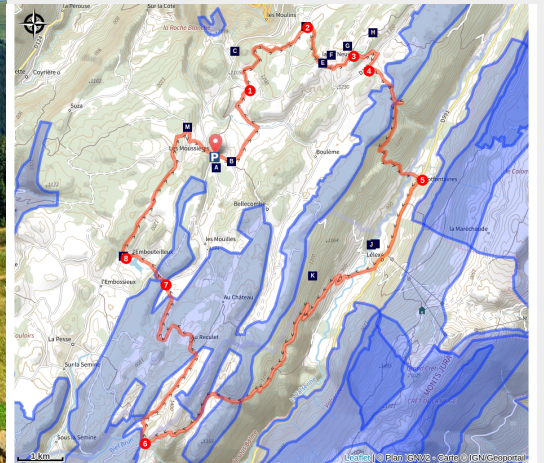


# Les Hautes Combes - 1R

Haut-Jura Saint-Claude



La Simard dans les Hautes-Combes (© www.stephane-godin.com/Jura Tourisme)



**Au départ du village des Moussières, le tour des Hautes Combes est un parcours résolument sportif, cumulant un fort dénivelé, menant des doux reliefs des combes du Haut-Jura à la vallée de la Valserine dans le département de l'Ain. A mi-parcours, un bel effort est nécessaire depuis Lélex pour gravir le col du Merle, la récompense étant toutefois de découvrir le site de la Borne au Lion, magnifiquement niché au pied du Crêt de Chalam.**

**Suivre le balisage n° 1 rouge**

## Infos pratiques

Pratique : VTT/VTAE

Durée : 4 h

Longueur : 36.5 km

Dénivelé positif : 1132 m

Difficulté : Difficile

Type : Boucle

Thèmes : Faune et flore, Naturel

# Itinéraire

**Départ** : Les Moussières

**Arrivée** : Les Moussières

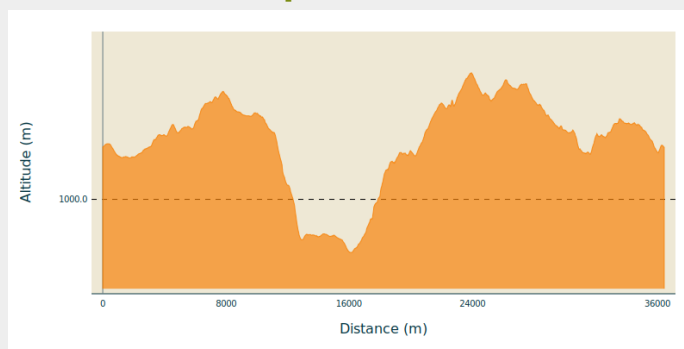
**Balisage** : ➤ Boucle VTT

**Communes** : 1. Les Moussières

2. Septmoncel les Molunes

3. La Pesse

## Profil altimétrique



Altitude min 854 m Altitude max 1349 m

Au centre du village des **MOUSSIÈRES**, partir par la route jusqu'à la **MAISON DES FROMAGES**. Poursuivre jusqu'au bout d'une longue ligne droite et bifurquer à gauche en direction du Pré Fillet (hôtel). Rejoindre ensuite un carrefour au lieu-dit **Les Rasses**.

