

dimanche  
6 septembre 2020

MARCHE  
CIRCUIT  
15 KM



LA  
**RONDE** DES  
**GRANGEONS**

Trails et marche festive

16 km - D+500

à Ambérieu-en-Bugey

Inscriptions sur [rondedesgrangeons.fr](http://rondedesgrangeons.fr)

Tél. 06 13 74 44 81



LA  
**RONDE** DES  
KIDS

de 500 m à 2 km



LA  
**RONDE**  
NORDIQUE

9 km - D+250

NOUVEAU



LA  
**RONDE**  
EXPRESS

9 km - D+250



LA  
**RONDE** D  
RAMEQUIN

26 km - D+1300



Cani-cross  
10 km

# ÉDITO



S'il est des évènements qui participent à la mémoire collective d'Ambérieu, La Ronde des Grangeons en est un, et de surcroît un des plus importants ! Comment ne pas être impatient de participer à cette fête sportive après toutes les épreuves que nous avons affronté

ensemble ces derniers mois ? La Ville d'Ambérieu est partenaire d'Ambérieu Marathon depuis 22 ans et apporte sans défaillance son soutien plein et entier à cette manifestation qui est devenue au fil des ans l'un des marqueurs de la rentrée. Nous allons pouvoir enfin admirer la nature en toute liberté, célébrer la convivialité chère aux Bugistes, l'effort collectif au beau milieu d'un riche patrimoine local, avec les nombreux grangeons qui se feront un plaisir de vous accueillir afin de partager les spécialités culinaires locales.

C'est l'opportunité pour les petits et les plus grands de découvrir le panorama Ambarrois tout au long des 16 km de chemins et routes jalonnés par les vignes, les coteaux et bien sûr, les traditionnels grangeons où l'on pressait le raisin.

C'est également l'occasion pour moi de saluer l'immense travail de préparation réalisé par les nombreux bénévoles d'Ambérieu Marathon pour vous concocter une édition pleine de nouveautés, et ce dans les meilleures conditions de sécurité.

Merci à vous tous pour votre contribution à la renommée d'Ambérieu-en-Bugey !

Du fait du contexte sanitaire exceptionnel de ce début d'année, l'édition 2020 de la Ronde des Grangeons va revêtir un caractère particulier puisqu'au regard du calendrier habituel des trails, elle reste une des rares épreuves maintenues au calendrier. Bienvenue à tous, coureurs, marcheurs, familles qui allez découvrir Ambérieu et ses coteaux !

Je vous donne rendez-vous le 6 septembre 2020 avec toute l'équipe d'Ambérieu Marathon !

**Daniel FABRE,**  
Maire d'Ambérieu-en-Bugey



La Ronde des Grangeons est un évènement incontournable qui fait la fierté des Ambarrois. Mêlant le sport et la convivialité, la compétition et l'amour de la nature,

cet évènement remporte un franc succès et rassemble de plus en plus de personnes chaque année.

Tout au long du parcours, les participants découvrent ou redécouvrent notre patrimoine Aindinois, riche de ces monuments et de ces paysages atypiques en passant par le château des allymes, les vignes, les coteaux, les grangeons.

L'an dernier, j'ai eu l'honneur et le plaisir de donner le départ de la première course de la journée. Pour la première fois, le challenge pour « les joellettes », course ouverte pour les personnes en situation de handicap a été mis en place. Je tiens à saluer cette initiative œuvrant en faveur de l'inclusion.

Cette année 2020 est synonyme de nouveautés avec une nouvelle épreuve de Marche Nordique et une session Canicross. Cette 22ème édition autour des valeurs de respect, de solidarité et de partage sera, je le souhaite, un excellent cru.

Bravo et un grand merci à tous les organisateurs et bénévoles qui se mobilisent chaque année pour la réussite de la Ronde des grangeons.

Je tiens à souhaiter une excellente course à l'ensemble des participants de l'édition 2020 !

