Le Lac de Lamoura et sa tourbière

Station des Rousses

(SB-SOGESTAR)

Au cœur du Haut Jura, les promenades douces vous sont proposées pour découvrir à votre rythme, les villages et les paysages de la Station des Rousses.

De quelques kilomètres de distance, toutes ces promenades empruntent des voies praticables, dont certaines sont accessibles aux poussettes, aux fauteuils roulants et permettent l'apprentissage du vélo aux enfants.

Promenade douce 01 de la Station des Rousses

Attention, les parcours proposés ne sont pas homologués pour l'accessibilité aux fauteuils roulants, toutefois la

Infos pratiques

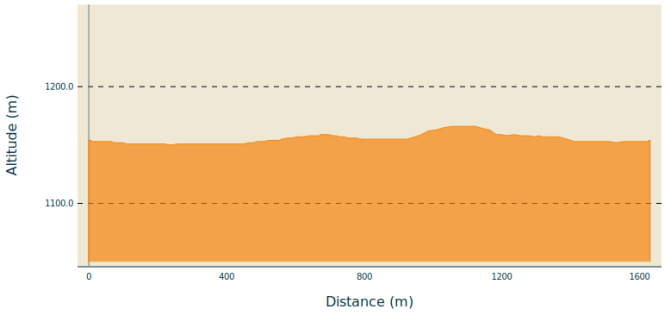
- Pratique : Rando pédestre
- Durée : 30 min
- Longueur : 1.6 km
- Dénivelé positif : 28 m
- Difficulté : Très facile
- Type : Boucle
- Thèmes : En famille, Lacs, rivières et cascades
- Accessibilité : Poussette

praticabilité des terrains empruntés en permet l'accès.

Itinéraire

Départ : Parking du Lac de Lamoura
Arrivée : Parking du Lac de Lamoura
Balisage : PR® (Promenades et Randonnées) Sentier d'interprétation
Communes : 1. Lamoura

Profil altimétrique



Altitude min 1150 m Altitude max 1169 m

1. Depuis le parking du lac de Lamoura, dirigez-vous vers la berge et longez-la dans le sens des aiguilles d'une montre (balisage **jaune**/**rouge** à suivre).
2. Rapidement vous cheminez sur un platelage en bous qui témoigne d'un terrain particulièrement tourbeux.

   Le lac de Lamoura et le lac du Jura situé le plus haut en altitude (1155m) et vous offre diverses activités de loisirs. Profitez en pour pécher, vous baigner (baignade surveillée l'été), pique-niquer, jouer (aire de jeux), en apprendre plus sur la faune, la flore et la géologie locales (panneau d'interprétation) et prendre de la hauteur (belvédère au dessus du lac, non accessible en poussette) ...

3. En suivant le platelage, vous allez découvrir un milieu naturel particulier et unique : une tourbière. Il s'agit d'un marais alimenté par des eaux de ruissellement, colonisé par une flore adaptée à cet environnement acide.
4. Poursuivez le parcours. Sur votre gauche, le platelage en bois vous emmène faire une petite boucle dans une partie forestière où l'on aperçoit les traces de l'exploitation ancienne de la tourbe.
5. Continuez ensuite votre promenade en longeant toujours à gauche la rive du lac.

6. Le platelage en bois s'arrête, continuez le tour du lac par le petit sentier de terre qui vous rapproche des abords du lac.
7. Au carrefour des Rives du Lac, vous pouvez faire l'aller-retour au belvédère Sur le Lac.
   Attention, le sentier grimpe fortement en escalier et est parfois glissant par temps humide.
8. Le sentier se poursuit devant la plage puis vous reconduit jusqu'au parking du lac.

Sur votre route...

Chalet d’estive/alpage (A)

Les tourbières (B)

Géologie du Jura : crêts et combes (C)

Toutes les informations pratiques

Sentier d'interprétation

Les sentiers d'interprétations ou sentiers de découverte, sont des parcours aménagés très facile, particulièrement indiqués pour les familles, et équipés de panneaux d'informations. Ces panneaux permettent aux usagers de comprendre les milieux qu'ils traversent avec des données historiques, scientifiques, géologiques, culturelles ou naturelles.

Recommandations

Avant de partir, nous vous conseillons de lire la rubrique Conseils aux randonneurs, de vous équiper convenablement, de prendre de quoi vous ravitailler, de consulter la météo et de prendre un téléphone chargé. Dans tous les cas, ne surestimez pas vos forces.

Dans le Jura, les randonnées empruntent des chemins et sentiers dans des propriétés privées qui peuvent également servir à d'autres activités. Merci de respecter les lieux en restant sur les sentiers balisés et en respectant les autres usagers (randonneurs, vététistes, cavaliers, mais aussi exploitants forestiers, vignerons, bergers...).

