

Autour de Saint-Claude

du lundi 24 juin 2024 au lundi 1 juillet 2024

Organisateurs : Bernard Fontaine, Nicole Voisin	Niveau : Facile ▲
Avec accord : Oui	En étoile
Effectif maximum : 10	Hôtel

Presque toujours sauvages, riches d'une faune et d'une flore exceptionnelles, les Montagnes du Jura constituent une destination idéale pour admirer et contempler la nature sous toutes ses formes, vivantes et minérales.

Depuis Saint-Claude, labellisée « Plus Beaux détours de France », lieu de notre hébergement, nous irons de lacs en cascades, de rivières en forêts, de sommets en escarpements, de collines en pâturages et prairies.

Le célèbre explorateur français PAUL-EMILE VICTOR a grandi à Saint-Claude.

Omniprésente au point d'en inspirer le nom : Jura est en effet un dérivé celtique signifiant « Contrée de forêt ». Une contrée où l'épicéa est roi.

C'est à pied que se révèlent vraiment les Montagnes du Jura. Avec leurs reliefs contrastés et accessibles, elles devraient concrétiser tous nos rêves de randonnées.

Niveau et esprit

Le niveau global de la sortie est coté en facile, mais les participants devront être capables de randonner sur des sentiers de montagne.

Un accord préalable à l'inscription est donc requis. Vous devez avoir déjà participé au moins à l'une de nos randonnées équivalentes ou à celle(s) d'un autre organisateur. Pour les nouveaux adhérents, il est conseillé de participer à l'une des randonnées à la journée.

Participation aux frais

600 € (300 € à l'inscription, 300 € le 24/05/2024)

Participation aux frais

600€ (300 € à l'inscription, 300 € le 24 mai 2024). Pour être inscrit dans cette sortie, outre votre bulletin d'inscription, vous devez absolument envoyer au club, ensemble, les 2 chèques, l'un de 300 € encaissé le jour de validation, le deuxième de 300 € encaissé un mois avant le début de la randonnée. Si vous payez en ligne vous devez effectuer tous les paiements demandés sur le site au moment de votre demande d'inscription. Les paiements par CB seront prélevés aux mêmes dates que pour un paiement par chèque.

Incluant : les 6 demi-pensions + 1 nuit et un petit-déjeuner à l'hôtel, le dîner du dimanche soir dans un restaurant, la location d'un minibus, dont je serai le conducteur, et le carburant (coût partagé entre les participants), la contribution aux frais de fonctionnement du CAF, les entrées pour les visites.

N'incluant pas : le repas de midi pris en pique-nique, les en-cas et boissons diverses, ni les transports : SNCF.

Transport

Lundi 24 juin 2024 : Ces horaires sont pris en janvier 2024. Ils seront bien sûr à confirmer ultérieurement.

Paris Gare de Lyon départ à 10h17, arrivée à Bellegarde-sur-Valserine à 13h00 par TGV. Nous vous accueillerons à la gare de Bellegarde-sur-Valserine avec le minibus. Trajet de 43 km pour rallier l'hôtel à Saint-Claude.

Lundi 1er juillet 2024 : Dépose à la gare de Bellegarde-sur-Valserine pour 12h45 ce qui permet de prendre le TGV de 13h02, arrivée à Paris Gare de Lyon à 15h42.

Hébergement et repas

Hôtel à Saint-Claude (l'adresse sera communiquée après inscription et validation). Nous y séjournerons en demi-pension pendant 7 nuits. Le dîner du dimanche soir sera pris à l'extérieur. Chambres de 2 avec lits séparés. Draps et serviettes fournis.

Sa situation permettra d'effectuer facilement des courses pour le pique-nique et de sortir flâner après le dîner.

Programme

Ordre non défini, décidé chaque jour en fonction de la météo.

Les distances et temps de trajet sont donnés par le site Mappy.

Jour d'arrivée : l'arrivée du TGV à 13h00 (sauf retard) permet de visiter le site incontournable de Bellegarde-sur-Valserine : **les pertes de la Valserine** (5 km pour 2h00).

