



La Transtica 2010 - Compte Rendu

Dés le 12 Novembre une première équipe de l'organisation part effectuer les dernières recos sur les secteurs touchés par les pluies diluviennes de la fin Octobre.

La situation sur le terrain n'est pas brillante mais des solutions sont trouvées, des alternatives validées afin de permettre de couvrir les 5 étapes en toute sécurité.

A San José, le gros de l'organisation s'active aux derniers préparatifs avant course et au dédouanement de notre container ainsi qu'à la validation de nos projets solidaires.

18 Novembre 9h00 : Conférence de presse suivit d'un briefing coureur et organisation.

Ils sont tous là, 48 participants (dont 8 femmes) représentant 7 nations différentes, Etats-Unis, Suède, Allemagne, France, Belgique, Pays Bas et bien sur Costa Rica.

L'équipe d'organisation Franco-Costa Ricienne se compose d'une vingtaine de membres, dont deux médecins, deux kinésithérapeutes et 7 pompiers Français, et se verra renforcée comme l'année passée par une douzaine d'hommes avec leurs véhicules logistique et de secours du Cuerpo de Bomberos du Costa Rica.

Un de nos médecins participera à la course au milieu des coureurs pour mieux veiller à leur sécurité.

Coté solidaire, le container de la donation de Monoprix, 1 300 kg de fournitures scolaires est arrivé à Puerto Limon et nous travaillons activement à son dédouanement avec l'aide et le soutien de l'Ambassade de France au Costa Rica, du ministère du Tourisme et du ministère des Sports au Costa Rica.

D'autre part, le 1^{er} Challenge Technip Humania, organisé par La Société Technip France et ses employés au profit des actions solidaires menées par l'association El Niño pendant la Transtica 2010, a connu un succès exceptionnel et a permis de récolter près de 9 000 Euros.

Viendront s'y ajouter près de 2 000 € de dons et de bénéfices récoltés par les associations El Nino et CG Sport Event, sur les courses qu'elles organisent en France, La Free Ride Classic Mandelieu, Le Trail des Illuminés et Le Trail des Balcons d'Azur ainsi qu'une donation de 940 \$, profits de la vente de T-shirt, effectuée par les couples Amalric et Lejosne.

Dans l'après midi, première donation de livres éducatifs et ludiques effectuée à la bibliothèque de l'école Finca la Caja, qui accueille 1 800 élèves dans le quartier défavorisé de La Carpio financée intégralement et à hauteur de plus 7 400 \$ par une partie des fonds récoltés par le Challenge Technip Humania, en présence des 4 coureurs de l'équipe Technip, d'Elena Arias et de Sylvain Scoccia et d'Alex Lejosne.

3 Ordinateurs portables, donation de la Société Thales Alenia Space, seront également remis à cette école, dont un pour l'association La Voz de La Carpio qui œuvre pour la réhabilitation de ce quartier.

19 Novembre : Prologue

Après un transfert à Manuel Antonio, c'est parti pour le prologue, 2 boucles de 3 kms sur la plage de Manuel Antonio. Le soleil est là, il fait chaud, mise en jambe pour certains, round d'observation pour d'autres qui se soldera par la victoire sur le parcours Extrême de Roini Villegas (CR), Vainqueur 2009, en 23'34'' devant Vincent Rivoire (FR) à 14'' et Richard Finot (FR) à moins d'une minute.

Coté Aventure, David Loutzenheiser (USA), termine 1^{er} en 26'09'' devant 5 coureurs dans la minute !

Les concurrents pourront ensuite se baigner dans les eaux chaudes du Pacifique, avant de profiter d'une dernière nuit de confort à l'hôtel Parador qui offre une vue panoramique sur l'océan avec comme voisin de chambres singes et autres rampants.

Lors du repas du soir, une donation d'un électro cardiogramme (Hopital de Cannes) et d'un ordinateur portable (Thales Alenia Space) à été effectuée au profit du dispensaire de Londres, en prolongation de nos actions 2008 et 2009.





