

Echappée Jurassienne VTT - Étape 6 : Les Rousses - Saint Claude

Station des Rousses - Les Rousses



Ville de Saint-Claude (© Jack Carrot/Jura Tourisme)



Cette dernière étape de votre périple à VTT sur l'Échappée Jurassienne est la plus courte et la plus descendante tout en étant relativement technique par moment. C'est dans une nature préservée et sauvage, au cœur du Parc naturel du Haut-Jura que cette ultime étape permet de relier la Station des Rousses à la ville de Saint-Claude. Forêts de résineux, combes, crêts, belvédères et prairies verdoyantes sont au programme !

Infos pratiques

Pratique : VTT/VTTAE

Durée : 6 h

Longueur : 40.6 km

Dénivelé positif : 1024 m

Difficulté : Difficile

Type : Itinérance

Thèmes : Faune et flore, Naturel

Itinéraire

Départ : Les Rousses

Arrivée : Saint-Claude

Balisage : ▶ Grande itinérance à VTT

Communes : 1. Les Rousses

2. Prémanon

3. Longchaumois

4. Lamoura

5. Lajoux

6. Septmoncel les Molunes

7. Saint-Claude

Profil altimétrique



Altitude min 432 m Altitude max 1314 m

Au départ du village des Rousses, toujours sur le même parcours que la GTJ à VTT, que l'on suivra jusqu'à Lajoux, faire le tour du fort des Rousses pour rejoindre le Bief de la Chaille et sa petite cascade. Le ruisseau dévale en pente droite jusqu'à La Doye 400 mètres plus bas. On rentre rapidement dans Prémanon, l'un des 4 villages qui constitue la Station des Rousses. Une pause culturelle à l'Espace des mondes Polaires, qui retrace les expéditions polaires notamment réalisées par Paul-Emile Victor, l'enfant du Pays s'impose.

