

LA NAMPHÉE

Ce parcours vous invite à descendre dans la Vallée de la Valserine, entre les villages de Montanges et Champfromier. Forêt, prairies et air pur vous attendent !

Départ

CHAMPFROMIER au Domaine des Georenes (camping) ou depuis le parking de la salle des fêtes : longer celle-ci pour emprunter le sentier de la Vierge vers le local technique.

🕒 1h45 - 3,6 km

🟢 Difficulté facile

Alt. min. : 530 m - Alt. max. : 670 m

📈 Dénivelé + : 132 m

🚶 Balisage : jaune

Type : boucle

RECOMMANDATIONS

- Chaussures de marche
- Emportez de l'eau
- Ne quittez pas le sentier aménagé
- Emportez avec vous vos déchets
- Les chiens doivent être tenus en laisse

⚠️ EN CAS D'ACCIDENT : COMPOSEZ LE 112



OFFICE DE TOURISME
71 rue de la République
Bellegarde-sur-Valserine
01200 VALSERHÔNE
Tél. +33(0)4 50 48 48 68
info@terrevalserine.fr
www.terrevalserine.fr



Ne pas jeter sur la voie publique - Rédaction : Office de tourisme Terre Valserine - Conception graphique : Service communication Communauté de Communes du Pays Bellegardien - Crédits photos : ©Daniel GILLET/OT Terre Valserine ©Christian VALLET ©Marie JACQUES - Crédit cartographique : ©Terra Carta 2018 01630 St-Genis-Pouilly - Impression : Imprimerie Moderne & A.C 01000 Bourg-en-Bresse - Dépôt légal : 2018

TERRE VALSERINE
PUREMENT JURA

by Montagnes du Jura

l'Ain, créateur d'instant...



TERRE VALSERINE
PUREMENT JURA

LA NAMPHÉE AU DÉPART DE CHAMPFROMIER



DIFFICULTÉ
Facile

DISTANCE
3.6 km

DURÉE
1h45

www.terrevalserine.fr

ITINÉRAIRE



- 1 Emprunter le chemin qui longe le camping, poursuivre jusqu'à l'intersection de deux sentiers et prendre celui de gauche.
- 2 En 20 minutes, par un sentier pentu, déboucher sur les anciennes fermes de la Namphée. C'est un site pittoresque qui respire le calme et la tranquillité. Seul le chant de l'eau de la fontaine emplît l'atmosphère. La falaise en face de la Namphée abrite de nombreux oiseaux et rapaces. On y trouve aussi quelques sentiers qu'empruntaient les contrebandiers.
- 3 Le chemin retour s'élève en direction de Montanges au sud-ouest. Après une montée assez douce, arriver sur une grande place dégagée. Suivre le panneau sur la droite indiquant la direction de Champfromier.
- 4 Le sentier chemine entre buis, taillis et sapinière. Il rejoint le chemin du camping.

Pour tout problème rencontré sur les sentiers, merci de contacter : info@terrevalserine.fr

