

•
VENEZ
**BOUGER
Osez**
BULLER

Dossier DE PRESSE HIVER 2026-2027

HAUT-BUGEY, ENTRE EAU ET MONTAGNE



**HAUT
BUGEY**
TOURISME
 Montagnes du Jura

L'ain
L'ART DU VRAI

 **Montagnes du Jura**

**LE HAUT-BUGEY,
VOUS OFFRE
UN GRAND BOL D'AIR.**

PRENEZ LE TEMPS DE VIVRE !

*Revenez à l'essentiel
et vivez des expériences uniques !*

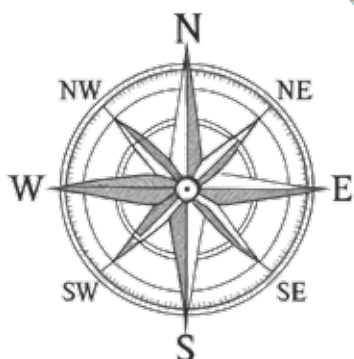
Offrez-vous une pause bénéfique,
au cœur du doux relief jurassien parsemé de lacs et cascades.

Venez partager nos valeurs et notre art de vivre
respectueux de la nature et de ceux et celles qui y vivent en totale harmonie.

Parenthèse bienfaisante, loin de l'agitation des sociétés contemporaines,
le Haut-Bugey vous invite à respirer, à vous ressourcer,
à prendre du temps pour vous.