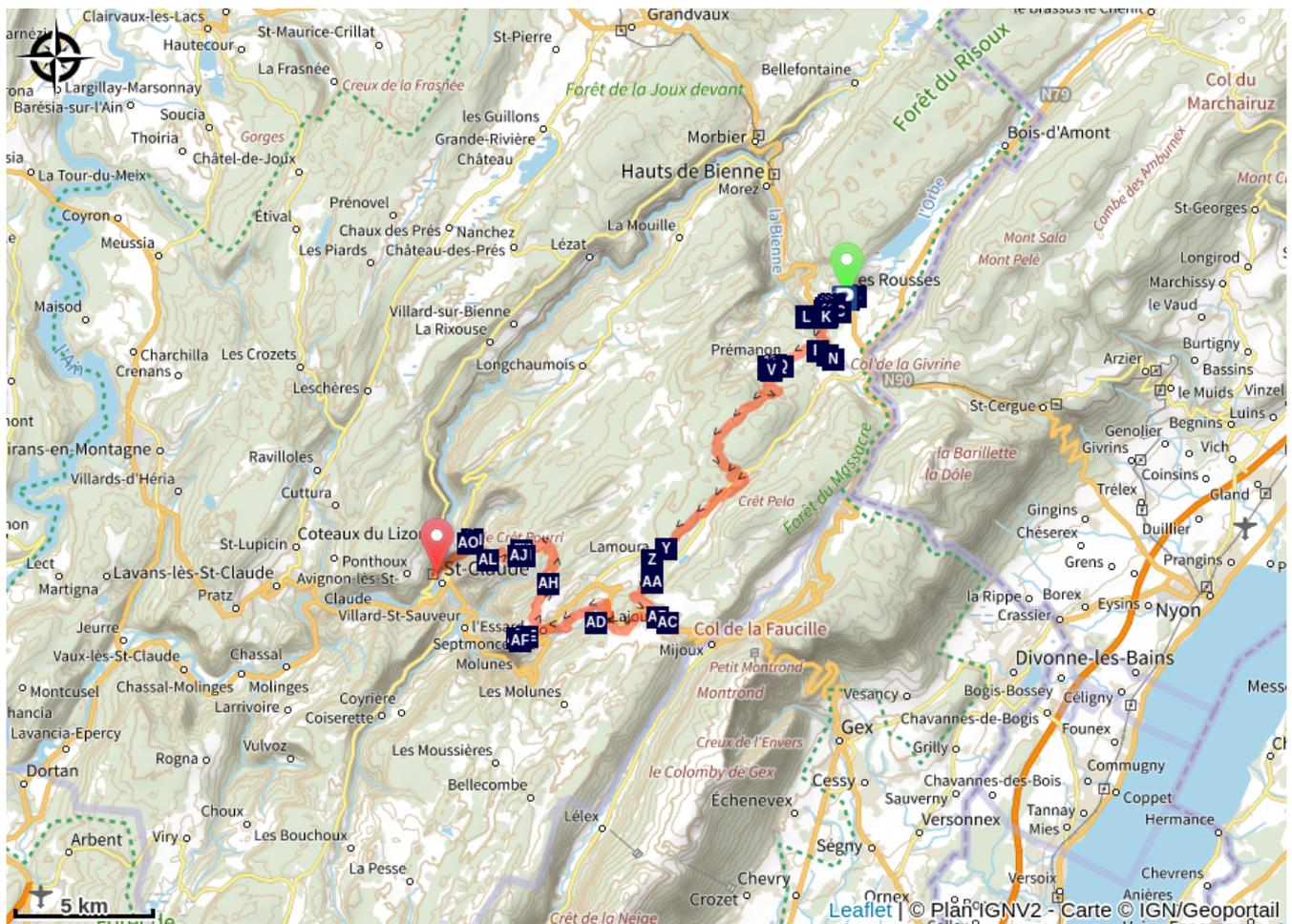
L'Échappée Jurassienne emprunte ensuite les pistes de ski de fond de la Combe Sambine pour rejoindre le village de Lamoura, toujours sur la Station des Rousses. Ses combes et son lac glaciaire aux tourbières incomparables ont fait la renommée de ce petit village de montagne. Rejoignez ensuite par la route le village de Lajoux, plus haut village du département en altitude et qui abrite notamment la maison du Parc naturel du Haut-Jura. La visite permet de mieux comprendre le rôle du Parc et surtout d'appréhender toute la culture et la tradition haut-jurassienne.

Direction Septmoncel par le belvédère de la Luette en empruntant un single technique avec quelques marches. Inaccessible en VTT électrique, privilégier le passage par la route. Le reste de la descente sur l'Etain se fait sur un chemin large plutôt agréable. Depuis l'Etain, remonter jusqu'au Replan par une route raide et retrouvez un chemin blanc au-dessus de Septmoncel. Un aller-retour au belvédère sur les Grès est particulièrement conseillé pour profiter d'un point de vue incroyable sur Roche Blanche, la vallée du Flumen et la ville de Saint-Claude.

Prendre la direction du Rafour avant de monter un single très raide en sous-bois à gauche pour arriver jusqu'au col de la tendue où une vue imprenable sur les Hautes-Combes et les Monts Jura vous attend ! Descendre par un gros chemin empierré (vigilance ça glisse en cas de pluie) jusqu'à la Main-Morte avant de passer sous le Crêt Pourri et sa passerelle. L'arrivée à Saint-Claude se fait par un large chemin empierré sans intérêt particulier.

Saint-Claude, capitale du Haut-Jura, de la pipe et du diamant marque la fin de l'Échappée Jurassienne à VTT. La ville, tout en hauteur mérite que l'on s'y attarde tout comme sa cathédrale et son musée de l'Abbaye.

Sur votre chemin...



- | | |
|-------------------------------------|-----------------------------------|
| Vue sur la Dôle (A) | La Grande Redoute (B) |
| Le Fort des Rousses (C) | Quizz des fourmis (D) |
| Classification des fourmis (E) | Cycle de vie (F) |
| Anatomie de la fourmi (G) | Les fourmières (H) |
| Les prédateurs de la fourmi (I) | Les castes des fourmis (J) |
| Régime alimentaire de la fourmi (K) | La force motrice des rivières (L) |
| Le Pont Perroud (M) | L'énergie hydraulique (N) |

Toutes les infos pratiques



Recommandations

- Accès impossible au Belvédère de la Luette en VTTAE, prendre la route. Pour le musculaire, partie très technique, prévoir du portage.
- Restez vigilant dans la descente depuis le col de la Tendue jusqu'à la ville de Saint-Claude. Chemin large, mais empierré tout le long, glissant en cas de pluie.

