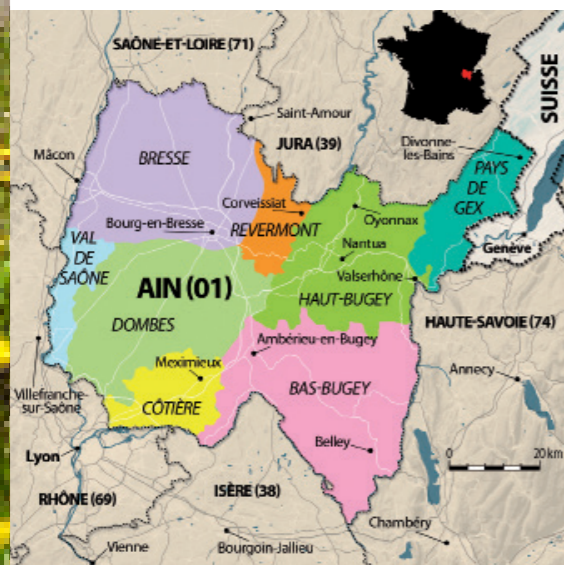


Découverte **L'Ain (01)**

Quand il y en a ***pour Ain...***

... Il y en a au moins pour 3!
Car le premier département de France se compose de multiples entités historiques et culturelles qui sculptent son territoire et son identité. Pour toutes, le vélo est un axe fort de développement. Sportif, gourmand ou culturel, si vous mettiez l'Ain au programme de vos vacances cyclistes?

Par Élodie Lantelme



Découverte **L'Ain (01)**

C La générosité de l'Ain commence par la multitude de titres possibles qu'il met à disposition du ou de la journaliste écrivant un papier dessus. « Ain pour tous, tous pour l'Ain », « Quand il y en a pour l'Ain, il y en a pour l'autre »... Le choix est vaste et, symboliquement, il traduit à merveille la diversité d'un territoire traversé du nord au sud par la rivière qui lui a donné son nom. L'affaire remonte à 1790. À l'époque, la Révolution française venant de passer par là, 83 départements voient le jour. Conformément à la loi du 22 décembre

une pépite pour la pratique du vélo sous toutes ses formes.

AUTOUR DU TOUR

Et s'il est bien la plus importante organisation sportive du département, s'il a attiré les coureurs pro comme Alexandre Vinokourov, Thomas Vockler, ou encore Nairo Quintana, on aurait tort de résumer l'Ain cycliste à son Tour. Bien sûr, la course, créée en 1989 pour succéder au Prix de l'Amitié, porte le dynamisme local et la notoriété aindinoise aux niveaux national et international. Passé UCI Europe Tour en 2005, le Tour de l'Ain a également permis à la Grande Boucle de découvrir

Avec 19 cols et montées remarquables et plus d'une trentaine d'itinéraires cyclables, l'Ain se pose là pour le vélo.

1789, les quatre provinces de la Bresse, du Bugey, de la Dombes et du pays de Gex sont regroupées avec une partie de la province de Franc-Lyonnais pour former l'Ain. Évidemment, les turpitudes de l'histoire aidant, l'affaire ne sera pas si simple, il y aura des rattachements, des détachements, des re-rattachements pour aboutir aux quelque 5700 m² actuels, mais entrer dans le détail serait bien long, sans doute ennuyeux, et surtout, passerait sous silence la véritable unité du territoire, celle d'être

les pentes du Grand Colombier en 2012. Mais il reflète surtout un engagement passionné pour la petite reine, qui y a trouvé un terrain de jeu incroyablement varié ! Il faut dire que l'Ain est loin d'être monotone côté relief. C'est même plutôt le Yin et le Yang de part et d'autre de la rivière éponyme. À l'ouest, le pays de plaines et d'abondance, avec la Bresse, la Plaine de l'Ain, le Val de Saône, mais aussi d'étangs et de bas plateau de la Dombes. Seule exception, le Revermont, qui annonce les premiers contreforts du



La montée au Grand Colombier depuis Artemare peut aller jusqu'à 19 %, mais avec le VAE, tout n'est que plaisir en selle ! Pas entamé.e.s par l'effort, on profite pleinement des vues grandioses.

Terre sportive autant que de patrimoine, l'Ain se résume difficilement. Le territoire exige plusieurs visites. Voilà un constat qui ne pouvait pas nous réjouir davantage !



La Confrérie des Fêlés du Grand Colombier

L'histoire raconte que tout a commencé autour d'un repas de clôture d'assemblée générale des Cyclos du Plateau d'Hauteville, voilà plus de trente ans, en décembre 1991. Patrick Perrard, président toujours en exercice, et Michel Pelissier, secrétaire, viennent d'entrer dans la toute jeune « Confrérie des Cinglés du Mont Ventoux », qui réunit les cyclistes ayant affronté le Géant de Provence par ses trois faces. L'idée de transposer l'expérience aux 4 faces du « Géant Bugiste » est lancée. Au retour des beaux jours, une fois la neige partie, cinq cyclistes relèvent le défi et parviennent à gravir le Grand Colombier par 2, 3 ou 4 de ses faces. La Confrérie des Fêlés du Grand Colombier est créée, l'aventure est lancée et continue, trente ans après ! À sa suite, la confrérie des Toqués du Col de Portes verra le jour, pour rendre hommage au « Calvaire de Portes », jumeau du Col du Grand Colombier, dont la dizaine de possibilités d'ascension se termine toujours par des pentes d'environ 10 %. Pour y entrer, il faut les gravir 2 à 6 fois ! De quoi finir toqué.e !

Plus d'infos sur les Fêlés : www.felesducolombier.fr et sur les Toqués : <https://toquesducoldeportes.jimdofree.com>



Vonnas, premier village gastronomique de France et fief du chef triplement étoilé Georges Blanc, se situe au confluent de la Veyle et du Renom. Bucolique à souhait!

Jura. À l'est du cours d'eau, Pays de Gex et Bugey déroulent vallées et montagnes. On le sait peu, mais les sommets du Jura s'y pressent, avec le Crêt de la Neige, dont les 1720 m en font le point culminant du massif jurassien et du département!