Espace bien-être - Plateau d'Hauteville



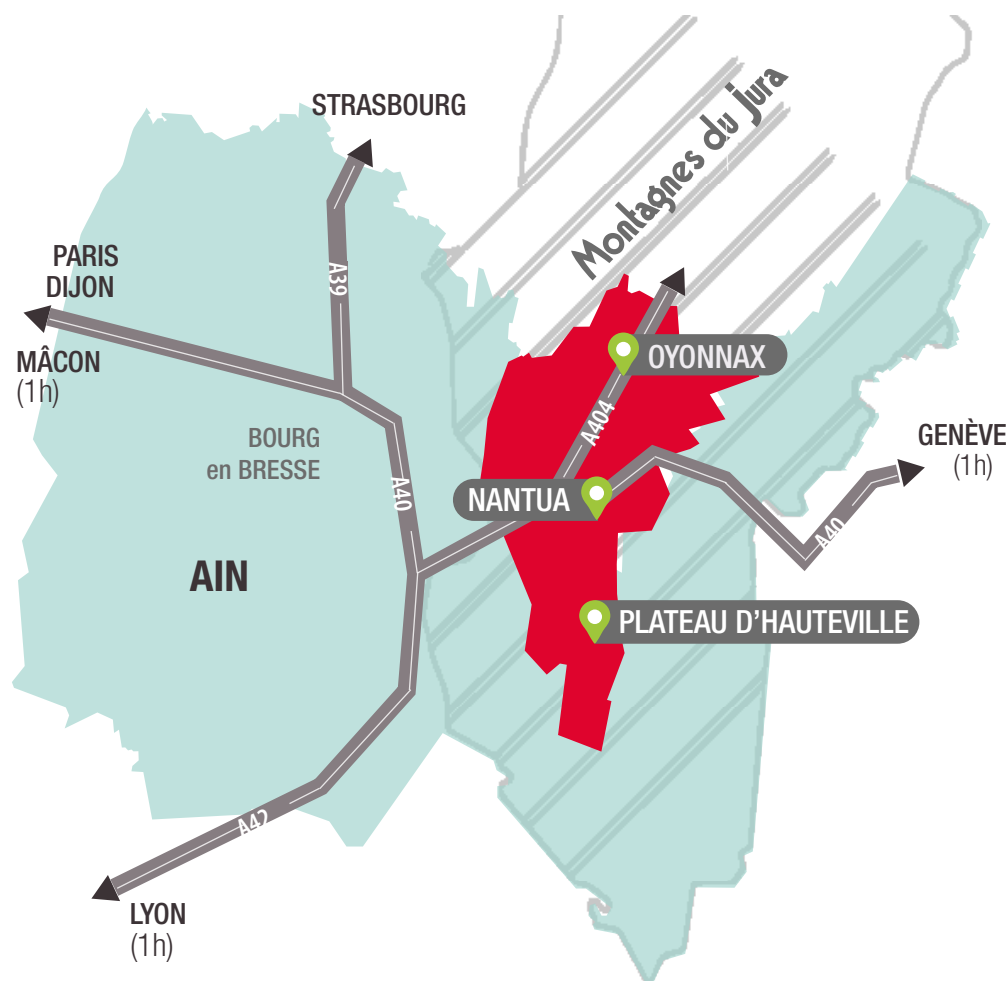
Bleu Minuit - La Rive étoilée



RÉGION
AUVERGNE - RHÔNE-ALPES
DÉPARTEMENT
AIN

GÉOGRAPHIE
MONTAGNES DU JURA

LYON > 90KM
GENÈVE > 60KM
MÂCON > 80KM
ANNECY > 70KM



HAUT-BUGEY
65 000 HABITANTS

ALTITUDE
280 > 1234M

VILLES
OYONNAX
NANTUA
PLATEAU D'HAUTEVILLE

SENTIERS BALISÉS
800KM

4 LACS
NANTUA
GENIN
SYLANS
VAL D'OIGNIN

1 STATION DE SKI
PLATEAU D'HAUTEVILLE

SOMMAIRE

Nouveautés p.6

- Luge sur rail : structure légère 100% française
- Visite immersive des glacières de Sylans
- Sentier d'interprétation de l'ENS* Marais de Vaux
- Seigneurie des Cornelles : renaissance d'un village médiéval

Ambiance montagne p.10

- Hébergements cocooning
- Expériences nordiques
- Le régal des papilles

Parenthèses anti-stress p.16

- Spa, piscine et bains nordiques
- Ressourcement

Neige et froid au rendez-vous ! p.18

- Patinage sur lacs gelés
- La glisse sous toutes ses formes

CONTACT PRESSE :

Haut-Bugey Tourisme

Nathalie Quesney

n.quesney@hautbugey-tourisme.com

tél 04 74 12 19 58 - 06 41 88 07 93

* Espace Naturel Sensible



Luge sur rail à Plateau d'Hauteville

NOUVEAUTÉS

- Luge sur rail
- Glacières de Sylans

Luge sur rail à Plateau d'Hauteville

TECHNIQUE NOUVELLE ALLIANT PERFORMANCE, SÉCURITÉ
ET PARFAITE INTÉGRATION PAYSAGÈRE

Avec un parcours sinueux en descente de près de 750 mètres, une vitesse pouvant atteindre 40 km/h (durée : 2 min à 2 min 30) et un parc de 25 luges, cette installation promet une expérience à la fois ludique et accessible. Pensée pour s'intégrer dans son environnement, elle s'inscrit dans une stratégie de diversification des activités et promet une expérience forte en sensations.

Ce projet d'équipement entièrement conçu et fabriqué en France est porté par la holding Baghaira basée à Saint-André-de-Corcy (Ain), investisseur et maître d'ouvrage, qui vient de signer un contrat avec le groupe industriel savoyard [MND](#).

Cette luge sur rail baptisée "Fun Coaster" repose sur "une technologie monorail légère, dotée de systèmes de freinage automatisés pour une sécurité maximale et conçue pour s'intégrer finement dans le paysage et s'adapter à tous types de terrains".



Valérie JOLY
Directrice Pôle attractivité touristique et sport
vjoly@hautbugey-agglomeration.fr
06 73 33 67 20 / 04 74 12 14 54
HAUT-BUGEY AGGLOMÉRATION

Les travaux doivent débuter prochainement sur le domaine de ski alpin de Terre Ronde à Plateau d'Hauteville pour une **ouverture prévue avant la fin de l'année 2026**.

Ouverture sur 190 jours dans l'année, 7 jours/7 en période de vacances scolaires et mercredi, samedi, dimanche et jours fériés hors vacances, avec une possibilité de nocturnes grâce à l'installation d'un éclairage.

Glacières de Sylans à Les Neyrolles

VISITE IMMERSIVE ET LUDIQUE GRÂCE À L'APPLICATION MOBILE LEGENDR
INTÉGRANT LA RÉALITÉ VIRTUELLE



Véritable poumon économique local de 1870 à 1914 grâce à l'exploitation de la glace naturelle très pure du lac de Sylans, le site des glacières de Sylans, laissé à l'abandon, est redécouvert en 2013 : nettoyage en profondeur, création d'un cheminement de découverte avec un platelage et un ponton, panneaux d'information... Afin d'optimiser et de moderniser l'expérience visiteur, **Haut-Bugey Agglomération lance en juillet 2026 un parcours immersif 3D intitulé « la folle histoire de Monsieur Moinat ».**

Lancée en 2016 par Rendr, **l'application Legendr est un guide touristique numérique** qui accompagne les visiteurs en leur faisant découvrir l'histoire par le biais d'activités ludiques : réalité virtuelle, reconstitutions historiques, mini-jeux, textes de médiation et images.

