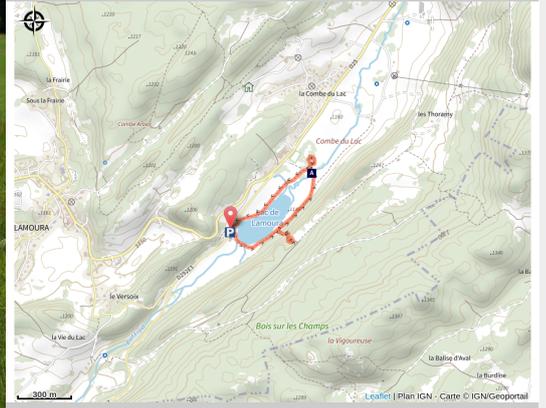


# Sentier du Lac de Lamoura

Station des Rousses Haut-Jura - Lamoura



Sentier du lac de Lamoura (PNRHJ / Nina Verjus)

**Le sentier fait le tour lac. Un platelage en bois permet de traverser les zones humides, et la tourbière sans dégrader ces milieux fragiles.**

Au point bas de la combe du lac de Lamoura, dans un paysage verdoyant ponctué des rougeurs de la tourbière qui l'entoure, miroitent les eaux du lac naturel le plus élevé du massif du Jura.

Itinéraire officiel - [réseau Geotrek du Parc naturel régional du Haut-Jura](#)

## Infos pratiques

Pratique : Sentiers interprétés

Durée : 1 h

Longueur : 2.0 km

Dénivelé positif : 64 m

Difficulté : Facile

Type : Boucle

Thèmes : Faune - Flore, Lacs, rivières et cascades

# Itinéraire

Départ : Parking du lac de Lamoura

Arrivée : Parking du lac de Lamoura

Balisage :  PR®

Six pauses insolites expliquent la formation géologique du val, l'utilisation ancienne de la force hydraulique au fil de l'eau et présente la vie aquatique du lac.

- Bienvenue au lac de Lamoura
- La formation du lac
- Nous, les hôtes du lac
- La tourbière
- La vie du lac
- Scies à eau et moulins de la Combe du Lac

Vous souhaitez en savoir plus sur le monde mystérieux des tourbières ? Un module et le film « Tourbières, trésors cachés de la montagne jurassienne » sont consacrés à cette thématique dans l'exposition permanente de la Maison du Parc à Lajoux à 3 kilomètres du lac.

# Sur votre chemin...



Les tourbières (A)

# Toutes les infos pratiques

## **Recommandations**

Ce sentier accueille chaque année des dizaines de milliers de promeneurs. Pour le bien-être et la sécurité de tous et pour le respect du milieu emprunté, voici les règles à respecter :

- Merci de tenir votre chien en laisse
- Ne pas quitter le platelage
- La pratique du vélo n'est pas autorisé
- Ramenez vos déchets
- Ne pas faire de feu en dehors des équipements prévus
- Les plantes et fleurs sauvages des tourbières et des prés environnants sont belles, elles peuvent être rares et protégées et fanent souvent rapidement. Ne les cueillez pas ! Elles raviront les prochains promeneurs.

## **Zones de sensibilité environnementale**

Au cours de votre itinéraire, vous allez traverser des zones sensibles en rapport avec la présence d'une espèce ou d'un environnement spécifique. Dans ces zones, un comportement approprié permet de contribuer à leurs préservations. Pour plus d'information, des fiches sont disponibles pour chaque zone.

### **Site RAMSAR Tourbières et lacs de la Montagne jurassienne**

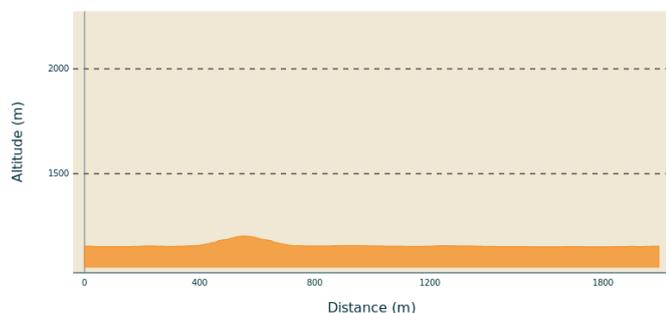
Période de sensibilité : Janvier, Février, Mars, Avril, Mai, Juin, Juillet, Août, Septembre, Octobre, Novembre, Décembre

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 site s'étend entre les villes de Pontarlier et Saint-Claude, dans le massif du Jura. Dénommé « Bassin du Drugeon » lorsqu'il fut inscrit en 2003, le site a été agrandi en 2021 pour passer de moins de 6000 hectares à plus de 12 000 ha. Il comprend maintenant de vastes tourbières emblématiques telles que celles du bassin du Drugeon, les vallées du haut Doubs et de l'Orbe et la vallée de Chapelle-des-Bois et Bellefontaine. Ses 18 lacs et 2000 ha de tourbières représentent environ 40 % de toute la zone tourbeuse du massif du Jura. Le substrat calcaire favorise la juxtaposition de tourbières alcalines et acides, ce qui, dans ces dimensions, est unique en France. Le site offre de nombreux habitats importants pour une diversité d'espèces protégées au niveau national ou international, des plantes et champignons aux libellules, papillons, poissons, oiseaux, amphibiens et reptiles. Les deux tiers de la population nationale de bécassines des marais (*Gallinago gallinago*) y nichent et le site est aussi une frayère importante pour le grand brochet (*Esox lucius*), le lavaret (*Coregonus lavaretus*), la truite lacustre (*Salmo trutta*) et

l'écrevisse à pattes blanches (*Austropotamobius pallipes*). Les habitats tourbeux ont été, autrefois, profondément modifiés par l'exploitation de la tourbe, le développement forestier et les activités agricoles mais des mesures de restauration des tourbières ont été appliquées avec succès. Cependant, le site est encore très sensible aux sécheresses et à la pollution provenant des terres agricoles environnantes.

## Profil altimétrique



Altitude min 1151 m  
Altitude max 1203 m

## Accès routier

A 1 km du village à l'est de Lamoura par la D 25, puis la D 292 et à 13 km au sud des Rousses par la N 5, puis la D 29, la D 25 enfin la D 292 E3.

## Parking conseillé

à proximité du lac

## Lieux de renseignement

Office de Tourisme Station Les Rousses Haut-Jura  
495 rue Pasteur Maison du Tourisme,  
39220 Les Rousses  
Tel : +33 (0)3 84 60 02 55  
<http://www.lesrousses.com/>



# Sur votre chemin...

---



## Les tourbières (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.