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, vignerons, 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 détritrus, 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 Morez, rejoindre les Rousses par la N5.

Parking conseillé

Parking de l'Office de Tourisme des Rousses

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

Le Grand Tétras 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/

Ces zonages réglementaires sont mis en place pour garantir le maintien de ces forêts représentant l'habitat de nombreuses espèces protégées du massif : Grand Tétras, Gélinotte 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.



i Lieux de renseignement

Jura Tourisme

17 rue Rouget de Lisle, 39009 LONS-LE-SAUNIER

sejour@jura-tourism.com

Tel : 03 84 87 08 88

<https://www.jura-tourism.com/>



Sur votre chemin...



Vue sur la Dôle (A)

Le sommet de la Dôle, culminant à 1677 m d'altitude, se distingue aisément par l'énorme dôme situé à son sommet. Il s'agit d'un radar, protégé des intempéries, destiné à l'aviation de l'aéroport de Genève qui se situe au pied des Montagnes du Jura.

D'autres équipements au sommet font également de la Dôle une station météorologique de Météo Suisse et un centre de télécommunications important (télévision, radio ...). Une table d'orientation complète les équipements pour les nombreux randonneurs qui effectuent son ascension pour bénéficier de son exceptionnel panorama.

Crédit photo : PNRHJ - F. Jeanparis



La Grande Redoute (B)

Ce petit emplacement défensif situé à l'extérieur du fort servait à protéger les soldats se trouvant hors de la ligne de défense principale.

Construite en mai 1815 sous le régime Napoléonien, la grande redoute est la seule des 5 redoutes prévues autour du village des Rousses qui a été achevée. Elle servit pour une bataille en juillet 1815, opposant 600 français à 12 000 Autrichiens. Une partie du village fut détruite.

Crédit photo : G.PROST



Le Fort des Rousses (C)

Le village des Rousses, dont l'emplacement géographique avait une valeur stratégique militaire importante, fut retenu dès 1800 par Napoléon Bonaparte. L'invasion des troupes autrichiennes en 1814 poussa à la fortification du village et, en 1841, la construction du fort fut votée et financée par le gouvernement. Le Fort des Rousses fut érigé de 1843 à 1862, et armé en 1868. Il devient alors l'un des plus vastes ensembles bastionnés français pouvant accueillir 3500 hommes et 2000 chevaux, avec 50 000 m² de salles voutées, des kilomètres de galeries souterraines, 2,2 km de remparts... Il servit de camp d'entraînement à de nombreux régiments et de dépôt militaire jusqu'en 1973, où il est transformé en Camp d'Entraînement pour Commando (C.E.C.). Les militaires quittent le Fort des Rousses en 1997 avec la réorganisation des armées, il est alors reconverti en lieu d'activités (accrobranche, cave d'affinage à visiter...) et ouvert au public.

Crédit photo : PNRHJ - F. Jeanparis

Quizz des fourmis (D)

Avez-vous été attentif le long de ce sentier? Sauriez-vous répondre aux questions suivantes ?

- 1) Combien trouve-t-on d'espèces de fourmis dans le Jura ?
- 2) Qu'est-ce qui relie le thorax à l'abdomen ?
- 3) De quoi est composé la fourmilière ?
- 4) Quels sont les deux moyens de défense des fourmis ?
- 5) Quelle partie de la fleur mange la fourmi ?
- 6) Quels sont les différentes castes des fourmis ?
- 7) A quoi sert le prince ?
- 8) La fourmi, avant sa naissance, est-elle dans le ventre de la reine ou dans un œuf ?