**Damien ABAD,**  
Député de l'Ain





Sport, histoire, patrimoine : la Ronde des Grangeons célèbre à l'envi l'union sacrée de la nature et de notre terroir. Aujourd'hui plus que jamais, en cette rentrée pas comme les autres, avec le plaisir intime de renouer

avec les joies de la vie au grand air, maintenant que la période du confinement est déjà loin derrière nous.

En famille ou entre amis, que vous soyez sportifs aguerris ou amateurs de randonnées, l'équipe d'Amberieu Marathon propose des parcours à votre mesure, entre coteaux et vallons, entre vignes et villages, entre pistes balisées et sentiers bucoliques, là où l'effort côtoie l'émerveillement parmi les sites remarquables du Bugey.

L'événement perpétue bien sûr sa vocation universelle. Parce qu'il y en a pour tous les âges et pour tous les goûts : de la Ronde des Kids pour les plus jeunes à la Ronde du Ramequin pour les plus aguerris, sans oublier l'inénarrable Marche festive, agrémentée de dégustations gastronomiques et d'animations en musique.

Pour cette 22<sup>e</sup> édition, deux nouveaux défis au rendez-vous : une marche nordique et une course canicross. Juste assez pour compléter le catalogue de vos envies.

Bien plus que pourvoyeur de subventions, le Département est le fidèle partenaire de cette convivialité à pleins poumons, à l'image de la vraie qualité de vie aindinoise, celle que nous voulons soigner avec vous, tout en douceur.

Parce que, dans sa grandeur nature, l'Ain est résolument humain !

Bonne course à toutes et tous...

**Jean DEGUERRY,**

Président du Département de l'Ain



La Ronde des Grangeons est une magnifique compétition qui fait découvrir ces lieux privilégiés du Bugey que nos anciens ont façonnés.

La Ronde aura une saveur particulière cette année, car

après le grand confinement de la crise du Covid19, cet événement phare de la Communauté de Communes de la Plaine de l'Ain aura un souffle de liberté retrouvée où le plaisir de l'effort se conjuguera à la convivialité.

Bravo aux participants venus souvent de loin, bravo aussi aux organisateurs que je remercie de faire briller notre territoire au travers d'un si bel événement sportif et festif.

**Jean-Louis GUYADER,**

Président de la Communauté de Communes de la Plaine de l'Ain.

# NOS PARTENAIRES

## ENTREPRISES



## ASSOCIATIFS



## COMITÉ DES FÊTES DE BETTANT



## L'AMICALE CHASSE GRANGEONS DIEU

## MÉDIAS







Crée en 1977 par Guy Pussier, le garage est repris en 2009 par son fils Sylvain. Partenaire d'événements sportifs avec, à l'air de Guy, le foot et le sport de boule, aujourd'hui, avec le sport auto (trophée Andros) et passionné de sport extrême.

Le sport est ancré dans l'ADN de l'entreprise avec ces valeurs de tolérance, courage, respect et l'esprit d'équipe.



71 Avenue de la Libération, 01500 Ambérieu-en-Bugey - Tél. 04 74 38 20 36



# L'ÉVÉNEMENT



**AMBÉRIEU MARATHON** a vu le jour en 1997 sous l'impulsion d'une bande de copains amoureux de la course à pied. Notre association compte à ce jour une **centaine d'adhérents de tous âges**, hommes et femmes, mus par le simple plaisir de courir. Il est affilié à la Fédération Française d'Athlétisme ainsi que la Fédération Française de Randonnée (depuis janvier 2019). Au sein de notre club, nous **proposons des entraînements personnalisés** en fonction des objectifs et de la forme de chacune et chacun pour les courses hors stade.

De plus, nous organisons des sorties communes sur des compétitions ou des entraînements. Pour équilibrer les performances de chacune

et chacun, nous avons créé 4 groupes de niveaux afin de les préparer sur les courses départementales et nationales.

**Le bureau** du club se compose de 5 personnes : Alain STEPHAN (Président) 06 13 74 44 81, Jean-Philippe JOUD (vice-président sport), Thierry MARTIN (vice-président de la Ronde), Fabien SOLANILLA (secrétaire), et Frédéric JOUD (trésorier).

