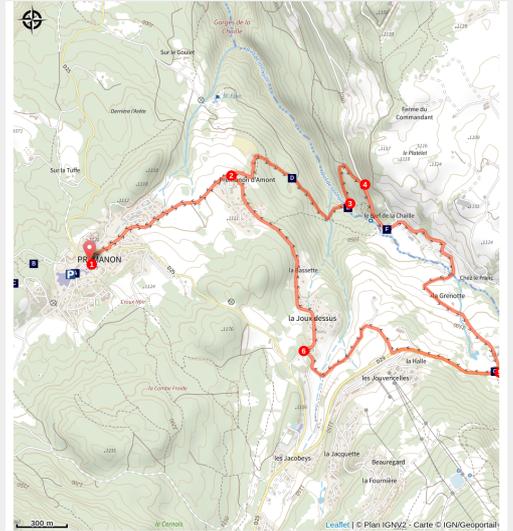


# Tour des Cressonnières - 19R

Station des Rousses - Prémanon



Paysage de la Station des Rousses (© www.stephane-godin.com/Jura Tourisme)



***Ce tour vous permettra de découvrir la vallée du Bief de la Chaille et vous offrira un beau point de vue sur le Fort des Rousses.***

***Suivre le balisage n°19 rouge***

***Itinéraire officiel - réseau Geotrek du Parc naturel régional du Haut-Jura***

## Infos pratiques

Pratique : VTT/VTAE

Durée : 1 h

Longueur : 8.5 km

Dénivelé positif : 226 m

Difficulté : Difficile

Type : Boucle

Thèmes : Faune et flore, Lacs, rivières et cascades, Naturel

# Itinéraire

**Départ** : Prémanon

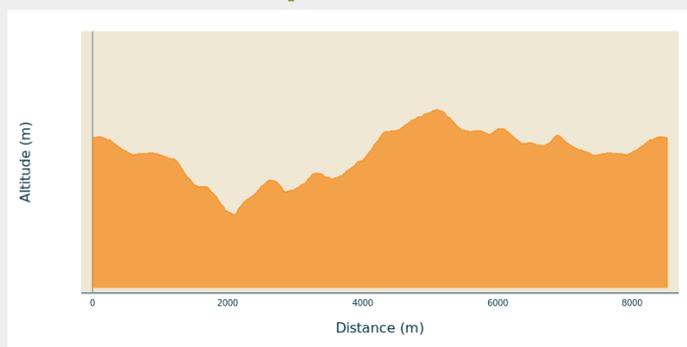
**Arrivée** : Prémanon

**Balisage** : ➤ Boucle VTT

**Communes** : 1. Prémanon

2. Les Rousses

## Profil altimétrique



Altitude min 1013 m Altitude max 1156 m

1. **0 km** - Au départ du centre du village de Prémanon (carrefour « **PRÉMANON CENTRE** »), suivez la route en direction de **Prémanon d'Amont**. Dans le virage, prenez à gauche la petite route du Chemin d'Amont qui descend et vous offre une vue privilégiée sur le Fort des Rousses.
2. **1 km** - Au carrefour **Prémanon d'Amont**, continuez tout droit direction **la Passerelle**. En descendant, la route goudronnée laisse place à un chemin forestier qui atteint le cours d'eau du Bief de la Chaille.
3. **2.1 km** - Traversez le cours d'eau par **la Passerelle** et remontez le sentier en restant sur la gauche, direction **Sous le Saut**. Au carrefour **Sous le Saut**, prenez le chemin qui monte à droite vers la **Route du Bief**.
4. **2.6 km** - Arrivé sur la route, longez-la à droite en suivant les directions successives du **BIEF DE LA CHAILLE**, puis les **Cressonnières**. Au croisement, descendez la petite route sur la droite qui vous amène à traverser de nouveau la rivière. L'itinéraire remonte jusqu'à la RD29 aux **Cressonnières** par un chemin de pierre et de terre souvent humide, puis par une route goudronnée assez raide.
5. **4.5 km** - Au carrefour des **Cressonnières**, suivez la RD29 avec prudence sur la droite pour rejoindre **les Jouvencelles**. Aux **Jouvencelles**, quittez la grande route et prenez à droite une petite route qui descend en direction de **Prémanon d'Amont**. L'itinéraire rejoint le hameau de la Joux Dessus.
6. **6.1 km** - Au hameau, suivez à droite la route de la Joux Dessus jusqu'au carrefour de **Prémanon d'Amont**. A ce carrefour, prenez la route à gauche pour remonter jusqu'au centre du village de **PRÉMANON**.

