, en famille ou entre amis en toutes saisons, au bord de l'eau. C'est l'occasion de découvrir ou de redécouvrir les chemins de halage qui bordent la Saône, de Trévoux jusqu'à Pont de Vaux, mais aussi le Rhône avec la Viarhona, de contempler de magnifiques paysages et espaces naturels en toute sécurité.

L'Ain c'est aussi de nombreux lacs autour desquels flâner en vélo, comme le long du lac de Nantua avec la route reliant Nantua à Port accessible au vélo !

Et encore plus d'idées sur www.aintourisme.com



Votre séjour vélo dans l'Ain

Dès la belle saison, de multiples occasions de séjours vélo vous attendent. Pas seulement destinés aux grands rouleurs, mais également pour toute la famille.

Pour en savoir plus : www.ain-tourisme.com

Les grands rendez-vous

Tour de l'Ain

1^{er} événement sportif du département, le Tour de l'Ain est la seule course cycliste professionnelle française à épouser les contours d'un département et à en porter le nom. Depuis 1989, cette course par étapes s'est pleinement installée dans le calendrier international cycliste et accueille les meilleures équipes mondiales.

Se déroulant chaque été, quelques semaines seulement après le Tour de France, son parcours alterne entre paysages de plaine, de moyenne montagne et contre-la-montre. Véritable prolongement du Tour de France, le Tour de l'Ain sert en quelque sorte de séance de rattrapage pour certains coureurs.

La petite reine est à la fête pendant 5 jours dans tout le département, avec de nombreuses animations et décorations dans les villes-étapes et les villages traversés.

Pour en savoir plus : www.tourdelain.com



Tour de France

Depuis 2012 le département de l'Ain s'affirme désormais comme presque incontournable pour le Tour de France !

La Grande Boucle revient donc dans l'Ain pour la quatrième fois en six ans, pour une étape reliant Nantua à Chambéry, au cours de laquelle le peloton affrontera à nouveau le mythique

La Forestière

C'est le grand rendez-vous des Montagnes du Jura. Labellisée « Randos d'Or » par la FFC (Fédération Française de Cyclisme) et UCI (Union Cycliste Internationale), La Forestière est considérée comme la 2^e épreuve nationale et la 5^e épreuve mondiale de VTT Longues Distances. Elle réunit plus de 3000 participants chaque année et sa réputation attire les meilleurs coureurs mondiaux de la discipline ainsi que des vététistes de toute la France et de l'étranger.

Après les succès grandissant des épreuves VTT, les organisateurs ont décidé de créer différents parcours pour les vélos de route. Une belle réussite vu le nombre croissant de participants chaque année ! Le kilométrage varie de 50 à 150 km pour le plaisir de tous, compétiteurs et randonneurs ! En prélude des épreuves VTT, les épreuves courses et randonnées en cyclo se déroulent en ouverture d'un week-end festif dédié au vélo !

Pour en savoir plus : www.la-forestiere.com



col du Grand Colombier, cette fois-ci par son versant le plus difficile, offrant ainsi au Tour 2017 la plus forte pente de cette édition : 22 %.

Pour en savoir plus www.hautbugey-tourisme.com ou www.ain.fr ou www.letour.fr



INCONTOURNABLE



Le Col du Grand Colombier

Juste récompense pour ce col situé à 1498 mètres d'altitude et classé Hors Catégorie : après avoir reçu le Tour de France pour la première fois en 2012, il s'impose désormais comme l'un des cols mythiques de la Grande Boucle ! Chaque été, de nombreux cyclistes aficionados peuvent relever le défi de l'ascension de ce géant, à l'occasion des « Journées Cyclo du Grand Colombier », organisées sur routes fermées un samedi par mois de juin à septembre.

Considéré comme l'un des plus durs de France, le col du Grand Colombier a la particularité d'avoir plusieurs accès routiers,

répartis sur 4 faces différentes. A la clé, un grand challenge cycliste, qui consiste à gravir successivement les quatre itinéraires, soit 4806 m de dénivelé sur un cumul de 138 km, incluant une route à lacets à 10,5% sur 1,5 km côté Culoz et un passage à 22 % côté Sud-Ouest. Au sommet, le panorama efface tous les efforts pour une vue à 360° couvrant, en simultané, les 3 grands lacs alpins du Bourget, Anney et Léman, avec le Mont-Blanc en toile de fond !

Pour en savoir plus : www.felesducolombier.fr ou www.bugeysud-tourisme.fr

LE PLAN VÉLO 01 • 2017-2021
définit la stratégie départementale
en matière de développement
des pratiques du vélo touristique,
sportif, de loisir et utilitaire.

 Aintourisme

