



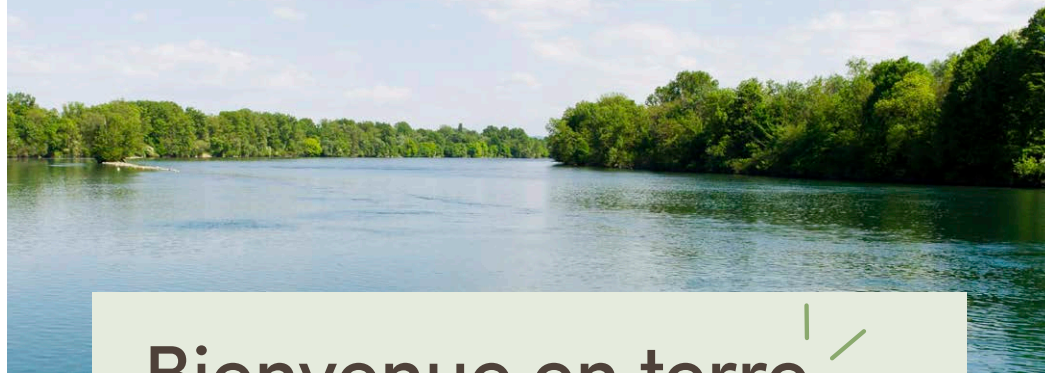
RENDEZ-VOUS EN CÔTIÈRE

Guide découverte

BALAN | BÉLIGNEUX | BRESSOLLES
DAGNEUX | LA BOISSE | MONTLUEL
NIÉVROZ | PIZAY | SAINTE-CROIX

www.lecostellan.3cm.fr

5	Édito
6-8	Le Costellan
	○ Patrimoine
10-15	Les sites immanquables
16	À deux pas
	○ Nature
18-19	À pied
20-21	À vélo
22-23	À cheval
24-26	Au fil de l'eau
	○ Culture & Loisirs
28-29	Temps forts
30-31	Vie culturelle
32-33	Loisirs de plein air
34-35	Activités en intérieur
36-37	Jeux de piste
38	À deux pas
	○ Saveurs & Artisanat
40-43	Régalez vos papilles
44-45	Label « Saveurs de l'Ain »
46-47	Artisanat d'art



Bienvenue en terre Costellane !

Aux portes d'entrée de la Dombes et à deux pas de Lyon, la Côtière vous invite à prendre votre temps.

Laissez-vous charmer par sa nature, propice aux balades à pied, à vélo ou à cheval.

Les curieux d'histoire seront également enchantés par la richesse de son patrimoine : Apothicairerie, cité historique de Montluel, fours de quartier...

Les produits du terroir et nos chefs sauront satisfaire vos papilles. Découvrez les fameuses grenouilles de la Dombes ou les traditionnelles tartes au sucre cuites au feu de bois !

3 PARCOURS THÉMATIQUES

- Parcours historique de Montluel
- Circuit des fours de Bressolles
- Parcours découverte de Pizay

6 CIRCUITS

de randonnées pédestres

1 THÉÂTRE

pour des sorties culturelles toute l'année

1 APOTHICAIERIE

classée « Monument historique »

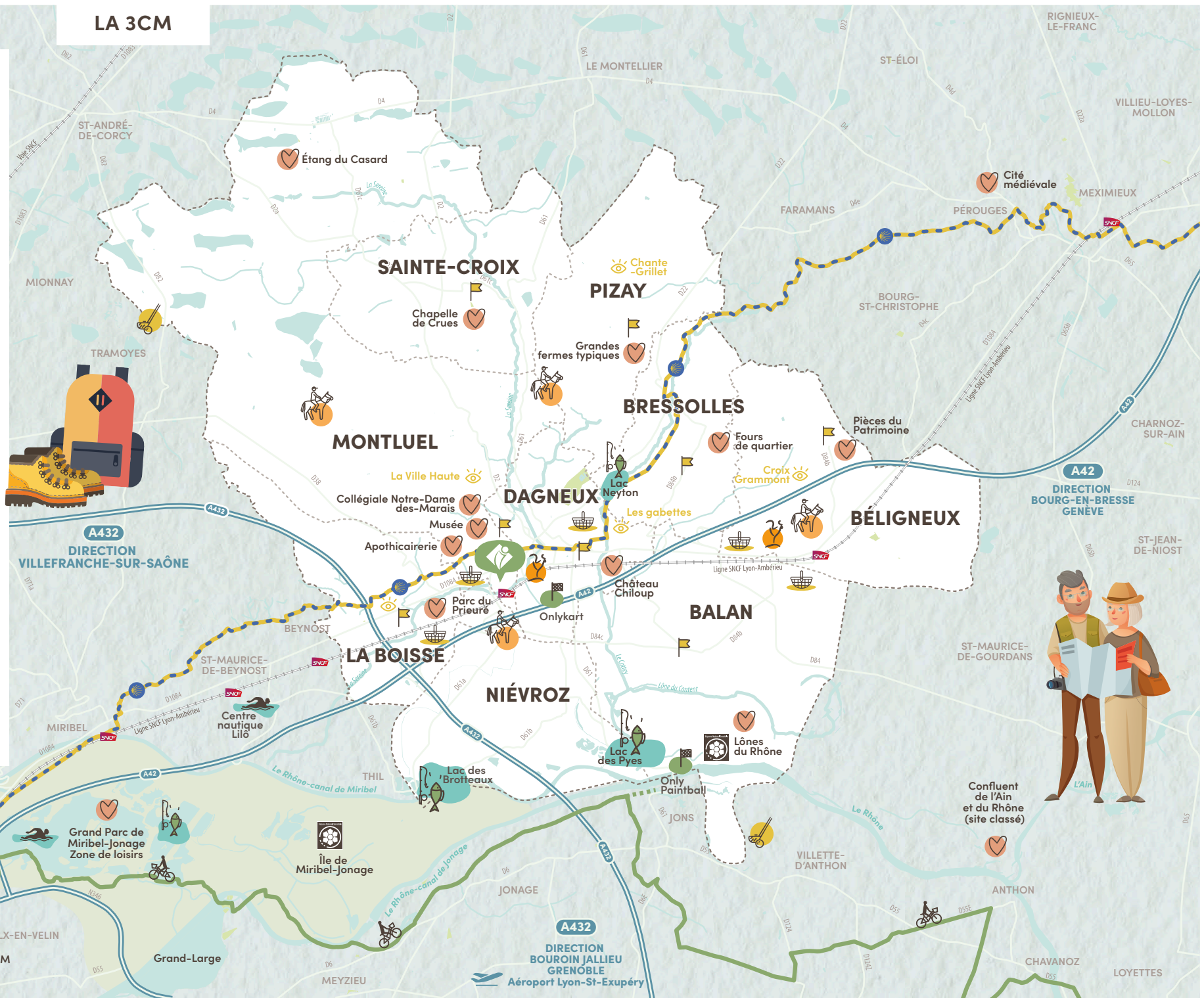
4 JEUX DE PISTE

à résoudre en famille ou entre amis

LA 3CM

LÉGENDE

-  Le Costellan Office de Tourisme
-  Espace Naturel Sensible
-  Coups de cœur touristiques
-  Points de vue
-  Départ des sentiers
-  Centre équestre
-  Centre nautique et baignade
-  Site de pêche
-  Golf
-  Autre activité
-  ViaRhôna
-  Chemin de Saint-Jacques-de-Compostelle
-  Limite 3CM
-  Limite Communes
-  Autoroute
-  Gare
-  Label « Saveurs de l'Ain »
-  Magasins de producteurs et boutiques spécialisées



Aéroport Lyon-St-Exupéry



Poussez la porte de l'ancienne gare de Montluel et découvrez l'espace de vie de l'Office de Tourisme « Le Costellan » où producteurs, artisans d'art et commerçants sont à l'honneur à travers une salle d'exposition, un espace atelier et une boutique.

L'Office de Tourisme vous invite à une immersion en Côtière, à la découverte du territoire, de son patrimoine et de ses savoir-faire. L'équipe du Costellan se fera un plaisir de vous conseiller sur les escapades « nature », « culture » ou « gastronomique » à partager le temps d'une journée ou d'un week-end.



Les animations

L'Office de Tourisme « Le Costellan » vous propose de multiples rendez-vous : ateliers, dégustations, visites guidées, animations enfants... pour plonger dans l'univers de la Côtière tout au long de l'année !



Espace d'exposition

L'Office de Tourisme « Le Costellan » vous propose de découvrir la Côtière d'une manière décalée via un espace d'expositions temporaires : photos, patrimoine, art... De nombreuses thématiques sont mises en valeur dans ce lieu culturel tout au long de l'année.



Espace boutique

Véritable vitrine du territoire, la boutique de l'Office de Tourisme « Le Costellan » regorge de créations artisanales et locales : bijoux, objets déco, cartes postales ou encore produits du terroir, vous aurez du choix pour soutenir les producteurs et artisans du territoire !





Vous organisez un événement sur l'une des 9 communes de la Côtière à Montluel ?

Rendez-vous sur le site www.lecostellan.3cm.fr à la rubrique « Proposer un événement » et votre information sera relayée gratuitement !

RESTEZ CONNECTÉ AVEC LE COSTELLAN

Foires, vide-greniers, marchés d'art, événements sportifs... Avec un tissu associatif très actif, la Côtière regorge de manifestations tout au long de l'année. Adoptez les outils de communication de l'Office de Tourisme « Le Costellan » pour connaître les bons plans à partager en famille ou entre amis.

