



Gråbeinmåsen byr på spennende naturopplevelser

## Delområde 5a: Gråbeinmåsen -Trettestykkåsen

### Avgrensning

Området ligger mellom sørøstlige del av Hauktjern friluftslivsområde og veiene som går fra Nøkle vann til Mariholtet og opp til Haukåsen.

[Kart](#)

### Beskrivelse

#### Landskaps- og opplevelsesverdier

Innenfor dette forholdsvis lille området (under 1 km<sup>2</sup>) er det stor variasjon i landskapet. Området er kupert med flere åser og koller. Her finner vi skrenter med ur og steinblokker, flyttblokker på koller i furuskogen, samt åpne områder med myrer som Gråbeinmåsen og Fugleleikmyra.

To mindre forkastninger går igjennom området. Den ene går rett vest for Ole Reistad-løypa og Gråbeinmåsen. Den andre, som er enda mer markert, går nord-sør gjennom hele området. Trettestykkåsen 298 m o.h. er det høyeste partiet.



Furuskog på kanten av Trettestykkåsen

I bunnen av den store forkastningen ligger Mariholtputten (226 moh.) med et våtmarksområde rundt. I søndre del av forkastningen er det rik sump- og kildeskog. Høydeforskjellen på 60-70 meter gjør at fjellskrenten er markert og bratt, og det er flere steder mye grovblokket steinur under skrenten. Fra fjellsida drypper vannet ned og «fører» bunnen av forsenkningen. Området i bunnen av forkastningen kan karakteriseres som vilt og trolsk.

Det er flere gode utsiktspunkter, og ett av disse hører til de fineste i Østmarka selv om det er lite kjent. Langs Ole Reistad-løypa er det mange spennende landskapselementer og gamle og krokete furutrær som i en eventyrskog.

### Naturverdier (vegetasjon og dyreliv)

Vegetasjonen er dominert av furuskog på kollene i vest, mens skogen i øst og i sør er en variert barblandingsskog med gran. Furuskogen i området er av middels til lav bonitet og er 80-100 år gammel, mens granskogen er noe yngre.

Mellom Mariholtputten og veien til Mariholtet ligger en 25 dekar stor naturtype; [Rik sump- og kildeskog](#) som har verdi viktig. Den er i ferd med å gjenskape sin naturlige vannbalanse. I nord består den av rik sumpgranskog med forholdsvis grove trær, og en del grove granlæger (liggende død ved) finnes spredt. Det finnes også en del tørrgran og noen høystubber. Vegetasjonen er rik i og rundt de fuktigste partiene, med strutseving, sumpmaure, mjøddurt, sumphaukeskjegg, gulstarr, vendelrot og skogsvinerot. Skogen er rimelig godt sjiktet og enkelte trær har utviklet sokler. Den sørlige delen av området er også registrert som MIS, figur 206.

Området sør for Mariholtputten er funksjonsområde (yngleområde) for [tretåspett](#), [Dvergspett](#), nøtteskrike og jerpe, samt mindre rovfugler lever i området.



Granskog i grovblokket steinur



Rik sumpgranskog i bunnen av forkastningen



Trolsk landskap langs Ole Reistadløypa



Sør i området går blåstien til Sarabråten

#### **Kulturverdier**

Oppsalseter (Oppsalvangen), en seter som tilhørte Oppsal gård, lå et stykke sør for Mariholtputten. Setervangen ble muligens ryddet allerede på 1600-tallet og i drift utover 1700-tallet. Den var tegnet inn på et kart fra 1737, men det er ikke kjent hvor lenge setra var i drift.

Østmarkas første skiløype, Ole Reistad-løypa fra Ellingsrud til Ødegården og Rustadsaga, går fra nord til sør i området. I likhet med de andre småløypene som ikke er preparert i Marka, kan den ikke brukes hvert år fordi det er for lite snø/dårlige forhold. Ellers i året brukes den som tråkk. [Ole Imerslund Reistad](#) fra Furuset, som var aktiv i idrettslag og Skiforeningen, anla løypa på 1930-tallet sammen med skogforvalter Ole T. Messelt. Ole Reistad var flyger og er eller kjent for å ha vært sjef for den norske treningsleiren for flygere i Canada under andre verdenskrig. Etter krigen han var offiser i Forsvaret.



Ole Reistadløypa er fortsatt synlig som et tråkk

#### **Friluftsliv**

Ole Reistad-løypa går fra nord til sør i området. Den er fortsatt synlig som et tråkk og går igjennom et naturskjønt og opplevelsesrikt landskap.

Blåmerket sti fra Mariholtveien til Sarabråten går igjennom den sørlige delen av området fra øst til vest. Disse to tråkk/stier er ikke slitt og virker tiltalende på dem som ønsker å oppsøke slike verdier. Oppsal orienterings «Ola Dilt» pleier å ha en årlig post i området.

#### **Inngrep**

Området er helt fritt for inngrep

#### **Verneform**

Området har naturverdier og opplevelseskvaliteter for friluftslivet som kvalifiserer for utvidelse av friluftslivsområdet Hauktjern som er vernet etter § 11 i Markaloven.



Langs Ole Reistadløypa