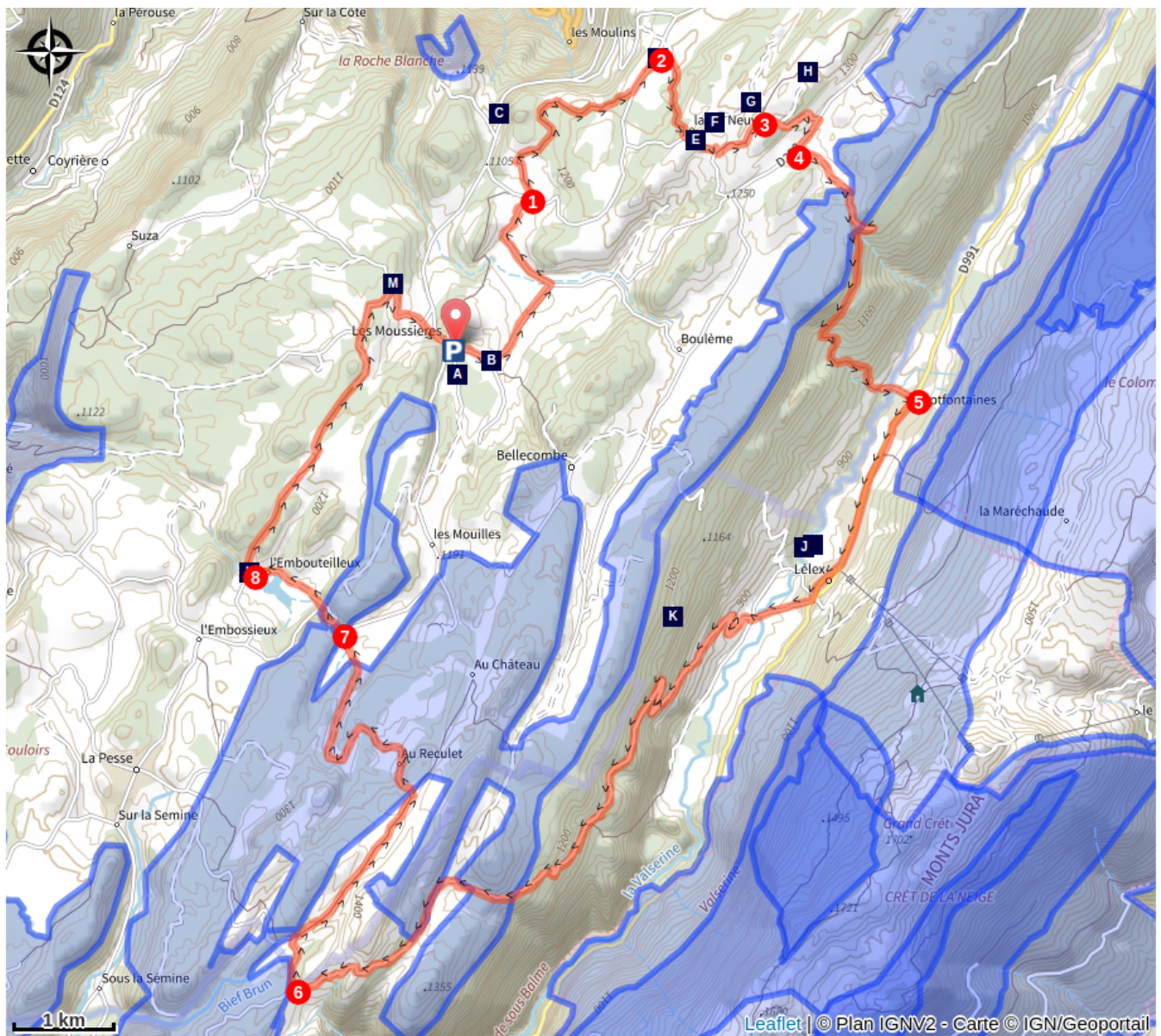
> Section commune avec la GTJ à VTT.