Appli « 3CM & Moi »



L'appli « 3CM & Moi » vous donne accès en temps réel à un ensemble d'informations pratiques du territoire : offre culturelle et de loisirs, solutions de mobilité, horaires et fonctionnement des services locaux, qualité de l'air... Visiteurs ou habitants, personnalisez l'appli 3CM & Moi à votre guise ! Facilitez votre quotidien en choisissant votre restaurant selon sa cuisine et sa localisation et en téléchargeant les parcours pédestres et cyclistes.

↓ sur [Apple Store](#) et [Google Play](#)

Newsletter



Féru de sorties et de rencontres, abonnez-vous à la newsletter mensuelle de l'Office de Tourisme « Le Costellan » qui recense tous les événements et les festivités de la Côtière.

↓ sur www.lecostellan.3cm.fr avec une possibilité d'abonnement

Instagram et Facebook



Suivez-nous sur Instagram pour profiter de la beauté des paysages de la Côtière. Sur Facebook, vous retrouverez toute l'actualité touristique, culturelle ou encore gastronomique du territoire.

  Office de Tourisme « Le Costellan »

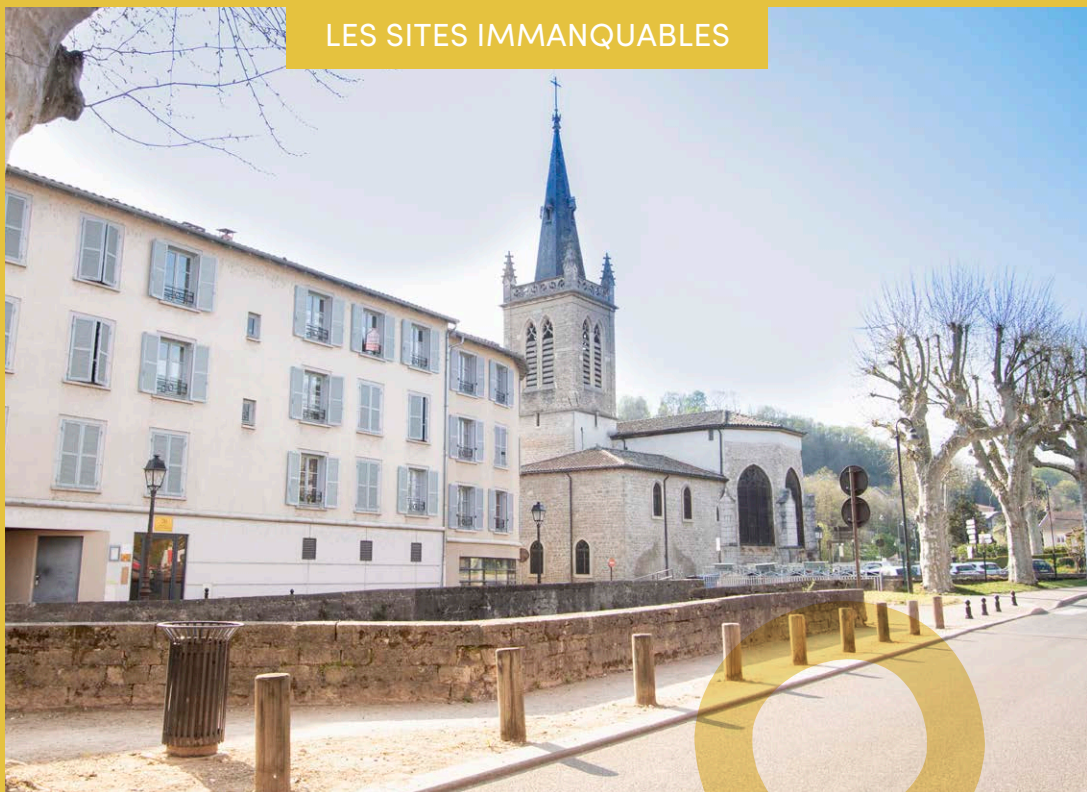


Patrimoine

Les richesses patrimoniales du territoire vous ouvrent leurs portes. Partez à la découverte du passé de la Côtière et laissez-vous séduire par les vieilles pierres qui ont tant d'histoires à vous raconter !

10-15 Les sites immanquables

16 À deux pas



La cité historique de Montluel

Aux portes de la Dombes, cette ancienne seigneurie a su se doter au fil des siècles d'un riche patrimoine historique. Flânez dans les ruelles de cette cité moyenâgeuse à la découverte de son histoire et de ses monuments : la Collégiale Notre-Dame-des-Marais, la Tour Carrée, la Chapelle de la Visitation ou encore l'Apothicaierie et son Ancien Hospice valent le détour. Montluel ne manque pas d'anecdotes. Au XVIII^e siècle, un certain Mozart séjourna dans l'ancien relais de diligence de la ville (aujourd'hui école Saint-Vincent-de-Paul). Au fil de votre déambulation, vous croiserez la Sereine,

rivière qui prend sa source au milieu des étangs de la Dombes et qui alimentait, jusque dans les années 1970, les nombreux canaux mouturiers de la ville pour le fonctionnement des activités artisanales (moulins, teintureries, magnaneries...). Ces canaux sont encore visibles à de nombreux points du centre-ville. Ouvrez l'œil. Enfin, prenez de la hauteur pour découvrir les ruines de l'ancien château féodal, aujourd'hui aménagées en théâtre de verdure, ainsi que la statue de la Madone. Profitez également d'un beau panorama sur le Bugey et les Alpes.

MONTLUEL

La Collégiale Notre-Dame-des-Marais

Inscrite à l'inventaire des monuments historiques, ne manquez pas son plafond à caissons de style italien et son bénitier en marbre rose !

Ouvert tous les jours de 8h à 18h

L'Apothicaierie

Située dans l'ancien hospice, cette pharmacie, aujourd'hui classée « monument historique », fonctionna de 1765 à 1942. Vous pourrez admirer ses boiseries de 350 ans d'âge ainsi que les collections de faïences du XVIII^e siècle.

Ouvert le dernier samedi du mois de 15h à 18h, de mars à octobre

Ouvert en juillet et en août du vendredi au dimanche, de 15h à 18h en alternance avec le Musée d'Art et d'Histoire Locale

Renseignements auprès de l'Office de Tourisme « Le Costellan »



Le lavoir et la Tour Mandot

Découvrez l'ancien lavoir couvert alimenté par un des canaux de la Sereine qui jouxte la Tour Mandot, vestige des anciennes fortifications.





MONTLUEL

La Tour Carrée

La Tour Carrée fait partie des vestiges des remparts clôturant la ville de Montluel. À l'origine, logis de garde de la milice bourgeoise, le bâtiment est réaménagé en 1720 pour servir de prison. Elle abrite aujourd'hui une exposition d'appareils photo anciens et de cinéma.

Ouvert le dernier samedi du mois de 15h à 18h, de mars à octobre

MONTLUEL

Le Musée d'Art et d'Histoire Locale

Dans une maison bourgeoise datant du XVI^e siècle, vous découvrirez la culture locale à travers des scènes de vie du début du XX^e siècle.

Ouvert le 2^e samedi du mois de mars à octobre avec un programme d'animations

Ouvert en juillet et en août du vendredi au dimanche, de 15h à 18h en alternance avec l'Apothicaierie



MONTLUEL

Chapelle de la Visitation

Ce majestueux bâtiment du XIX^e siècle abritait les religieuses et leurs pensionnaires à cette époque. Vous y retrouverez un espace d'exposition « Les Visitandines en leur demeure » qui résume la vie des Visitandines dans l'Ain.

Ouvert sur demande aux horaires d'ouverture du Musée d'Art et d'Histoire Locale



La Côtière regorge d'édifices, classés monuments historiques pour certains, qui méritent une halte : La Chapelle des Crues de Sainte-Croix, l'Église Saint-Marcellin de Bressolles, le cimetière Allemand de Dagneux, l'Église Notre-Dame de l'Assomption et le parc du Prieuré de La Boisse...

Les fermes de Pizay

Pizay dispose d'une dizaine de grandes fermes à l'architecture rurale originale avec des galeries en bois et d'imposants piliers de pierre en façade. L'appellation « Grande ferme » est liée à la composition de la bâtisse d'un seul tenant pour contenir toutes les activités de l'exploitation : les écuries, le fenil, la galerie de bois pour le séchage du maïs et les locaux d'habitation.

Parcours découverte du village de Pizay
 ↘ sur www.lecostellan.3cm.fr



Les fours de Bressolles

Bressolles a compté jusqu'à neuf fours à pain construits après la Révolution par les habitants de chaque quartier, pour un usage commun. D'architecture semblable, ils sont encore aujourd'hui entretenus par les ayants droit et jalonnent les chemins du village. Sept d'entre eux sont encore en état de marche et chaque année, à l'occasion de la fête des fours, Bressolles et ses habitants continuent à faire vivre l'art de cuire les tartes au feu de bois.

Circuit des fours de quartier
 ↓ sur www.lecostellan.3cm.fr



DAGNEUX

Le Château Chiloup

Initialement maison forte lors de sa construction au XIV^e siècle, l'édifice a peu à peu évolué vers ce qui s'apparente à une grande maison bourgeoise.

Parc du Château en accès libre

Château ouvert lors des Journées Européennes du Patrimoine et lors des visites organisées par l'Office de Tourisme.

Renseignement auprès de l'Office de Tourisme « Le Costellan »



Les puits de Béligneux

Béligneux était dotée de très nombreux puits jusqu'en 1930. Peu à peu abandonnés après l'installation du réseau d'eau potable, certains puits restent cependant en activité comme sur la place de la Grande Hermière ou encore au hameau de Chânes.

Renseignements auprès de l'Office de Tourisme « Le Costellan »

BÉLIGNEUX

La Chapelle de Chânes

L'origine de la Chapelle est liée à une ancienne léproserie fondée par les Cisterciens qui daterait du XIII^e siècle. Admirez ses peintures murales restaurées récemment !

