



## 1 - La Vigoureuse



1150 m - Lac de Lamoura



1296 m - 150 m



2h00



Panorama sur le col de la Faucille, le Montrond et le Colomby de Gex.



Baignade non surveillée dans le lac de Lamoura.



Le pré-bois est la forme d'occupation du sol la plus répandue dans le Jura. Les fonds de val ou même les pentes et sommets ont été défrichés pour en faire des prairies. Subsistent quelques épicéas, sapins ou hêtres. L'harmonie est renforcée par le cadre sombre des forêts qui couvrent les monts voisins et par la force tranquille d'une ferme ramassée et parfaitement intégrée dans le vallonement. Le tableau est complété par quelques vaches Montbéliardes et par de grandes gentianes jaunes élancées. Entièrement construit de main d'homme, ce terroir a pris une valeur symbolique dans le Haut Jura.



points jaunes-verts-bleus et  
balisage GR®  
(1 trait rouge et 1 trait blanc)

Du parking, partir directement sur le chemin côté sud en longeant le lac et passer près de la zone d'accès à la baignade. Sur la droite, chercher un sentier qui monte à l'opposé du lac. Se repérer avec un balisage point jaune. Le chemin rejoint très rapidement le sentier de Grande Randonnée (GR®) au lieu-dit "Sur-le-Lac" (1220 m). Tourner à droite en direction de Lamoura. Le chemin est relativement plat. Il mène à un carrefour matérialisé par les petits panneaux du Parc Régional Naturel du Haut Jura. Suivre ensuite à gauche la direction de la Vigoureuse, distante de 30 mn. Le chemin est balisé de points verts. La montée se poursuit dans un bois clairsemé. Bien suivre le balisage porté sur les arbres et rochers. A l'approche du but, franchir un muret de pierre en ruine. Le point de vue appelé la Vigoureuse est atteint. Un banc réparateur offre son hospitalité. A partir du banc, redescendre en partant dans le sens opposé à la montée. Se diriger avec le balisage bleu (traits et points). Un second muret de pierre surmonté d'un câble constitue également un point de repère. Franchir ce mur et poursuivre la descente. Au carrefour Sous-le-Crêt (1280 m), s'engager à gauche sur le large chemin en direction de La Balise d'Amont (panneau). Le sentier longe un mur de pierre. Tout près de la maison La Balise d'Amont, retrouver les panneaux du Parc Régional. Suivre la direction "Chalet Fournier" sur la gauche. Le chemin laisse le chalet sur la droite. Continuer la boucle en prenant Les Thoramys (panneaux). Les points jaunes constituent le balisage jusqu'aux prochains panneaux. Au carrefour des Thoramys (1230 m), tourner à gauche sur un sentier GR®, à côté d'une grosse bâtisse. Suivre la direction Sur-le-Lac. Le chemin rejoint le carrefour initial. Redescendre sur la droite. La vue plonge sur le lac de Lamoura. Le parking est atteint très rapidement.