3 500 KM DE CIRCUITS VÉLO

Si l'Ain est un paradis pour l'instant encore (et heureusement, donc on compte sur votre discrétion) relativement méconnu du tourisme de masse cycliste qui peut frapper son voisin alpin, il abrite néanmoins quantité d'infrastructures

le favorisant. Elles sont le résultat de politiques publiques départementales qui ont très tôt misé sur la petite reine pour dessiner l'identité touristique du territoire. « *Je souhaite que la pratique du vélo soit au cœur de la stratégie globale du Département et que nous encourageons son usage pour le loisir, le sport mais aussi dans nos trajets quotidiens* », a insisté Guy Billoudet, alors vice-président délégué aux routes et aux mobilités. Au total, 3500 km de circuits de cyclotourisme dessinent leurs courbes à travers le département. Pas moins d'une trentaine de boucles

labellisées "L'Ain à vélo", de niveau, de kilométrage et de dénivelé éclectiques ont été balisées depuis plus de vingt ans, faisant de l'Ain l'un des pionniers du tourisme à vélo. Un mode de déplacement et de découverte doux également appréciable sur les deux véloroutes et les deux voies vertes qu'abrite le département.

ENTRE VÉLOROUTES ET VOIES VERTES

Ainsi, la ViaRhôna, qui s'étire du lac Léman à la Méditerranée, déroule son itinéraire sur environ 50 km de voies

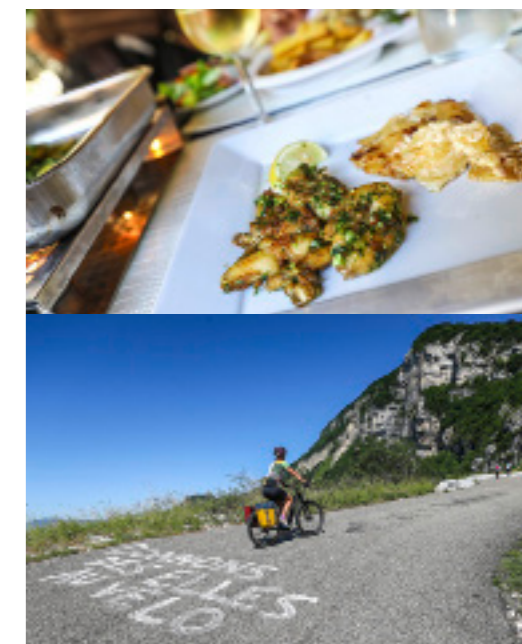
finalisées. Ouvert depuis juillet 2021, le passage sur la passerelle suspendue de 170 mètres au-dessus du Rhône, entre Virignin (Ain) et La Balme (Savoie) en constitue l'un des incontournables. Mais l'Ain est aussi sur le chemin des 697 km de la Voie Bleue, qui propose de relier Moselle et Saône à vélo. Des aménagements sont encore en cours pour dédier environ 60 km en rive gauche de la Saône, entre le sud de Mâcon et le nord de l'agglomération lyonnaise, aux modes doux, mais la monumentale estacade de Trévoux, sécurisant les bords de Saône, a, elle, déjà été inaugurée en mai 2022. Autres atouts cyclistes en cours, la Voie verte de la Bresse La Traverse, entre Saint-Trivier-de-Courtes et l'île Chambod, qui, à terme, passera par le chef-lieu du département, Bourg-en-Bresse, mais



Hauts de cols

Ce n'est pas pour rien que l'Ain est un paradis pour les cyclistes sportifs! Le département compte quelque 19 cols et montées remarquables, dont des monuments du sport, que le VAE rend magiquement accessibles à tous : les 4 faces du Grand Colombier à 1501 m (par la magnifique classique du Tour de France Culoz, la solide Anglefort, la redoutable Artemare et la plus accessible Champagne en Valromey), le col de Portes à 1010 m (par la plus difficile Serrières-de-Briord ou la plus sauvage et tranquille Saint-Rambert-en-Bugey), le col de Methières à 1128 m, celui de la Faucille (à 1323 m d'altitude), de la Biche (1325 m, par le redoutable et méconnu Brénaz ou depuis Gigneux), le court et intense col d'Évosges (à 759 m), celui de Cuvery à 1178 m, sur la bordure est du plateau de Retord, le col de la Rochette à 1113 m, celui du Ballon à 929 m, le col de la Lèbe à 914 m, pour se (re)mettre en jambes, le sauvage col de Bérentin à 1144 m, celui des Fosses à 754 m d'altitude ou encore le mont Joly, dont les 590 m de haut offre la vue sur le village de Ceyzériat... Loin de la circulation auto qui gâche parfois le plaisir des cols des Alpes surfréquentés, les cols aindinois s'atteignent par des routes où la circulation est rare. Pourvu que ça dure!

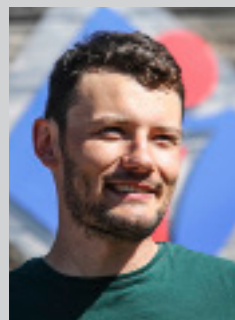
aussi celle du Lange, entre Oyonnax et Nantua, dont les 15 km font le tour du lac. Mais les ambitions cyclistes ne s'arrêtent pas là, puisqu'il est question d'une voie verte intercommunale entre Gex et Ferney-Voltaire, avec la création d'une piste cyclable de Loyettes à Saint-Vulbas, d'une voie verte de Villebois à Briord, de voies cyclables à Viriat, à Saint-André-de-Corcy, Thoiry, Prévessin-Moëns... « *Dans le cadre du plan vélo 01, nous apportons un appui technique et financier aux projets des collectivités pour la réalisation d'aménagements cyclables et de voies vertes. Depuis 2017, 5,5 millions d'euros ont été engagés et 200 km ont été aménagés ou sont en cours d'aménagement* », souligne M. Billoudet. À terme, le Département évoque un « *projet de 1100 km à jalonner* ».



Si l'Ain est un paradis encore méconnu du tourisme de masse cycliste, l'offre, elle, abonde.

Miniview

Maxime Ballet



Quelle part occupe le vélo pour le Bugey Sud ?