Important : prévoir un petit sac à dos prêt pour la randonnée. Lieu de pique-nique avec tables après 20 min de marche (vers 14h00). Si cela vous paraît trop tard, pique-nique à faire dans le train.

Dans sa section aval, la rivière a creusé des gorges profondes dans la roche calcaire donnant lieu à de surprenants étranglements ou sites naturels parfois impressionnants : pont du Diable, pont des Pierres et pour finir les pertes de la Valserine. Il s'agit d'une grande dalle calcaire dans laquelle s'engouffre le cours d'eau avant de disparaître après avoir creusé de profondes marmites de géant.

Trajet de 43 km soit 1h00 pour rejoindre l'hôtel.

Journée 1 : La matinée sera consacrée à la visite de Saint-Claude et ses environs.

La Cathédrale gothique a une curieuse façade baroque achevée au XVIII^e siècle. Elle possède des stalles du milieu du XV^e siècle, sculptées par Jehan de Vitry. La partie sud fut reconstituée presque à l'identique après l'incendie de 1983. La montée au belvédère de l'Hermitage commence au pied de la Cathédrale.

Le belvédère de l'Hermitage offre un point de vue imprenable sur la ville de Saint-Claude et les montagnes environnantes ! (2,30 km – 1h00 – Dénivelé 170 m).

Kamishibai en balade aux Avignonnets (1,65 km – 0h35 – Dénivelé 50 m).

Kamishibai est une technique de contage d'origine Japonaise. Il signifie : « théâtre de papier ». Ce sont des images qui défilent dans un butai (théâtre en bois).

Après-midi :

Trajet de 18 km soit 20 min pour se rendre à Les Crozets.

Nous effectuerons l'une des 7 boucles des contes en balade : **Les lutins enrhumés** (1,80 km – 0h35 – Dénivelé 30 m)

Trajet de 6 km soit 10 min pour se rendre à Ravilloles.

Sentier des Savoirs-faire (2,73 km – 0h50 – Dénivelé 30 m).

Ravilloles est un village à 14 km de Saint-Claude. C'est le berceau de la Tournerie, activité des moines bénédictins de la terre de Saint-Claude.

Le sentier permet de découvrir, de manière ludique, les savoir-faire haut-jurassiens.

Trajet de 14 km soit 15 min pour rentrer à l'hôtel.

Journée 2 : Avant de rejoindre le parking des Dappes distant de 33 km, arrêt au parking du Saut du Chien après 7,50 km.

La cascade du Moulin d'Aval.

Curiosité géologique, **le chapeau de Gendarme** apparaît au détour d'un virage des « lacets de Septmoncel ». Ce pli rocheux doit son nom à sa forme si particulière, qui rappelle le chapeau « bicorne » porté par les gendarmes napoléoniens.

Depuis le parking des Dappes, ascension de **la Dôle qui culmine à 1677 m** (6,70 km – 3h15 – Dénivelé 430 m).

Par beau temps, le panorama exceptionnel s'étend sur plus de 250 km : des Alpes suisses au massif du Mont Blanc jusqu'à la Vanoise et aux Écrins. Le tout avec une vue plongeante sur le Lac Léman et Genève.

Après-midi :

Trajet de 11 km soit 15 min pour se rendre au lac des Rousses.

Lac des Rousses et belvédère de la Roche de Lavenna (1188 m).

(3,40 km – 1h15 – Dénivelé 110 m)

Trajet de 39 km soit 45 min pour rentrer à l'hôtel.

Journée 3 : Trajet de 35 km soit 40 min pour se rendre à La Chaux-du-Dombief.

Site emblématique du Jura : **les 7 cascades du Hérisson**. Cet itinéraire permet de découvrir la totalité des cascades du Hérisson en partant du bas des Cascades.

Pour un dénivelé de 250 m, il faut compter 7 km et 3 heures pour effectuer l'aller-retour le long des 7 cascades du Hérisson.

Trajet de 3,50 km soit 5 min pour se rendre au parking du lac de Bonlieu pour y faire le pique-nique.

Le lac de Bonlieu (796 m), s'inscrit dans une petite zone du Jura surnommée Pays des lacs. Il s'agit pour l'essentiel de vestiges de la fonte des glaciers voilà 10 000 ans.