20 Novembre : Etape 1 : Paquita - La Selvita - Napoles

Le départ des Extrêmes est donné à 9h18 sous les sirènes des Bomberos, pour 38 km et 1 740 m de dénivelé positif.

Un petit groupe se forme devant avec Vincent, Roini, Richard, le parcours emprunte des pistes le long de plantations de palmiers, de longues lignes droites interminables sous un soleil blanc, la chaleur est suffocante, les organismes souffrent terriblement et les écarts commencent à se creuser. La partie qui suit devient plus vallonnée avec les premières côtes en guise d'amuse bouche et nous amène petit à petit dans la jungle tropicale.

Le départ Aventure se fait au PC2, à 10h21, pour 19 km et 1 375 m de dénivelé positif, petit passage à gué en préambule à un single track dans la jungle sauvage avant de retrouver la piste. Les choses sérieuses commencent, avec une ascension de 1600 mètres. Le climat devient vite changeant et la pluie fait son apparition, d'un côté ce n'est pas plus mal, cela rafraîchit l'organisme. La pluie s'intensifie, la fin du parcours alterne des pentes douces et sévères.

L'aventure continue, car suite à des routes barrées par de nouveaux éboulements, le car devant récupérer les coureurs arrivera avec 1 heure de retard.

Vincent Rivoire (France) remporte l'étape Extrême en 4h05, suivi de Roini Villegas(CR) en 4h14 et de Christophe Traina (BEL) en 4h39, la 1^{ère} féminine Isabelle Moes terminant en 5h39.

Côté Aventure, les écarts sont serrés, Anthony Didion 1^{er} en 2h34, devant David Loutzenheiser (USA) en 2h37 et Bernie Sandoval (CR) en 2h42, la 1^{ère} féminine Françoise Leroi terminant en 3h02.

Au Rancho Guayabal, notre campement à « Santa Maria de Dota », un feu de bois et une bonne soupe sont bienvenus pour nous réchauffer.

C'est vrai que la transition avec l'Hôtel de la veille est surprenante !

21 Novembre: Etape 2: Santa Maria de Dota - Ojo de Agua

Les Extrêmes démarrent en bulle à 8 heures, du village de Santa Maria de Dota pour l'étape jugée la plus difficile vu son dénivelé impressionnant, 2 720 m de dénivelé positif, 1 310 m de dénivelé négatif.

En hors d'œuvre, une première montée à 15%, ca fait mal D'entrée Vincent met quelques mines et Roini répond du tac au tac, viennent ensuite à 15 km de montée pour rejoindre le PC 2 ou a été donné à 9h40 le départ des Aventure, pour 21,1 km ,1 180 m de dénivelé positif et 1 020 m de dénivelé négatif.

Une descente interminable jusqu'au village de Providencia, pour arriver au PC 3, avant d'attaquer la dernière difficulté du jour : 12 km et 1140 m de dénivelé positif qui amènent tous les coureurs à 2 950 mètres d'altitude. La pluie fait son apparition, plus on monte et plus il fait froid, et plus la pluie et le vent s'intensifient, l'air se raréfie ...

Les concurrents seront cette fois-ci vite pris en charge, dès leur arrivée, tous heureux d'être venu à bout de cette difficile étape, pour un transfert de 20 mn vers le village d'Esperanza, notre bivouac du soir.





Vincent Rivoire emportant l'étape du parcours Extrême en 4h47, accentue son écart sur Roini Villegas (CR) en 4h56 et Christophe Traina (BEL) en 5h23.

Coté aventure, Bernie Sandoval en 2h25 reprend 1mn à Antony Didion (FR) en 2h26 et David Loutzenheiser en 2h29.

Après une collation et une soupe chaude, une donation de 40 kits scolaires au profit de l'école de Purisil, en préambule au diner préparé par la communauté locale, il fait froid et humide, il va être très difficile de se sécher et de faire sécher nos affaires.