En pratique, une fois l'application Legendr et le parcours des glacières de Sylans téléchargés, à son arrivée sur le site, le visiteur n'a plus besoin de connexion internet pour être guidé pendant la balade. Le parcours de visite est gratuit et accessible à tous. Pour profiter pleinement de l'expérience, des lunettes de réalité virtuelle sont en vente à 5 euros dans

les différents bureaux de l'Office de Tourisme Haut-Bugey (Nantua, Oyonnax, Plateau d'Hauteville).

À la fin du 19ème siècle, Joachim Moinat, cafetier à Nantua, crée toute une industrie autour de la vente de glace naturelle : les Glacières de Sylans. Votre mission aujourd'hui est d'inspecter les lieux. Vous devez analyser le fonctionnement des Glacières de Sylans et déterminer si elles représentent un investissement judicieux pour la Société des Glacières de Paris. Muni de votre smartphone, récupérez le plus d'informations possible sur les Glacières de Sylans pour envoyer votre rapport détaillé et remplir votre mission.



Téléchargez
l'application Legendr.
3 vidéos de réalité
virtuelle vous plongent
dans l'univers des

glacières à la fin du 19^e siècle, en
plein hiver, au milieu du lac gelé et des
ouvriers travaillant sur le site.

OFFICE DE TOURISME HAUT-BUGEY
www.hautbugey-tourisme.com
04 74 12 11 57



Le Marais de Vaux

à Plateau d'Hauteville

NOUVEAUTÉS

- Sentier du Marais de Vaux
- Seigneurie des Cornelles

NOUVEAU SENTIER D'INTERPRÉTATION AUTOUR DE CET ESPACE NATUREL SENSIBLE (ENS)

Le Marais de Vaux constitue la deuxième plus grande zone humide du département de l'Ain. Il a fait l'objet d'un long programme de réhabilitation orchestré par le Conservatoire d'Espaces Naturels Rhône-Alpes.

Les travaux de remise en état avaient débuté en 2018 avec la restauration de l'hydrologie du marais, le méandrage du ruisseau des Vuires et le comblement de 4 km de fossés de drainage. L'accueil du public pour une découverte pédagogique de cet ENS faisait partie du programme de réhabilitation et depuis 2021, un sentier sur pilotis permet de traverser le cœur du marais à pied.



Début 2027, un véritable sentier d'interprétation sera aménagé.

Ce parcours agrémenté de **17 stations d'observation et de compréhension du milieu naturel** aura comme emblème le milan, un rapace qui niche dans les forêts bordant le marais. Le public pourra ainsi mieux comprendre la faune et la flore typiques de ce milieu fragile

tout au long des deux parcours : le petit tour de 1 h30 et le grand tour de 2h30 menant jusqu'au village de Vaux Saint-Sulpice et au tilleul quadri-centenaire de Servoin. L'écologie, le cycle de l'eau et les usages humains (chasse, agriculture et économie locale) seront également abordés.



Sentier d'interprétation en accès libre.

Distances :

Petit tour du marais : 5 km

Grand tour du marais : 8 km

Le grand 8 : 13 km

OFFICE DE TOURISME HAUT-BUGEY

www.hautbugey-tourisme.com

04 74 12 11 57

Seigneurie des Cornelles

à Aranc

CRÉATION D'UN VILLAGE MÉDIÉVAL ET ANIMATIONS AUTOUR DES TECHNIQUES DE CONSTRUCTION ET FABRICATION ARTISANALES DE L'ÉPOQUE



Pousser la porte de la Seigneurie des Cornelles, c'est se retrouver plongé dans l'univers du XIV^e siècle, au cœur d'un village en construction.

La cité grandit doucement : au rythme des chantiers s'élèvent ateliers, grande halle, habitations et fortifications. Au hasard des rues, l'histoire et les savoir-faire anciens se transmettent, l'imaginaire se cultive.



Initiations, animations et découvertes. Historique ou fantastique, culturelle, manuelle, ludique ou sportive. Une sortie originale dans un cadre naturel incroyable.

Les artisans font découvrir leur savoir-faire. Le village est habité de nombreux artisans qui expérimentent et valorisent les techniques de construction médiévales et les métiers d'antan. Chaque jour, sous les yeux des visiteurs, tailleur de pierre, potière, vitrailliste, tisserande, forgeron, charpentier, peintre et gardien de la flore apportent leur pierre à l'édifice. Les animations ponctuent la visite du lieu : jeux grandeur nature, parcours d'enquête, jeu d'arc et d'épée dans une arène, visite contée, livret-jeu...

La fête médiévale début août

Près de 200 reconstituteurs animent des camps et des ateliers. De nombreuses troupes médiévales se donnent rendez-vous à la Seigneurie. Jongleurs, troubadours, danseurs et conteurs occupent le village.

