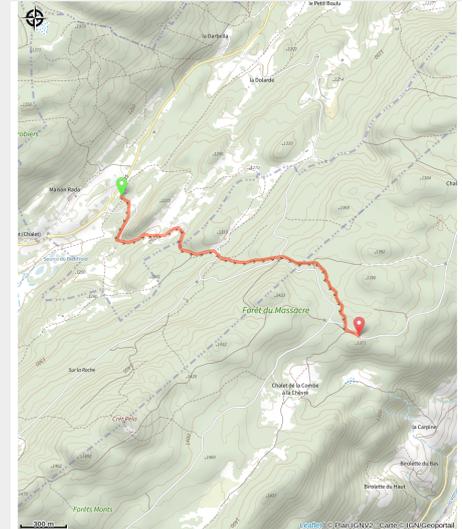


# Epicéa Muté / La Frasse

Station des Rousses - Prémanon



(Laurent Cheviet)



Epicéa Muté (La Frasse), un aller/retour au cœur de la forêt du Massacre.

## Infos pratiques

---

Pratique : Raquettes

---

Longueur : 2.6 km

---

Dénivelé positif : 163 m

---

Difficulté : Difficile

# Itinéraire

**Départ** : La Frasse (39310 Lamoura)

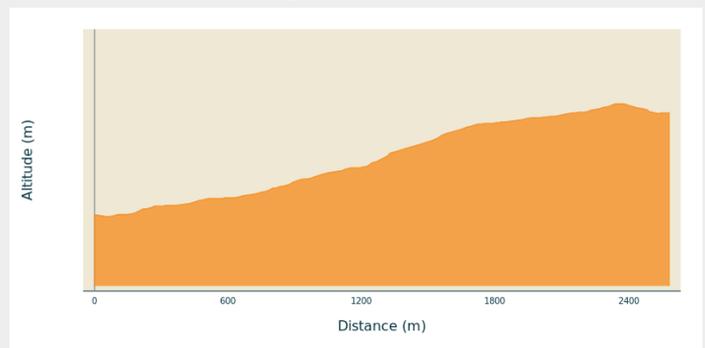
**Arrivée** : Carrefour du Massacre

**Communes** : 1. Prémanon

2. Lamoura

3. Lajoux

## Profil altimétrique



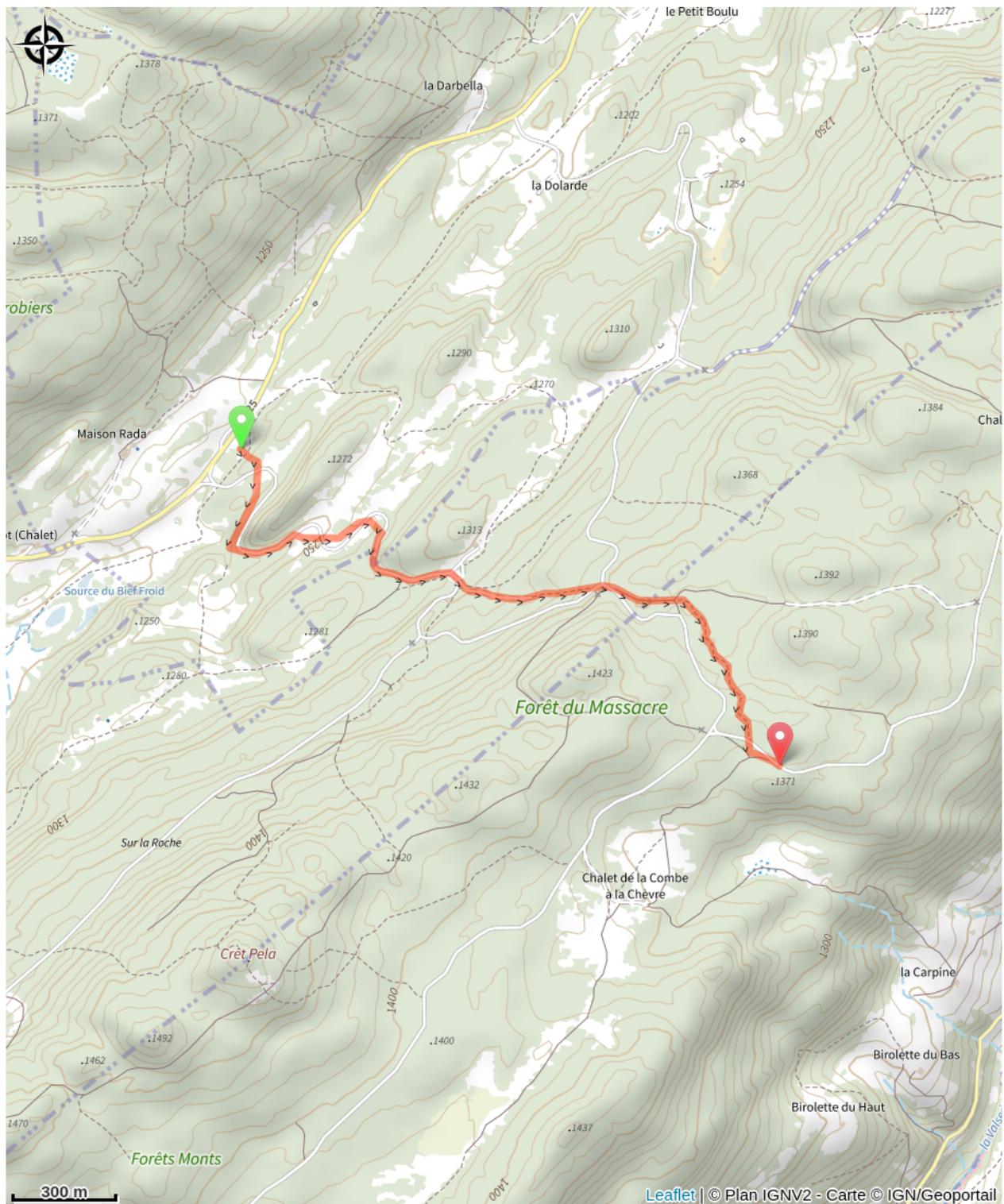
Altitude min 1224 m Altitude max 1386 m

Au départ du parking de la Frasse se rendre au point de vente et partir sur la gauche. L'itinéraire monte à travers les combes, puis coupe la piste de ski de fond pour rejoindre le chalet de la Frasse au bout d'1.6km.

Possibilité de continuer la balade : depuis le chalet de la Frasse, revenir sur ses pas pendant 50m puis monter à gauche en suivant le balisage de la GTJ raquette (passage à proximité du totem « Forêt du Massacre ») jusqu'au carrefour de la pige. Prendre ensuite à gauche le long de la piste de ski de fond jusqu'à l'épicéa Muté (curiosité de la forêt du Massacre). Depuis le carrefour de la pige, possibilité de continuer sur la GTJ raquette en direction de Lajoux (10km).

Soyez vigilants, cet itinéraire n'est pas une boucle, il s'agit d'une portion de la Grande Traversée du Jura en Raquettes.

# Sur votre chemin...



# Toutes les infos pratiques

● Fermé (pratiques hivernales)

# Zones de sensibilité environnementale

Le long de votre itinéraire, vous allez traverser des zones de sensibilité liées à la présence d'une espèce ou d'un milieu particulier. Dans ces zones, un comportement adapté permet de contribuer à leur préservation. Pour plus d'informations détaillées, des fiches spécifiques sont accessibles pour chaque zone.