1. Au carrefour et poteau **Les Rasses**, monter en face jusqu'au **Pré Coquet** (poteau). Continuer à droite par un chemin plus technique, parfois glissant dans le pré-bois, rejoignant une route. Bifurquer à gauche et parvenir au **Bas de Laisia** (poteau).  
> Section commune avec la GTJ à VTT.
2. Au poteau **Bas de Laisia**, prendre à droite de la ferme du même nom et monter un sentier jusqu'à **LA VIE NEUVE - LES MOLUNES** (mairie, gîte d'étape, ancienne école). Parcourir ensuite 300 m sur la route et bifurquer à gauche sur un chemin montant vers un sentier herbeux à suivre jusqu'au poteau **CARICHE** (passage-VTT).  
> Section commune avec la GTJ à VTT.
3. Au poteau **Cariche**, quitter la GTJ en partant à droite pour passer près de la chapelle de Cariche (barrière). Descendre ensuite un large chemin jusqu'à la D 292 et le poteau **Sous Cariche**. A droite par la route, rejoindre le **Chemin de Croaby**.
4. Au poteau **Chemin de Croaby**, prendre à gauche le chemin traversant une très jolie combe jusqu'au poteau **Croaby**, en forêt. Descendre ensuite à gauche jusqu'à un croisement de chemins, au poteau **Cabane de Chasse**. A droite se présente bientôt une longue descente jusqu'à la rivière la Valserine, en passant par la **Pralouse**. Franchir le **Pont Crochat** et gagner la D 991 au hameau **LES SEPTFONTAINES**.
5. Au poteau **LES SEPTFONTAINES**, descendre à droite la route jusqu'au village de **LELEX** (2 km). Vers la sortie de la localité, descendre à droite la route menant au **Pont de la Fruitière**. Se présente alors une longue montée d'environ 8 km et 500 m de dénivellation, empruntant un large chemin jusqu'aux **Closettes** (poteau) puis le **COL DU MERLE** (alt. 1350 m, beau point de vue). Descendre ensuite au site de **LA BORNE AU LION** (parking, abri, stèle du maquis du Haut-Jura).  
> On se trouve ici à la limite des départements du Jura et de l'Ain. Au pied du

Crêt de Chalam et en vue des Monts Jura, la borne au Lion, classée aux monuments historiques, marquait en 1613 la frontière entre la Franche-Comté et le Duché de Savoie.

6. Du parking de **LA BORNE AU LION**, descendre une petite route jusqu'au **Berbois** (gîte). Monter à droite au col de Malatrait puis descendre au lieu-dit **Sous le Loges** (poteau). A gauche, se présente une longue descente par un chemin empierré jusqu'à la D 25 et le poteau **L'Anquerne**.
7. Au poteau **L'Anquerne**, parcourir à gauche 100 m sur la D 25 et descendre à droite un chemin caillouteux jusqu'à **Sous l'Anquerne** (poteau). Longer ensuite le petit lac de **L'Embouteilleux**.
8. Au poteau **L'Embouteilleux**, retrouver la GTJ VTT et monter à droite un chemin devenant herbeux parfois glissant. Dans les combes, poursuivre tout droit au poteau **Les Planes** et à gauche à celui de **Pré Gauthier**. Un chemin d'exploitation mène au **Pré Grandvaux**. Rejoindre ensuite sans difficulté le village des **MOUSSIÈRES** en suivant la route à droite au poteau **La Mura**.  
> Section commune avec la GTJ à VTT.

# Sur votre route...



Les Tourbières aux Moussières (A)  
Mise en pli bigoudi ou champignon ? (C)  
L'habitat dispersé (E)  
Le Triton alpestre (G)  
Le Milan noir (I)  
Le belvédère du Truchet (K)  
Vue sur le village des Moussières (M)

Fromagerie du Haut-Jura (B)  
Combe sommitale de Laisia (D)  
Grenier fort (F)  
L'Alouette lulu (H)  
Valsérine, rivière sauvage (J)  
Lac de l'Embouteilleux (L)

# Toutes les informations pratiques

## VTTAE

Ce parcours est accessible aux VTT à assistance électrique. Restez toutefois vigilant sur les sentiers, ne vous surestimez pas et restez prudent avec les autres usagers qui sont prioritaires sur vous.

## **Recommandations**

Parcours accessible en VTTAE sans changement de difficulté (reste rouge)

Avant de partir, nous vous conseillons de lire la rubrique [Conseils aux randonneurs](#), de vous équiper convenablement, de porter un casque, de vérifier l'état de votre vélo, de prendre de quoi vous ravitailler et réparer (kit crevaison, maillon rapide, clés 6 pans...), de consulter la météo et de prendre un téléphone chargé. Dans tous les cas, ne surestimez pas vos forces et ne vous engagez pas sur un sentier trop technique pour vous. Sachez renoncer, faire demi-tour ou descendre du vélo.