Ouvert uniquement sur rendez-vous

Association Béligneux Histoire et Culture : 06 41 49 59 44



BÉLIGNEUX

Les Pièces du Patrimoine

Cinq salles d'exposition retracent la vie passée du village : cuisine d'époque, salle d'école des années 50, photos de classe, exposition de l'ancien mécanisme des cadrans de l'église Saint-Pierre, mannequins, et aussi, en sous-sol, une cave voûtée !

Ouvert uniquement sur rendez-vous

Association Béligneux Histoire et Culture : 06 41 49 59 44

DE 15 À 30 MINUTES DE MONTLUEL

Cité médiévale de Pérouges

Labellisé « Plus beau village de France », Pérouges saura vous étonner par son architecture typique de la fin du Moyen-Âge. Ne manquez pas de déguster la fameuse galette inégalee depuis 1912 ! Différentes animations sont proposées tout au long de l'année : parade vénitienne, visites nocturnes costumées, marché de Noël...

Pérourges Bugey Tourisme

Point d'accueil Pérourges : 09 67 12 70 84



Cité médiévale de Châtillon-sur-Chalaronne

Classée parmi les plus beaux détours de France, Châtillon-sur-Chalaronne semble sortir d'un conte de fées ! Admirez ses maisons à colombages, ses allées fleuries sans oublier ses imposantes halles du XV^e siècle où se déroule chaque samedi un des plus beaux marchés de France.

À voir : le musée tradition et vie, le musée du train miniature, l'Apothicaierie et l'ancien hôpital.

Dombes Tourisme

Point d'accueil Châtillon-sur-Chalaronne : 04 74 55 02 27

Ars-sur-Formans

Ars, membre de l'association, ville sanctuaire en France, accueille, chaque année, des centaines de milliers de pèlerins qui viennent marcher dans les pas de Jean-Marie Vianney, le curé d'Ars, patron de tous les curés de la terre. En cette année jubilaire marquant le 100^e anniversaire de sa canonisation, les fêtes du 4 août auront une signification particulière.

Ars Trévoux Tourisme

Point d'accueil Ars : 04 74 08 10 76



Pour découvrir plus de lieux, contactez l'Office de Tourisme « Le Costellan ».

Trévoux

Labellisée « Ville d'art et d'histoire », Trévoux vous invite à la flânerie ! Profitez d'une balade en bord de Saône, parcourez la « Rue(s) des Arts » et poussez la porte des ateliers d'artisans. Admirez la vue depuis le château fort.

À voir : le musée « Trévoux et ses trésors », l'Apothicaierie, la salle d'audience du parlement de Dombes.

Ars Trévoux Tourisme

Point d'accueil Trévoux : 04 74 00 36 32



Nature

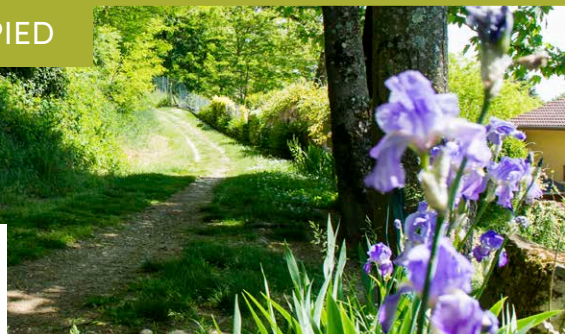
La nature de la Côtère s'offre à tous les loisirs. L'eau est fortement représentée, à travers les lacs, étangs et rivières, propices à la pêche et à la détente. Les bois et forêts font également le bonheur des amoureux de randonnées.

18-19 À pied

20-21 À vélo

22-23 À cheval

24-26 Au fil de l'eau



Randonnées pédestres

Près de 90 km de sentiers, d'une grande variété de paysages, traversent le territoire. Les bois de Pizay vous raviront par leur beauté au printemps comme à l'automne. Quant aux Lônes de Balan, anciens bras du Rhône, elles vous enchanteront par leur côté sauvage avec une faune et une flore d'exception. Vous pourrez également emprunter les itinéraires traversant les communes de Béligneux ou de La Boisse qui vous mèneront sur les coteaux du territoire.

Découvrez les 6 boucles du territoire de la Côtère à Montluel :

○ « **Autour de Bressolles** »
Distance : 4,2 km (1h de marche)
Difficulté : Très facile
Dénivelé positif : 53 m

○ « **Lac Neyton et le Merdanson** »
Distance : 9 km (2h30 de marche)
Difficulté : Facile
Dénivelé positif : 53 m

○ « **Entre Lônes et Rhône** »
Distance : 9 km (2h15 de marche)
Difficulté : Facile
Dénivelé positif : 26 m
Attention : En période humide ou en cas de fortes pluies, le parcours peut être impraticable. Se renseigner auprès de l'Office de Tourisme.

○ « **Les bois de Béligneux** »
Distance : 12 km (3h20 de marche)
Difficulté : Moyenne
Dénivelé positif : 126 m

○ « **Du plateau de La Boisse aux hauteurs de Montluel** »
Distance : 13 km (3h45 de marche)
Difficulté : Moyenne
Dénivelé positif : 182 m

○ « **Circuit de la Côtère** »
Distance : 19 km (5h30 de marche)
Difficulté : Difficile
Dénivelé positif : 210 m

Topoguide disponible à l'Office de Tourisme « Le Costellan » (3 €) ou [sur www.lecostellan.3cm.fr](http://www.lecostellan.3cm.fr)

Ces circuits sont équipés d'une signalétique directionnelle et d'un balisage conforme à la charte départementale. Ils bénéficient d'un entretien régulier afin de garantir la sécurité des usagers.



ÉVÈNEMENTS SPORTIFS

Pour découvrir la beauté et la diversité des paysages de la Côtère, des bords du Rhône aux étangs de la Dombes, prenez le départ des courses pédestres organisées sur le territoire :

- La Bressol'Line,
- Le sentier des Lônes,
- Run La Dagnarde.

Le chemin de Saint-Jacques-de-Compostelle

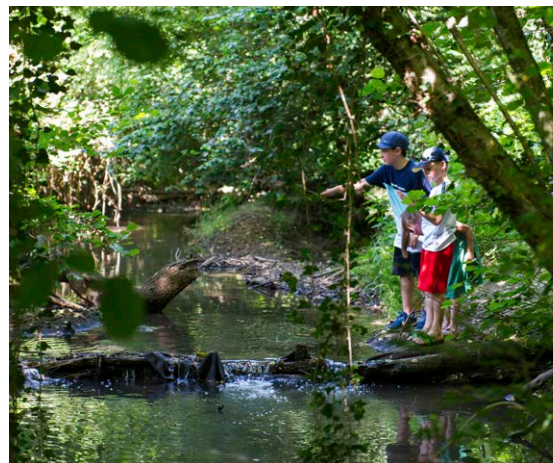
La Côtère est traversée par le chemin de Saint-Jacques-de-Compostelle qui relie Genève au Puy-en-Velay. Il n'est pas rare de croiser à Montluel des pèlerins qui font une pause entre les deux étapes :

Péruges - Montluel (15,1 km)

Montluel - Lyon (22,5 km)

L'itinéraire de Saint-Jacques emprunte les sentiers de randonnée du territoire dont le chemin Henri IV parcouru par ce dernier à la fin de l'été 1597 pour inspecter les fortifications de Montluel. Faites une halte à l'Office de Tourisme « Le Costellan » pour tamponner votre credential et échanger sur les informations pratiques du territoire.

Les amoureux de la nature seront charmés par les nombreux chemins qui sillonnent la Côtère.



INFOS CHASSE

La période d'ouverture de chasse est fixée chaque année par arrêté préfectoral (en général, entre début septembre et fin février).

Pour une bonne cohabitation entre l'ensemble des usagers (marcheurs, vététistes, chasseurs...), nous vous invitons à :

- Respecter les déviations de chasse,
- Rester sur les chemins communaux balisés,
- Porter des vêtements de couleur.

Renseignez-vous auprès de l'Office de Tourisme pour choisir le parcours à privilégier.

Ain Outdoor

L'application Ain Outdoor vous donne accès à plus de 365 parcours rando, trail, cyclo, VTT, canoë, ski de fond, raquettes et activités 4 saisons dans l'Ain... entre Lyon et Genève. Inspirez-vous avec des descriptifs et photos de qualité, consultez les avis et échangez avec la communauté !

Avant de partir, téléchargez les parcours souhaités et laissez-vous guider en mode vocal (fonctionne même hors réseau).

Application gratuite en téléchargement sur Apple store ou Google Play.





La Côtière est un magnifique terrain de jeu pour les amateurs de vélo.

Le tourisme à vélo dans l'Ain

Envie de vacances à vélo ou d'une balade les cheveux au vent ? Prenez le départ des nouveaux itinéraires de l'Ain qui vous permettront de parcourir les routes bucoliques de la Côtière à la découverte de paysages variés.

Au départ de Montluel, au niveau de la gare et de l'Office de Tourisme, vous pourrez rejoindre le plateau de la Dombes, la cité médiévale de Pérouges ou la ViaRhôna au niveau du Pont de Jons (Niévroz).

Renseignements sur les itinéraires auprès de l'Office de Tourisme « Le Costellan »



NOUVEAUTÉ JUIN 2025

Boucle loisirs à vélo

Cette boucle loisirs offre une escapade bucolique sur des routes peu fréquentées, idéales pour une découverte paisible de la Dombes. Depuis Montluel, l'itinéraire gravit en douceur la Côtière, révélant un paysage ponctué d'étangs et de forêts. En chemin, plusieurs hameaux (Jailleux, Romanèche, Cordieux...) jalonnent le parcours, permettant d'admirer un riche patrimoine (apothicaire, centre historique, chapelles...). Une halte gourmande est recommandée à Sainte-Croix, village reconnu pour ses bonnes tables.

