

Randonner en moyenne montagne Jurassienne

Bonjour, et bienvenue sur notre site et notre territoire.

Les sentiers du Haut-Jura sont praticables par la plupart des randonneurs et ne nécessitent pas un équipement de haute montagne. Cependant, prudence ! Situé dans le Massif du Jura, il possède une altitude moyenne élevée.



Pour vous représenter le massif du Jura, imaginez un immense escalier avec trois plateaux successifs :

- Les Premier et Deuxième Plateaux forment deux marches successives d'ouest en est qui permettent de s'élever à près de 1 000 mètres d'altitude. Le deuxième Plateau est situé entre 800 et 950 m d'altitude et s'étire sur toute la longueur du Jura comtois, où s'observent de belles forêts (Joux) et de grands plateaux (Nozeroy, Grandvaux).
- Le Haut-Jura, petite partie du massif jurassien quant à lui, s'échelonne de 800 à 1600 m d'altitude. Il est recouvert à 80% de forêts. La Haute Chaîne, ou Jura des crêtes à l'est forme le relief le plus élevé. Il comprend au sud le Jura plissé dont font partie les Hautes Combes. C'est sur cette partie Située aux confins des deux régions Franche-Comté et Rhône-Alpes, que se trouve le Parc naturel régional du Haut-Jura qui est un territoire de montagne couvrant les plus hauts sommets de la chaîne du Jura (Crêt de la Neige à 1720 m, Reculet à 1717 m, Crêt de Chalam à 1545 m, Crêt Pela à 1495 m, Grand Colombier à 1534 m, Mont d'Or à 1463 m balcon sur 300 sommets des Alpes et du Jura, Colomb de Gex à 1688 m, Petit Montrond à 1534 m et Grand Montrond à 1614 m, Chasseron à 1607 m, etc.)

Ces deux derniers plateaux constituent, pour partie, le Parc naturel régional du Haut-Jura qui offre une nature tout en douceur, restée sauvage. Une alternance de vertes forêts, de combes, de gorges, de lacs et de rivières, de courbes patiemment arrondies depuis des millénaires. Une terre de contrastes et une diversité de paysages qui se prêtent à de multiples activités de pleine nature, au fil des quatre saisons.

Mais ne vous y trompez pas, ces grands espaces sont avant tout habités, par des Hommes mais aussi par une biodiversité spécifique et remarquable. La montagne jurassienne ce sont aussi de nombreux savoir-faire, issu d'une histoire commune faite de solidarité et d'innovations sociales et techniques.

Notre « port d'attache » naturel est constitué par le site du "Plateau du Lizon" (Saint-Lupicin et environs) délimité à l'ouest par la forêt d'Annuelle ; à l'Est, par les gorges du Lizon qui marquent la limite du site. Au Nord, le relief est plus accidenté. Des gorges et monts sont à traverser pour déboucher sur la commune des Crozets, qui est dans la continuité sud du rebord oriental du premier plateau jurassien. C'est pourquoi un équipement adapté s'impose, afin que vos randonnées se passent en toute tranquillité.

Un équipement adapté



Les chemins du Haut-Jura présentent quelques pièges et le relief peut vous jouer des tours. Aussi, lorsque vous partez en randonnée sur les chemins du Haut-Jura, notre conseil est **d'avoir un minimum d'équipement**. Outre de bonnes chaussures et des vêtements adaptés aux conditions climatiques, voici la liste des matériels qui doivent être présents au fond de votre sac sans trop l'alourdir :

- Un téléphone portable et... sa batterie chargée (150 g)
- Une trousse de premier secours pour les petits bobos, ampoule, piqure d'insecte, etc. (400 g)
- Une couverture de survie, en cas de coup de froid pour attendre les secours (70 g)
- Un sifflet pour se faire repérer facilement (10 g)
- Une lampe frontale si vous êtes perdus... et que la nuit tombe (30g)
- Un en-cas, en plus de votre pique-nique habituel (30g)
- Une paire de lacets de rechange (20g)
- Un couteau (80 g)

C'est un investissement qui vous sera **utile pour toutes vos randonnées, et qui pèse seulement 790 grammes !**

C'est une règle de bon sens bien connue des randonneurs aguerris mais qui échappent parfois aux débutants. Dans le Jura, les chemins balisés GR (Grande Randonnée), GRP (Grande Randonnée de Pays) ou PR (Promenade et randonnée) sont nombreux. Lorsqu'on désire les emprunter, il est de bon conseil de se munir du **TopoGuide** (édition récente) ou de **la carte IGN** du secteur (échelle 1/25 000). Vous pouvez également, en complément, trouver les **itinéraires locaux** auprès des différents Offices du Tourisme (Coût entre 5 et 8 euros).

Type de Sentier	GR [®]	GRPAYS [®]	PR [®]	Pistes VTT	Pistes Equestres
Bonne direction	—	—	—	→	—
Tourner à gauche	└┐	└┐	└┐	◀	└┐
Tourner à droite	┐└	┐└	┐└	▶	┐└
Mauvaise direction	✗	✗	✗	✗	✗

Le balisage ne se suffit pas à lui-même et une erreur d'inattention peut vite vous égarer. De plus, il est soumis toute l'année à des conditions climatiques rudes (soleil, givre, neige, pluie), sans compter la végétation qui pousse ou les coupes d'arbres ! Bref ! malgré les efforts des équipes de baliseurs, les marquages restent des éléments fragiles.

Même si vous désirez suivre des sentiers balisés, procurez-vous le TopoGuide adéquat. Pour un investissement de 12€ en moyenne, il vous évitera des pas inutiles ou parfois même d'appeler les secours (112 si besoin) en indiquant sur quel secteur vous êtes perdus ou blessés !

Belles et bonnes randonnées dans nos contrées de Franche-Comté !