Ateliers, jeux, spectacles et artisanat rythment la fête sans oublier les saveurs médiévales à la taverne ou sur les comptoirs, pour faire ripaille.

SEIGNEURIE DES CORNELLES
<https://levillagemedieval.fr/>
contact.cornelles@gmail.com



Hébergements cocooning

AMBIANCE MONTAGNE



DOMAINE BLEU MINUIT - LA RIVE ÉTOILÉE
à Plateau d'Hauteville

Les écolodges Bleu Minuit, situés à une altitude de 830 mètres sur le plateau d'Hauteville, offrent une expérience unique au cœur d'un environnement naturel préservé, dépourvu de toute pollution lumineuse. Deux nouveaux hébergements sur l'eau, dont l'architecture est un clin d'oeil aux bateaux de plaisance, sont posés sur l'étang du Genevray.

Ces hébergements éco-conçus en bois et en verre, offrent un cadre exceptionnel pour un séjour insolite respectueux de l'environnement. Un moment hors du temps à offrir ou à s'offrir, pour se déconnecter de son quotidien et profiter de ces lodges tout confort avec lit king size, cuisine intégrée, terrasse et spa privatif...

La nuit, la verrière zénithale permet d'admirer les étoiles depuis votre lit équipé d'un matelas éco-responsable Kipli. Pour les amateurs d'astronomie, des lunettes astronomiques vous rapprocheront encore plus des astres !

Pour ceux en quête de relaxation, découvrez sur place un espace bien-être avec une salle de soin pour un massage délassant...

Corentin Obadia

<https://bleu-minuit.com/ecolodges-la-rive-etoilee/>

06 86 05 09 00

TINY HOUSES DU REFUGE INSOLITE EN BUGEY *à Plateau d'Hauteville*

L'Observatoire céleste de Titi est le dernier né des 4 tiny houses.

À l'aide de cordes et d'une poulie, procédez vous-même à l'ouverture du toit ouvrant sur le ciel et profitez d'un instant hors du temps en écoutant le vent dans les branches et en regardant les étoiles filer... depuis le confort de votre lit douillet. Et après une douche réconfortante

sous la «Petite Yourte du Bois des 5» privée, rien qu'à vous (située à une vingtaine de mètres), dégustez votre plat face au soleil couchant dans votre logement avec le toit ouvert. Et finir par exemple, une tisane à la main et un plaid sur les genoux, face à la baie vitrée du rez-de-chaussée en contemplant la nature.

Marion et Maxime Effrancey

<https://refugeinsoliteenbugey.fr/>

06 70 37 82 06



CHAMBRES D'HÔTES DE LA FERME GUICHARD à Plateau d'Hauteville



Nichées dans un écrin de verdure, ces deux nouvelles chambres d'hôtes de charme allient authenticité, élégance et douceur de vivre. Le calme et la beauté du cadre invitent à la détente : promenades bucoliques, moment de cueillette, activités sportives en plein air... un véritable retour aux sources.

Ancienne ferme des «Seigneurs d'Hauteville Lônes, Les Angeville», cette demeure de caractère du 15^e siècle perpétue cette tradition du savoir recevoir et de la gastronomie bugiste à travers ses spécialités au fil des saisons.

35m²/chambre, lit King size, matelas haut de gamme, matériaux nobles (pierre et bois). Restaurant sur place.

Fabrice Barbarin

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

04 74 35 36 68

AUBERGE DU LAC GENIN à Charix

La beauté sauvage du site du lac Genin vaut le détour. Pour l'apprécier à sa juste valeur, rien de mieux que de dormir à l'auberge, dans l'une des trois chambres spacieuses «Côté Lac» (avec coin salon et larges fenêtres ouvrant sur le paysage lacustre), «Côté Montagne» ou «Côté Forêt», la familiale comprenant une alcôve avec un lit une personne et un petit lit suspendu pour enfant jusqu'à 5 ans.

Pascale et Denis Godet

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

04 74 75 52 50



CABANES PERCHÉES à Champdon-Concelles

L'Arbessière est le nom de la toute nouvelle cabane, perchée à 10 mètres au-dessus du sol dans un magnifique épicéa. Depuis la chambre panoramique ou la terrasse, le coucher de soleil offre un vrai spectacle. Mais attention, personnes sensibles au vertige s'abstenir : la cabane est accessible par une échelle puis deux passerelles en filets. L'Arbessière est parfaite pour les couples recherchant la déconnexion en pleine nature. Sa grande sœur la Lazine accueille les familles avec deux enfants.