Dans le Jura, les parcours VTT 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 qui sont prioritaires (randonneurs, vététistes, cavaliers, mais aussi exploitants forestiers, vigneron, bergers...). Il convient donc d'adapter et de maîtriser sa vitesse.

Le Jura est un département nature et sauvage, merci de respecter l'environnement dans lequel vous évoluez : Ne jeter aucun détrit, 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 zone Natura 2000 dans lesquelles des restrictions sont applicables.

En cas de travaux forestiers (abatage, 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.

## **Comment venir ?**

## Accès routier

A 20 km de Saint-Claude par la D 436 en direction de Septmoncel jusqu'au hameau de l'Evalide puis la D 25.

## Parking conseillé

Parking au centre du Village

# Zones de sensibilité environnementale

Le long de votre itinéraire, vous allez traverser des zones de sensibilité liées à la présence d'une espèce ou d'un milieu particulier. Dans ces zones, un comportement adapté permet de contribuer à leur préservation. Pour plus d'informations détaillées, des fiches spécifiques sont accessibles pour chaque zone.

## Grand tétras

Période de sensibilité : Janvier, Février, Mars, Avril, Mai, Juin, Décembre

Contact : Parc naturel régional du Haut-Jura

29 Le Village

39310 Lajoux

03 84 34 12 30

[www.parc-haut-jura.fr](http://www.parc-haut-jura.fr)

Le Grand Tétrás est une espèce emblématique des forêts de montagnes françaises. Son apparence et son comportement font de lui un oiseau très atypique. Pouvoir l'observer relève d'un vrai défi, tant cet oiseau est discret, mais s'avère être un souvenir mémorable.

En hiver, son activité est réduite au minimum. Il passe la quasi-totalité de la journée perché dans un arbre et consomme uniquement des aiguilles de sapin. Une nourriture très peu énergétique. Cette période est critique pour sa survie. Un oiseau subissant un dérangement régulier va puiser dans ses maigres réserves et finir par en subir les conséquences. Sa sensibilité à la prédation aura augmenté, ou bien il dépérira simplement à cause du manque d'énergie. Une autre période critique prend place du printemps au début de l'été avec la couvaison. Si la poule est surprise plusieurs fois, elle va abandonner le nid et laisser ses poussins seuls, sans protection. La survie des jeunes étant déjà très faible naturellement, ce phénomène accentué, d'autant plus, ce risque de mortalité chez les jeunes oiseaux.

Les pratiques qui peuvent avoir une interaction avec le Grand tétras en période de nidification sont principalement les pratiques sportives terrestres comme la randonnée, le ski, le VTT.

## Réserve naturelle nationale de la Haute-Chaine du Jura

Période de sensibilité : Janvier, Février, Mars, Avril, Mai, Juin, Juillet, Août, Septembre, Octobre, Novembre, Décembre

Contact : **Réserve naturelle nationale de la Haute Chaîne du Jura**

135, rue de Genève

01170 GEX

Tél : 04 50 41 29 65

E-mail : [contact@rnn-hautechainedujura.fr](mailto:contact@rnn-hautechainedujura.fr)

Site : <https://www.rnn-hautechainedujura.fr>

Accueillant au fil des saisons à la fois promeneurs, professionnels (alpagistes, forestiers, etc.) et naturalistes, cette Réserve est un territoire accessible où de nombreux usages cohabitent. Pour assurer la pérennité de cet espace sensible et des pratiques qui s'y déroulent, il convient de respecter la réglementation en vigueur :

Sont interdits :

- **les chiens même tenus en laisse,**
- **la cueillette des fleurs et la collecte de fossiles ou et de minéraux,**
- **le feu,**
- **l'usage d'instrument sonore,**
- **l'abandon de déchets,**
- **le camping.** Toutefois le bivouac, sans abri (sauf en cas de nécessité absolue : conditions météorologiques et sécurité de la personne notamment), pendant les créneaux horaires de 19h00 le soir à 9h00 le matin, pour une seule et unique nuitée par site, à une distance maximale de vingt mètres des sentiers balisés autorisés, en dehors des alpages occupés par le bétail, est toléré.

