

TRIBUNE DE LYON

ACTUALITÉS -

L'INVITÉ(E) DE LA SEMAINE

CULTURE

RESTAURANTS - GASTRONOMIE

PATRIMOINE LYON

HORS-SÉRIES

Accueil / Balades / Un week-end au vert (et sans voiture) sur le plateau d'Hauteville

Un week-end au vert (et sans voiture) sur le plateau d'Hauteville

Iris Bronner - 25 avril 2023



Pas besoin d'être véhiculé et d'avoir le permis pour passer un week-end à la montagne. La preuve, le plateau d'Hauteville dans le Haut-Bugey (Ain) est accessible en moins d'une heure et demie en train puis en bus depuis Lyon. Au programme : VTT en forêt, cascade ou plongée dans un bain suédois. Notre journaliste est allée tester !



Une passerelle de 900 mètres traverse le marais de Vaut. © Iris Bronner

La plupart du temps, week-end en nature rime avec voiture. Sans véhicule, les assoiffés de montagne et de paysages se voient souvent contraints à d'interminables trajets agrémentés d'innombrables changements de bus et de trains.

Cet article fait partie de notre dossier [Les escapades à moins d'une heure et demie de Lyon](#)

Pour vous, l'amoureuse de randonnée et de nature que je suis a dégotté une idée de week-end très facile d'accès et adaptée aussi bien aux familles qu'aux couples de sportifs. Mon choix s'est tourné vers le plateau d'Hauteville dans le Haut-Bugey (Ain) : moins loin et moins connue que les massifs alpins, cette région à l'extrême sud du massif du Jura offre pourtant de belles perspectives de balades entre forêts, lacs et cascades.

À LIRE AUSSI



25 MARS 2023

À Morestel, balade dans une toile de maître



11 MARS 2023

Au Puy-en-Velay, pèlerin d'un jour sur les chemins de Saint-Jacques



4 MARS 2023

Le charme d'Oingt, entre musique et Moyen Âge

LE FIL D'ACTU

27/04/2023 12:24

Comment le réseau électrique a tenu bon cet hiver en Auvergne-Rhône-Alpes

27/04/2023 11:30

Institut Lyfè, le nouveau nom de l'Institut Paul Bocuse

27/04/2023 9:44

Le meilleur et le pire des Lyonnais dans l'actu du 20 au 26 avril

27/04/2023 7:07

Enfant, il participait à La Manif pour tous : « J'ai manifesté contre moi-même »

26/04/2023 19:03

Evil Dead Rise. Maman est très en colère

Abonnez-vous à
TRIBUNE DE LYON
dès 4,90€/mois

JE CHOISIS MA
FORMULE

Un plateau multi-sports

Ce samedi d'avril, rendez-vous à la gare Part-Dieu à Lyon pour prendre le train avec un départ à 12 h 38 en direction de Genève. 13 h 15 pétantes, il faut descendre à la petite gare de Tenay. Vingt minutes plus tard, un minibus de la région (quatre passages dans la journée) me conduit jusqu'au plateau d'Hauteville. Sur la route sinueuse, on aperçoit l'incroyable cascade de la Charabotte haute de 115 mètres.

J'arrive à 13 h 53 dans cette commune peuplée de 5 000 âmes et perchée à 800 mètres d'altitude. Doté de toutes les commodités, ainsi que d'importantes infrastructures sportives et même d'un casino, le plateau — labellisé station verte — a pour principal atout sa diversité d'activités de plein air : *bike park*, accrobranche, cani-randonnée...

Traversée du marais de Vaux

Destination phare pour les adeptes de marche nordique ou les traileurs, le village du plateau d'Hauteville est aussi le départ de nombreuses randonnées et de circuits VTT. Avec mes chaussures de randonnée bien ficelées, à peine sortie du bus, je me lance à la découverte du marais de Vaux, le site naturel incontournable du canton (suivre le parcours de marche nordique n° 10, boucle d'initiation du tour des marais). A une trentaine de minutes à pied du centre-ville, le plan d'eau des Lésines introduit une vaste zone marécageuse de 100 hectares.