Claire et Rémi Justet

<https://www.aventuredubugey.fr>

06 83 39 10 47



Expériences nordiques

AMBIANCE MONTAGNE



RANDONNÉE / RAQUETTES FONDUE PLEIN AIR

Et si on mangeait une petite fondue en pleine nature ? Randonnée raquettes avec repas préparé par votre guide, en plein cœur de la montagne ! Une expérience savoureuse et inoubliable avec du fromage de qualité.

Allier une belle randonnée (à pied ou en raquettes) et un délicieux repas préparé avec du Comté local. Votre guide s'occupe de tout : préparation d'un beau feu sur lequel vous dégusterez une bonne fondue agrémentée d'un apéritif et d'un dessert. Ambiance et merveilleux souvenirs garantis !

MONTAGNE AVENTURE - Sylvain Poncet

<https://montagneaventure.fr/>

06 74 33 06 37

CHIENS DE TRAÎNEAU ET CANI-KART *à Plateau d'Hauteville*

Passagers dans le traîneau tracté par les chiens, vous contemplez les paysages enneigés qui défilent sous vos yeux. Avant le départ, on vous présente ces compagnons à quatre pattes, on vous explique le fonctionnement d'une meute et la façon dont l'attelage est conduit. Au retour, câlins et papouilles sont au programme.

C'est parti pour une immersion en pleine nature, entre combe et forêt. Vous n'aurez qu'à vous laisser bercer par le glissement du traîneau et apprécier la sensation de liberté que procurent le vent frais et la beauté des paysages immaculés.

La neige se fait rare ? Aucun souci, les chiens sont tout autant impatients de vous tracter sur un kart à roues à travers les paysages givrés scintillant aux premiers rayons du soleil.

Cette expérience se vit avant tout dans un esprit d'accueil, accessible à tous, débutants comme curieux, avec un accompagnement bienveillant et sécurisé. Le cani-kart est aussi un moment de partage : émotions, complicité avec les chiens, connexion avec la nature.

Entre vitesse douce, éclats de rire et respect de l'animal, le cani-kart offre une aventure authentique, conviviale et mémorable, où l'on découvre le monde du mushing autrement.



AU CŒUR DES LOUPS - Alexis Dewilde

<https://aucoeurdesloups.fr/>

06 58 01 12 19

NORDIC INDIANA - Jérémy de Osorio

<https://nordic-indiana.fr/>

06 71 37 71 24

FERME DES RÉSILIENTS - Elodie Haudiquet

<https://fd-resilience.org/>

06 11 12 04 43

ESPACE BIEN-ÊTRE

à Plateau d'Hauteville

Deux bains nordiques en plein air et un sauna invitent à profiter des beaux paysages et du calme de la station tout en se ressourçant.

Les bienfaits des bains nordiques ne sont plus à démontrer. Se prélasser dans une eau à 38° contribue à éliminer les toxines, stimuler le rythme cardiaque et la circulation sanguine, détendre les muscles pour une relaxation maximale. Un bon plan après une journée d'activité !

Venez vous détendre à l'Espace bien-être situé sur le domaine nordique de la Praille, entre amis, en amoureux ou en famille. Petit conseil : sortir des bains toutes les vingt minutes pour alterner bain chaud et temps de refroidissement (pour les plus courageux, se rouler dans la neige est une bonne idée / en été, un bain frais est à disposition) et d'hydratation. Restez à l'écoute de votre corps et de vos sensations.



OFFICE DE TOURISME

www.hautbugey-tourisme.com

04 74 12 11 57

Le bon plan pour les amoureux en quête d'évasion et de douceur : une soirée nordique et romantique

Un bain nordique sous les étoiles

Imaginez... une eau entre 36 et 38°C, la neige qui scintille tout autour, et le murmure des sapins enneigés.

Dans le bain nordique chauffé au bois, la chaleur vous enveloppe et vous sirotez l'apéritif que votre serveur vient de vous apporter. La soirée se prolonge sur place, à l'Auberge de La Praille. Installés au coin de la cheminée, vous partagez un dîner en tête-à-tête autour d'une fondue gourmande accompagnée de charcuterie et d'une salade composée.

Cadre chaleureux, ambiance feutrée, saveurs locales : tout est réuni pour une soirée aussi savoureuse que romantique.

Deux formules pour s'évader en amoureux

L'instant séduction : 30 minutes d'accès au bain nordique, apéritif servi dans le bain, dîner fondue au choix avec dessert.

L'instant passion : même programme avec un accès au bain d'une heure.

Le régal des papilles

AMBIANCE MONTAGNE

LES BONS PLATS QUI RÉCHAUFFENT



Auberge de la Ferme Guichard

Au cœur des forêts de Plateau d'Hauteville, non loin du site de La Praille, savourez les **fondues au fromage** : au Savagnin, aux échalotes, aux cèpes ou encore «la ferme» servie dans un pain de campagne chaud et croustillant.

