

Tous les deux ans avec mon collègue et ami de courses à pieds nous faisons un trail loin de chez nous. En début d'année François est venu me voir en me proposant un trail au Costa Rica; 6 étapes, près de 200Kms, l'idée était alléchante, jusqu'à ce que je me rende compte que ce n'était pas la saison été, et pour tout dire j'aime plutôt le soleil...

François avait aussi fait la proposition à un ami qui habituellement se joint à nous. Il a dit oui tout de suite, a fait son inscription dans la foulée et m'a prévenu par SMS, du coup plus besoin de réfléchir " j'y vais, j'y vais pas", j'ai dit ok mais je peux vous assurer que je n'ai pas signé des deux mains....

Aujourd'hui je peux dire que je suis ravie d'avoir participé à cette aventure, j'en garde un souvenir et des images mémorables.

Les étapes étaient toutes différentes, nous avons goûté à du sable, du chemin, nous avons eu droit à l'altitude, nous sommes montés à 3000m, nous avons eu des descentes très techniques dans la jungle et même un peu de "natation".

Toutes ces étapes entourées par une équipe hyper sympa et très attentive aux besoins de chacun, ceci est très important. Un service de soins après chaque étape: soins des pieds, massages....

J'ai vécu cette aventure avec beaucoup de bonheur, de joie et de tristesse, quand il à fallut se quitter, j'ai déjà participé à d'autres trails en étapes, les Etats Unis, la Chine, la Guadeloupe, le Verdon etc. Mais c'est la première fois que je pleure au moment du départ.

Une équipe de coureurs super sympa avec qui j'ai d'ailleurs gardé contact et bien sûr une équipe d'organiseurs extra, sans qui cette aventure n'aurait pas eu lieu, je les en remercie.

Continuez cette merveilleuse aventure pour en faire profiter d'autres.

Pour conclure je dirais qu'aujourd'hui, en sachant ce que je sais de ce trail, je me" ferais greffer une troisième main pour signer!!!!

L'ami qui m'a motivé n'a malheureusement pas pu venir suite à des problèmes familiaux, mais si le cœur lui en dit je me ferai une joie d'y retourner un jour, pour l'accompagner.

Je vous dis un grand merci à tous et continuez.....

Sophie Bonnot, 1^{ère} Féminine Extrême 2012.