**Coachs sportifs** : Nicolas DUCLOS, Michel CONSTANT, Jean-Marc SERRADURA, Christophe THUOT, Anne RUELEN, Monique HASTIRE.  
contact@amberieumarathon.fr  
www.amberieumarathon.fr



## MOREL SERVICES

stores - fenêtres - volets - vérandas - portails



Christophe MOREL  
Responsable

06 80 59 12 77

19, rue Gabriel Vicaire - 01160 PONT-D'AIN - Tél. 04 74 39 15 55 - Fax 04 74 39 09 76  
christophe.morel20@orange.fr • morel-services.decostory.fr

# Intermarché

H Y P E R

## AMBÉRIEU-EN-BUGEY







# PASSIONNÉS D'ARTISANAT ET DE GOÛT

Depuis plus de 10 ans, nous fabriquons traditionnellement yaourts (28 parfums), faisselles (médaille d'or 2019), battu et Ramequin. Nous vous accueillons toute l'année sur nos 3 points de vente ! Venez découvrir nos produits faits à la main ainsi que notre sélection de fromages secs et de charcuteries !

*La convivialité et l'attachement au terroir sont des valeurs qui sont chères à la Laiterie la Côtère.*

Comptez sur nous cette année encore, pour notre présence à la Ronde des Grangeons ! Au programme, notre sélection de fromages secs, sans oublier le fameux ramequin du Bugey !



Notre ramequin est labellisé



*Le ramequin du Bugey*

Suivez-nous sur la page facebook "Laiterie Artisanale la Côtère"  
contact.net@laiterielacotiere.fr ou au 04 74 61 27 04

**Vos commandes en ligne sur [www.laiterielacotiere.fr](http://www.laiterielacotiere.fr)**

Boutiques : Laiterie Artisanale de la Côtère à Meximieux - La Fruitière d'Aranc  
et La Fromagerie de Saint-Rambert-en-Bugey

VOTRE BANCASSUREUR à Ambérieu-en-Bugey



CREDIT AGRICOLE CENTRE EST

Le bon sens  
a de l'avenir

Centre commercial Dame Louise  
04 74 35 07 78  
01500 AMBERIEU-EN-BUGEY

**Jacques SERRIÈRE**

Propriétaire-Récoltant

AMBÉRIEU-EN-BUGEY

**06 33 31 65 90**

**Christophe FLATOT**

Logiciel et gestion d'entreprise

Expertise traçabilité

RFID/NFC - Animal 🐕 - Colis 📦 - Art 🎨

c@flatot.com

☎ 06.10.45.70.30

**Cycles COQUEMONT**  
Toutes Marques

- Conseils
- Vente - Réparation
- Réemballage
- Cadres sur mesure

Place du 8 Mai 1945  
01500 AMBERIEU EN BUGEY  
Tel: 04.74.34.06.26

**Le Pressoir**  
Restaurant Grill - Pizzas au feu de bois

info@lepressoir01.fr  
www.lepressoir01.fr

365, Anclenne Route Nationale 75  
Coutelleu - 01500 AMBRONAY  
TÉL. 04 74 38 05 80

**Amb'Archi.**  
Société d'Architecture

Christophe BEGUIN - Architecte DPLG

Tél. 04 74 38 69 17

E-mail: ambarchi@free.fr

43 Avenue du Général de Gaulle - BP 325 - 01500 Ambérieu-en-Bugey

**PHILIBERT**  
TRANSPORT

Location d'autocars  
avec conducteur

Ambérieu-en-Bugey

Pour vos sorties sportives et culturelles,  
vos voyages de plusieurs jours  
en France et à l'étranger.