Une part importante ! Car le Bugey a plusieurs atouts, notamment le Grand Colombier, qui est de plus en

plus célèbre depuis le Tour de France, mais aussi la Via Rhôna, qui longe le Rhône, à quelques centaines de mètres d'ici, et passe à Belley, capitale du Bugey. Mais nous avons aussi beaucoup de petits cols très peu fréquentés par les automobiles, moins connus, qui montent en puissance grâce à l'aura du Grand Colombier. La dynamique événementielle est importante aussi, avec le Tour de l'Ain, qui arrive tous les deux ans au sommet du Grand Colombier, le Tour du Valrhônaï, mais aussi une nouvelle cyclo sportive, L'Aindinoise, qui suit l'étape du tour de France 2020, et aura lieu le 16 juillet.

Vous avez développé beaucoup de circuits vélo également ?

Oui, un peu d'itinéraires VTT, car Culoz est aussi le point d'arrivée des 425 de la Grande Traversée du Jura. Mais aussi des circuits route, avec une base FFCT (Fédération française de cyclotourisme) au départ de Belley, et de nouveaux itinéraires qui ont ouvert au départ de Champagne et des Plans-d'Hotonne. Les itinéraires GPX sommes donc en train de refaire une nouvelle carte vélo.

L'Ain a donc eu raison de miser sur le vélo ?

C'est une super clientèle, très variée, avec les itinérants, les familles, les gros rouleurs qui veulent se faire des cols... Sur une journée comme celle des Journées cyclo, sur le Grand Colombier, qui est quand même un col hors catégorie, donc un monstre à grimper, on va trouver les gros rouleurs qui vont le faire au moins 4 fois pour entrer dans la confrérie des Fêlés, mais aussi des débutants, en VAE, les habitués, plus ou moins, qui viennent de plus ou moins loin. C'est très convivial, l'an passé, nous avons eu plus de 2000 participants sur les quatre journées !



Arrivée au sommet du Géant d Bugey pour son premier col en VAE, Capucine se voit offrir ravitaillement, diplôme et bidon par l'équipe bénévole des Fêlés du Colombier.



De quoi donner le tournis autant que l'envie d'aller tourner les roues en terre aindinoise. Restait un dilemme : comment choisir parmi l'abondance des facettes du département afin de rendre, malgré tout, justice à son importante richesse touristique ?

L'Ain en mode Tour

Suivant les principes de Descartes pour éviter de se disperser face à la complexité d'un problème (attitude qui sert aussi fort bien pour se retrouver dans une forêt, selon la philosophie), nous avons donc choisi de faire simple et de nous y tenir : commencer par le commencement ! Si, à vélo, l'Ain est d'abord réputé pour son Tour, filons sur ses traces. Elles mènent inexorablement sur les pentes des 19 cols et montées remarquables que compte le département, tiré par un géant : le Grand Colombier. De ses 1531 m de haut, le point culminant du Bugey domine fièrement les alentours. Incontournable

du Tour de l'Ain, il figure aussi régulièrement au menu du Tour de France depuis sa révélation au grand public, en 2012. Le 11 juillet, un certain Thomas Voeckler mena ainsi le peloton de la Grande Boucle dans les essens s'élevant de Culoz. Depuis, avec l'appui des Cyclos du Plateau d'Hauteville (voir encadré « Les Fêlés du Grand Colombier »), un samedi par mois de juin à septembre, le Conseil départemental de l'Ain organise les Journées Cyclo. Il ferme ainsi la route du Grand Colombier aux voitures et laisse la petite reine régner sur les pentes de Culoz. Et ça tombe bien, c'est justement ce samedi que s'élance la première de ces Journées Cyclo 2022 !

10 ANS DE JOURNÉES CYCLO

« Ça te dirait de grimper le Grand Colombier sur un vélo à assistance électrique ? » Capucine, ma voisine, est une sportive. Mais les suites d'un grave accident de ski de rando lui font la vie



La route, empruntée par le Tour de France depuis 2012, est truffée d'écritures plongeant dans l'ambiance de la Grande Boucle. En haut, la récompense est là !

dure depuis plus de deux ans. Elle doit gérer les baisses d'énergie drastiques et un corps qui surréagit à la moindre sollicitation. Adeptes du VTT à assistance électrique, elle n'a jamais fait de VAE sur route, et encore moins de montée de col. Alors commencer par l'un des plus durs de France... « Pourquoi pas ? » D'autant qu'en ce samedi 11 juin, la route sera bien fermée aux autos de 7 heures à 15 heures depuis Culoz et le soleil s'annonce radieux. Impossible de faire mieux ! Ah si, peut-être en mentionnant le petit café d'accueil proposé par le Conseil départemental depuis la Maison du vélo. L'occasion d'un échange avec Maxime Ballet, référent activités pleine nature pour

le département (voir Miniview), mais aussi la rencontre avec un groupe de cyclistes au grand cœur, qui partagent leur passion du vélo avec des personnes en situation de handicap grâce à leur tandem Moustache électrique. À intervalles réguliers, des grappes de vélos se regroupent au pied du col, remplissent leurs bidons ou font un stop-pipi avant de se lancer à l'assaut des 1262 m de dénivelé. Régulièrement, on demande à Maxime : « Où est-ce qu'on s'inscrit pour payer ? ». À chaque fois, il sourit, car dix ans après la première Journée cyclo, l'événement est resté gratuit. Capucine papote, on prend le temps d'apprécier la convivialité qui se dégage, puis on s'élance à notre tour.

Monument du Tour de France, aussi redouté que réputé, le col du Grand Colombier est accessible par quatre faces.

AU SOMMET

L'une d'entre elles, la plus dure, offre des pentes frôlant les 20 %. Autant dire que les Alpes n'ont qu'à bien se tenir. On les tient d'ailleurs rapidement à l'œil, puisque la petite route désertée par les voitures pour la journée s'élève vite pour offrir une vue tout simplement folle sur le paysage environnant. Les pluies des derniers jours ont lavé le ciel. Aucun voile ne cache le Mont-Blanc, les eaux turquoise laiteuses du Bourget, en écho à celles du Rhône. La beauté des 18,3 km



L'Ain, c'est aussi la Bresse et ses reliefs prospères que traversent de petites routes enivrantes.

