

Cascade de la Fouge en boucle 730 m.



Le belvédère vu de la descente sur Hières-sur-Amby.

MASSIF : Bugey

CARTE : IGN 3230 OT

ITINERAIRE: Ambérieu-en-Bugey, Poncin, Cerdon, se garer dans le centre du village sur le petit parking devant l'église à 350 m.

Prendre le chemin qui part au sud-est pour nous amener sur la rue de la Suisse au bord du ruisseau. On prend à gauche sur 50 m pour traverser par le petit pont à côté duquel se trouve un vieil alambic en cuivre. Après le pont, on prend à droite et on rejoint la route D 11 b par le chemin du Maquis. On suit cette route en sens montant pour la quitter pour une piste à droite dans le premier virage en épingle, panneau indiquant la Fouge, et balisage à la peinture jaune. On monte entre les vignes jusqu'au Crêt du Jour, où l'on quitte cette piste par la gauche panneau et balisage pour un petit sentier qui va descendre à travers champs et bois jusqu'à une piste bord de la Fouge. On va la suivre en sens remontant, passer à côté de l'ancienne abbaye d'Epierre. Après l'abbaye la piste est plus défoncée, jusqu'à une bifurcation, en prenant à gauche on arrive rapidement à la cascade de la Fouge. Prendre le temps d'aller voir le petit bief juste avant. Retourner à la bifurcation et prendre la piste pour engin forestier qui monte à notre gauche en sous bois, le balisage devient rouge et jaune et nous guide jusqu'en prairie à 632 m près de la D12. La suivre vers le sud sur 250 m et prendre la piste qui part à gauche (même panneau et balisage). On va suivre cette piste qui monte en sous bois, se transforme en sentier, puis nous amène sur une autre piste au point culminant de la randonnée à 730 m. Cette piste va être quasiment à plat jusqu'au point côté 708

Cascade de la Fouge en boucle 730 m.



m sur la carte iGN ou on prend celle qui descend vers une station de pompage. On continue ensuite par un sentier vers le Gouffre de la Fouge ou on traverse le ruisseau à 635 m avant d'opérer une bonne remontée jusqu'à une petite route à 694 m. On la traverse pour descendre, puis on la rejoint de nouveau, pour la suivre sur environ 500 m et reprendre le sentier qui nous amène une dernière fois sur cette petite route. On la suit sur 100 m, on traverse la grande route D 1084 un peu avant le monument au maquis de l'Ain. Le sentier descend pour nous amener à proximité du ruisseau, en le suivant on arrive rapidement sur le rue de la Suisse dans le village de Cerdon. Il ne reste plus qu'à remonter à l'église.



Itinéraire 15 km en boucle dénivelé 820 m.

Novembre 2019