Départ / arrivée :
Montluel gare ou Centre sportif
Distance : 30,1 km ou 26,1 km selon le point de départ
Dénivelé positif cumulé : 259 m

ITINÉRAIRES MODES DOUX POUR TOUTE LA FAMILLE

ViaRhôna et Anneau Bleu

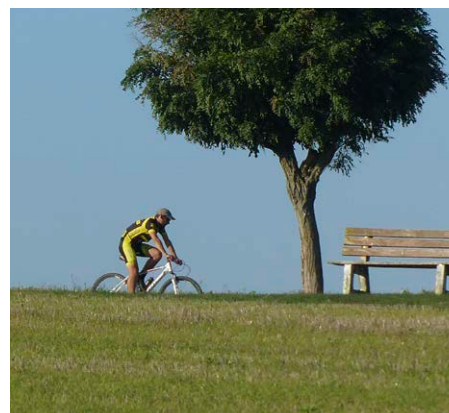
La Côtière est directement connectée à la ViaRhôna, le célèbre itinéraire « modes doux » qui relie le lac Léman à la mer Méditerranée.

À vélo, à rollers, à pied, en canoë ou en aviron, le fleuve du Rhône sera votre fil conducteur pour des balades accessibles à toute la famille.

À partir du pont de Jons, rejoignez le centre de Lyon à vélo en toute sécurité en empruntant l'itinéraire de l'anneau bleu, d'une longueur de 26,5 km. Une belle balade à vélo qui relie les parcs et plans d'eau de l'agglomération lyonnaise notamment le Grand Parc de Miribel-Jonage ou le lac du Grand Large (Meyzieu) et offre une visite urbaine de Lyon le long des berges du Rhône.

Accès à la ViaRhôna et à l'anneau bleu :
Commune de Niévroz - Pont de Jons

Plus d'infos : www.viarhona.com
Plan de l'anneau bleu en téléchargement
sur www.lecostellan.3cm.fr



SOS petites réparations

Votre vélo a un souci mécanique ? Besoin d'un petit réglage avant de partir en balade ? Les gares de Montluel et de La Valbonne sont équipées d'un pied de réparation et d'une pompe de gonflage en libre-service.

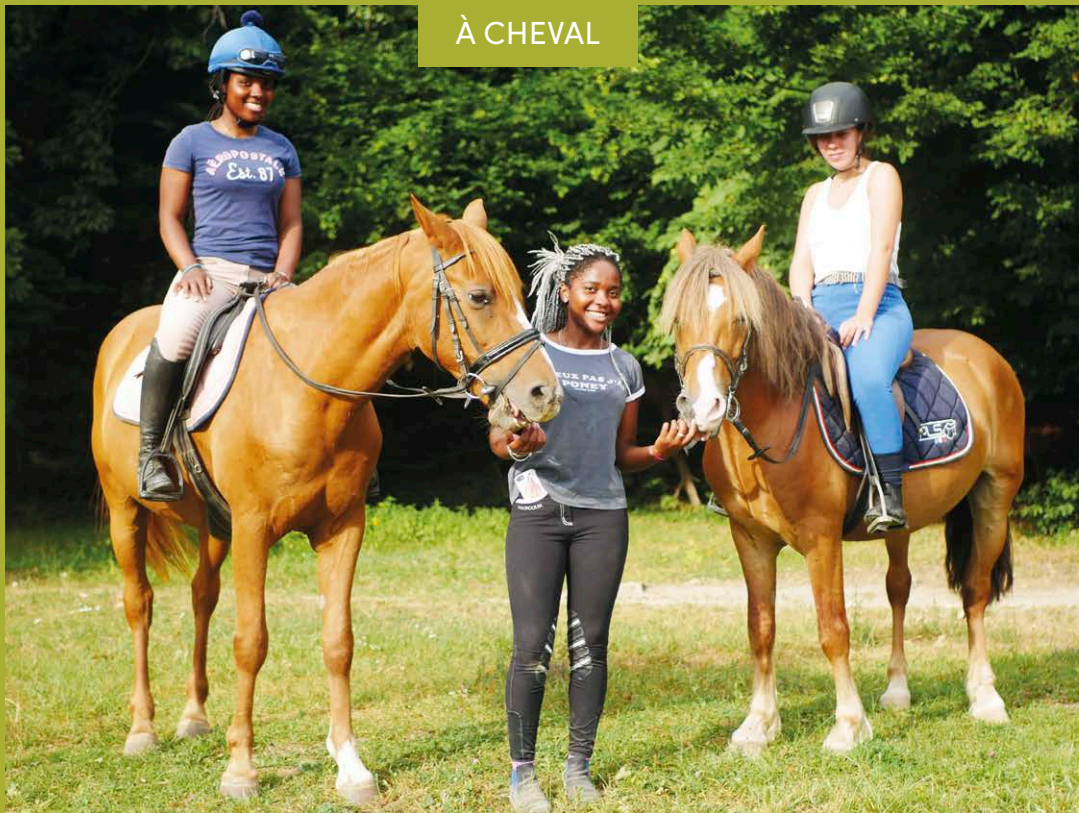


ZOOM ACCUEIL VÉLO

Labellisé « accueil vélo », l'Office de Tourisme « Le Costellan », implanté dans les locaux de la gare de Montluel facilite l'accueil des cyclotouristes. Ces derniers profiteront d'un accueil de qualité avec les infos sur les parcours vélos et les possibilités d'hébergement, un kit de réparation et des consignes de bagages à disposition.

Plusieurs hébergeurs et restaurateurs proposent aussi l'accueil vélo. Ils garantissent des équipements et des services pour les cyclistes.





ITINÉRAIRE ÉQUESTRE

L'itinéraire équestre départemental reliant Saint-Jean-de-Thurigneux à Pérouges traverse les paysages vallonnés et boisés de la Côtière.

Le centre équestre Equifun à Saint-Jean-de-Thurigneux et la ferme de Rapan à Pérouges bordent ce parcours et assurent l'accueil des cavaliers et des chevaux.

Détail sur l'itinéraire et les relais sur www.01acheval.fr

Entre sous-bois, coteaux et vallons, la Côtière offre un environnement idéal pour s'évader au pas, au trot et au galop.

CENTRES ÉQUESTRES

3 centres équestres proposent une offre d'activités très complète : baby poneys, balades à l'heure, à la ½ journée et à la journée, initiation et perfectionnement, préparation au passage de galops, stages, saut d'obstacles, travail à pied, éthologie, dressage...

Contactez le club pour toute demande de tarifs, d'horaires ou de prestations.

easyCheval

- Cours d'équitation à l'année
- Stages durant les vacances scolaires
- Balades à poney et séances mini-cavalier
- Ateliers parent/enfant/poney
- Cours particuliers
- Cheval et Poney partage
- Équicoaching

LE PETIT PLUS - l'atelier parents-enfants.

La séance se déroule selon le rythme des enfants avec un encadrement bienveillant et la présence rassurante des parents. L'enfant s'occupe de son poney, apprend à se sentir en confiance avec l'animal grâce à des jeux et profite d'une balade dans le parc du château.

Château de la Gentille
01120 Montluel - 07 88 50 74 16
www.easycheval.com -

Les cavaliers en herbe

- Pon'éveil et Baby Poney
- Pony Games
- Poneys en main
- Passage de Galops (1 à 7)
- Concours
- Pension pré
- Équicoaching (Le Cheval Médiateur)

LE PETIT PLUS - l'équicoaching.

(accompagnement facilité par le cheval) Pour un public handicapé en équitation adaptée, pour des salariés d'entreprises ou simplement pour travailler sur soi, il est possible sur une séance ou un cycle, sans être cavalier ni en capacité de monter, de travailler sur de nombreux points personnels et professionnels.

501 chemin des Bruyères
01360 Béligneux - 06 33 04 38 66
www.cavaliersenherbe.com -

Les Calèches Lyonnaises

06 14 82 53 91
www.les-caleches-lyonnaises.fr

Vous cherchez une expérience unique en pleine nature ? Venez vous promener en calèche à la campagne, sur les hauteurs de Montluel ! Profitez de l'air frais, des paysages magnifiques et de la tranquillité de la nature. Girolle et Grâce se feront un plaisir de se laisser guider à travers les plus beaux paysages de la région.

Réservez dès maintenant votre balade en calèche à la campagne ou offrez un bon cadeau pour une expérience inoubliable !

Centre équestre du Sepey

- Cours d'équitation à l'année
- Stages durant les vacances scolaires à la journée (enfants)
- Baby Poney
- Location de poney pour les enfants de 4 à 10 ans (balade)
- Compétition équestre (CSO, TREC, dressage)
- Passage de Galops (1 à 7)
- Achat ou vente de chevaux
- Pension

LE PETIT PLUS - les sorties TREC.

Le club organise régulièrement des sorties TREC (Technique de randonnées équestres en compétition) en Club Élite afin d'allier l'émulation de la compétition aux sensations de liberté de l'équitation en pleine nature.

Lieu-dit Le Sepey
01120 Montluel - 06 11 29 66 08
www.centreequestredusepey.fr -



BALADES AU BORD DE L'EAU

Les Lônes de Balan

(Site ENS)

La Côtère dispose d'un patrimoine naturel d'exception en lien avec le Rhône, classé « Espace naturel sensible ». Baladez-vous à travers les lônes, anciens bras fluviaux, vestiges du fonctionnement passé du cours d'eau, et découvrez les forêts alluviales et les pelouses sèches qui abritent de magnifiques orchidées.

Circuit pédestre « Entre Lônes et Rhône »

La route de la Dombes, le pays aux mille étangs

Partez à la découverte des étangs de la Dombes en empruntant les 3 circuits de la route de la Dombes. À travers ville et campagne, en voiture, en camping-car ou encore à vélo, les paysages naturels vous émerveilleront.