11, rue Rosengart  
Triangle d'activités - BP 106  
01501 AMBERIEU-EN-BUGEY CEDEX  
Tél. 04 74 46 19 19  
www.philibert-transport.fr

**PROMED**  
assistance

Transports médicaux  
Transports de personnes  
Rapatriements - Assistance

04 28 41 10 00  
contact@promedassistance.fr  
www.promedassistance.fr

**Branche évasion**  
Portails aériens Ambérieu-en-Bugey

Ambérieu-en-Bugey, Ain

**Parc accrobranche**  
Ligne de vie en continue  
sur la totalité du parc

**www.branche-evasion.fr**

**Garage DUFOUR**

TOUTES MARQUES TOUS TRAVAUX

70, rue Pasteur - Z.I. - 01500 CHATEAU-GAILLARD  
Tél. 04 74 38 61 65 - garagedufour3@orange.fr





À chaque âge, sa distance. Parce que les générations futures ont déjà envie de chausser les runnings, les organisateurs ont mis en place des courses au format adapté. Les courses se déroulent dans l'aire du motocross et sous le parc accrobranche accolé. Du premier au dernier, les jeunes sont fiers de s'être donnés à fond sur ces parcours rapides, sans grande difficulté.



**Gedimat** MAGASIN  
GEDIMAT-BALLIVY  
*Au cœur de l'ouvrage.*

Siège Social : R.N. 75 - 01500 AMBRONAY  
Tél. 04 74 38 42 55 - Fax 04 74 34 55 83

*illica* REGIS SEBASTIANI  
**TEXTO** 04 74 38 14 08  
06 18 49 87 20  
IMPRIMERIE PAPETERIE  
[illicotexto@wanadoo.fr](mailto:illicotexto@wanadoo.fr)  
16, avenue Général Sarraill 01500 AMBÉRIEU + GARE  
Trape de Plans



**market**

**01500 AMBÉRIEU-EN-BUGEY**



# Crédit Mutuel

## Ambérieu-en-Bugey



32 av. du Général de Gaulle

Votre Caisse en direct

Tél. : 04 37 63 27 91

E-mail : 07333@creditmutuel.fr



# ROUGE GORGE

LINGERIE

Cial Carrefour Market  
01500 AMBERIEU EN BUGEY

## PIZZA OCÉANE

Sandrine et Eric YOLO

04 74 38 80 22

Ouvert tous les jours  
midi et soir de 10 h 30 à 13 h  
et de 18 h à 22 h  
Sauf dimanche et lundi

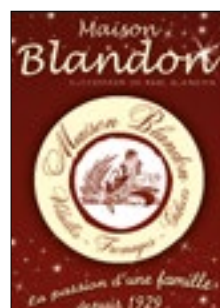
1, rue Alexandre Bérard  
01500 AMBERIEU-EN-BUGEY  
pizza-oceane-amberieu.com



**Dominique SPIRLI**  
General Manager

- **Filtres pour l'extrusion des matières plastiques**
- **Filtres métalliques**
- **Toiles et treillis métalliques**

Chemin de la Vie du Loup - 01500 Ambérieu-en-Bugey  
Tél. + 33 (0)4 74 46 41 50 - Fax + 33 (0)4 74 46 41 84  
E-mail : dspirli@sbmetal.fr - www.sbmetal-filtration.com



645, avenue Léon Blum  
AMBERIEU-EN-BUGEY  
Tél. 04 74 38 15 44

**GIBIER - VOLAILLE  
FROMAGE**



les Salaisons  
du haut Valromey

**VIANDE EN GROS - SALAISONS**

Le Creux du Nans - 01260 HOTONNES  
Tél. 04 79 87 72 05 - 04 79 87 75 37  
www.gesler.fr - contact@gesler.fr

# Le Gare des Allymes

Hameau de Brey de Vent  
01500 AMBERIEU-EN-BUGEY

04 74 38 64 94

06 84 08 78 45 - pascale-alexis@wanadoo.fr



CONTRÔLE TECHNIQUE

04 74 34 62 35

**AMBERIEU CONTROL'AUTO**

700 avenue Léon Blum  
01500 AMBERIEU EN BUGEY



Epargne long terme - Assurances professionnelles

Cabinet : BERTHOD - BARBANÇON - BLANC  
Agents généraux

Les Arcades - Rue A. Bérard - 01500 AMBERIEU-EN-BUGEY  
Tél. 04 74 38 28 86 - lgcassocies@aviva-assurances.com