Fabrice, maître restaurateur, cuisine également des viandes sur ardoise et vous réserve un accueil chaleureux et professionnel.

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

04 74 35 36 68

Auberge de la Praille

Au pied des pistes, sur le site nordique de La Praille à Plateau d'Hauteville, cette auberge propose des fondues (jurassienne, aux cèpes, de La Praille) cuisinées avec un Comté local issu de la fruitière d'Aranc, boîte chaude au génépi ou à la truffe ... dans un décor chaleureux de bois où les grandes baies vitrées ouvrent sur la nature environnante.

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

06 68 66 81 72

Auberge du lac Genin

Ce restaurant est spécialisé dans la cuisson au feu de bois. La préparation se fait sous vos yeux dans la grande cheminée de la salle de restaurant : filets de truite, côte de veau à la moutarde, saucisson au vin braisé, faux-filet persillé, côte d'agneau aux herbes... On vous recommande également la fondue savoyarde et la croustade d'escargots.

Profitez du cadre apaisant avec vue sur le lac !

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

04 74 75 52 50



L'INCONTOURNABLE DU HAUT-BUGEY

Quenelle de brochet sauce Nantua

Qui n'a jamais entendu parler de la sauce Nantua ?
Recette qui a sa place dans tout bon recueil culinaire, cette sauce à base de beurre d'écrevisse a été inventée dans la ville de Nantua et accompagne délicieusement les quenelles de brochet.

Pendant des siècles, l'écrevisse à pattes rouges appelée «*Astacus astacus*» a été pêchée dans les lacs, les rivières, les ruisseaux ... Cette espèce était la seule utilisée pour fabriquer le beurre d'écrevisse qui lui doit sa coloration.

De la même famille que le homard, cette écrevisse mesure une douzaine de centimètres. Sa carapace est brune avec des nuances de rouge sous les pattes. Elle a disparu, victime de la pollution des eaux. Il a fallu ensuite l'importer de Grèce ou des Balkans. C'est sa carapace cuite, pilée et filtrée qui donne au beurre sa saveur incomparable. Aujourd'hui, elle est remplacée par une autre espèce d'écrevisse aux vertus comparables.

NOLO Frères, une référence locale inégalée :

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



Le brochet est un poisson d'eau douce qui abonde dans les lacs (Nantua, Sylans) : une matière première toute trouvée ! Sa chair maigre et ferme est particulièrement aromatique. Le mariage de la quenelle de brochet à la sauce Nantua s'est fait tout naturellement.

Les véritables quenelles de Nantua sont fabriquées à base d'une panade de semoule de blé dur à laquelle on incorpore des filets de brochet, de la graisse de bœuf et des oeufs frais (sans colorant, sans conservateur). Pour obtenir l'appellation « de brochet », la quenelle doit avoir au minimum 22% de chair de brochet, en dessous, il s'agit d'une quenelle « à base de brochet ».

PETITES DOUCEURS ARTISANALES ET LOCALES

Confiserie Neufcœur à Ananc

Bérangère Neufcœur confectionne des confiseries artisanales (bonbons fondants, pâtes de fruits, sucettes au miel...) à l'ancienne, c'est-à-dire qu'elle utilise la cuisson au chaudron de cuivre et le coulage à la main.

Ses matières premières de prédilection sont le miel récolté par son mari apiculteur, mais aussi les fruits des producteurs locaux, les alcools de plantes et même les plantes de son jardin ! Tout visiteur peut découvrir son atelier de fabrication vitré et accéder à la boutique.

<https://www.maisonneufcoeur.com/>

06 38 05 67 89

Guimauve et chocolat à Plateau d'Hauteville

Stéphane Goupy propose des produits variés issus de recettes artisanales confectionnées avec des matières premières de qualité : guimauves à l'ancienne, pâtes de fruits naturelles, fruits secs et fruits confits enrobés de chocolat noir ou au lait. Quant aux chocolats, la simple évocation de leur nom fait saliver : perles blanches, bouchées croquantes, délices d'amande, grains cacaotés, mendiants...

<https://guimauve-et-chocolat.fr/>

06 58 39 59 70



PARENTHÈSES ANTI-STRESS

Spa, piscine et bains nordiques



ESPACE BIEN-ÊTRE AU CHÂTEAU à Maillat

Cet oasis de détente offre une expérience complète et privatisée avec une piscine intérieure à remous, une cabine infrarouge, une douche sensorielle tropicale revigorante, un coin tisanerie et un solarium baigné de lumière naturelle. Lovés dans ce confort absolu, laissez-vous emporter par une atmosphère de détente, un voyage sensoriel où chaque moment promet une harmonie parfaite entre relaxation et sérénité. Prolongez l'expérience en passant la nuit dans l'une des cinq chambres élégantes et confortables, au cadre cosy et relaxant.

