

# Sommaire

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

<b>31</b>	<b>Le Sentier karstique de Malrocher</b> .....	<b>102</b>
<b>32</b>	<b>La Source de l'Ain</b> .....	<b>104</b>
<b>33</b>	<b>Expérience sommitale au Mont d'Or</b> .....	<b>107</b>
<b>34</b>	<b>La source du Doubs</b> .....	<b>110</b>
<b>35</b>	<b>Le spectaculaire Cirque de Baume-les-Messieurs</b> .....	<b>113</b>
<b>36</b>	<b>Dans les forêts entre Verges et Châtillon</b> .....	<b>116</b>
<b>37</b>	<b>Le Tour des Quatre Lacs</b> .....	<b>119</b>
<b>38</b>	<b>Autour du Lac des Rouges-Truites</b> .....	<b>122</b>
<b>39</b>	<b>Les lacs de Bellefontaine et des Mortes</b> .....	<b>124</b>
<b>40</b>	<b>Les Cascades du Hérisson</b> .....	<b>126</b>
<b>41</b>	<b>Sur la rive est du Lac de Vouglans</b> .....	<b>129</b>
<b>42</b>	<b>Le tour du Petit Lac près de Clairvaux-les-Lacs</b> .....	<b>132</b>
<b>43</b>	<b>Le paysage alpestre de Lamoura</b> .....	<b>134</b>
<b>44</b>	<b>Les Gorges et Cascades du Flumen</b> .....	<b>137</b>
<b>45</b>	<b>Dans le Marais des Bidonnes</b> .....	<b>140</b>
<b>46</b>	<b>Le point de vue sur le Mont Mourex</b> .....	<b>142</b>
<b>47</b>	<b>Le sommet panoramique Crêt de Chalam</b> .....	<b>145</b>
<b>48</b>	<b>Le Défilé de Sous Balme</b> .....	<b>148</b>
<b>49</b>	<b>Dans le »Cirque des Avalanches«</b> .....	<b>151</b>
<b>50</b>	<b>Promenade dans la ville de Besançon</b> .....	<b>154</b>
	<b>Index</b> .....	<b>158</b>