Auto, habitation, santé,

LES ARTISANS BOUCHERS



8, place du Champ de Mars  
01500 AMBERIEU-EN-BUGEY

Tél/Fax 04 74 38 21 25

www.les-artisans-bouchers.fr

BOUCHERIE  
CHARCUTERIE  
TRAITEUR

**LAUVOISARD**  
MARIE-CRISTINE ET FRANCK







LA  
**RONDE**  
EXPRESS

La petite sœur de la Ronde des Grangeons est enfin arrivée ! Si le parcours vallonné de la Ronde vous semble un peu long, la Ronde Express est faite pour vous. Le circuit sillonne le Bois des Brosses, pour déboucher dans les pâturages de la Combe à Sadet vers le hameau des Allymes. Après une belle descente sur l'église des Allymes, les coureurs regagnent la fin du parcours de la Ronde. Comme pour les grandes courses, la présence des spectateurs aide les coureurs à gravir les derniers mètres dans le motocross.







• Accès de villas  
 • Enrobés Rouge/Noir  
 • Terrassement / VRD  
 • Gravillonnages  
 • Locations spécifiques  
 • Entretien communaux  
 • Nettoyage de voiries  
 • Transports

ZAE de Juyères - 01150 VAUX EN BUGEY  
 ☎ 04.74.40.13.31 - Fax : 04.74.40.16.19 - Portable : 06.09.09.30.91  
 entreprise.passaquet@orange.fr



**LEGUMES DE SAISON  
 PRODUCTION LOCALE**  
**VENTE A LA FERME**

103, Sous Côte - 01150 RIGNIEU-LE-DESERT  
 06 85 48 48 33 - le.jardin.du.dersert@gmail.com



*M. Jacques Michavizian*  
 796, rue du Marquis Albert de Dion - 01500 AMBÉRIEU-EN-BUGEY  
 E-mail: carrosseriedubugey@wanadoo.fr  
**Tél. 04 74 34 52 33**



**HUBER Gérôme**  
 Tel 06.81.02.87.79  
 01500 AMBÉRIEU-EN-BUGEY  
 Murs d'encrochements -  
 Terrassement - Etageage  
 Tous travaux extérieurs  
 gerome.huber@gmail.com  
 gerome huber sur fb SIRET 393 158 068 00022



**BAR SNACK "L'EDELWEISS"**  
 23 rue Alexandre Bérard  
 01500 Ambérieu en Bugey  
**Tél. 04 74 38 01 22**



**BUGEY VAISSELLE MANIFESTATION**  
 ZI En Beauvoir  
 640 Rue De La Outarde  
 01500 Chateau Gaillard  
**ISABELLE PETEUIL**  
 06.10.23.05.10  
 BVM  
 Grossiste pour professionnel et particulier  
 plus de 3500 références  
 bugeyvaisselle@orange.fr



186, rue Alexandre Bérard - 01500 AMBÉRIEU-EN-BUGEY  
 SAS BIODÉMO : 04 74 34 63 51



**RESTAURANT** *L'Etape*  
 Tous les jours • Formule "Buffet, plat du jour" • Carte  
 • Banquet et groupes sur réservation  
 01500 CHATEAU-GAILLARD (Sortie Autoroute n° 8, près station TOTAL et AVIA)  
**Tél. 04 74 46 43 01**



**STOCKAGE  
 DISTRIBUTION**  
 Route et Fer  
**BENNE - PLATEAU**  
*National et International*  
**CITERNE**  
 Produits Pétroliers  
 01500 Ambérieu en Bugey  
**04.74.38.74.74**



**LA PHARMACIE**  
**ESPACE SANTÉ  
 IRREMPLAÇABLE**  
 Les pharmaciens d'Ambérieu - St-Denis-en-Bugey



**LOCATION**  
 emplacement garages couverts et sécurisés  
 • Camping-cars  
 • Bateaux  
 • Caravanes  
 • Remorques  
 • Voitures  
**Tél. 06 13 74 44 81 - astephan01@outlook.fr**



**Guillaume RAUZY**  
 Responsable d'Agence  
 06 78 92 32 04  
 guillaume.rauzy@sorelamberieu.fr





LA  
**RONDE**  
DES  
GRANGEONS

C'est le **trail historique** !