Plan d'eau d'environ 700 m de long pour 300 m de large, c'est l'un des lacs les plus beaux et les plus pittoresques du Jura, enchâssé dans la forêt et dominé par une arrête rocheuse.

Après-midi :

Trajet de 5,50 km soit 10 min pour se rendre au parking du Pic de l'Aigle.

Pic de l'Aigle (993 m) (1,22 km – 0h30 – Dénivelé 120 m).

Ce sommet est un site exceptionnel qui domine la vallée des 4 lacs composée du plateau du Frasnois et de ses célèbres 4 lacs. Aussi, nous aurons un point de vue magnifique sur tout le Jura des plateaux, la Vallée du Hérisson, le Grandvaux et nous pourrons même admirer le Mont Blanc par temps clair. Une table d'orientation aménagée au sommet permet de lire le panorama à 360°.

Trajet de 2,50 km soit 5 min pour se rendre au parking du belvédère des 4 Lacs.

Le Belvédère des 4 Lacs est un point de vue magnifique sur les lacs de Narlay, Ilay, Petit et Grand Maclu. Son accès peut se faire en voiture, depuis le village de la Chaux-du-Dombief. Un parking est situé à 5 min à pied du point de vue (accès sans difficultés).

Trajet de 12 km soit 15 min pour se rendre à Abbaye-en-Grandvaux.

Boucle depuis **Abbaye-en-Grandvaux par le Belvédère du Moulin** (6 km – 2h00 – Dénivelé 160 m).

Cœur historique du Grandvaux, le site de l'Abbaye vit au VI^{ème} siècle la fondation d'un premier établissement religieux dans la « Grande Vallée ».

Il subsiste aujourd'hui un ancien bâtiment de ferme (appelé La Joséphine du nom de l'ancienne propriétaire des lieux), un presbytère et une église, dédiée à Notre-Dame-de-la-Nativité, à l'instar de celle d'Abondance. Le site est classé depuis le 15 septembre 1966. Un site à découvrir à travers une déambulation en 4 tableaux, évoquant l'histoire du site. Source : Grandvaux et Malvaux,

Ce territoire a été modelé par l'agriculture dynamique du Grandvaux qui contribue au fil des âges au façonnage de cette mosaïque de paysages. Le panorama au belvédère du Moulin embrasse la presque totalité de cette fresque paysagère du Lac, enchâssé entre les deux versants d'une large vallée (panneau d'interprétation).

En aller-retour, nous accèderons à **l'échappement, Jardin du Temps et de l'Espace**, monument aux morts érigé en 2014, œuvre de l'artiste américaine Amy O'NEILL. Souhaité par la commune de Grande Rivière, durement éprouvée par les deux guerres mondiales, ce jardin paysager, en rassemblant les monuments aux morts de 14-18 et de 39-45, est un lieu à la mémoire de l'ensemble des guerres passées ou actuelles au travers du monde. En invitant à la déambulation, ce lieu propose aux visiteurs une réflexion autour de la notion de paix et de la capacité des peuples à s'unir et à résister aux extrémismes.

Trajet de 23 km soit 30 min pour rentrer à l'hôtel.

Journée 4 : Trajet de 26 km soit 30 min pour se rendre à Prémanon, l'un des quatre villages composant la Station des Rousses.

Boucle passant par le **Belvédère des Maquisards, le Pont Perroud, la cascade du Bief de la Chaille et le Fort des Rousses** (12,30 km – 4h00 – Dénivelé 360 m).

Situé à 950 m sur la commune de Prémanon, le Belvédère des Maquisards offre un point de vue remarquable sur la Vallée de la Bienne et sur la roche du Turu, autrefois creusée pour la circulation du Tram qui reliait Nyon en Suisse à Morez en France en passant par Les Rousses.

Le Pont Perroud (880 m) et le Bief de la Chaille (1050 m) sont situés entre les villages des Rousses et de Prémanon. Dans un cadre agréable et rafraîchissant, les chemins de randonnée nous conduiront jusqu'à la cascade. Le vieux pont Perroud et l'ancien moulin sont les témoins de l'importance de l'énergie hydraulique dans le Haut-Jura par le passé. Le Bief de la Chaille signifie en patois « le ruisseau de la brèche ».