Le Jura est un département nature et sauvage, merci de respecter l'environnement dans lequel vous évoluez : Ne jetez aucun détritus, ne faites pas de feu, ne cueillez pas les fleurs sauvages. Respectez la tranquillité du bétail et de la faune sauvage en restant éloigné des troupeaux, en tenant votre chien en laisse et en refermant les barrières derrière vous. Renseignez-vous sur les zones de protection de biotope, réserves naturelles ou zones Natura 2000 dans lesquelles des restrictions sont applicables.

En cas de météo défavorable (vigilance météo orange ou rouge, vent important, forte pluie...), de travaux forestiers (abattage, débardage...), de travaux sur les sentiers (réfection de sentier, débroussaillage...) ou de zones de chasse en cours ou battue, pour votre sécurité, sachez renoncer et faire demi-tour.

En cas d'urgence, composez le 112 (numero d'urgence européen), 15 (samu) ou le 18 (pompier).

Comment venir ?

Accès routier

Depuis Saint-Claude, prendre la direction des Rousses par la D436, à la sortie de Septmoncel, prendre la D25 en direction de Lamoura. Traverser le village et prendre la direction de Lajoux par la D292. Suivre ensuite la direction du lac de Lamoura par la D292e3.

Parking conseillé

Parking du Lac de Lamoura

Accessibilité

Poussette

Lieux de renseignement

Office de tourisme de la Station des Rousses
495 rue Pasteur, 39220 LES ROUSSES
infos@lesrousses.com
Tel : 03 84 60 02 55
https://www.lesrousses.com/

Sur votre route...

Chalet d’estive/alpage (A)

Ces habitations servaient à loger les bergers et leurs troupeaux durant la belle saison et à transformer le lait sur place. Les chalets étaient rustiques et sommaires, construits en pierres et en bois et ressemblaient certainement beaucoup aux premières maisons des défricheurs du Jura. La construction d’un chalet d’alpage nécessitait au préalable l’édification d’un four à chaux afin de fabriquer le mortier qui allait sceller les pierres et recouvrir les murs. Le chalet était généralement placé sur une croupe rocheuse. Ensuite des épicéas étaient coupés et des scieurs de long se mettaient à l’œuvre afin de tailler des poutres et des planches. Les tavaillonneurs s’occupaient quant à eux des tavaillons qui recouvrent le toit et parfois les murs. La toiture était généralement à quatre pans. L’intérieur du chalet se divisait en cinq pièces : la cuisine où l’on fabriquait le fromage ; le laitier, toujours dans l’angle nord, le plus froid, où était conservé pendant la nuit le lait de la traite du soir ; la cave à fromage ; l’étable pour les vaches et l’étable pour les veaux. Au milieu de la cuisine se trouvait un gros chaudron en cuivre, dans lequel cuisait le fromage. Les bergers quant à eux dormaient le plus souvent à l’étable, sur un matelas de branches d’épicéas recouvert de paille. L’âtre se résumait à un simple trou sur le sol en terre battue. Un trou dans le toit servait à évacuer la fumée et une trappe était refermée lorsqu’il pleuvait ou lorsque le feu était éteint.

Crédit :

Les tourbières (B)

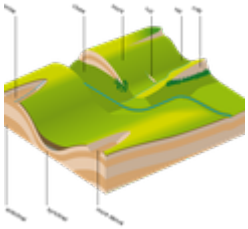
Une tourbière, par définition, est une zone humide, colonisée par la végétation, dont les conditions écologiques particulières ont permis la formation d’un sol constitué d’un dépôt de tourbe.

À cette altitude, dans le Haut Jura, les conditions climatiques sont très rudes : hivers très froids et longs, moyenne annuelle des température basse, précipitations abondantes et notamment en hiver avec la neige durant plusieurs mois, absence de périodes sèches de longue durée. Ces conditions géologiques et climatiques sont extrêmement favorables à l’installation de milieux naturels très originaux : les tourbières.

Les tourbières jouent un rôle dans le cycle de l’eau naturelle, à la fois réserve d’eau et éponge puisque les mousses stockent l’eau, et épuration de l’eau par la tourbière qui joue le rôle de filtre.

Ces milieux naturels abritent également de nombreuses espèces végétales et animales, insectes et oiseaux qui sont pour certaines protégées.

Le programme Life Tourbière du Jura vise à réhabiliter leurs fonctions naturelles de purificateur et régulateur des masses d'eau, de puits de carbone qui absorbe les gaz à effet serre, de créateur de biodiversité remarquable.



Géologie du Jura : crêts et combes (C)

Une combe est une vallée qui se forme au sommet d'un anticlinal. De chaque côté, elle est "enfermée" par des versants appelés des crêts. Le plissement au sommet d'un anticlinal favorise en effet l'érosion des couches calcaires.
L'élargissement progressif des fissures provoquées grâce notamment à l'eau de pluie et au gel finit par former combes et crêts.