L'ensemble de la réglementation est consultable ici :

<https://www.rnn-hautechainedujura.fr/reglementation/>

Par ailleurs, sept Zones de quiétude de la faune sauvage, actives du 15 décembre au 30 juin (exception faite de la ZQFS des Platières, active du 15 décembre au 15 mai), interdisent de sortir des sentiers de randonnée balisés spécifiquement pour cette période de l'année.

### **Lieux de renseignement**

#### **Office de Tourisme Haut-Jura Saint-Claude**

3, place de l'Abbaye, 39200 SAINT-CLAUDE

contact.ot@hautjurasaintclaud.fr

Tel : 03 84 45 34 24

<https://www.haut-jura-saint-claude.com>



# Sur votre route...

---

## Les Tourbières aux Moussières (A)

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 températures 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.

---

## Fromagerie du Haut-Jura (B)

La fromagerie est le lieu où l'on va produire et/ou vendre du fromage (de sa propre production ou non)

Les fruitières sont des ateliers coopératifs de fabrication de fromages, généralement de longue conservation, comme du Comté par exemple. Selon une source proche du dossier, c'est parce que les producteurs du lait venaient mettre en commun le... fruit de leur travail en un même lieu.

Une fruitière est une fromagerie traditionnelle de montagne où est transformé du lait cru en fromage. Cette appellation est d'usage dans les massifs du Jura et des Alpes, tant en France qu'en Suisse. Les agriculteurs locaux mettent en commun le lait de leur troupeau dans un lieu de transformation mutualisé, souvent une petite coopérative, pour produire un fromage laitier de grande taille.



## Mise en pli bigoudi ou champignon ? (C)

Il est difficile de ne pas remarquer ce pli à l'allure si particulière, comme enroulée sur lui-même. Il s'agit en fait d'un pli «secondaire» ou disharmonique, résultant du chevauchement de l'anticlinal des Molunes sur le synclinal voisin, le val de Septmoncel. C'est un remarquable exemple de la capacité d'une roche rigide à se ployer dans le temps, pendant des millions d'année, sous des contraintes de pressions considérables.

Crédit : Gilles Prost - PNRHJ

---

## Combe sommitale de Laisia (D)

Une combe est une vallée creusée au sommet et dans l'axe d'un pli anticlinal. Elle est dominée de chaque côté par des versants escarpés, les crêts. La dépression se forme grâce à l'érosion du toit de l'anticlinal qui se produit dès son émergence marine et le début du plissement. « La fracturation des voûtes anticlinales est à l'origine d'une accélération des processus d'érosion d'origine physique (déchaussement, cryoclastie...) et chimique (dissolution) et responsable du creusement des combes ».

De même que les autres formes typiques du relief jurassien, la combe est un relief structural fréquent dans le Jura.

---



## L'habitat dispersé (E)

L'habitat des Hautes Combes est typique du défrichement tardif des XIII<sup>e</sup> et XIV<sup>e</sup> siècles, puis XVI<sup>e</sup> et XVII<sup>e</sup>. La terre est acensée par l'abbaye de Saint-Claude en longues bandes perpendiculaires à la combe où chaque famille peut vivre en autarcie. Le bas de la combe est réservé à la prairie et au foin, les environs immédiats de la ferme aux céréales, le crêt au bois de chauffage et d'œuvre, ainsi qu'aux pâturages.

Crédit : Gilles Prost - PNRHJ



## Grenier fort (F)

Né de l'ingéniosité des maîtres charpentiers, le grenier fort, qui domine la maison sur votre gauche, est également dépositaire de la mémoire du Haut-Jura. Garde-manger et coffre-fort, il contenait des grains, la nourriture et les semences, la garde-robe et les objets précieux, les outils et les écrits, biens essentiels, à l'abri du feu et des envieux. Comptabilité de la récolte, calendrier climatique, événements familiaux, sont souvent consignés sur ses murs. Pour visiter un grenier fort ? Rendez-vous à la Maison du Parc à Lajoux.