En quittant sa vocation militaire, le Fort des Rousses se met au service du goût. Les murs épais et les parois de roche offrent désormais leurs qualités à 140 000 meules de Comté Jurafore. Le climat y est constant, l'hygrométrie parfaite. Et les merveilleuses voûtes de pierre y entraînent un « effet de voûte » naturel, propice à la constitution de l'ambiance de la cave (visite envisagée : 11 € pour 1h30). (Entrée Porte de Suisse après 8 km).

Après-midi : Trajet de 25,60 km soit 30 min pour se rendre au parking du Pont du Diable. Parking commun aux deux randonnées.

Gorges de l'Abîme (1,4 km – 1h00 – Dénivelé 60 m) et **Cascade des Combes** (0,4 km – 0h15 – Dénivelé 80 m).

Avant d'y parvenir, arrêt après 19,5 km dans un lacet de la route au **belvédère de Cinquétral**. Vue sur la ville de Saint-Claude et la vallée de la Bienne.

Nous découvrirons, grâce à un sentier aménagé, le tumultueux torrent de l'Abîme au pied du cirque de Vauchouse. Ses gorges étroites et verdoyantes, creusées au fil des siècles, offrent un spectacle à couper le souffle. À l'aide de passerelles pour être au plus près des eaux vives, nous enjambrerons « les marmites de géants » découpées par l'érosion, souvent emboîtées les unes dans les autres. Puis nous rejoindrons l'une des sources de ce torrent, la plus spectaculaire, le trou de l'Abîme : puits noyé à 45 m de profondeur.

La cascade des Combes est un véritable petit îlot de fraîcheur qui mérite largement le détour, particulièrement en été ! C'est l'une des plus belles cascades du secteur ! Facilement accessible, cette balade ombragée au cœur de la forêt était, paraît-il, particulièrement appréciée du poète Alphonse de Lamartine. Ce somptueux cadre naturel aurait été un lieu d'inspiration...

Trajet de 2,50 km soit 5 min pour rentrer à l'hôtel.

Journée 5 : Trajet de 6 km soit 10 min pour se rendre à Chaumont.

Cascade de la Queue de Cheval. Aller/retour. (2,5 km - 1h00 – Dénivelé 110 m).

C'est une des plus belles cascades du Haut-Jura. Le torrent effectue, dans le fond de cette combe, deux sauts dans le vide. Ces sauts, d'une trentaine de mètres à chaque fois, sont spectaculaires en période de pluie. Il est possible de passer sous la cascade très facilement par la rive droite.

Trajet de 19 km soit 30 min pour se rendre au plus près du belvédère du Cuchet, puis finir les 300 mètres à pied.

Le belvédère du Cuchet (1018 m) situé en surplomb du village de Choux, offre une vue dégagée sur le village et sa campagne. C'est aussi un site sonore (site à l'acoustique étonnante), ancré dans la vallée de la Bienne.

Après-midi : Trajet de 14,50 km soit 20 min pour se rendre au parking de la Borne au Lion au-dessus de la Pesse.

La Borne au Lion(1289 m). A son origine, lors de son implantation en 1613, elle se nommait la Borne de Cléa. D'après le patois, ce nom signifierait porte, barrière et passage. Le prénom Cléa, nom d'origine latine ou grecque, pourrait signifier « le bon accueil » en grecque ou la clé en latin.

Elle fut Implantée en 1613 pour séparer le Royaume de France de la Franche Comté qui fut un temps espagnole. La Franche Comté était administrée par la maison des Habsbourg ; elle est aujourd'hui la limite entre les départements de l'Ain et du Jura.

Haut lieu de la résistance, 3 000 combattants des maquis du Haut-Jura et de l'Ain s'y sont installés pour combattre les troupes allemandes qui menèrent de terribles représailles contre les populations. Le mémorial Romans-Petit, du nom du commandant du maquis, y est érigé. Beau Paysage devant le Mémorial de la Borne au Lion.