Labellisé Espace naturel sensible, le marais de Vaux abrite près de 160 espèces végétales et de nombreux oiseaux. Conseil : prévoyez des jumelles. Grâce à un impressionnant ponton long de 900 mètres, il est ainsi possible de le traverser : un moment hors du temps, au-dessus de l'eau, entre roseaux et arbres immergés.

Au pied d'une cascade

Après une heure et demie de marche, je rejoins le Camping des 12 Cols. Labellisé « accueil vélo » et imaginé en rizière avec sa centaine d'emplacements pour tentes et camping-cars, le lieu est aussi doté de deux jolies cabanes perchées sur pilotis. C'est ici que je passerai la nuit.



La cascade de Mélogne. © Iris Bromner



24 AVRIL 2023

17 Lyon 6e. Le restaurant étoilé de Tabata et Ludovic Mey, Les Apothicaires, ferme ses portes



23 AVRIL 2023

13 Lyon 7e. La Maman, bar à bobuns et bar à nems



7 AVRIL 2023

Retraites : le tracé de la manifestation du 13 avril à Lyon

Mais il n'est pas l'heure d'aller dormir. Après un accueil très chaleureux par Gaëlle Murgue, la maîtresse des lieux, cette dernière me propose de m'emmener jusqu'à la cascade de Mélogne, l'une des nombreuses de la région. Accessibles très facilement depuis la route, plusieurs circuits la rejoignent, comme le parcours nordique n° 11.



Les chèvres naines sont les mascottes du Camping des 12 Cols. © Iris Bronner

Accompagnés par les quatre chèvres naines et le petit mouton noir de la famille — les cinq boules de poils sont les stars du camping avec balade et nourrissage tous les soirs à 18 h —, nous arrivons à la cascade après une dizaine de minutes de marche. Enchâssé entre rochers et touffes de mousses, le torrent est vif en ce début de printemps. Durant les mois de canicule, il fait bon s'y tremper les pieds à l'ombre des arbres.

Un spa en plein air

Pour bien finir cette journée de marche, je me laisse tenter par l'espace bien-être de la Praille. Carte joker de ce week-end sans voiture, ce spa en plein air est installé sur les hauteurs du plateau et nécessite donc de bons coups de pédales (ou un gentil chauffeur, comme dans mon cas). Entourée par une forêt de résineux, je plonge dans le bain suédois chauffé au feu de bois par Florent Neyrard, le gérant.

Sur ses conseils, je m'essaie au bain à 15 degrés — juste les mollets — avant de me précipiter dans l'eau chaude et de finir par un tour au sauna. Uniquement sur réservation (au moins 48 heures à l'avance), on goûte au luxe du spa en pleine forêt pour seulement 16 euros de l'heure. Ramollie par la chaleur, il ne me faut que quelques secondes pour rejoindre Morphée dans la cabane perchée du camping.

Trois biches dans la forêt

Réveillée de bonne heure, après une salutation aux chèvres, je pars m'essayer au VTT. Il est possible de louer des vélos musculaires ou électriques directement au Camping des 12 Cols. Direction le bois entre Hauteville et le village de Corcelle (Jurassic Vélo Tour n° 39).



Balade à vélo électrique dans la forêt d'Hauteville. © Iris Bronner



Le plateau d'Hauteville abrite des forêts d'un vert particulier. © Iris Bronner

Couverts d'une mousse vert fluo, les sapins paraissent presque enchantés. Puis tout d'un coup, moment magique : trois biches bondissent de part et d'autre de la piste de terre et détalent à toute allure entre les buissons. Entre clairières et routes secondaires où l'on ne croise presque aucun véhicule, ma balade et mon séjour se terminent ici. Je repars avec la curiosité d'en voir plus de cette région verdoyante du Bugey, convaincue qu'il n'y a pas que les Alpes pour en prendre plein la vue.

Plateau d'Hauteville à 1 h 20 de Lyon en train jusqu'à Tenay puis bus.
32 euros l'aller-retour.
Camping Les 12 Cols, 165 euros pour deux nuits dans la cabane perchée,
04 37 86 55 87.
Circuits de randonnées ou de vélo à trouver sur ain-outdoor.com et
hautbugey-tourisme.com