Réponses:

1- 60 espèces sont présentes dans le Jura. 2- le pétiole. 3- de brindilles, de terre et d'aiguilles de sapins. 4- leurs mandibules et l'acide formique. 5- le nectar. 6- la reine, le prince et les ouvrières.

7- à féconder la princesse qui devient ainsi une reine après l'accouplement. 8- La fourmi est dans un œuf pondu par la reine.

Classification des fourmis (E)

Les fourmis font parties de **la classe des insectes**. En effet, elles possèdent 6 pattes, un corps découpé en 3 parties (tête, abdomen, thorax), 2 antennes et 2 mandibules.

Il existe 12000 espèces de fourmis dans le monde entier. 213 espèces sont présentes en France et 60 dans notre Jura.

Les fourmis sont les animaux les plus nombreux sur Terre. On estime qu'il y a environ 10 millions de milliards d'individus vivants.... (10 000 000 000 000 000 000)

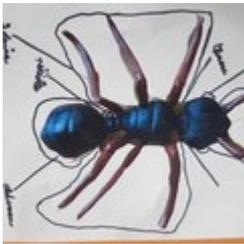
Observation : Vous pouvez apercevoir une fourmilière à droite du chemin avant l'intersection.



Cycle de vie (F)

1. La reine ailée s'accouple avec le mâle ailé.
2. La reine pond des œufs. Une ouvrière les transporte dans une chambre.
3. Les œufs se sont transformés en larves. Les ouvrières s'occupent des larves.
4. Les larves se transforment en nymphe dans un cocon.
5. Une ouvrière s'occupe d'une nymphe qui va sortir de son cocon.
6. Selon la quantité de nourriture qu'elle reçoit, elle devient une reine ou une ouvrière.

Eléa, Emirhan, Olympe, Yann, Mathilde et Noa



Anatomie de la fourmi (G)

Le corps des fourmis est composé de trois grandes parties : la tête, puis le thorax et l'abdomen reliés par le pétiote. On retrouve chez toutes les fourmis ces trois parties ainsi que deux antennes, deux mandibules, deux yeux, six pattes. Les reines et les mâles ont des ailes.

Milan, Ugo, Solenne, Sarah et Simon

Observation : Vous pouvez observer 3 fourmilières autour du 3e grand épicéa.



Les fourmilières (H)

La fourmilière est composée de brindilles, d'aiguilles d'épicéas ou de sapins et de terre. Ceci permet de l'isoler du froid, du chaud ou des pluies.

Les fourmis passent par des galeries pour circuler dans la fourmilière. Quelques soldats patrouillent près du nid en cas d'attaque.

Creusée dans la terre, le domicile des fourmis compte de nombreuses chambres ayant chacune leur usage : grenier à viande, grenier à graines, cimetière ou dépotoir, salle d'hibernation, chambre royale, crèche pour larves et nymphes, couveuse pour les œufs...

Noé, Abdelhakim, Eloïse, Ambre, Augustin et Loan

Observation : Vous pouvez apercevoir une fourmilière à gauche du chemin.



Les prédateurs de la fourmi (I)

Les fourmis rousses des bois possèdent deux moyens de défense : leurs mandibules et la projection d'acide formique.

Leurs mandibules :

Avec leurs fortes mandibules, elles peuvent trancher les membres d'autres invertébrés ou pincer la peau d'un vertébré.

L'acide formique :

Elles peuvent projeter de l'acide formique à plusieurs dizaines de centimètres de distance (jusqu'à 50 cm)

Mais les fourmis ont plusieurs prédateurs. Sauriez-vous les deviner ?

- 1) Je suis un mammifère à la tête fine, au museau pointu, aux oreilles triangulaires et à la queue très touffue. Qui suis-je ?
- 2) Je suis un oiseau. Je peux être noir, vert ou épeiche. J'ai un long bec qui me sert à creuser. Qui suis-je ?
- 3) Je suis un petit oiseau passereau au chant très mélodieux qui me nourrit d'insectes comme les fourmis. Je suis de la couleur du charbon. Qui suis-je ?
- 4) Je suis un grand oiseau qui vit dans la montagne, dans les forêts de conifères. Je m'appelle aussi « Le grand coq de Bruyère ». Qui suis-je ?
- 5) Je suis un petit animal bas sur pattes, au pelage clair sur le dos, foncé sous le ventre, qui me nourrit de racines, de miel et de fourmis (surtout les larves). Qui suis-je ?
- 6) Je suis un petit animal au corps recouvert de piquants et je me mets en boule en cas de danger. Qui suis-je ?