Miniview



Michel Pelissier et Patrick Perrard

Secrétaire et président des Cyclos du Plateau d'Hauteville, fondateurs de la Confrérie des Fêlés du Grand Colombier

Combien de personnes font partie de la Confrérie aujourd'hui ?

Michel : Nous avons dû passer les 2 000 hier ! En 1992, quand on a créé la Confrérie, personne ne connaissait le Colombier, à part quelques cyclos du coin... qui ne venaient pas car ça montait trop ! Donc on s'est dit qu'une fois passé l'effet d'annonce, après une dizaine de gars qui l'auraient fait, on n'en entendrait plus parler. Mais un magazine de vélo a repris l'information, et ça nous a amené un peu de monde. Puis ça a stagné, avec 20 ou 30 candidats dans l'année, et après le Tour, en 2012, ça s'est accentué. Aujourd'hui, on a en moyenne 200 personnes par an. Puis le Département de l'Ain a eu l'idée d'organiser ces Journées cyclo.

Patrick : Les premières années, quand les gens venaient, un sur deux ne savait pas que l'événement avait lieu et il se retrouvait là par hasard, simplement parce qu'il avait décidé de faire le Grand Colombier. Mais maintenant, même si le Tour de France ne passe pas cette année, certains prévoient de venir ici exprès pour ça.

Michel : Et ça s'est accentué grâce au vélo électrique. 30 % des gens sont en VAE environ durant les Journées cyclo. Et puis les gens ont le temps, ils discutent, c'est le but de cet événement. Et quand il fait beau, comme c'est le cas aujourd'hui, ils restent au ravitaillement pour discuter. Et nous, ça nous fait plaisir de voir des vélos au sommet du Colombier !

Peut-on devenir Fêlé en électrique ?

Michel : Nous avons ouvert cette possibilité l'année dernière, mais nous n'avons encore eu personne. Tout reste à faire !



À la Vieille Auberge, Georges Blanc lui-même vient saluer ses hôtes. Il a aménagé le cœur du village, entre musée, jardin, échoppes pour célébrer son terroir.



de la montée est au-delà de nos espérances. Elle mérite son statut d'ascension mythique, et se mérite aussi. Car si le pourcentage moyen de la pente est annoncé à 6,9 %, elle se ponctue de rampes atteignant les 14 %. En mode Sport ou Turbo, tout sourire, nous profitons à plein d'un effort devenu formidablement accessible. Et alors que nous craignons un peu l'accueil des cyclistes "classiques" (on comprend, en même temps, se faire doubler par des rouleuses électriques qui discutent tout sourire, alors qu'on est en plein effort...), ceux-ci sont d'une courtoisie remarquable. Toujours un petit mot, une réponse à nos bonjours gênés lorsque nous les dépassons, sous les sous-bois ombragés ou les raidards chauffés par le soleil de l'ascension. C'est aussi ce que Nicole, 77 ans, sur son Liv Amity-E apprécie. Les 400 Wh de sa batterie l'obligent à gérer davantage son effort, on parle autonomie, de ses voyages passés à VAE sur les bords du canal du Midi avec son compagnon. Pauses

photo et batteries dotées de davantage de capacité obligent, nous les recroiserons souvent avant le sommet, tout comme d'autres VAE. Des couples, des copines... On ne dira jamais assez à quel point l'assistance électrique a ouvert des horizons, levé les réticences, les « *c'est pas pour moi* ». Et on continue de trouver ce partage magique. Tout comme le panorama au sommet du Grand Colombier, où nous attend un ravitaillement généreusement offert par le Département et orchestré par les bénévoles des Cyclos du Plateau d'Hauteville. De là, on aperçoit les trois lacs : Bourget, Léman, Annecy.

DE LA CUISSE

La vue est irréelle. Entre deux fruits secs et trois tartines pain d'épices-compote, on rencontre Michel et Patrick, chevilles ouvrières du club, également à l'origine de la Confrérie des Fêlés du Grand Colombier (voir Miniview). Diplôme et bidon aux couleurs de l'Ain glissés dans la sacoche, nous piquons vers Béon.



Réplique de l'auberge de ses grands-parents, hommage à la longue tradition d'activité de limonadiers de la famille Blanc, la Vieille Auberge nous a régales.

La table du Chevalier et ses incontournables cuisses de grenouilles, recommandées par Michel, nous attendent. Rapidement au frais dans les sous-bois épais qui protègent de la chaleur caniculaire du moment, on avale le gros kilomètre de dénivelé négatif sans s'enflammer tant certaines portions sont raides ! Le paysage défile : des airs de Drôme provençale des villages en pierre croisés aux fructières et alpages verdoyants évoquant le Jura, l'Ain fascine par ses facettes ! Après une quarantaine de kilomètres au total, un morceau de l'histoire du sport cycliste et un repas pantagruélique, nous retrouvons Culoz. Capucine n'a pris que le meilleur de cette ascension. Pour une première, c'est réussi ! Et si la montée du Grand Colombier s'apprécie d'avril à novembre (selon la neige), que les voitures ne sont apparemment pas si fréquentes, nous vous recommandons toutefois chaudement de profiter de la convivialité des Journées cyclo pour ce faire. Goûter la tranquillité sonore et d'esprit d'une route fermée aux autos participe activement à l'expérience ! Les prochaines sont prévues les 9 juillet, 13 août et 10 septembre.

L'Ain en mode gourmand

De vastes plaines striées de cours d'eau, des coteaux ensoleillés, des

alpages à l'herbe grasse, l'Ain a tout d'une nature riche et prospère. Logiquement, les plaisirs de l'assiette y occupent une place de choix. Jusqu'à pouvoir s'enorgueillir de compter parmi ses communes le premier village gastronomique de France : Vonnas, terre de Georges Blanc, chef triplement étoilé au Guide Michelin et quadruplement toqué au Gault-Millaut. Né à Bourg-en-Bresse, en 1943, l'un des plus

bressanes. C'était trop tentant. Plus fans de villages que de villes, nous ne commencerons pas l'itinéraire à Bourg-en-Bresse, ainsi que le recommande le plan, mais bel et bien à Vonnas. Directement dans la crème de la cuisine !