Brochures et renseignements auprès de l'Office de Tourisme « Le Costellan »



LE SAVIEZ-VOUS ?

Avec près de 1 200 étangs, la Dombes est un véritable paradis pour les oiseaux sauvages, sédentaires ou migrateurs, dont 130 espèces ont été répertoriées. Avec une production annuelle de 1 200 tonnes, dont 70 % de carpe, la Dombes constitue la 1^{re} région productrice de poissons d'eau douce de France.

Le confluent entre l'Ain et le Rhône (site classé)

Promenez-vous au bord du confluent de l'Ain et du Rhône, l'un des derniers deltas naturels et actifs d'Europe. Son positionnement particulier en fait un lieu de vie propice pour la faune et la flore. Ouvrez l'œil : vous apercevrez peut-être une loutre !

Sur la commune de Saint-Maurice-de-Gourdans

SITES DE PÊCHE

Dans un cadre agréable et verdoyant, le domaine de pêche de la Côtère est idéal pour vivre les joies que procure la prise d'une carpe ou d'un brochet au bord d'un lac, mais aussi pour pêcher la truite en rivière.

Le lac Neyton et le Cottey

Le lac Neyton vous séduira par son cadre bucolique.

Le Cottey traverse six communes. Il prend sa source à Joyeux, passe par le village de Faramans, coule sur les confins de Pizay et de Bressolles, traverse Dagneux et se jette dans un bras du Rhône, à Niévroz. Il compte une lône sur le bas de son parcours.

Vente de cartes : Dagneux - bureau de tabac, Proximarché, Gamm Vert...

Société de pêche de La Gaule du Cottey

Président : M. Gilles SIBELLE
06 19 02 69 16
www.lagauleducottey.fr
lagauleducottey@gmail.com
gilles.sibelle@yahoo.fr



La Sereine et le lac des Brotteaux

La Sereine est une rivière de deuxième catégorie, d'une largeur variant de 2 et 5 mètres et longue de 22 km. Sinueuse, elle prend sa source sur la commune de Saint-André de Corcy puis serpente à travers Cordieux, Sainte-Croix, Montluel, La Boisse et Beynost pour se jeter dans le canal de Miribel. Le lac des Brotteaux vous offrira quant à lui une pêche en grande gravière.

Vente de cartes : Décathlon Beynost

AAPPMA La Gaule Sereine
Président : M. François MATRISCIANO
06 24 78 33 34
www.lagaulesereine.fr

Le lac des Pyes

Le site des Pyes est composé de 3 lacs issus d'une ancienne carrière d'extraction de granulats pour une superficie d'environ 15 hectares.

Ces plans d'eau situés sur la commune de Niévroz dans l'Ain, route du Pont de Jons, ont été aménagés et destinés à la pêche de loisir.

Vous pouvez acquérir les cartes de pêche sur place auprès des gardes.

Les cartes journalières sont également disponibles chez nos dépositaires :

- Niévroz : Épicerie du Platane,
- Loyette : Fleurs et Pêche,
- Bron et Beynost : Décathlon,
- Meyzieu : Grand Large Pêche.

Association de pêche de Niévroz
Président : M. François LOPEZ
06 16 14 82 32
www.lacsdespyes.fr

ACTIVITÉS AQUATIQUES

Grand Parc Miribel-Jonage

Profitez d'un large choix d'activités aquatiques au Grand Parc Miribel-Jonage ! Canoë, paddle, voile et bien d'autres activités vous attendent pour partager un bon moment en famille ou entre amis. Rendez-vous à l'Atol pour louer votre matériel directement sur place.

Et pour vous relaxer le temps d'une journée, venez profiter d'une baignade sur l'une des 4 plages surveillées que propose le Grand Parc ! Buvettes et aires de pique-nique seront à votre disposition.



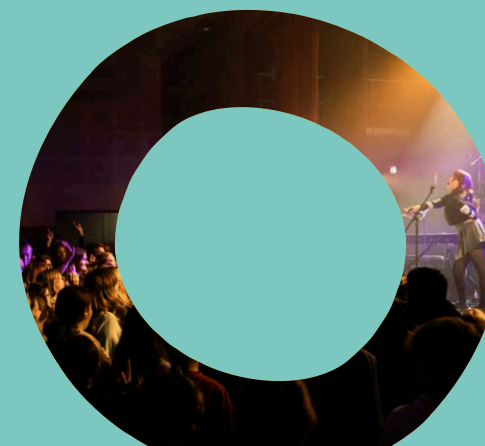
Le Grand parc vous propose également un panel d'activités terrestres et de balades nature toute l'année, au fil de l'eau : vélo, golf, course d'orientation ou encore course à pied, il y en a pour tous les goûts !

Chemin de la Bletta
69120 Vaulx-en-Velin
04 78 80 56 20
www.grand-parc.fr -

Espace Aquatique Lilô

L'Espace Aquatique Lilô vous accueille toute l'année et vous propose un large choix d'activités : aquagym, aquabiking, cours de natation, bébé-nageurs. Profitez également d'un espace détente avec spa, sauna et hammam.

Chemin de Thil
01700 St-Maurice-de-Beynost
Forum des sports
04 37 85 87 00
www.vert-marine.info/lilo



Culture & Loisirs

Week-end avec les enfants ?
Sortie entre amis ? La Côtière
regorge d'activités pour
défouler les petits et combler les
plus grands. Spectacles, ateliers
créatifs, initiations au golf,
soirée bowling...
Variez les plaisirs !

28-29 Temps forts

30-31 Vie culturelle

32-33 Loisirs de plein air

34-35 Activités en intérieur

36-37 Jeux de piste

38 À deux pas



La Nuit Costellane

Une nouvelle commune chaque année
 À travers un parcours scénographié dans l'une des 9 communes de la 3CM, la Nuit Costellane vous emmène à la découverte du patrimoine local pour admirer les monuments historiques illuminés pour l'occasion. Musique et convivialité sont au programme à chaque édition !

La Nuit des musiques

En mars

Organisée par la Maison de la Jeunesse et de la Culture de la 3CM (MJC) et l'Office municipal de la culture de Montluel (OMCM), en partenariat avec l'école de musique, la Nuit des musiques, c'est une soirée et plusieurs concerts ! Vous aimez la musique, toutes les musiques ? Alors c'est votre rendez-vous ! Brassage de styles, brassage de familles, pépinière de talents, proximité forte entre public et artistes.



Contes en Côtère

Au printemps

Depuis son lancement en 2002, le festival des « Contes en Côtère » est une incroyable aventure humaine qui ne cesse de grandir. Son concept original repose sur la création de spectacles en lien avec l'histoire et les traditions locales au sein de chaque village de la Côtère. Ce festival est entièrement porté par la créativité des habitants qui tiennent les premiers rôles en costume ou à la régie. Les « Contes en Côtère » offrent des moments de partage et de convivialité qui donnent à la Côtère un air de fête, un parfum d'antan et surtout une envie de cohésion. Les spectacles se déroulent en plein air et sont gratuits.



ZAC en Scène, le festival de l'émergence

En octobre

Un festival dédié aux artistes émergents, aux rencontres étonnantes et détonantes ! Des premiers frémissements à l'onde de choc permanente, le festival « ZAC en Scène » allie artistes en devenir et têtes d'affiche dans un cadre intimiste et privilégié. Un évènement culturel qui se voulait d'envergure, pari réussi pour une scène musicale nouvelle placée sur un territoire en plein développement !





Profitez de votre temps libre pour voir un spectacle, visiter une exposition ou vous faire une séance de cinéma.

THÉÂTRE

Théâtre de l'Office municipal de la culture de Montluel (OMCM)

Une sélection de spectacles pour tous les goûts tout au long de l'année : humour, comédie, théâtre classique, musique...

Programme disponible à l'Office de Tourisme « Le Costellan »
Prévente et réservation auprès de l'Office de Tourisme « Le Costellan »

Salle des Augustins
59 avenue de la Gare - 01120 Montluel
omcmontluel@free.fr

Maison de la jeunesse et de la culture (MJC)

Une programmation culturelle variée proposant des spectacles jeune public, concerts et soirées-débats...
La MJC propose également des activités à l'année ou sous forme de stages de danse, du zen, du sport et de l'artistique. Il y en a pour tous les goûts.

Programme disponible à l'Office de Tourisme « Le Costellan »

Chemin de la Portelle - 01120 Montluel
04 72 25 75 07 - info@mjc-3cm.org
www.mjc-3cm.org -



9 bibliothèques ou médiathèques, accessibles au public, sont réparties sur le territoire.



TIERS LIEU

L'AbriCôtère

L'AbriCôtère est un lieu d'échanges et de diversité avec pour objectif de générer dialogue et partage. Divers ateliers et animations sont organisés tout au long de l'année : couture, cuisine, chorale, jeux, réparthon...

Horaires d'ouverture auprès de l'association

138 rue du Torrent - 01120 Montluel
07 69 27 37 67
contact@labricotiere.fr
www.labricotiere.fr -

CINÉMA

Association cinématographique des Augustins (ACA)

2 séances tous les vendredis soir et des séances spéciales pendant les vacances (films pour enfants) ou lors d'évènements particuliers (semaine bleue, journée de la femme...).

Renseignements service culturel de la mairie de Montluel : 04 78 06 06 23
Salle des Augustins : 04 78 06 11 45

Programme disponible à l'Office de Tourisme « Le Costellan »

Salle des Augustins
59 avenue de la Gare - 01120 Montluel
acamontluel.free.fr -



ZOOM SUR

Espace d'exposition à l'Office de Tourisme « Le Costellan »

Ouvert à tous gratuitement découvrez les trésors de notre patrimoine sous un jour différent. Expositions artistiques, culturelles ou encore environnementales, la Côtère révèle ses secrets tout au long de l'année.