Réponses : 1-le renard, 2-le pic, 3-la mésange noire, 4- le grand tétras, 5-le blaireau, 6-le hérisson

Observation : Vous pouvez apercevoir une fourmilière quelques mètres derrière l'aupébine à droite.



Les castes des fourmis (J)

Les fourmis sont divisées en plusieurs castes : la reine, le prince et les ouvrières.

Les ouvrières:

La plupart des fourmis forment la caste des ouvrières : des femelles stériles et sans ailes.

Elles sont chargées de l'entretien, de l'approvisionnement de la nourriture. Elles s'occupent aussi de la reine et des jeunes.

La reine:

La reine est la fourmi la plus importante de la fourmilière car c'est la mère de toutes les autres.

A sa naissance, la reine a des ailes. Elle les perdra après l'accouplement. Sa morphologie rappelle celle des ouvrières mais elle est beaucoup plus grande!

La reine reste dans les galeries profondes pour pondre, pondre,...

Le prince:

Avec les reines, les mâles sont les seuls à posséder des ailes, mais ils sont beaucoup moins gros.

Chez les fourmis, le mâle a un unique rôle: il doit féconder la future reine (auss appelé " princesse"). Après l'accouplement, il mourra d'épuisement.

Vous pouvez, maintenant, découvrir et écouter une jolie histoire écrite et racontée par les élèves de CE2.

Observation : Panorama du Mont Fier



Régime alimentaire de la fourmi (K)

Au menu :

- beaucoup d'insectes ou autres petites bêtes : araignée, bourdon, limace, ver de terre, sauterelle...

- des gourmandises sucrées : miellat des pucerons, sève des arbres, myrtille, fraise des bois, nectar de fleurs...

- quelques graines et parfois des champignons.

Bon appétit!

Edouard, Romy, Mélinda, Issa et Zélie

Observation : Vous apercevez sur votre gauche les remparts du Fort des Rousses.



La force motrice des rivières (L)

Les nombreuses ruines que vous croisez témoignent de l'intense activité qui régnait ici par le passé. En amont du Pont Perroud vous pouvez voir l'ancien barrage, et en aval la Chaille qui s'engouffre dans les gorges. Les ruines des barrages et moulins sont les témoins de la volonté des hommes de réguler la rivière et d'en exploiter l'énergie.

Dès le Moyen-Âge, les paysans du Haut-Jura se tournèrent vers le travail du fer, principalement la clouterie, en tant qu'activité complémentaire. Ce n'est pourtant qu'au XVIème siècle que cette activité commença à utiliser la force hydro-motrice des rivières pour développer la production. La plus ancienne concession de « décours d'eau » archivée par l'abbaye de Saint-Claude – qui louait les terres aux paysans – remonte à 1597, et mentionne un moulin situé sur le Bief de la Chaille.

Cependant, le débit parfois très variant des cours d'eau du Haut-Jura, souvent insuffisant pour actionner de grosses machines, ne permit pas par la suite l'essor d'une véritable industrie métallurgique comme dans le reste de la Franche-Comté. Sans compter que la raréfaction du bois due à sa surexploitation, qui semble difficile à imaginer quand on voit les forêts jurassiennes aujourd'hui, rendait le chauffage des forges plus difficile.



Le Pont Perroud (M)

Le vieux pont Perroud, la cascade et les ruines de l'ancien moulin sont les témoins de l'importance que revêtait le besoin en énergie dans le Haut-Jura par le passé pour moudre, scier, battre le fer...

Crédit photo : PNRHJ / Janin Jaouen



L'énergie hydraulique (N)

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^e 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.