FLÂNERIES À VONNAS

En ce petit matin de juin, Freddy accroche les sacoches sur son Lundi.

On venait de loin déguster les volailles à la crème ou les crêpes vonnassiennes de la Mère Blanc. Un poème gourmand préservé.

importants ambassadeurs mondiaux de la cuisine française a su allier tradition et modernité pour poursuivre la lignée de cuisinier ouverte au début du XXe siècle par Élisabeth Blanc, la célèbre « Mère Blanc », dont on venait déguster de loin les volailles à la crème. L'une des près de trente boucles de L'Ain à vélo y passe justement. Le circuit n° 12, aguicheusement intitulé « Le pays où la volaille est reine ». Soixante et onze kilomètres sur les petites routes

Aujourd'hui, il aura la lourde tâche de jouer les modèles. Et à Vonnas, les scènes invitant aux photos ne manquent pas ! C'est que le village bressan abrite un autre village en son sein : le Village Blanc (voir encadré), du nom de la famille qui a contribué à en faire l'un des plus beaux villages fleuris de l'Hexagone. Musée à ciel ouvert, sculptures, jardins, maisons à colombages restaurées et bien sûr échoppes aux couleurs rouge et or

Aire de jeux pour enfants, petits ou grands, jardins aménagés... tout invite à prendre son temps au sein du Village Blanc. Chaque recoin a été pensé par le maître des lieux, Georges Blanc.



donnent une coloration unique, vivante et chaleureuse au bourg, posé au confluent de la Veyle et du Renom. Nous poussons la porte du restaurant gastronomique en se payant la folie de se dire que s'il reste une table pour le midi, elle sera pour nous. Heureusement pour nos finances, l'adresse est complète ! Mais il reste L'Ancienne Auberge 1900. En 1990, Georges Blanc a racheté le café-épicerie-boulangerie de la famille Charvet-Guyennet. Il l'a transformé en la réplique de l'auberge de ses arrière-grands-parents et y laisse la part belle à la gastronomie traditionnelle bressane. Improbable coup de chance, une table est justement libre sur la terrasse. Elle sera notre objectif d'arrivée ! Et pour apprécier au mieux la bonne chère qui nous attend, il faut pédaler ! Le circuit déroule joliment ses kilomètres à travers le bocage bressan. Entre champs de maïs et champs de blé, parfois destinés à l'autre star locale à la renommée mondiale : la volaille de Bresse. Crête rouge, plumes blanches et pattes bleues distinguent le fameux poulet de Bresse, seule et unique volaille à bénéficier de l'appellation d'origine contrôlée (AOC). Il fait d'ailleurs l'objet d'une tradition née en 1863. À l'époque se tient la première édition de la Glorieuse, devenue les Glorieuses de Bresse, concours et marché réputés qui distinguent les volailles fines bressanes. Les deux plus belles primées ont été offertes à Napoléon III et aujourd'hui encore, le Président de la République reçoit chaque année, pour le réveillon, les plus beaux fleurons de la production bressane. En retour, le maître volailler lauréat reçoit, lui, un vase bleu de Sèvres. C'est que les traditions, ça compte ! Elles sont d'ailleurs préservées et valorisées par l'Académie de la Bresse, association qui défend les



Le Village Blanc

À Vonnas, le cœur du village est aux couleurs rouge et or. Une volonté de Georges Blanc, l'enfant du pays, qui y a développé un véritable bourg dédié au bien-manger et au bien-vivre. Depuis 1872, la famille Blanc cultive la gastronomie. D'abord avec la limonade, puis, en 1902, Adolphe épouse Élixa Gervais, qui s'installe aux fourneaux. La « Mère Blanc », c'est elle ! On se presse pour goûter ses talents de cuisinière, où le beurre et la crème dominent autour de produits simples, frais et de grande qualité du terroir bressan, les volailles, poulets de Bresse, poulardes, coqs, pigeons, canards, escargots, cuisses de grenouilles et écrevisses de la Dombes aux herbes, truffes, morilles et crêpes vonnassiennes... Elle décroche une première étoile, en 1929. Depuis, la table n'a jamais perdu ses astres au Michelin ; elle en a gagné trois avec Georges Blanc, premier homme de la dynastie à passer derrière les fourneaux et faisant honneur à sa grand-mère, qui fut désignée, en 1933, « meilleure cuisinière du monde », après l'obtention de sa seconde étoile au Guide Michelin, par le prince élu des gastronomes, Curnonsky. Le petit-fils est visionnaire. Il a envie de célébrer la tradition gastronomique familiale autant que l'excellence. De porter son territoire. Major de promotion de la très réputée École hôtelière de Thonon-les-Bains, il fait son stage d'école hôtelière comme steward chez Air France et voyage aux quatre coins du monde pendant une saison d'été avant de rejoindre l'auberge familiale aux côtés de sa mère, Paulette, à qui il succède en 1968 à l'âge de 25 ans. Il transforme alors l'auberge de ses ancêtres en luxueuse hostellerie, puis achète le café du village pour ouvrir L'Ancienne Auberge : réplique de l'auberge de ses arrière-grands-parents au début du siècle dernier. Il achète également 17 maisons autour de son restaurant et crée son « village gourmand », restauré en architecture à colombage bressane avec hôtels, restaurant, auberge, boutiques, spa, hélicoptère, parcs... Aujourd'hui, Frédéric, son fils est en cuisine avec lui et la maison Georges Blanc est l'établissement le plus anciennement étoilé au monde, sans discontinuité, possédant encore trois étoiles.

valeurs, les loisirs, les personnalités et la gastronomie du territoire.

