

# Sommaire

Préface .....	3
<b>Informations touristiques</b> .....	6
Les plus belles randonnées dans le Jura .....	7
<b>La randonnée dans le Jura</b> .....	10
<b>Renseignements pratiques</b> .....	16
<b>Carte synoptique</b> .....	19
<b>1</b> Autour de la Tête des Noirs Étangs .....	20
<b>2</b> Miellin et la Chapelle St-Blaise .....	23
<b>3</b> Sur le Plateau des Mille Étangs .....	26
<b>4</b> La Montagne St-Martin .....	28
<b>5</b> Dans la forêt de Banney .....	30
<b>6</b> Le plateau des étangs près d'Écromagny .....	32
<b>7</b> Randonnée lacustre dans le Grand Bois .....	35
<b>8</b> La Fontaine des Ormois .....	38
<b>9</b> Entre Seveux et Charentenay .....	40
<b>10</b> La Saône entre Rupt-sur-Saône et Soing-Cubry-Charentenay .....	42
<b>11</b> Du Port de Savoyeux à Prantigny .....	45
<b>12</b> Le long de la Saône entre Gray et Prantigny .....	48
<b>13</b> La Forêt des Hauts Bois .....	50
<b>14</b> Le Sentier de Bellevue .....	52
<b>15</b> Le cours inférieur du Doubs entre Baume-les-Dames et Laissey .....	55
<b>16</b> Le long du Doubs entre Montjoie-le-Château et Glère .....	58
<b>17</b> Sur les berges du Doubs entre Goumois et Clairbief .....	61
<b>18</b> Les Gorges du Doubs I : de La Goule à Goumois .....	64
<b>19</b> Les Gorges du Doubs II : du Refrain à La Goule .....	67
<b>20</b> Les Gorges du Doubs III : Biaufond – Le Refrain – La Rasse .....	70
<b>21</b> Le Cirque de Consolation et la Roche du Prêtre .....	73
<b>22</b> Le Saut du Doubs et le Lac de Moron .....	76
<b>23</b> Le chemin de crête de Meix Musy .....	79
<b>24</b> La Source de la Loue et les Gorges de Nouailles .....	82
<b>25</b> Dans les Gorges du Lison .....	84
<b>26</b> Le Pont et la Cascade du Diable .....	87
<b>27</b> Le Cirque du Fer à Cheval et la Reculée des Planches .....	90
<b>28</b> Sur le chemin du «Sapin du Président» .....	94
<b>29</b> Autour du Lac de St-Point .....	97
<b>30</b> Dans la Réserve Naturelle des Tourbières de Frasnè .....	100

<b>31</b> Le Sentier karstique de Malrocher .....	102
<b>32</b> La Source de l'Ain .....	104
<b>33</b> Expérience sommitale au Mont d'Or .....	107
<b>34</b> La source du Doubs .....	110
<b>35</b> Le spectaculaire Cirque de Baume-les-Messieurs .....	113
<b>36</b> Dans les forêts entre Verges et Châtillon .....	116
<b>37</b> Le Tour des Quatre Lacs .....	119
<b>38</b> Autour du Lac des Rouges-Truites .....	122
<b>39</b> Les lacs de Bellefontaine et des Morts .....	124
<b>40</b> Les Cascades du Hérisson .....	126
<b>41</b> Sur la rive est du Lac de Vouglans .....	129
<b>42</b> Le tour du Petit Lac près de Clairvaux-les-Lacs .....	132
<b>43</b> Le paysage alpestre de Lamoura .....	134
<b>44</b> Les Gorges et Cascades du Flumen .....	137
<b>45</b> Dans le Marais des Bidonnes .....	140
<b>46</b> Le point de vue sur le Mont Mourex .....	142
<b>47</b> Le sommet panoramique Crêt de Chalam .....	145
<b>48</b> Le Défilé de Sous Balme .....	148
<b>49</b> Dans le «Cirque des Avalanches» .....	151
<b>50</b> Promenade dans la ville de Besançon .....	154

Index .....	158
-------------	-----

## Symboles

	accessible en bus		parking
	possibilité de restauration en cours de route		sommet / col, selle
	convient aux enfants		église, chapelle, couvent / croix
	lieu avec possibilité de restauration		château / point de vue
	refuge gardé, auberge		aire de pique-nique / camping
	cabane / abri		bifurcation
	arrêt de bus		arbre remarquable / grotte
			point de baignade / source
			port