La première traversée des bois permet de descendre au Lac bleu, puis direction le Grangeon-Dieu, à Vareilles. Il traverse le quartier historique, remonte vers la Sommelière, emprunte le chemin vallonné de la Dhuyt et ses trois grangeons, puis se dirige vers Douvres à travers les pâturages. La célèbre montée de Taponnet permet d'accéder au hameau des Allymes. Enfin, la descente en faux-plat jusqu'à l'arrivée est bien méritée. Les derniers mètres de la course se courent sous les applaudissements dans l'aire du motocross.







L'Appart<sup>®</sup>  
FITNESS

---

CLUB DE 2400 m<sup>2</sup>  
À PARTIR DE 19,90€/MOIS  
OUVERT 7J/7 DE 6H À 23H  
MUSCULATION, CARDIO, COURS COLLECTIFS  
ESPACE ARTS MARTIAUX  
SQUASH, BADMINTON & FOOT EN SALLE  
SANS ENGAGEMENT

**INSCRIPTION**

**OFFERTE\***

L'APPART FITNESS AMBÉRIEU • 63 AVENUE CHARLES DE GAULLE • 01500 CHÂTEAU-GAILLARD

\*Frais d'inscription à 0€ au lieu de 65€ (tarif habituel facturé). Carte d'accès à 19,90€ support obligatoire. Offre valable pour toutes souscriptions, offre cumulable avec les offres en cours. Conditions détaillées sur [www.l-appart.net](http://www.l-appart.net). Photo : Freepik.com • Créa : Marketeam L'Appart Fitness • Photo retouchée



# LA MARCHE FESTIVE

MARCHE  
CIRCUIT  
15 KM

Elle reprend quasiment le parcours de la Ronde des Grangeons. Les marcheurs, tout au long du parcours, dégustent les produits du terroir bugiste, lors de haltes dans les Grangeons (ramequin, saucisson à cuire au vin, fromages locaux, charcuterie du terroir, galettes bugistes, produits végétariens...). Un concert musical anime les lieux à chaque arrêt dégustation. Bien plus qu'une randonnée, c'est une fête musicale et gustative renouvelée chaque année !



PISCINES | SPAS | ABRIS | RÉNOVATION | ACCESSOIRES

NOUVEAU PRÈS DE CHEZ VOUS !

**AQUILUS**  
PISCINES / SPAS  
CHÂTEAU-GAILLARD



© Aquilus Ambérieu-en-Bugey - Juillet 2020  
Photo: Non Contre l'Amalgame

160 rue de la Outarde - 01500 CHÂTEAU-GAILLARD | 04 74 40 69 29

[www.aquilus-piscines.com](http://www.aquilus-piscines.com) | Suivez-nous sur Facebook 

**LE SPIRIT**  
CAFE BRASSERIE



CENTRE VILLE  
7 rue Alexandre Bérard  
01500 AMBERIEU EN BUGEY  
04 74 38 05 83

eric & christophe  
CONCESSIONNAIRE TRIUMPH  
04 74 38 17 72



**strike moto**  
GO YOUR OWN WAY

ZAC LES CHARRIERES  
01500 AMBURIEX  
metral0474380772@orange.fr

La **société CORBIOLI** est spécialisée dans le bâtiment : entreprise de maçonnerie, constructeur de maisons individuelles et promoteur. Créée en 1968, l'entreprise de maisons individuelles donne vie à vos projets par le biais de son service commercial, son bureau d'études et ses conducteurs de travaux. La société de maçonnerie quant à elle se charge d'une partie du gros-œuvre. La société de Promotion organise des opérations d'ensembles (maisons groupées et logements en collectifs) sur de plus grands tènements. Soucieuse de l'empreinte carbone, la société s'oriente dès les années 2000 vers des maisons respectant et anticipant les réglementations thermiques environnementales.