SAVOUREUX DOMAINE

Au gré des reliefs doux mais propres à rompre la monotonie de notre itinéraire, nous arrivons à quelques encablures du Domaine des saveurs, près de Saint-Cyr-sur-Menthon. Une halte s'impose pour y découvrir ce lieu unique,

consacré à la vie quotidienne bressane du XVIII^e siècle à nos jours. Sur une pelouse accueillante, des tables de pique-nique ombragées donnent envie de flâner, tout comme les jeux de quilles bressans à disposition. Invitation à prendre du bon temps, le lieu est aussi un monument du patrimoine, avec la ferme des Planons, classée aux Monuments historiques depuis 1938.



Au cœur de Pérouges, l'histoire médiévale est omniprésente. La cité préservée par l'action de l'académicien et homme politique Édouard Herriot est l'un des lieux les plus visités de l'Ain.



Patron de la ville, qui lui doit son blason, saint Georges a peut-être bien veillé sur nous aussi, afin de nous permettre de réaliser ces clichés inespérés !

Sa visite, guidée, vaut vraiment le détour pour saisir l'intelligence domestique bressane et plonger dans un temps où le berceau commandé à distance et le Youpala existaient déjà ! L'été, le lieu s'anime d'expositions. Cet été, un labyrinthe de maïs, cultivé dans une sobriété hydrique inattendue, ouvrira ses drôles de portes. Le site planche également sur le développement d'une offre spécifique Accueil Vélo, avec prises de recharge et kit de secours à disposition. Notre monture ayant crevé, on ne peut que les inciter cordialement à aller dans ce sens. Une réparation animée (une chambre de VTT en 29 pouces glissée dans mon pneu de route par l'habileté de Freddy), et c'est reparti, mais de votre côté, prévoyez de prendre

vos temps aux Planons. Ce serait dommage de se dépêcher dans ce lieu propice au bien-vivre !

« **TOUT S'EST BIEN PASSÉ ?** » En revanche, nous nous presserons un peu afin d'arriver à temps à L'Auberge ancienne ! Quelques errements liés à une signalétique présente mais parfois plus que parcimonieuse (avoir le détail et la carte de l'itinéraire imprimés à portée de main nous a sauvés plus d'une fois !), et nous voilà les pieds sous la table, à saliver devant la carte de l'auberge. Quenelle, volaille... le terroir est roi. Ne passez pas à côté de la limonade, un trésor familial puisque la dynastie Blanc a commencé en 1872, quand Jean Louis Blanc, l'arrière-grand-

père de Georges Blanc, s'est installé comme cafetier limonadier et marchand de charbon sur la place du marché du village. Et tandis que les femmes sont devenues des cuisinières mondialement renommées, les hommes de la famille, Jean Louis, Adolphe, et Jean Blanc ont été, eux, charbonniers et limonadiers de père en fils jusqu'en 1975. Peu sucrée, citronnée juste ce qu'il faut et réveillée de bulles fines pas agressives, elle a fait notre bonheur après ces plus de 60 kilomètres en selle (oui, on a un peu coupé sur la fin pour arriver à temps à table !). Alors que la pavlova aux fruits rouges descend tranquillement, une question nous surprend : « *Tout s'est bien passé ?* » Elle est prononcée par Georges Blanc lui-même, qui fait le tour



La galette au sucre de Pérouges

Spécialité de Pérouges, la galette au sucre, également appelée « tarte au sucre » de Pérouges voit son histoire remonter au moins à 1912. Préparée à base d'une pâte levée parfumée au citron, elle a retrouvé la gloire grâce à Marie-Louise Thibaut et son mari, alors qu'ils venaient de reprendre l'Hostellerie du Vieux-Pérouges. Adaptée d'une recette locale initialement préparée les vendredis maigres, faisant débat autour de l'utilisation du beurre ou de la crème pour sa garniture, elle se déguste désormais toute l'année et est aujourd'hui l'une des stars de la Médiévale de Pérouges.

Pour 8 personnes

Ingédients : • 300 g de farine • 20 g de levure de boulanger déshydratée délayée dans un demi-verre d'eau tiède • 1 pincée de sel • 30 g de sucre + 1 sachet de sucre vanillé • 2 cuillerées à soupe d'huile • 2 œufs • Arôme citron

Recette : Mélanger tous les ingrédients dans l'ordre, et laisser lever 1 heure. Repétrir, puis étendre sur du papier sulfurisé (ou dans un moule à tarte préalablement beurré) et laisser lever encore 1 h. Parsemer de petits morceaux de beurre et de sucre en poudre. Cuire 10 minutes, à four chaud, 220 °C (th 7-8).

La ferme des Planons est un bijou du patrimoine bressan ! Elle dénote par ses dimensions inédites attestant de sa prospérité et sa cheminée sarrasine typique.



des tables de l'Auberge. Un moment irréel tant on sait l'homme occupé et, surtout, loin du besoin d'avoir à assurer ce genre de prestation pour remplir ses restaurants : « *Oui, ça peut sembler du folklore, mais ça n'est pas du tout ça, il aime vraiment venir voir les gens* », confirme sa très sympathique cheffe de salle. Le chef triplement étoilé s'amusera de notre tenue sportive et prendra tranquillement le temps de s'intéresser à notre périple avant d'aller s'enquérir si « *tout s'est bien passé* ? » à une nouvelle table. Grande classe.

L'Ain en mode historique

Un petit tour digestif dans les jardins du Village Blanc que l'on peine à quitter tant il a su s'adresser aux bons vivants, en solo, en duo ou en famille voire très grande famille, et nous mettons le cap vers notre dernier itinéraire : le village de Pérouges, bien plus à l'ouest. Petit bijou de cité médiévale à l'architecture admirablement préservée, le Vieux-Pérouges se dresse sur un mamelon de la Côteière, sur le rebord du plateau

de la Dombes. On se réjouit déjà l'idée des photos possibles dans ses ruelles aux pavés chargés d'histoire remontant au XIIe siècle. Secrètement, on espère faire honneur à l'ancienne cité de tisserands, aujourd'hui classée à juste titre parmi les Beaux Villages de France. Mais il y a un mais...