Place de la Gare - Montluel
04 72 25 78 54 - lecostellan-ot@3cm.fr
www.lecostellan.3cm.fr



OnlyPaintball

Dans un espace de 15 000 m² de terrain aménagé, OnlyPaintball vous attend pour vivre un moment placé sous le signe de la découverte, de l'aventure et de la détente en famille ou entre amis. Des espaces de pique-nique et de barbecue sont mis à votre disposition pour profiter joyeusement de l'après-match.

1749 rue de Jons - 01120 Niévroz
04 81 91 42 34 - www.onlypaintball.fr - 



PAINTBALL

Jusqu'à 40 joueurs en simultané, plusieurs scénarios vous seront proposés afin de vous faire passer un excellent moment. Accessible dès 10 ans.

LANCER DE HACHES

Découvrez ces structures de lancer de haches en extérieur, pouvant accueillir jusqu'à 24 lanceurs. Vous deviendrez rapidement un expert grâce aux conseils des animateurs. Accessible dès 14 ans.

ARCHERY GAME

Une bataille d'archers grandeur nature en plein air ça vous dit ? Découvrez cette nouvelle activité de combat de tir à l'arc moderne en toute sécurité. Composez vos équipes et affrontez vos adversaires sur 4 modes de jeux différents.

ET PLUS ENCORE ...

Bubblefoot, combat de sumo et barbecue sur demande !

OnlyKart

KARTING BIOÉTHANOL OUTDOOR

Venez vous divertir sur cette piste unique en France de type F1, avec des karts plus respectueux de l'environnement.

195 avenue de l'Industrie - 01120 Dagneux
04 30 33 33 33 - www.onlykart.com - 




Golf

Pour les amateurs de loisirs de plein air, la Côtière est également la destination idéale pour perfectionner son swing avec 3 domaines golftiques à proximité immédiate. Novice, débutant, confirmé ou expert, il y en a pour tous les goûts et toutes les envies. En route pour le green !

GOLF DE MIONNAY

À 20 minutes de Montluel

Parcours de 18 trous au cœur de la Dombes, à la fois ludique et technique, accessible à tous. Découvrez également son golflower, un practice nouvelle génération en forme de pétale.

Domaine de Beau Logis - 01390 Mionnay
04 78 91 84 84
www.jouer.golf/mionnay - 

GOLF DU GRAND PARC MIRIBEL-JONAGE - L'ATOL

À 20 minutes de Montluel

Parcours de 9 trous au cœur du Grand Parc Miribel-Jonage et un practice de 40 pas de tir pour se perfectionner ou se divertir.

Chemin de la Bletta - 69120 Vaulx-en-Velin
04 78 80 56 20 - www.grand-parc.fr

GOLF CLUB DE LYON

À 10 minutes de Montluel

Parcours de 18 trous, installé dans une réserve naturelle protégée de 220 hectares.

Rue des Acacias - 38280 Villette-d'Anthon
04 78 31 11 33
www.golfclubdelyon.com



OnlyKart

Profitez de ce complexe multi-loisirs unique en Europe ! C'est le lieu idéal pour vos événements d'entreprises, anniversaires enfants, EVG, EVJF, en famille ou entre amis...
Parking et restauration sur place.

195 avenue de l'Industrie - 01120 Dagneux
04 30 33 33 33- www.onlykart.com -

KARTING ÉLECTRIQUE INDOOR

Testez la plus longue piste de karting indoor de la région. Circuit de 502 m sur deux niveaux avec une flotte de 28 karts électriques nouvelle génération.

KART ENFANT ET BABYKART (dès 3 ans)

Pour que les petits puissent faire comme les grands, des karts et des pistes sont adaptés à chacun. Les parents peuvent accompagner leurs enfants sur le kart.

BOWLING 2.0

Défiez vos amis sur les 8 pistes dernières génération, toutes équipées de tablettes tactiles. Des mini-jeux interactifs viendront pimenter vos heures de jeux ! Les jeux animations sont également adaptés aux plus petits (dès 4 ans).

RÉALITÉ VIRTUELLE

Pour les amateurs de jeux découvrez une expérience immersive totale en haute définition. Au programme massacre de zombies ou de monstres, laser game dans une ambiance futuriste, escape game « à la Indiana Jones », mais aussi des jeux interactifs sur des enjeux environnementaux. À partir de 10 ans.

LASER GAME

Muni d'un équipement dernier génération, composé d'un gilet électronique et d'un pistolet laser, partez à la découverte d'un labyrinthe de 280 m² sur 2 niveaux, conçu pour vous divertir !

KARAOKÉ & BLIND TEST

Prenez place et laissez-vous transporter dans une soirée mémorable de karaoké ou de blind tests, voire les deux ! Espace équipé de 2 salles pouvant accueillir jusqu'à 15 personnes.

QUIZ GAME

Plongez dans l'univers captivant du Quiz Game, une activité de quiz grandeur nature inspirée des émissions de jeu TV. Affrontez vos amis, votre famille ou vos collègues dans une reconstitution parfaite d'un plateau TV, avec buzzers, pupitres et un show son et lumière exceptionnel.

Ludothèque de la Côtère

La ludothèque de la Côtère propose plusieurs univers par thème ou par âge : éveil des bébés, jeux en bois, jeux vidéo, jeux de société... De quoi ravir les petits comme les grands ! La ludothèque organise ponctuellement des soirées jeux et des escape games, et propose aussi des formules anniversaire avec jeux de société, animations ludiques ou spectacles de marionnettes.

85 avenue Pierre Cormorèche - Montluel
09 50 36 95 15 - ludocotiere@gmail.com

Parcs de jeux

Parcs de jeux couverts pour les enfants avec un large choix d'activités : structures de jeux, toboggans, piscines à balles, ponts de singe, LEGO® géants, trampolines, labyrinthes...

ZE COMPLEX

ZI Ouest - 74 allée des Grandes Combes
01700 Beynost - 04 72 25 58 83
www.zecomplex.fr -

RAPTOR PARC LES ECHETS - ROYAL KIDS

ZAC de Rosarge - Rue de la Dombes
01700 Miribel - 04 37 26 02 86
www.raptorparc.fr -





Pour petits et grands, l'Office de Tourisme « Le Costellan », en partenariat avec le Comité Histoire et Patrimoine de Montluel, vous propose de découvrir Montluel de façon ludique !

Histoire d'eau : l'aventure de Costello

Suivez Costello dans son aventure au cœur de Montluel et aidez-le à rentrer à son époque. Ce jeu de piste vous permettra de comprendre la place centrale de l'eau et l'évolution de son utilisation.

Jeu en vente à l'Office de Tourisme « Le Costellan » avec un kit contenant le livret de jeu, une gourde en récompense et un sac à dos en toile. Possibilité d'acheter le livret de jeu seul. Disponible toute l'année.

Plus d'informations auprès de l'Office de Tourisme « Le Costellan »
Place de la Gare – 01120 Montluel
04 72 25 78 54 – www.lecostellan.3cm.fr

Le Trésor de Montluel

À travers les ruelles de la cité historique, collectez les indices pour remplir votre livret de jeu sur le thème du patrimoine et tentez d'ouvrir la malle aux trésors...

Chasses aux galets

Pour chaque période de vacances scolaires, l'Office de Tourisme « Le Costellan » vous propose une chasse aux galets dans les vitrines des commerces de Montluel ! Une activité ludique pour (re)découvrir la ville de Montluel et ses boutiques.

Jeu renouvelé à chaque période de vacances scolaires.

Jeux gratuits, récompense à récupérer auprès de l'Office de Tourisme « Le Costellan ».

En-quêtes de galets

Le commissaire Costellano se trouve confronté à un drôle de fait divers : partout sur la Côteière, des galets disparaissent des monuments... Pourquoi de tels vols ? Et surtout : qui peut bien être le coupable ? Le commissaire décide alors de faire appel à des citoyens volontaires pour l'aider à retrouver les galets dérobés et démasquer le coupable. C'est là que vous intervenez !

Vous êtes invités à résoudre des enquêtes sur chacune des communes de la Côteière, soit 9 missions possibles au total. À partir de 3 résolues... Vous pourriez rassembler assez d'indices pour identifier le coupable ! C'est en arrivant à bout des énigmes de votre livret que vous finirez par trouver le lieu où vous sera livré un indice sur l'identité du malfrat.

Kit du détective, avec 3 quêtes au choix parmi les 9 communes, en vente à l'Office de Tourisme au tarif de 3 €. Chaque quête supplémentaire sera de 1 €.



NOUVEAUTÉ
JUILLET 2025

Enquête de vérité : le réseau des galets

Explor Games® Investigation !

Le procureur de police Costellano a besoin de vous pour résoudre le mystère qui plane au-dessus du bourg de Montluel... Saurez-vous l'aider à retrouver qui a bien pu empoisonner les habitants et à identifier l'antidote ? Munis de tablettes numériques, cette enquête interactive et immersive vous fera voyager en plein cœur du XVIII^e siècle ! Défis et énigmes vous attendent tout au long du parcours...

Durée : environ 1h30
Location de tablettes numériques auprès de l'Office de Tourisme



VanciAventure

À 20 minutes de Montluel

VanciAventure est un parc de loisirs pour toute la famille, situé au cœur de l'ancien fort militaire de Vancia, vieux de 150 ans. À travers ses parcours aventure aériens bien différents de l'accrobranche classique, déambulez à travers les arbres et les fortifications (à partir de 8 ans / 1 m). Vous pourrez aussi vous surpasser avec le parcours commando (parcours de cohésion) qui utilise un ancien atelier de l'armée (réservé à un public majeur – activité de groupe de 8 minimum). Il vous restera ensuite à tester le jeu d'évasion, un escape game sur un thème horreur (groupe de 8 personnes minimum).