## Grand tétras

Période de sensibilité : Janvier, Février, Mars, Avril, Mai, Juin, 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 Grand Tétrás est une espèce emblématique des forêts de montagnes françaises. Son apparence et son comportement font de lui un oiseau très atypique. Pouvoir l'observer relève d'un vrai défi, tant cet oiseau est discret, mais s'avère être un souvenir mémorable.

En hiver, son activité est réduite au minimum. Il passe la quasi-totalité de la journée perché dans un arbre et consomme uniquement des aiguilles de sapin. Une nourriture très peu énergétique. Cette période est critique pour sa survie. Un oiseau subissant un dérangement régulier va puiser dans ses maigres réserves et finir par en subir les conséquences. Sa sensibilité à la prédation aura augmenté, ou bien il dépérira simplement à cause du manque d'énergie. Une autre période critique prend place du printemps au début de l'été avec la couvaison. Si la poule est surprise plusieurs fois, elle va abandonner le nid et laisser ses poussins seuls, sans protection. La survie des jeunes étant déjà très faible naturellement, ce phénomène accentue, d'autant plus, ce risque de mortalité chez les jeunes oiseaux.

Les pratiques qui peuvent avoir une interaction avec le Grand tétras en période de nidification sont principalement les pratiques sportives terrestres comme la randonnée, le ski, le VTT.

## Arrêté préfectoral de protection des biotopes des Forêts d'altitude du Haut-Jura

Période de sensibilité : Janvier, Février, Mars, Avril, Mai, Juin, 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/)

Ces zonages réglementaires sont mis en place pour garantir le maintien de ces forêts représentant l'habitat de nombreuses espèces protégées du massif : Grand Tétrás, Gélinoite des bois, Petites chouettes de Montagne, Lynx d'Europe etc...

La réglementation concerne principalement la période du **15 décembre au 30 juin** et organise / limite la fréquentation / les activités au sein de ces forêts.

Respecter cette réglementation c'est participer à la protection de ces formidables forêts, et peut être la chance d'observer l'une de ces espèces emblématiques.



## Source



Espace Nordique Jurassien

<http://www.espacenordiquejurassien.com>