Culminant à 1 545 m d'altitude, le Crêt de Chalam offre l'un des plus beaux panoramas à 360° du massif du Jura. La vue s'étend à l'est sur l'intégralité de la vallée de la Valserine et le sommet du Reculet, puis au-delà la chaîne des Alpes avec le massif du Mont-Blanc. Au sud, voilà le grand Crêt d'Eau et les sommets du Bugey. Au nord et à l'ouest, on peut voir l'intégralité de la coupe est-ouest de la chaîne jurassienne et la plaine de la Bresse.

Cette randonnée est un aller-retour (5,30 km – 2h15 – Dénivelé 250 m).

Trajet 7 km soit 10 min pour se rendre au **lac de l'Embouteilleux**, un joyau dans le Jura.

Situé dans les Hautes-Combes, ce lac de montagne est situé à 1100 mètres d'altitude à proximité de La Pesse. Ses eaux descendent ensuite à plusieurs centaines de mètres pour aller alimenter les incroyables Cascades du Flumen.

Trajet de 25 km soit 40 min pour rentrer à l'hôtel.

Journée 6 qui sera obligatoirement le dimanche 30 juin : L'hôtel à Saint-Claude étant fermé le dimanche soir, il est prévu de prendre le dîner dans un restaurant au village de Les Moussières. L'ouverture le dimanche soir m'a été confirmée.

Trajet de 34 km soit 40 min pour se rendre au **col de la Faucille**.

A l'arrivée au col de la Faucille, on ne peut éviter d'arracher un cri de surprise et d'admiration... à la vue du mont Blanc, juste dans l'axe ! (si le temps le permet).

Petit Montrond (1534 m) et Le Grand Montrond (1614 m).

Cet itinéraire en boucle vers les crêtes offre un des plus beaux panoramas sur la chaîne des Alpes, dont le Mont Blanc, ainsi que toute la région lémanique et le Jura (8,35 km – 3h30 – Dénivelé 320 m).

Après-midi :

Trajet de 18 km soit 20 min pour se rendre à Lamoura.

Sentiers des Amoureux et du Lac de Lamoura (4,62 km – 1h30 – Dénivelé 52 m).

Au départ du village, en traversant les bois par le sentier des Amoureux, nous découvrirons le Lac de Lamoura. Il se trouve à 1155 m d'altitude, c'est le plus haut des lacs jurassiens. Il s'est formé il y a plus de 15 000 ans, après la dernière glaciation. Sa superficie est celle de six terrains de football ! Il est peu

profond, 7 mètres maximum. Il est alimenté par plusieurs petits ruisseaux, dont le Bief Froid. A ses extrémités, deux gouffres servent d'exutoire aux eaux qui s'y perdent pour réapparaître dans la vallée du Flumen, après plusieurs kilomètres en parcours souterrain.

La particularité du lac de Lamoura ? Il est au cœur d'un écosystème fragile composé de tourbières. La faune et la flore de ces zones humides sont tout simplement exceptionnelles. C'est pourquoi une partie du sentier qui en fait le tour est faite de platelages en bois installés au dessus de ces milieux fragiles afin de ne pas les dégrader.

Trajet de 14,50 km soit 20 min pour se rendre à Les Moussières.

Sur le trajet arrêt après 11,25 km au **Belvédère de la Cernaïse** situé au bord de la route près de Septmoncel-les-Molunes.

Vue imprenable sur Saint-Claude, sur la cluse du Flumen et ses cascades, avec en fond de vallée droit devant, Septmoncel et le hameau de Montépile tout à droite, ainsi que les Grès de Septmoncel.

Au Lieu-dit la Cernaïse (11,75 km), **Belvédère de la Roche Blanche**. Aller-retour (0,5 km – 0h10 – Dénivelé 10 m)

Serons nous impressionnés par ce panorama à 360° et la vue aérienne sur la ville de Saint-Claude, la Cluse du Flumen et ses cascades, et les plissements rocheux environnants. Vue à couper le souffle sur le paysage Haut-Jurassien. (selon O.T. Du Haut-Jura).

Les Moussières : Fruitière, rue Principale avec Comté, Morbier et Bleu de Gex.

