



**ETAPE 3**

Après une donation effectuée au profit de l'école d'Esperanza, les 20 coureurs s'élancent dans le parc national du Tapanti, pour 24.1 Km, dénivelé de +585m./-1830m, pour les coureurs Aventure et pour un parcours Marathon de 42.1 Km, et un dénivelé de +985m./- 2830m pour les coureurs du parcours Extrême.

3 km de montée jusqu'à 2840 mètres, point culminant de la course, avant l'entrée du single track de 3 km qui descend au cœur du Tapanti, un parcours boueux et glissant avec des pentes abruptes qui souvent nécessitent la désescalade, les chutes sont inévitables dans cet enchevêtrement de racines dans une forêt primaire.

Les coureurs rejoignent ensuite une piste au milieu des plantations de caféiers qui les amènera jusqu'au PC3, fin de l'étape Aventure.

Les coureurs de l'extrême quand à eux, auront encore 2 cols et 18 kilomètres à franchir pour rallier El Humo et sur une piste défoncée au milieu d'une forêt tropicale humide. Le soleil a enfin fait son apparition après une nuit pluvieuse et ventée.

Après sa défaillance de la veille il est certain que Pierre Aubery va tout donner pour réduire l'écart de 3 mn qui le sépare de Roiny Villegas.

Au PC1(km 9), fin de la descente du Tapanti, Pierre Aubery et Juan Carlos Sagastume sont pointés à 3 mn devant Roiny Villegas, au PC 2 (Km 19), Pierre a lâché Juan Carlos(à 6mn) et accentue son avance sur Roiny (à 9mn).

Pierre gère sa fin de course et se présentera à l'arrivée avec 14'40 d'avance sur Roiny qui dans un dernier effort a passé Juan Carlos.

Au général Pierre reprend la première place devant Roiny à plus de 11 mn et Juan Carlos qui conforte sa 3ème place.

Coté Aventure, nos 3 féminines semblent intouchables, mais pour la 4<sup>ème</sup> place rien n'est joué.

**Classement**

**Extrême**

- 1<sup>st</sup> : Aubery Pierre (Action 18/Altec Sport), 3h51'30
- 2<sup>nd</sup> : Roiny Villegas (Ambassade de France), 4h06'10"
- 3<sup>rd</sup> : Juan Carlos Sagastume (North Face/GNC), 4h24'40"

**Aventure**

- 1<sup>st</sup>: Boust Muriel, 3h36'13"
- 1<sup>st</sup> : Sternat Véronique, 3h36'13"
- 3<sup>rd</sup> : Gruson Véronique, 3h37'30"





## L'Étape vue par

Aujourd'hui, c'était une étape importante, que j'avais coché sur mon Road Book. En effet nous partons de 2500 mètres d'altitude pour arriver après 42 km à 700 mètres. A menu, des descentes très raides et techniques, rendues glissantes par la pluie de la nuit précédente.

Dés la première ascension du départ, je suis rassuré, car les jambes répondent bien et les problèmes gastriques d'hier semblent lointains.

Je sais que c'est aujourd'hui que je dois essayer de reprendre à Roiny les 5mn qu'il m'as repris la veille.

Donc plongée rapide dans le Tapanti, en compagnie de Juan Carlos, qui a fait une superbe descente parmi les racines et les feuillages mouillés.

Malheureusement, il ne suivra pas dans l'ascension suivante et je suis obligé de poursuivre jusqu'à l'arrivée seul, en essayant de toujours relancer afin de creuser un écart conséquent à l'arrivée.

Magnifique étape, bien typée Trail.

**Pierre Aubery, France, Extrême**





## L'Étape vue par

Après une belle donation de fournitures scolaires aux enfants de l'école d'Esperanza, départ pour un 42, 1 km qui promet d'en mettre plein les yeux.

Petite ascension de + 400 sur 33,8 km, plus que chaud pour une lise en route. Visite de la forêt d'altitude (forêt vierge du Parc National du Tapanti). A voir et à refaire. Pour suivre nous dévalons les pentes à 15 à 20 % et plus du single track, dur dur pour l'organisme.

Au passage, plantations de caféiers, canne à sucre et bananes. Pour huiler les pieds quelques passages à gué !!! ( PS, pour les futurs mordus de la Transtica, évitez les chaussures Goretex, ce pays est trop humide).

Coté orga, impec, ravito liquide te solide à chaque PC.

A l'arrivée, cerise sur le gâteau, visite d'un "Trapiche", fabrique de sucre de cannes. Merci l'organisation

**Stephen Herman, Belgique, Extrême**



C'est mon 3<sup>ème</sup> jour dans ce raid aventure et je suis aux anges...

Les étapes sont aussi merveilleuses que dures.

L'organisation est parfaite et ils sont vraiment à nos petits soins.

D'ailleurs, je ne vais pas tarder à me faire masser les cuisses et les mollets.

Que du bonheur.

Gros bravo à Bernard et à toute son équipe.

**Jean Félix Bassien, France, Aventure**





Photos





Photos