Fort de Vancia
69140 Rillieux-la-Pape
06 58 93 48 76
www.vanciaventure.com - 

Musée du train miniature

À 40 minutes de Montluel

Qui n'a pas rêvé de trains électriques pendant son enfance ? Cette exposition permanente de modélisme ferroviaire est un modèle du genre. Sur 200 m², l'immense maquette, animée par des centaines d'automates au réalisme étonnant, est parcourue par 35 rames de trains à travers 1 km de circuit miniature.

96 place des Halles
01400 Châtillon-sur-Chalaronne
04 74 55 03 54
www.museedutrainminiature.com - 

Parc des oiseaux

À 20 minutes de Montluel

De la savane africaine au bush australien, de la jungle tropicale aux côtes chiliennes, embarquez pour un véritable tour du monde au cours duquel vous découvrirez les plus beaux oiseaux et les plus beaux paysages des 5 continents. Sur 35 hectares, plus de 3 000 oiseaux originaires de tous horizons vous attendent. Ne partez pas sans avoir assisté au spectacle des oiseaux, nourri les loris ou monté les 27 m de la tour panoramique qui vous offre une vue imprenable sur le territoire de la Dombes et le Mont-Blanc. Venez partager ce monde des oiseaux et profiter d'une visite inoubliable en famille ou entre amis.

RD 1083
01330 Villars-les-Dombes
04 74 98 05 54
www.parcdesoiseaux.com - 

Les Grottes de la Balme

À 30 minutes de Montluel

Osez l'aventure du monde souterrain à la rencontre d'une faune et d'une flore exceptionnelles avec de nombreuses espèces de chauves-souris et de célèbres oiseaux rupestres comme la chouette hulotte et le hibou grand-duc...

Rue des Grottes
38390 La Balme-les-Grottes
04 74 96 95 00
www.grotteslabalme.com - 



Saveurs & Artisanat

Découvrez les savoir-faire des artisans et producteurs locaux ! À la croisée de la cuisine lyonnaise et des produits d'excellence de l'Ain, la Côtière vous réserve de belles surprises gourmandes. Les artisans d'art, quant à eux, vous ouvriront les portes de leurs boutiques et vous proposeront des ateliers pour vous initier à leurs pratiques.

40-43 Régalez vos papilles

44-45 Label « Saveurs de l'Ain »

46-47 Artisanat d'art



Laissez-vous tenter par les saveurs du territoire en flânant sur les marchés ou lors de ventes directes auprès des producteurs.

MARCHÉS DU TERRITOIRE

BALAN :
le 1^{er} dimanche du mois de 8h à 12h

DAGNEUX :
le samedi matin de 9h à 13h

MONTLUEL :
le vendredi matin de 8h à 12h

SAINTE-CROIX, marché de producteurs :
le 1^{er} samedi du mois de 16h à 19h



ZOOM SUR

Boutique de l'Office de Tourisme
« Le Costellan »

Envie de soutenir vos producteurs et artisans locaux en consommant local ? N'hésitez plus et découvrez-les dans cette jolie boutique qui leur est dédiée.

VENTE DIRECTE À LA FERME

CHARCUTERIE DU PILON

Vente au détail de viandes et charcuteries artisanales et traiteur.

Ouvert le vendredi de 17h à 19h
et le samedi de 15h à 19h

Lieu-dit Le Pilon – 01120 Sainte-Croix
06 27 03 96 65 – 04 78 06 62 09 -

EARL DES ECHANEUX

Vente de pommes de terre, asperges et haricots verts.

Sur commande

742 chemin des Echaneaux
01120 Sainte-Croix – 06 63 17 10 83 -

GAEC DU LANCHET

Vente de légumes de saison issus d'une agriculture raisonnée.

Ouvert les vendredis de 16h à 19h
et les samedis de 9h à 12h
Le mercredi de 16h à 19h en juillet
et en août

Lieu-dit Le Lanchet – D61
01120 Sainte-Croix – 06 80 52 88 07
www.gaecdulanchet.fr

LA GRANGE BOULE

Vente de viande bovine et pain bio.
Livraison à domicile sur commande

378 route de Sainte-Croix – 01120 Dagneux
04 72 25 41 58 – 06 86 91 16 76
www.lagrangeboule.fr



RECETTE EN COURS

Venez entre amis, en famille, pour un moment privilégié autour de la cuisine. Ils s'adressent à tous : débutant ou expérimenté, adulte ou enfant. Le petit + : la formule anniversaire pour les enfants pour avoir le plaisir de faire son propre gâteau avant de souffler les bougies !

06 86 42 28 54 -
didiercrozat.wixsite.com/website

LA GRANGE MAGNIN

Vente de volailles fermières nourries avec les céréales de l'exploitation. Spécialités : canettes et pintades. Sur commande

Lieu-dit La Grange Magnin
01120 Sainte-Croix – 04 78 06 66 63
06 23 59 51 85

AGNEAUX DE SAINTE-CROIX

Vente d'agneau à la découpe et autres délices à base d'agneau. Sur commande uniquement

01120 Sainte-Croix – 06 07 21 75 13
ge.levrat@laposte.net

LA FERME D'OLIVIER

Vente de volailles fermières et de pommes de terre.

Ouvert le mercredi de 8h à 12h et de 14h à 18h et le samedi de 8h à 12h

Le Tremblay – 01120 Montluel
04 69 67 27 38



Nous vous recommandons de prendre contact avec les producteurs au préalable pour vous assurer des horaires d'ouverture et de la production en fonction des saisons.

YANNICK RAPHANEL

Vente de melons et légumes de saison. Ouverture selon les saisons, horaires à consulter sur Facebook

Chemin du Pré Molliet – 01120 La Boisse
06 17 32 04 45 – 04 78 06 45 98 -

CUEILLETTE ET SAVEURS

Vente de fruits, légumes de saison bio et conventionnel ainsi que des produits du terroir, charcuterie et volaille.

Ouvert le vendredi de 15h30 à 20h
et le samedi de 9h30 à 12h

Lieu-dit Romanèche
621 route de Romanèche – 01120 Montluel

EARL LA MONTANIÈRE

Vente directe d'œufs bio.

Sur commande et en magasins de producteurs

Chemin de la Montanière
01120 Montluel – 06 22 29 67 29

LA FERME DES CHAUMES ET HUILERIE DES 3 FRANGINS

Vente directe d'huile alimentaire de tournesol et de colza et mélange de grains pour volailles.

Ouvert le samedi de 9h à 12h

500 chemin du Romaty – 01120 Pizay -

LE MOULAIN DES FOURMY

Vente de farine (blé, petit épeautre, sarrasin et seigle) et de pâtes sèches.

Ouvert le vendredi de 15h à 18h

195 chemin des Aubépins – 01120 Pizay
www.lemoulaindesfourmy.fr -



Les magasins des producteurs vous permettront de vous approvisionner en produits fermiers, frais et de qualité.

MAGASINS DE PRODUCTEURS ET BOUTIQUES SPÉCIALISÉES

LA FERME DU TERRAY

Vous trouverez des produits du terroir et de saison : bœuf, porc, volaille, fromages, œufs, vins, miels.

Ouvert du mardi au vendredi de 9h à 12h et de 15h à 19h, le samedi de 9h à 12h et de 14h à 18h

146 route de Lyon - 01120 Balan
04 78 97 32 31
www.lafermeduterray.fr -

FERME... LÀ

Ferme... Là est un magasin de producteurs locaux. Fraîcheur, proximité et qualité sont des valeurs essentielles. Vente de : viandes, volailles, œufs, fromages, pains, miels et confitures, yaourts, pâtes, pâtisseries, vins et bières artisanales, légumes de saison...

Ouvert du mercredi au vendredi de 9h à 12h30 et de 15h à 19h et le samedi de 9h à 18h

1546 route de Lyon - 01120 Balan
04 72 25 43 72 -



Retrouvez le guide des producteurs locaux et sa carte interactive sur www.3cm.fr

L'ÉPICERIE DU VILLAGE

L'épicerie du Village est un endroit convivial, propice aux découvertes et aux échanges. Un lieu pour ressentir de nouvelles saveurs à travers une sélection de produits biologiques choisis avec soin. Fruits, légumes, pains, fromages, large gamme d'épices, miels, produits de beauté bio...

Ouvert du mardi au vendredi de 9h à 12h30 et de 15h à 19h30, le samedi de 9h30 à 13h et de 15h à 19h et le dimanche de 9h30 à 12h

55 Grande Rue - 01120 Montluel
04 72 88 35 89
www.epicerie-du-village.com -

AMAP DE DAGNEUX « AYMAP »

Distribution le mardi de 17h à 18h au collège Marcel Aymé.

04 78 06 28 00 - 01120 Dagneux
edd.0011142l@ac-lyon.fr



AMAP LES PANIERS DE LA CÔTIÈRE

Association pour le Maintien d'une Agriculture de Proximité. Son but est de soutenir un mode de production local et biologique. Rejoindre une AMAP, c'est faire le choix d'un partenariat solidaire avec des producteurs locaux et recevoir des paniers composés de produits frais, sains et de saison.

Possibilité de réserver un panier d'essai par mail avant d'adhérer.

Pour toutes demandes de renseignements, n'hésitez pas à nous contacter par mail ou téléphone

Lieu de récupération des paniers : MJC de Montluel
Le vendredi soir de 18h30 à 19h30

06 65 86 39 18 - 01120 Montluel
www.amap-cotiere.fr -

LES CASIERS D'AMANDINE

Distributeur automatique de produits fermiers et locaux : œufs frais pleins air, huile de colza et tournesol de notre ferme (La Ferme Epidor) ainsi que légumes de saison, fruits, miel, viande, fromages, pâtes... de nos producteurs voisins.

