

# COSTA RICA, me (re)voilà

Florence n'est pas une coureuse mordue de compétition, c'est une femme de cœur. Et du cœur, c'est tout ce qu'il faut pour participer à la Transtica, course par étapes visitant les zones reculées du Costa Rica. Elle ne voulait rater ce rendez-vous pour rien au monde. Cette aventure, sa deuxième, et un peu comme un pèlerinage. Elle raconte.



« J'avais hâte depuis que le compte à rebours était lancé, 354 jours à l'avance. Un peu comme les enfants des écoles au Costa Rica qui nous ouvrent leurs portes, nous attendent et comptent les jours jusqu'à notre arrivée. J'ai goûté à cette Transtica l'an dernier et mourrais d'envie d'y retourner. Le 19 novembre, dans le taxi qui m'emmène à l'aéroport de Roissy, je repense à cette phrase souvent entendue : « *On est souvent déçu lorsque l'on participe deux fois à une même course* ». Pas la Transtica en tout cas. Parce que cette traversée de 120 ou 196 km au choix (ce sera 120 km pour moi) en 5 étapes, entre Pacifique et Caraïbes, est bien plus qu'une course.

## Chaleur assommante

Vendredi 20 novembre, nous sommes à Manuels Antonio, sur la Côte Pacifique. Après un transfert en bus depuis San José et un arrêt à Tarcoles pour admirer les crocodiles, nous chaussons nos runnings pour 6 km sur la plage. Un déluge s'abat en ouverture de ce prologue, juste pour nous laisser croire que la saison des pluies n'est pas terminée. Voyons le côté positif : à choisir nous préférons tous être mouillés plutôt que déshydratés ! C'est qu'on ne s'improvise pas miss météo, surtout au Costa Rica. Chaud. « Mui caliente » même le lendemain

pour la première étape. Déjà 30 degrés à 8h du matin à Villa Nueva. Relevé aussi le tracé, 18 km avec une montée progressive et des passages à 15 % pour pénétrer la forêt tropicale et fouler les plantations de caféiers. Ce n'est pas mon Buff que je trempais à chaque passage de cascade mais moi toute entière ! La nuit au « Rancho » sera réparatrice avant la 2<sup>ème</sup> étape ; 21 km et 1 359 mD+ dont 12 km d'ascension pour atteindre le point culminant de la course à près de 3 000 m, toujours sous un franc soleil. Ce jour-là, nous serons accueillis à l'école Esperanza, que la Transtica aide depuis sept ans. Le lendemain matin au réveil, nous remettons des fournitures scolaires aux enfants, comme dans deux autres écoles. J'avais de mon côté emporté dans mes bagages brosses à dents et tubes de dentifrices qui furent aussi appréciés. Je pars le cœur léger pour la 3<sup>ème</sup> étape, toujours magnifique, avec vue panoramique sur le volcan Turrialba. C'est lors de la 4<sup>ème</sup> étape, en grim pant dans les champs de canne à sucre à flanc de montagne que j'ai vraiment compris le sens de « chaleur costaricienne assommante ». J'avance alors lentement, ivre d'épuisement. Un pied devant l'autre, parfois de côté, je cherche l'ombre, les yeux rougis par les gouttes de sueur qui perlent sur mon front, (mêlées à quelques larmes sans doute aussi). Le cerveau cramé, je croise

un serpent, mort ou vivant, je ne sais pas. Même pas peur, trop fatiguée ! Une fatigue vite oubliée une fois l'arrivée franchie, qui sonne comme une résurrection.

## Plaisirs et partages

Après cette deuxième aventure costaricienne, je retiens le bonheur d'avoir retrouvé les membres de l'organisation et quelques amis coureurs « récidivistes », comme moi, avec cette sensation étrange de ne s'être jamais quittés. Osmose naturelle, fusion évidente, alchimie avec des personnalités atypiques, remarquables, drôles, étonnantes, discrètes, attachantes. Des champions aussi, comme Christophe Le Saux, si souriant et généreux. Une somme d'instant précieux, improvisés et spontanés à l'image de cette partie de « un, dos, tres, sol » avec les écoliers. Que de belles rencontres à nouveau lors de cette parenthèse enchantée. C'est décidé, puisque jamais deux sans trois, je prévois déjà, je reviens en 2015. Et je garde le même dossard, 13, mon porte-bonheur. » ■

### > Florence en bref

- 46 ans, dentiste
- Habite à Boulogne (92)
- Termine la Transtica en 22h22min d'efforts cumulés sur 120 km en 5 étapes

