

N°	Nom	Départ	Distance	Dénivelé positif
----	-----	--------	----------	------------------

Mignovillard

1	Fontaine Carrée	Mignovillard	9,2 km	100 m
2	Chemin des Noisettes	Mignovillard	9,7 km	140 m

Mignovillard / Secteur La Bourre

3	La Bourre	Chalet de la Bourre	3,6 km	90 m
4	Les Trois Taureaux	Chalet de la Bourre	9,6 km	260 m

Cerniébaud

5	Belvédère du Mouflon	Combe Simon	7,3 km	220 m
6	Les Ruines Bonnet	Combe Simon	12,8 km	250 m
7	Le Touparon	Combe Simon	3,3 km	80 m
8	Plaine Froide	Combe Simon	3,4 km	60 m

Foncine / Secteur Le Bayard

9	La Roche Fendue	Parking sentier botanique Le Bayard	1,7 km	80 m
10	Le Bouquillon	Parking Les Arboux	8,8 km	270 m
11	La Chancelle	Grand Chalesme	9,7 km	170 m
12	Source de la Saine	Foncine-le-Haut	10,7 km	400 m

Foncine / Secteur Les Ruines - Mont-Noir

13	Le Tour de Val Foncine	Foncine-le-Haut	16 km	500 m
14	Le Bief de la Ruine	Au parking des Ruines	8,6 km	370 m
15	Creux Maldru	Chez Valentin	8,6 km	330 m

Les Planches-en-Montagne

16	Eaux Vives et eaux dormantes	Les Planches-en-Montagne	8,9 km	350 m
17	À la découverte de la Langouette	Les Planches-en-Montagne	1,5 km	40 m
18	La Montagne Ronde	Les Planches-en-Montagne	4,7 km	140 m

Pont de la Chaux

19	Le Rachet	Chaux-des-Crottenay	9,2 km	310 m
20	Les Belettes	Pont de la Chaux	4,9 km	200 m
21	Le Rocher de la Baume	À 1 km de Châtelneuf	3,6 km	100 m
22	Les Cressets	Chaux-des-Crottenay	5,8 km	160 m
23	Belvédère du Morillon	Bois de Ban	1,3 km	80 m

Entre Chaux et Syam

24	La Forêt de Cornu	Chaux-des-Crottenay	8,4 km	270 m
25	Belvédères de Cornu	Entre Syam et La Billaude	7,7 km	380 m

De Bourg-de-Sirod à le Vaudieux

26	Côte Poire	Bourg-de-Sirod	8 km	330 m
27	Syam et la Roche des Sarrazins	Entre Syam et La Billaude	4,7 km	160 m
28	Cascade de la Billaude	La Billaude	5,8 km	210 m

Entre Ney et Loulle

29	Le Bénédégand	Champagnole	6,9 km	310 m
30	À la trace des Dinosaurés !	Loulle	8,7 km	250 m

N°	Nom	Départ	Distance	Dénivelé positif
----	-----	--------	----------	------------------

Entre Ney et Loulle (suite)

31	Surmont	Ney	11,7 km	460 m
32	Reculée de Vers Cul	Ney	5,9 km	80 m

Entre Bourg-de-Sirod et Sirod

33	Les Pertes de l'Ain	Bourg-de-Sirod	5 km	200 m
34	Le Vanteur	Bourg-de-Sirod	9 km	370 m
35	La Roche des Commères	Sirod	5,6 km	260 m

Champagnole

36	Mont Rivel promenade du Châtaignier	Champagnole	4,6 km	140 m
37	Mont Rivel chemin des 3 Fontaines	Equevillon	8,8 km	330 m
38	Les Pierres Plates	Champagnole	6,2 km	90 m
39	Les bords de l'Ain	Champagnole	3,4 km	100 m

Forêt de la Joux

40	La maison du Chevreuil	Maison du Chevreuil	5,9 km	220 m
41	Sentier de « La Frête Arbey »	Esserval Tartre	5,1 km	90 m

Nozeroy

42	Sur le sentier de Yoline	Nozeroy	8,3 km	200 m
43	Source de l'Ain	Moulin du Saut ou Source de l'Ain	9,2 km	390 m

Entre Les Nans et Le Moutoux

44	Forêt de la Fresse	Le Moutoux	7,2 km	270 m
45	Source de l'Angillon	Les Nans	6,7 km	250 m
46	Le Pré Pillet	Les Nans	7,2 km	300 m

Entre Andelot et Supt

47	Le Creux de Fer	Andelot	6 km	60 m
48	La Combe aux Loups	Andelot	6,6 km	100 m
49	L'Ancien Moulin	Supt	8,4 km	140 m

Entre Crottenay et Pont-du-Navoy

50	La Roche du Midi	Crottenay	8,5 km	180 m
51	Les Voies Anciennes	Pont-du-Navoy	4,4 km	190 m
52	Le Vernois	Monnet-la-Ville	3,1 km	50 m

Les 4 Lacs

53	Tour des 3 Lacs	Monts des Ifs ou La Fromagerie	7,5 km	80 m
54	Tour des 4 Lacs	Monts des Ifs ou La Fromagerie	11 km	180 m
55	Les Cascades du Hérisson	La Fromagerie	7,5 km	300 m
56	Le Moulin Jeunet	La Fromagerie	2,5 km	50 m

Lac de Chalain

57	Tour de Chalain	Marigny ou La Pergola	11 km	100 m
58	Villard sur l'Ain	Marigny ou La Pergola	6,5 km	80 m
59	Sur la Côte Brulée	Marigny	10,5 km	200 m