# Sur votre chemin...



L'Espace des Mondes Polaires Paul-Émile Victor (A)

Traces (C)

L'énergie hydraulique (E)

Les greniers-forts (G)

Le Grand Tétrás (B)

Le Lynx boréal (D)

L'énergie hydraulique (F)

# Toutes les infos pratiques

## **Recommandations**

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 déchet, 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

Depuis les Rousses, prendre la direction de Prémanon par la D29. Aux Jouvencelles, prendre à droite la D25 pour rejoindre le centre de Prémanon.

### Parking conseillé

Parking de l'Office du Tourisme de Prémanon

**i Lieux de renseignement**

**Office de tourisme de la Station des  
Rousses**

495 rue Pasteur, 39220 LES ROUSSES

infos@lesrousses.com

Tel : 03 84 60 02 55

<https://www.lesrousses.com/>



# Sur votre chemin...

---



## L'Espace des Mondes Polaires Paul-Émile Victor (A)

Les icebergs, les ours polaires, les manchots, les Inuits, les expéditions : l'Arctique et l'Antarctique évoquent à chacun d'entre nous des images, des légendes, des mots ... Bien qu'éloignés géographiquement, les pôles font partie de notre culture. Unique en Europe, l'Espace des Mondes Polaires – Paul-Émile Victor propose à tous une immersion complète dans cet univers fascinant : la patinoire devient alors une évocation de la banquise tandis que le musée convie les visiteurs à une exploration complète des mondes polaires. Au moment où les pôles sont à la fois devenus des milieux fragilisés, des territoires très convoités et des observatoires privilégiés de l'état de santé de notre planète, ce nouvel équipement ouvert en début d'année 2017 se positionne comme le centre culturel et ludique de référence avec pour mission de sensibiliser les publics tout en leur offrant un moment de détente.

*En savoir plus : <http://www.espacedesmondespolaires.org/>*

Crédit photo : Baltik

---



## Le Grand Tétras (B)

Le Grand Tétras est menacé de disparition, on ne trouve plus qu'une centaine d'individus dans la forêt du Haut-Jura. C'est pour cela que certains secteurs de la forêt du Haut-Jura ne sont pas totalement accessibles aux périodes où cet oiseau est le plus fragile (15 décembre au 30 juin). Cet oiseau aussi appelé coq de bruyère mange des aiguilles de sapin. Tout comme la neige et l'épicéa, le Grand Tétras est le symbole de notre village Prémamanon, comme on le voit sur le blason du village.

### **Le saviez-vous ? CHANGEMENT CLIMATIQUE :**

Le changement climatique peut entraîner des modifications importantes des conditions de vie des différentes espèces. Ce phénomène global intervient en plus de nombreux facteurs impactant la biodiversité forestière (destruction et fragmentation des habitats, augmentation de la pression humaine, etc...). Pour agir, les forestiers et les structures de protection de l'environnement mettent en place certaines actions : adaptation de la gestion forestière, limitation d'accès à certaines périodes, communication auprès du grand public ...

Crédit photo : (Ecole de Prémamanon)



## Traces (C)

Dans la forêt vivent des animaux sauvages, difficiles à apercevoir. Ils ont peur et se cachent dès qu'ils nous entendent. Mais si vous êtes attentifs, vous pourrez trouver leurs traces: des crottes, des empreintes, des poils et des plumes ...

- Empreintes de sabots : chamois, chevreuil ou cerf ?
- Empreintes avec des coussinets : celles du renard et du chien laissent visible les griffes, qui sont par contre rétractiles chez le lynx.

### **Le saviez-vous ? BIODIVERSITÉ :**

Les milieux forestiers sont des réservoirs de biodiversité. La conservation d'habitats diversifiés et favorables à l'ensemble des espèces passe par le maintien d'une diversité d'essences forestières, une diversité d'étages de végétation (horizontale et verticale) et un respect de la dynamique forestière.