Ouvert 7 jours/7 de 6h à 23h

Lieu-dit En Falque - 01120 La Boisse
06 98 29 84 10 -



Le Label « Saveurs de l'Ain » regroupe des producteurs et artisans ayant comme dénominateur commun des produits estampillés « Ain ». Il valorise donc une multitude de produits sous le signe de la qualité, présentés et défendus par les producteurs eux-mêmes. Allez à la rencontre de vos artisans et commerçants « Saveurs de l'Ain » qui sauront vous faire découvrir ce terroir et profitez de notre destination gourmande !

**LES BOUTIQUES LABELLISÉES
« SAVEURS DE L'AIN »**

CHARCUTERIE-TRAITEUR CHANEL

Charcuterie artisanale et traditionnelle, plats cuisinés sucrés et salés, salades et produits d'épicerie.

La charcuterie-traiteur Chanel produit des plats cuisinés variés et fabrique toute sa charcuterie dans le respect des recettes traditionnelles. Produits Saveurs de l'Ain travaillés par l'artisan de bouche : poissons de la Dombes. Également proposés en rayon : vins, épicerie fine, fromages locaux et régionaux ainsi que formules repas d'affaires.

Ouvert les mardis, jeudis et vendredis de 8h à 13h et 15h à 19h, le mercredi de 8h à 13h, le samedi de 8h à 13h et 14h30 à 19h et le dimanche de 8h à 12h

276 Grande Rue – 01120 Montluel
04 78 06 10 42
www.chaneltraiteur.com -

PÂTISSERIE CHOCOLATERIE MONNET

Une large gamme de chocolats « maison » et des pâtisseries fines et créatives qui se doivent autant d'être bonnes que belles...

LE PETIT PLUS :

Croquez le chocolat à l'effigie du célèbre jeu du Cochon qui rit dont l'usine d'origine se trouvait à Montluel !

Ouvert du mardi au samedi de 8h30 à 12h30 et de 15h à 19h et le dimanche de 8h30 à 12h30

200 Grande Rue – 01120 Montluel
04 78 06 12 41
www.patisseriemonnet.com -

LA NOTE SUCRÉE

Goûtez aux spécialités locales : les galets de la Sereine, les chocolats au croustillant de Gaudes.

Ouvert du mardi au samedi de 8h à 12h30 et de 14h à 19h et le dimanche de 8h à 12h30

23 rue Notre-Dame des Marais
01120 Montluel - 04 78 06 15 63
www.lanotesucree.com -

LE COMPTOIR DE FRED

Le Comptoir de Fred est une cave à vins et une épicerie fine. Retrouvez un large choix de vins et de produits locaux : cafés, thés bios en vrac, miel, confitures, biscuits, charcuterie locale, vins et spiritueux... Animations et dégustations.

Ouvert du mardi au jeudi, de 9h à 12h30 et de 14h à 19h, le vendredi de 9h à 12h30 et de 14h à 19h30, le samedi de 9h à 19h et le dimanche de 9h à 12h30

29 rue Notre-Dame des Marais
01120 Montluel - 04 72 25 77 74 -

FROMAGERIE EMMA D.

C'est une boutique conviviale et chaleureuse proposant un large choix de gourmandises : des fromages et produits laitiers mais aussi des préparations maison (cervelle de canut, fromage fort). Chaque mois, une animation sur le thème du fromage vous est proposée.

Ouvert du mardi au samedi de 9h à 12h et de 15h à 19h et le dimanche de 9h à 12h

91 Grande Rue – 01120 Montluel
www.fromagerie-emmad.fr
04 78 55 65 34 -

COP'AIN COMME COCHON

Tout est frais, tout est vrai chez Cop'Ain comme cochon, LE COCHON SANS COCHONNERIE, oui, c'est eux. Rien de mauvais, que du bon, pas de conservateur, pas d'additif... Tout au naturel.

Sur rendez-vous uniquement

1036 route de Lyon – 01120 Balan
06 58 92 94 17 -



Initiez-vous au plaisir de faire soi-même ! Plusieurs artisans d'art partagent leur passion et leurs savoir-faire à travers des cours et des stages.

ARTISANS D'ART

Terre en Main

L'atelier de céramique Terre en Main propose de vous initier à cet art délicat lors de cours et de stages (adultes et enfants). Expo-vente d'objets et de sculptures sur place sur rendez-vous.

180 rue de la Chapelle Saint-André,
Chânes - Béligneux - 06 77 82 74 10
www.emilieroux.e-monsite.com - 

Terre'Ain d'expression

Atelier de création libre et intuitive avec l'argile. Laissez-vous guider par vos envies, vos émotions et votre imagination.

133 Grande Rue - 01120 Montluel
06 63 97 70 48
valerieferrercot@gmail.com

La Décofile de Marie

Apprenez à décorer et relooker vos meubles à travers les différents ateliers proposés par Marie-Amélie !

1456 route de Bourg-en-Bresse
01120 Pizay - 06 72 80 15 31
crassardma@hotmail.fr



Ambiance Mosaïque et Meubles

Si la mosaïque est un art millénaire, Ambiance Mosaïque et Meubles le modernise ! Gérald Simart propose avec passion ses œuvres (tableaux, relooking de meubles, crédences) et des ateliers tous les mois pour les adultes et les enfants.

297 rue Bourbuel - 01120 Niévroz
06 25 58 50 62
www.ambiancemosaicueetmeubles.fr - 

Douce Malice

Douce Malice ce sont des cours de couture (adultes et enfants) mais aussi une boutique en ligne de mercerie, kit à couture et objets textiles originaux et uniques ! Cours et stages sur inscription.

La Baleine Bleue
43 place de la Valbonne - 01120 Béligneux
06 86 87 62 03
www.doucemalice.com - 



BOUTIQUE CRÉATEURS DÉCORATION

Peonia

Découvrez ce concept-store original au cœur du restaurant d'application Aimer Faire. Des inspirations, des créations, des conseils déco et des réalisations sur-mesure, rien que pour vous.

156 quai des Remparts - 01120 Montluel
06 12 92 93 27 - 

Couleurs de fleurs

Cette agréable boutique propose un espace réservé pour des idées déco et cadeaux. Delphine sera aussi heureuse d'accueillir petits et grands pour les initier à l'art floral.

133 Grande Rue - 01120 Montluel
04 78 06 18 35
www.couleursdefleurs.com - 

Atelier Terre et Fer

Au sein des locaux de l'association « Traits et couleurs », Aurélie vous propose des ateliers pour apprendre les différentes techniques de modelage.

275 rue Joseph Guinet - 01120 La Boisse
06 32 75 43 79
www.aurelie-charles.com - 

My Lovely Shop

Entrez dans cette petite boutique cosy à l'esprit bohème chic. Vous y trouverez des objets déco, des idées cadeaux pour tous et de la mode féminine pour toutes les tailles.

Permanence couture tenue par Perles et Chiffons les mercredis et samedis de 10h à 12h.

100 Grande Rue - 01120 Montluel
www.mylovelyshop.fr - 

Mirettes

En plus de jolies lunettes, retrouvez chez votre opticienne préférée des bijoux de créateurs et des accessoires tendances.

84 Grande Rue - 01120 Montluel
04 72 88 87 15 - 

A Rose Emoi

Cette jolie boutique propose des bouquets et compositions de fleurs séchées ou stabilisées, des cadres végétalisés, des bijoux fantaisie sertis de végétaux et fleurs, mais aussi des pots en céramique et des articles de décorations d'artisans locaux. Des ateliers à base de fleurs stabilisées ou des végétaux frais sont proposés sur inscription.

187 rue Neuve - 01120 Montluel
06 71 81 02 78 - 



Comment venir sur le territoire de la Côtière ?

EN VOITURE

25 min. de Lyon par l'A42

20 min. de l'aéroport Lyon-Saint-Exupéry par l'A432
sortie 5.1 La Boisse / Montluel

45 min. de Bourg-en-Bresse par la D22 ou A42

EN BUS

ligne A32 depuis Bourg-en-Bresse

ligne A71 depuis Lyon

EN TRAIN

TER ligne entre Lyon et Ambérieu-en-Bugey

2 gares Montluel et La Valbonne

Le Costellan

OFFICE DE TOURISME
DE LA 3CM

Place de la Gare
01120 Montluel

☎ 04 72 25 78 54

✉ lecostellan-ot@3cm.fr

Du mardi au vendredi
9 h 30 – 12 h 30
14 h 15 – 17 h 15

Samedi
9 h 30 – 12 h 30

Fermé les jours fériés

www.lecostellan.3cm.fr



📍 Appli 3CM & Moi

Téléchargez l'application mobile « 3CM & Moi, la Côtière sur mesure » pour profiter de tous les événements et des informations pratiques du territoire.

3CM

Document édité par l'Office de Tourisme de la 3CM

« Le Costellan ». Mars 2025.
Conception et cartographie :
Résonance Publique

Tirage : 2 000 exemplaires.
Crédits photos : Office de Tourisme « Le Costellan », M-Art Photographie, Studio Pertinence, JetLag Studios, Adobe Stock, Anthony FAYE, Alex LOPEZ, Sandrine CHATILLON, K. TRANCHINA, Frédéric DAZORD, La HORDE / Christophe MILLOT.

Document non contractuel.

Les informations fournies par les prestataires ne sauraient engager la responsabilité de l'office de tourisme. Il se peut que des erreurs se soient glissées dans le document ou qu'il y ait des oublis. Merci de nous en faire part pour les corriger lors de la prochaine édition.

🌱 Résonance Publique
Ne pas jeter sur la voie publique.