Etonnante fruitière « posée » un peu à l'écart du village des Moussières, à 1100 mètres d'altitude en plein coeur des Hautes-Combes du Jura.

Fruitière ouverte au public avec magasin de vente : outre la production de Comté, elle a la particularité d'être l'une des 4 dernières fromageries à fabriquer le Bleu de Gex AOP. Réunissant 16 producteurs, la coopérative transforme 3,8 millions de litres de lait chaque année.

Dîner au restaurant pour 19h00.

Trajet de 17 km soit 30 min pour rentrer à l'hôtel.

Lundi 1er juillet : Le TGV étant à 13h02 (à confirmer), nous aurons le temps d'effectuer une dernière randonnée. En cas de pluie, elle serait annulée.

Trajet de 35 km soit 45 min pour se rendre au village de Champfromier.

Le Dragon Sous Roche (4,36 km – 2h00 – Dénivelé 200 m).

Cet itinéraire nous entraîne au bord de la Valserine et nous fait voyager dans le temps : anciens ponts en pierre, usine électrique à l'histoire atypique et guérite de douanier. Un sentier aux airs mystérieux et bucolique.

Trajet de 15 km soit 20 min pour se rendre à la gare de Bellegarde-sur-Valserine.

Ce programme indicatif n'est pas contractuel. L'organisateur se réserve le droit de le modifier à tout moment, notamment en fonction des conditions du terrain, d'obstacles imprévus, des transports, du groupe, de la météo et pour toute raison de sécurité. Les participants doivent avoir le niveau physique et technique demandé ainsi que l'entraînement correspondant.

Équipement

Papiers

- Carte CAF, pièce d'identité. Nous aurons un passage en Suisse à la Dôle.
- Carte européenne d'assurance-maladie si besoin,
- Carte bancaire internationale si besoin ou espèces,

- 1 chèque pour régler un éventuel solde,
- Coordonnées téléphoniques de l'encadrant.

Marche et portage

- Chaussures de moyenne montagne avec une bonne accroche,
- Bâtons recommandés,
- Sac à dos pour la journée,
- Gourde ou poche à eau à tuyau de 2 litres.

Vêtements

- Chemisette ou tee-shirt,
- Pantalon ou short,
- Tenue de rechange,
- Chapeau ou casquette.

Pluie ou froid

- Polaire, coupe-vent imperméable et respirant,
- Vêtement de pluie,
- Surpantalon de pluie si besoin,
- Guêtres "stop tout",

- Housse de pluie du sac à dos,
- Bonnet, gants, tour du cou ou écharpe,

Sécurité

- Petite pharmacie personnelle,
- Sifflet, couverture de survie,
- Téléphone mobile et chargeur,
- Crème et lunettes de soleil.

Nuitées

- Sandales pour se déplacer dans l'établissement.

Modalités sanitaires

Chacun devra être en mesure de s'aligner sur les règles sanitaires en vigueur au moment de la sortie.

En cas d'accident grave

Si un accident grave advient lors de la sortie, il est indispensable d'avertir au plus vite les dirigeants du Club. Leurs contacts sont disponibles avec le lien suivant : <https://www.clubalpin-idf.com/contacts-urgence>.

Inscription

Sauf mention contraire sur la page de la sortie, la demande d'inscription est possible dès maintenant en ligne ou auprès du secrétariat. Elle ne sera effective qu'après réception de vos règlements ou paiements en ligne. Vous devez impérativement effectuer tous les paiements demandés à l'inscription y compris les paiements différés.

Les places seront attribuées à partir du **vendredi 23 février 2024** selon les [règles de priorité](#) du club.

Vous pouvez vous faire remplacer ou annuler votre inscription à tout moment avant le début de la sortie, moyennant les frais spécifiés dans les [conditions d'annulation et de remboursement](#). À plus de 30 jours du départ, vous pouvez en outre souscrire une assurance annulation pour couvrir ces frais, à l'exclusion d'une franchise et du montant de cette assurance.

Cette sortie pourra être annulée au plus tard le 07/06/2024 si un effectif minimum de 6 inscrits n'est pas atteint.