Crédit photo : (Ecole de Prémanon)



## Le Lynx boréal (D)

Le lynx est un félin, comme les panthères et les chats. Il peut peser jusqu'à 35 kg et mesure la même taille qu'un chien moyen. Il est présent dans la majeure partie du continent est-urasien et peut vivre dans tout type de milieu, mais ce sont dans les forêts avec des sous-bois denses et couverts comme celles du Jura qu'il se sent le mieux.

Le lynx, à l'instar du guépard, est très rapide sur de courtes distances mais se fatigue vite. Pour cette raison, il approche ses proies en silence et passe à l'attaque le plus près possible. Il peut faire des bonds de cinq mètres et lorsqu'il attrape sa proie, il l'étouffe avec ses puissantes mâchoires. Ses proies favorites sont des petits ongulés, comme le chevreuil mais il doit parfois se contenter d'oiseaux et rongeurs.

Cet animal est très dur à observer car il ne se déplace quasiment que la nuit. La journée, il se perche dans un arbre ou se terre dans les buissons afin de se reposer et de voir sans être vu.

Le lynx boréal est revenu naturellement dans le Jura (suite à des opérations de réintroduction effectuées en Suisse). En 2015, la population française était estimée entre 125 et 150 animaux, la tendance étant à l'augmentation à la fois en nombre de lynx mais aussi en nombre de territoires occupés. Le Jura représente le noyau principal de population avec une centaine d'individus.

Crédit photo : PNRHJ / Claude Le Pennec



## L'énergie hydraulique (E)

Dans le Haut-Jura, la métallurgie existe depuis très longtemps, mais c'est avec l'utilisation de la force motrice des rivières que cette activité a pris une autre tournure au XVI<sup>e</sup> siècle.

L'utilisation de cette énergie illimitée permet de passer de la petite production artisanale et familiale à l'industrialisation moderne. Mais capter l'énergie d'une rivière nécessitait quelques aménagements. Si la force du courant variait trop, il était nécessaire de la réguler en construisant un barrage. Ensuite, un canal devait être aménagé pour amener l'eau jusqu'à la roue à aube. Celle-ci était reliée par de nombreux mécanismes au marteau, à la scie ou aux autres machines. Ce travail demande l'expertise et la connaissance de nombreux corps de métiers, un savoir-faire révélateur de la grande qualification des hommes de l'époque qui devaient se débrouiller avec peu d'outils et nulle technologie.



## L'énergie hydraulique (F)

Dans le Haut-Jura, la métallurgie existe depuis très longtemps, mais c'est avec l'utilisation de la force motrice des rivières que cette activité a pris une autre tournure au XVI<sup>e</sup> siècle.

L'utilisation de cette énergie illimitée permet de passer de la petite production artisanale et familiale à l'industrialisation moderne. Mais capter l'énergie d'une rivière nécessitait quelques aménagements. Si la force du courant variait trop, il était nécessaire de la réguler en construisant un barrage. Ensuite, un canal devait être aménagé pour amener l'eau jusqu'à la roue à aube. Celle-ci était reliée par de nombreux mécanismes au marteau, à la scie ou aux autres machines. Ce travail demande l'expertise et la connaissance de nombreux corps de métiers, un savoir-faire révélateur de la grande qualification des hommes de l'époque qui devaient se débrouiller avec peu d'outils et nulle technologie.



## Les greniers-forts (G)

Les fermes-blocs jurassiennes permettaient de stocker le fourrage pour le bétail et le bois de chauffage afin d'éviter de sortir durant l'hiver. Cette accumulation de matière combustible augmentait le risque d'incendies destructeurs. Pour limiter les dégâts sur leurs possessions, les habitants construisirent des greniers-forts. En cas de guerre, ce bâtiment aux portes très épaisses et aux serrures imposantes servait aussi à protéger les biens précieux des attaques de pillards. Véritable coffre-fort d'extérieur, il contenait toutes les richesses de la famille et les choses indispensables à la vie d'un haut-jurassien.

Généralement situé à quelques dizaines de mètres de la maison, sur un monticule rocheux, il était orienté de manière à ce qu'en cas d'incendie les vents dominants ne poussent pas les flammes dans sa direction.