IMPRÉVU HISTORIQUE

Les tenues médiévales des passants auraient dû nous alerter. La route barrée aux voitures aussi. Las ! Ce n'est qu'en arrivant aux portes de la ville fortifiée que l'on s'entend dire qu'exceptionnellement, le cœur historique de Pérouges est inaccessible aux vélos. La raison ? La Médiévale 2022, fête annuelle qui célèbre le passé historique de la cité durant deux jours chargés d'animations, de spectacles et d'ateliers reconstituant la vie de l'époque des seigneurs. Évidemment, nos montures AE feraient un peu tache dans le paysage entre les tuniques de lin, les surcots, les robes et les cottes de jadis... La mort dans l'âme, nous nous acquittons des 10 euros du droit

d'entrée, afin de découvrir une fois au moins ce monument de l'histoire du pays. L'église fortifiée, le musée flanqué de son hortulus, la porte du bas surmonté d'une tenture évoquant Saint-Georges, le patron de la ville, en hommage à celui qui la fortifia et dont le blason était justement un dragon à gueule d'or, même la vaste place du Tilleul au sein de laquelle un spectacle de diabolo tient le public en haleine... rien ne suffit à apaiser notre dépit de ne pouvoir immortaliser la belle Pérouges à vélo. Nous décidons donc de la quitter et de profiter néanmoins des quelques heures de l'après-midi pour réaliser la boucle La Belle Médiévale, circuit n° 4 de L'Ain à vélo, qui propose justement un crochet par Pérouges. Las (*bis*) ! Même si elle ne manque pas de quelques attraits, la boucle s'avère un peu trop proche de l'agglomération lyonnaise à notre goût.

TOUT EST BIEN...

Malgré un détour par l'histoire de l'apothicairerie de Montluel ou encore le parc de Miribel-Jonage et son aura de

Revenir passer des vacances en famille à vélo dans l'Ain, voilà notre programme de l'été !

Carnet pratique

Au terme de cet article, vous avez sans doute vu que l'Ain compte une multitude de facettes. Et bien davantage d'adresses pour séjourner, déjeuner, dîner, boire un verre. Nous vous donnons donc ici celles que nous avons testées, qui nous ont été recommandées. Le site www.ain-tourisme.com est une mine d'or pour préparer votre séjour.

● Les adresses vélo autour du Grand Colombier

• **Cycles Cap Cool**, ZI de Coron la Rivoire, 01300 Belley, tél. : + 33 (0)4 79 81 48 58

En cas de souci sur votre vélo, mais aussi pour louer tous types de vélos sur réservation. www.cyclescapcool.com

• **Servi'Nature**, Les Plans d'Hotonnes, 01260 Haut-Valromey, tél. + 33 (0)4.79.42.29.72.

Le lieu est magnifique, sur le Plateau de Retord, où de nombreuses boucles VTTAE sont balisées. Vous pourrez y louer des vélos électriques de tout type.

www.servinature.com

• **Allo Réparation**, 90, rue des Abattoirs, 01300 Belley, tél. : + 33 (0)6.84.29.88.09 Une adresse super en cas de panne, mais aussi parce qu'elle propose la location de VAE en bord de ViaRhôna.

● Où dormir

Où que vous soyez, nous vous recommandons de préférer les adresses labellisées, car elles doivent, pour obtenir la certification, proposer des points de charge spéciaux pour les VAE. Tous sont renseignés ici : www.ain-tourisme.com/instant-sportifs/velo-vtt/ accueil-velo/hebergements-accueil-velo-ain/

● Quelques bonnes tables autour du Grand Colombier

• **Le Chevalier**, 22, route des Savoie, 01350 Béon, tél. : + 33 (0)4 79 81 23 74. L'adresse parfaite après l'ascension du Grand Colombier ! Tout y est délicieux et très copieux ! Mention spéciale au cappuccino de fraise au basilic !

• **Les Caudalies**, 17, rue Neuve, 01510 Artemare, tél. : + 33(0)4 79 87 64 51. Un hôtel-restaurant avec cuisine traditionnelle et raffinée.

• **Le Séran**, 1, rue de Savoie, 01510 Artemare, tél. : + 33(0)4 79 87 11 45. Au cœur du village, avec un côté restaurant pour une cuisine du jour simple mais savoureuse, un côté bar et une belle terrasse ensoleillée.

• **L'Auberge du Colombier**, sur les pentes du col par Culoz, tél. : + 33(0)4 79 63 73 26. Un cadre fabuleux, avec une carte faisant la part belle aux braséades.

• **Au Campagnard autrement**, 46, rue des Frères Serpollet, 01350 Culoz, tél. : + 33(0)4 79 87 17 96. Un bel établissement, avec une cuisine soignée et de terroir.

• **L'Auberge de la Paillère**, D992, 01350 Lavours, tél. : + 33 (0)4 79 42 41 18. Un hôtel-restaurant-bar qui propose la spécialité ancestrale de cuisses de grenouilles revisitée façon Suzanne (recette de 1967) et une carte saisonnière mettant en avant les produits du Bugey.

● À ne pas manquer

• **Le monastère royal de Brou**, à Bourg-en-Bresse. Un monument, au propre comme au figuré, de l'histoire française, qui pose la magnificence de la capitale bressane dans le paysage national,



édifié au XVIe siècle par Marguerite d'Autriche dans le plus pur style gothique flamboyant. Le circuit n° 12 de L'Ain à vélo y passe, autant en profiter !

• **Les cheminées sarrasines**, qui distinguent chaque ferme traditionnelle bressane, car aucune n'est identique.

• **Le Domaine des Saveurs – Les Planons**, à Saint-Cyr-sur-Menthon. Une plongée dans le patrimoine aindinois au gré des 22 hectares et des différents espaces : expositions consacrées au bien-manger, ferme bressane traditionnelle écomusée et périmètre bocager extérieur avec animations. Un beau lieu !

• **Le Village Blanc**, à Vonnas. Un incontournable, aussi bien culturel que gastronomique (voir encadré).

● Les tours réalisés

• **Montée du Grand Colombier depuis la Maison du vélo, à Culoz**. Une ascension de 18,3 km, avec un dénivelé de 1 262 m, un pourcentage moyen de 6,9 % et maximal de 14 %. Faites un crochet par le Fenestrez, le point de vue est sublime, puis redescendez par Lochieu, ça rallonge, mais la pente directe par Virieu-le-Petit est très raide ! Ensuite, Chavornay, Talissieu, Béon vous ramènent à Culoz.