**50 ANS ET TOUJOURS TOURNÉ VERS L'AVENIR**




AMBERIEU-EN-BUGEY • 04 74 38 25 29 • [www.corbioli.fr](http://www.corbioli.fr)



**04 37 05 24 80**  
Rue de Corniolay - 38390 Porcieu-Ambagnieu  
contact@autoitmalain.fr  
[www.autoitmalain.fr](http://www.autoitmalain.fr)



**Jérémy MOREL**



**ACHAT - VENTE  
LOCATION - GESTION**  
Spécialiste de l'immobilier  
depuis 20 ans  
**04 74 38 53 53**

10 rue Aristide Briand  
01500 Ambérieu-en-Bugey  
altea@erafrance.com



**Mickaël GIRAUD-TELME**  
Photographe

64, rue Alexandre Bérard  
01500 AMBERIEU-EN-BUGEY  
Tél. 06 10 83 09 69  
04 74 40 67 19  
photographe@macrobike.fr

*Au P'titrot*  
*Pensions, demi-pensions, promenades  
à poncy*



Tel : 06 87 02 36 02

Association loi 1901  
[metral.corinne@wanadoo.fr](mailto:metral.corinne@wanadoo.fr)







LA  
**RONDE**  
RAMEQUIN

Ce trail mi-long est un passage obligatoire pour tous les traileurs de la région. Après la descente au Lac bleu, la première montée permet de rejoindre le pied de la roche de Salaise pour entamer directement la montée du Mont Charvet. Grosse descente sur la Roseraie de Torcieu puis une montée raide dans les pierriers jusqu'à la Croix des Moines avec une vue panoramique splendide sur la cluse de l'Albarine. Les coureurs poursuivent sur une belle crête rocheuse. Arrivé au col du Golet, direction Morgelas. Dernière longue montée au point culminant, la Croix de Luisandre où l'on peut apercevoir le Mont-Blanc par beau-temps et profiter de la vue à 360°. On domine alors le Château des Allymes, monument historique, vers lequel le parcours se dirige pour ses derniers km.



**LONGO Frères**  
PEINTURE DECORATION

Parquet flottant  
Revêtements sols et murs  
Cloisons sèches  
Façades en peinture

01500 AMBRONAY

04 74 46 80 07 07 78 14 39 83







Chemin des Terres d'Ain  
01450 PONCIN  
cedric.barde@cb-is.com

KAMMO  
agence créative

Agence de communication print & web  
vous conseille et vous accompagne pour améliorer l'impact  
de votre communication en vous apportant des solutions créatives

www.studiokammo.com 06 79 50 28 94

*Charlott' Lingerie*  
Les dessous chics qui nous rassemblent !  
https://www.charlott.fr/  
**Isabelle Mazué**  
Vendeuse à domicile en lingerie /  
prêt-à-porter  
06.67.46.15.92  
isabelle.mazue.pingon@gmail.com

**Frédéric HLINOWSKY**  
06 70 87 51 38

**Fred Hlinowsky**  
Petite maçonnerie • Cloison sèche  
Carrelage et faïence • Plomberie • Electricité  
• Menuiserie • Peinture  
• Revêtements de sols et murs

402, rue des Mûriers - 01500 CHATEAU-GAILLARD  
f.hlinowsky@wanadoo.fr - ☎ 04 74 38 83 84

**PILLARD**  
**ELECTRICITE GENERALE**

Toutes installations électriques, chauffage électrique, dépannages

2, rue du Repos - 01500 Ambérieu-en-Bugey  
04 74 38 47 59 - franckpillard@wanadoo.fr



**GARAGE MOUSSIER**

ZI du Triangle  
23 rue René Panhard  
01500 Ambérieu-en-Bugey

Tél. 04 74 38 00 15

moussier@garageamberieu.fr

www.garageamberieu.fr

Atelier Agréé Fiat



**groupe brunet**  
Les éco-aménageurs®

Plus de 50 ans d'Éco-Aménagement®  
au service de démarches d'innovations.