<https://www.chateau-de-maillat.com/spa>

04 74 73 51 94

SUITE SCANDINAVE à Nantua

Cette suite élégante à l'ambiance cocooning plaira aux couples en quête de détente et d'intimité. Bois naturel, pierre, lumière douce et équipements haut de gamme créent une atmosphère chaleureuse et apaisante. Le spa balnéothérapie est directement intégré dans le salon, offrant une vue relaxante sur la montagne. Le sauna infrarouge est accessible depuis la chambre équipée d'un lit King Size.

<https://suitescandinave.com/>

06 82 40 06 06



LE SPA D'ALBANE à Plateau d'Hauteville

Après la séance relaxation dans le bain nordique chauffé au bois sur la terrasse extérieure au cœur d'un parc arboré, enchaînez à l'intérieur en sautant sous une douche froide puis en entrant un instant dans le sauna à la chaleur suave.

Clôturez votre moment de déconnexion par une lecture dans le coin bibliothèque ou un petit rafraîchissement/ravitaillement dans le coin bar... et vous voilà détendu !

<https://refugeinsoliteenbugey.fr/le-spa-dalbane/>

06 70 37 82 06



Ressourcement

REFUGE INSOLITE EN BUGEY à Plateau d'Hauteville

Séjour «Retour à soi» : C'est un écrin de nature et de magie, un havre de paix pensé pour vous reconnecter à l'essence de votre Être.

Vos hôtes bienveillants et expérimentés vous accompagnent avec douceur et amour tout au long de votre cheminement. Dans un cadre sécurisant, empreint de confiance, Marion vous concocte un programme personnalisé.

Quand le corps fatigue, quand l'esprit s'embrouille, quand le cœur appelle à plus de paix, réapprenez la lenteur, à savourer le silence, à renaître à ce qui compte vraiment.

«Retour à soi» vous permet de couper le brouhaha extérieur pour retrouver le calme et l'espace intérieur. Votre corps et votre esprit respirent, lâchent les tensions, se recentrent sur ce que vous êtes profondément. Si besoin, Marion vous guide avec bienveillance par une présence attentive, experte et douce, qui respecte votre rythme pour accueillir vos émotions, vos questionnements. A l'issue du séjour, vous repartez non



seulement reposé, mais transformé, avec des pratiques, des ressentis, des outils qui rejailliront dans votre vie. Le retour à soi ne se limite pas à un séjour : il porte en lui une inspiration durable.

Des retraites silencieuses sur-mesure, de 3 à 5 nuits, ou des séances de massage, yoga du son, sonothérapie sont possibles tout au long de l'année.

<https://refugeinsoliteenbugey.fr/retour-a-soi/>

06 70 37 82 06

MOULIN DE CRAMANS

à Leyssard

Le Moulin de Cramans, au cœur de la nature, vous invite à vivre une expérience unique de tranquillité et d'élégance. Idéal pour une escapade romantique, ce lieu offre un cadre exceptionnel alliant authenticité et confort.

La verdure luxuriante, le ruisseau, l'étang et les espaces vallonnés composent un décor apaisant au milieu duquel sont implantés **trois lodges en bois sur pilotis ouvrant sur le spectacle de la source, du ruisseau ou de la cascade grâce à une verrière de sol**. Conçus pour se fondre harmonieusement dans leur environnement naturel, ils sont soigneusement aménagés pour offrir un espace chaleureux et raffiné, avec des matériaux nobles qui évoquent l'esprit de la nature environnante. Le doux murmure de l'eau et le chant des oiseaux seront vos alliés pour un moment emprunt de sérénité.

Autrefois moulin en activité, ce havre de paix luxuriant est chargé de près de 300 ans d'histoire. Allison, Romain et leur petite fille Emy vous y accueillent chaleureusement.

Lodges ouverts de début avril à fin octobre

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

06 74 64 75 31



Neige et froid au rendez-vous !



PATINAGE SUR LAC ET PLAN D'EAU GELÉS

Lac Genin ou plan d'eau de Lalleyriat ?

Patiner sur un lac gelé, en pleine nature, qui plus est dans un cadre idyllique, est la garantie de se créer des instants magiques.