• **Circuit L'Ain à vélo – Boucle n° 12 - Le pays où la volaille est reine**. Une grande escapade en plein bocage bressan. Difficulté : plutôt facile. Circuit : 71 km. Dénivelé + : 550 m. Temps moyen : la journée (pour prendre le temps de visiter Vonnas, le Domaine des Saveurs et le monastère royal de Brou, par exemple).

• **Circuit L'Ain à vélo – Boucle n° 4 - La Belle Médiévale**. Distance : 67 km. Dénivelé + : 400 m. Durée : 5 h 30. Même si c'est la boucle que nous avons réalisée, nous vous conseillons, depuis Pérouges et en prenant le temps de visiter la cité médiévale, de bifurquer sur la Boucle n° 19, La Principauté de la Dombes, plus sauvage et plus courte, avec 42 km, pour 210 m de dénivelé positif.

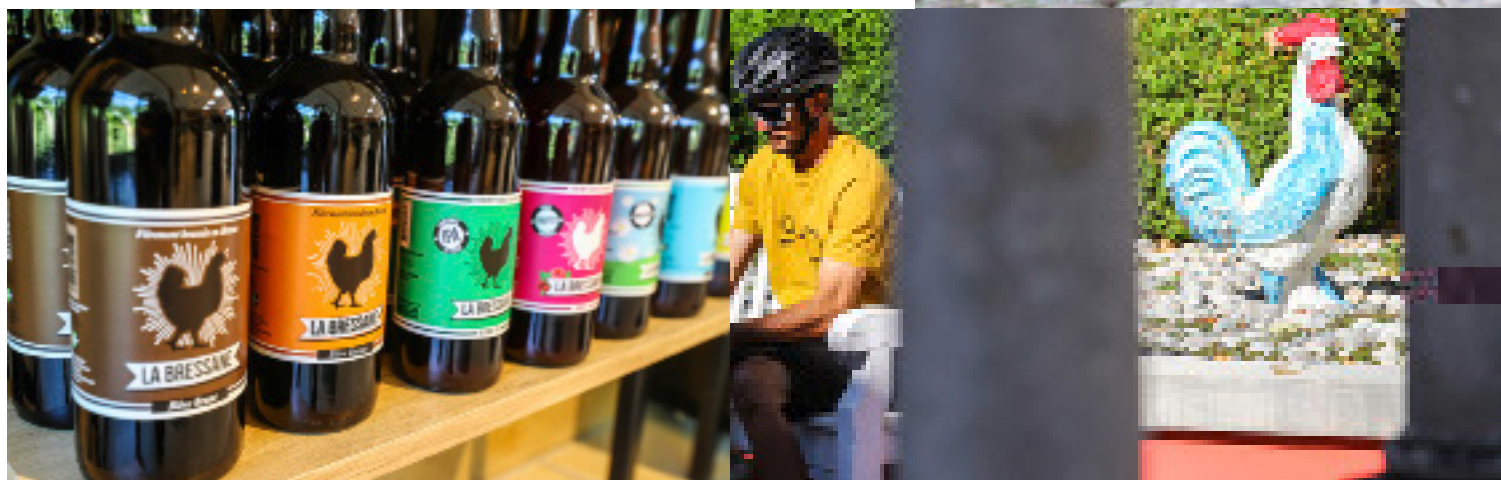
Vous y croiserez notamment le château du Montellier, construit au XIVe siècle. Classé monument historique, il peut vous accueillir dans un gîte de charme 4 épis aménagé dans l'une des ailes de la propriété. Vous longerez aussi le Grand Étang de Birieux, le plus grand de la Dombes, avec ses 300 hectares et pourrez visiter le parc des Oiseaux à Villars-lès-Dombes, où 2 500 oiseaux dont l'ibis rouge, trouvent refuge.

Une nouvelle carte est en cours de réalisation, les tracés GPX, eux, sont à jour et les boucles à vélo de l'ancienne version, toujours pratiques en attendant le document 2022, sont téléchargeables à l'adresse suivante : [www.ain-tourisme.com > uploads > 2017/07](http://www.ain-tourisme.com/uploads/2017/07)

Découverte L'Ain (01)



Un dernier coup d'œil à la cité de Pérourges avant une dégustation de bières locales trouvées au Domaine des Saveurs. Il n'y a pas, l'Ain sait vivre. On y retourne bientôt!



« l'un des plus vastes espaces naturels périurbains d'Europe » notés comme sites remarquables, la densité du trafic et l'environnement un peu trop urbain nous laissent à penser que nous aurions dû opter pour le circuit n° 19. Celui-ci, également au départ de la cité médiévale, s'immerge dans la réserve naturelle de la Dombes, dont les étangs forment d'innombrables grains de beauté. On doit leur apparition aux croisades du XIII^e siècle qui, en emportant quantité d'hommes, ont transformé leurs terres en friches.

Décision fut prise de les mettre en eau, pour les transformer en ce millier d'étangs si singuliers qui ont inspiré les réalisateurs du Ridicule de Patrice Leconte à La Femme coupée en deux de Chabrol. Nous vous aurions alors sans doute conté l'histoire de la principauté de la Dombes, qui a donné son nom à cette boucle cycliste et explique comment l'ancienne terre marécageuse insalubre et pauvre qui frappait monnaie a pu prospérer pour faire de l'ombre à sa voisine lyonnaise. Mais las (*ter*)! Notre chemin avait été

autre. Il ne nous restait plus qu'à nous en désoler. Quoique... Remontant sur Pérourges, nous apercevons alors les routes rouvertes. En cette fin de dimanche, la Médiévale a rangé ses ors et le public, déserté les ruelles. Elles sont enfin à nous! Nous profiterons de ce revirement inespéré pour multiplier les spots photo. C'est dans une joyeuse frénésie, décuplée par la frustration précédente, que nous redescendons la porte d'enceinte de la ville, une galette de Pérourges sous le bras. Savoureuse échappée aindinoise jusqu'au bout. ■