813, avenue Léon Blum - 01500 Ambérieu-en-Bugey  
Tél: 04 74 46 13 46  
www.groupebrunet.com

MOTOCULTURE  
**ANGÉLOT**

Jean-Michel ANGELOT  
81 bis, Avenue de la Libération  
01500 AMBÉRIEU-EN-BUGEY  
Tél. 04 74 40 13 53  
Mail jeanmichel.angelot@orange.fr  
www.angelot-motoculture.com

STIHL  
Viking  
ISEKI

CENTRE ELECTRIQUE  
AUTO  
**CLERC**

Avenue de la Libération - 01500 AMBÉRIEU-EN-BUGEY  
Tél. 04 74 38 23 40  
centreelectriqueautoclerc@orange.fr

**Odaceyeux**  
by Optique Seytier

Du lundi au samedi  
de 9h à 12h  
et de 14h à 19h

46, rue Alexandre Bérard - Ambérieu-en-Bugey  
04 74 46 87 08 | www.odacyeux.com

**Boulangerie - Pâtisserie - Pâtisseries**

Travaux Professionnels  
Cristallerie Gourmande...  
1 Tradition artisanale  
1 Opère

**Alain et Philippe**

26 Rue Alexandre Bérard  
01500 Ambérieu-en-Bugey  
04-74-34-03-24

ouvert non-stop du Mardi au  
Vendredi de 7h à 19h  
le Samedi de 7h-12h et 12h-19h  
le Dimanche de 7h à 12h

boulang@ambérieu.fr





LA  
**RONDE**  
NORDIQUE

La section de marche nordique d'Ambérieu Marathon se retrouve chaque mercredi et vendredi en fin d'après-midi et le dimanche matin. Ces entraînements d'une durée de 1h30 à 2h30

sur des parcours variés, nous permettent de travailler la technique de la marche nordique. Nous avons aussi des ateliers comme du renforcement musculaire, des jeux d'adresse, du fartlek et autres exercices. Cette activité permet de solliciter beaucoup nos muscles et reste un sport à part entiers très complet, Le jeudi sur RDV des séances d'initiation sont programmés sur demande.

Pour tous renseignements : Alain Stéphan au 06 13 74 44 81



## LE CANI-CROSS

La ronde des grangeons accueille cette année un départ Canicross en partenariat avec l'association locale Courtoutou-01-. Le canicross est une discipline qui associe un coureur à pied et un chien, reliés entre eux pour effectuer le même effort physique !



**Denys BURLET**  
Port. 06 84 39 76 54

**BURLET METAL**

Z.A. en Beauvoir - 80, rue de la Outarde - 01500 CHATEAU-GAILLARD  
Tél. 04 37 61 99 07 - denys.burlet@orange.fr



**AMBERIEU  
EN BUGEY**





# LES GROUPES MUSICAUX



Jérémy Morel



Going-Up Brass-Band



Ain Cœur d'Art



Delta 12



Eric Grand Musique



Cover Up



Noise Gates

**AMBÉRIEU MARATHON**  
**REMERCIÉ TOUS LEURS**  
**SPONSORS, PARTENAIRES**  
**ET BÉNÉVOLES SANS QUI**  
**CETTE MANIFESTATION**  
**N'AURAIT PAS LIEU.**

**Les Caves**  
**du**  
**Mistral**

649, avenue Léon Blum  
 01500 Ambérieu-en-Bugey  
**04 74 38 32 24**

**INVENTEZ VOTRE CONFORT** **24h/24**

**Vente - Installation - Dépannage**

- Pompes à chaleurs
- Climatisation
- Chauffe eau solaire
- Froid Commercial
- Matériel de cuisine professionnel
- VMC double flux
- Plomberie

**Salle d'exposition permanente**

**A 2 mn direction A42**  
 Z.I. 106, rue Pasteur - 01500 Orléans-Gallard  
**04 74 34 04 85**  
[www.climafroid-nacia.com](http://www.climafroid-nacia.com)