Lac Genin à Charix

Son surnom de «petit Canada du Haut-Bugey» prend tout son sens en hiver quand les paysages environnants se couvrent d'un manteau blanc et le froid le transforme en vaste patinoire naturelle de 8 hectares. En gardien des lieux, Denis, le propriétaire de l'Auberge du lac Genin, surveille de près la couche de glace. Pour la sécurité des patineurs, il est le seul habilité à déclarer ouverte la pratique du patinage : une épaisseur de glace minimum est nécessaire. Avec un peu de chance, en réservant à l'avance, vous passerez la nuit dans l'une des 3 chambres de l'auberge pour profiter du site en soirée ou en matinée avec cette impression d'être seuls au monde.

Téléphonez avant de vous rendre sur place afin de vous assurer que l'accès est ouvert : 04 74 75 52 50

Location de patins sur place.



Plan d'eau de Lalleyriat au Poizat-Lalleyriat

En hiver, **figé par la glace, ce plan d'eau devient une patinoire naturelle** et un paradis pour les patineurs et les hockeyeurs qui cohabitent joyeusement. **10 à 12 cm de glace suffisent pour chausser les patins et se faire plaisir.**

La patinoire de 1,4 hectares devient praticable à l'arrivée des températures négatives. La faible profondeur d'eau est un gage de sécurité tout comme la surveillance quotidienne de l'épaisseur de glace. En bordure d'une forêt de sapins, ce plan d'eau offre également de jolis points de vue sur les crêtes et la chaîne du Jura.

Téléphonez avant de vous rendre sur place afin de vous assurer que l'accès est ouvert : 07 85 73 48 77

Location de patins sur place.



STATION DE SKI DU PLATEAU D'HAUTEVILLE

Toutes les glisses sont permises !

Situé entre 850 et 1234m d'altitude, le plateau d'Hauteville est doté de véritables vertus climatiques. L'air pur et sec est naturellement tonique. Le sol calcaire absorbe l'humidité de l'air. Les abondantes forêts, tel un poumon géant, procurent une riche bouffée d'oxygène. Ainsi, quand les plaines et vallées sont plongées dans le brouillard, plateaux et sommets du Haut-Bugey s'offrent un bain de soleil !

La Praille, domaine de ski nordique

Avis aux **amateurs de grands espaces** ! Ici on pratique le ski de fond en toute sécurité sur **9 pistes balisées**. Le départ des pistes se situe à La Praille, en direction du col de la Rochette, à **1079 mètres d'altitude**. Tous les niveaux de pratique sont possibles : de la piste verte de 1,3 km à la piste noire de 15 km. Les apprentis fondeurs apprécient l'aire ludique et le fil neige.

- 53 km de pistes de ski de fond balisées et damées en skating et alternatif
- 25 km de pistes raquettes balisées
- piste multi-activités : piétons, raquettes, traîneaux à chiens
- espace ludique et fil neige
- piste de luge



Terre Ronde, domaine de ski alpin

Cette station de ski alpin est située entre 900 et 1200 mètres d'altitude. Les débutants profitent d'un équipement idéal pour apprendre à skier. Les skieurs confirmés se font plaisir sur les pistes rouges et noire. Tout le monde y trouve son compte ! Le site de Terre Ronde permet également la pratique du snowboard.

- 10 pistes
- 3 téléskis + 1 télébaby
- 12 enneigeurs
- SnowPark
- fil neige
- 1 piste de luge
- 2 pistes de tubing
- 1 itinéraire raquettes



**NOUVEAUTÉ
2026**

Luge sur rail

Infos page 6



HAUT BUGEY

TOURISME

Montagnes du Jura

OFFICE DE TOURISME HAUT-BUGEY

Tél : +33 (0)4 74 12 11 57

Email : info@hautbugey-tourisme.com

Contact presse

Nathalie Quesney

n.quesney@hautbugey-tourisme.com

tél 04 74 12 19 58 - 06 41 88 07 93

WWW.HAUTBUGEY-TOURISME.COM

© BleuMinuit/SarahGalvan/AlexDim, HautBugeyTourisme/JérômePruniaux-AgenceArgo/
MélaniePoirson/MaximeMichel/GeoffroyDeFenoy/MathildeBouchaud/ NathalieQuesney/DanielGillet/
BérengèreMorel/MaureenPietrobelli, HautBugeyAgglomération/VincentAllard/DanielGillet,
SuiteScandinave/FantinRavel, SeigneurieDesCornelles, NoloFrères, RefugeInsoliteEnBugey/
MaximeEfrancey/KévinFlores, CabanesPerchées/RémiJustet, FermeGuichard/
ASauquet, AuCoeurDesLoups/ AlexisDewilde, ChâteauDeMaillat, NordicIndiana,
MontagneAventure/SylvainPoncet.