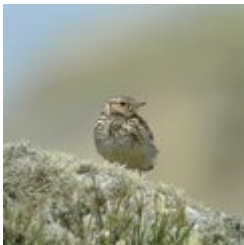
Crédit : Gilles Prost - PNRHJ

---

## Le Triton alpestre (G)

Bien que passant une partie de l'année sur terre, cet amphibien a besoin de l'eau peu profonde des mares et des ornières pour se reproduire et pondre ses œufs. Dans sa phase terrestre, le Triton alpestre ne sort de sa cachette que la nuit, en rampant lentement sur le sol à la recherche de nourriture. À l'inverse, en phase aquatique, il n'hésite pas à se déplacer et se nourrir parfois en plein jour. C'est un bon nageur qui peut passer plusieurs minutes en apnée dans l'eau froide. Vous le reconnaîtrez à son ventre orange vif caractéristique.

---



## L'Alouette lulu (H)

Lu,lu,lu,lu,lu,lu ... lu,lu,lu,lu,lu,lu, vous devinez ce qui lui a valu son drôle de nom? Et oui, ce chant, pipissant, monotone, qu'elle émet en vol au dessus des pelouses rases durant les belles journées de printemps. C'est presque votre seule chance de détecter cet oiseau si discret quand il est au sol.

Crédit : Fabrice Croset

---

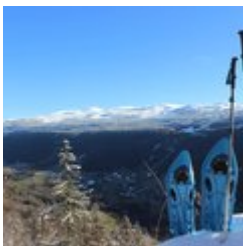
## Le Milan noir (I)

Appréciant les lacs et les zones humides, il n'est pas rare d'apercevoir la silhouette sombre de ce rapace survoler les eaux. Migrateur, il arrive en France en mars et repart vers l'Afrique courant août à septembre, pour y passer l'hiver. Principalement charognard, il attrape volontiers les poissons morts à la surface de l'eau. Il survole les prés lors des foins à la recherche de proies mises à jour par l'herbe rase.

---

## Valsérine, rivière sauvage (J)

En 2013, la Valsérine a été la première rivière labellisée «Site Rivière sauvage» en Europe. Ce label est une reconnaissance de la grande qualité des milieux aquatiques, et du faible impact des activités humaines sur le cours d'eau et son bassin versant. Créée pour préserver les moins de 2% de rivières de qualité exceptionnelle et résorber les rares points noirs, cette labellisation a été le déclencheur d'un contrat de rivière en 2015. La restauration morphologique du cours d'eau, la prévention des pollutions liées aux cuves de fioul, le nettoyage des dépôts sauvages et la lutte contre les plantes invasives sont parmi les principales actions entreprises.



## Le belvédère du Truchet (K)

Le belvédère du Truchet offre une vue imprenable sur la vallée de la Valsérine, la Haute Chaîne du Jura et le village de Lélex en contrebas. Un incontournable pour les amoureux de paysages grandioses !

Crédit : Juliette Thévenard



## Lac de l'Embouteilleux (L)

Ce petit lac est en réalité une retenue d'eau sur un milieu tourbeux créée artificiellement en 1989 pour les besoins en eau potable des communes des Hautes-Combes.

Ses eaux se perdent dans un gouffre, anciennement aménagé d'une roue pour produire de l'énergie. Elles s'y retrouvent dans le Flumen, à près de 6 kilomètres au nord.

Ce site, où la baignade et la pêche sont interdites, invite par sa beauté à la contemplation et à l'écoute.

Crédit : Gilles Prost - PNRHJ



## Vue sur le village des Moussières (M)

Petit village des Hautes-Combes dont l'implantation connue remonte au Moyen-Age, les activités artisanales et agricoles perdurent encore aujourd'hui, valorisées notamment par la Maison du Fromage.

Crédit : F. Jeanparis