22 Novembre: Etape 3 : La Esperanza - Kiri Lodge - El Humo

La première difficulté du jour, sera de se vêtir, car il va falloir enfilez les vêtements humides et froids ...

Juste avant le départ, nous serons réchauffés par les chants des enfants de l'école à qui nous venons de remettre 26 kits scolaires ainsi que du matériel de rénovation pour les locaux vétustes de cette école.

Sur le papier le profil à l'air plus facile, mais ne reflète pas les difficultés que nous allons rencontrer. Lors du briefing de course, il est rappelé qu'il va falloir gérer une descente sur un single track rempli de piège : boue, racines, végétation épineuse, pente abrupte.

Cette fois les aventures et les extrêmes partent ensemble, ce qui ne sera pas plus mal ...

Cela démarre par une côte cassante de 3 km, pour atteindre les 2 850 m d'altitude, avant d'attaquer une première portion descendante, puis au 6ème km, c'est l'entrée du fameux le single track, le décor est bien changeant, pénétration en plein cœur du « Tapanti », et pour corser le tout il se met à pleuvoir. Les pentes sont très abruptes, c'est très glissant. Il y a énormément de boue et de racines, il faut prendre garde avant de s'accrocher aux branches car certaines sont jonchées d'épines

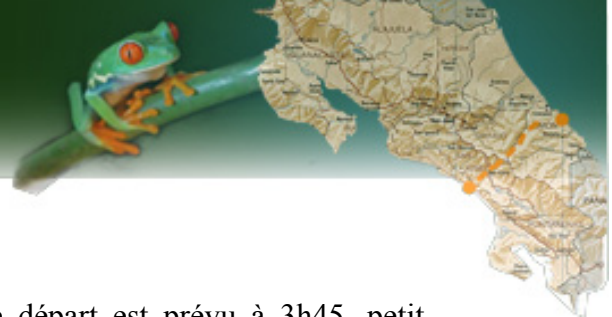
Vient ensuite un passage de rivière sécurisée par une corde, avant de commencer une petite ascension à travers cette jungle ... c'est vraiment hard ... On attaque ensuite une nouvelle descente, à travers les plantations de caféiers jusqu'à l'arrivée du parcours aventure. Les Extrêmes enchaînent sur une côte avant d'attaquer une dernière descente interminable : plus de 11 km jusqu'à l'arrivée d'El Humo...

Au pris d'un effort exceptionnel, dans la dernière descente, Roini Villegas (CR) comblera le retard constaté au PC 3 et franchira la ligne d'arrivée le 1^{er}, couvrant les 42,1 km du jour en 4h06 reprenant 1mn à Vincent Rivoire (FR) en 4h07 et plus de 30 mn sur les suivants, assurant ainsi sa 2^{ème} place au général.

Coté Aventure, Bernie Sandoval en 2h25 reprend 11mn à Antony Didion (FR) en 2h36 et se rapproche à 1mn de la 1^{ère} place au général.

Nous serons accueillis chaleureusement par les villageois : toujours un grand sourire, une nourriture digne des grands festins et des danses locales. Ensuite nous irons nous coucher relativement tôt car demain c'est l'étape de nuit, les réveils sont programmés à 2h30 pour un départ à 3h45 ...





23 Novembre: Etape 4 : El Humo - San Pablo

2h30 les réveils sonnent ... Il ne faut pas trop traîner car le départ est prévu à 3h45, petit déjeuner, soins, paquetage...

Les aventures et extrêmes partent ensemble pour un départ en bulle, le départ réel étant donné à la sortie du village.

Quelques kilomètres plus tard, trois Aventures prennent le large, c'est que cela bagarre ferme pour les premières places dans l'aventure.

Le parcours du jour, semble le plus équilibré de toute les étapes. L'allure est bonne avant d'entamer une première montée, puis une descente boueuse suivie d'un peu de macadam pour rejoindre le PC1.

C'est le début de la montée vers le sommet du Cerro Atirro, à travers une plantation de cannes à sucre, le jour se lève révélant une campagne sublime.

Arrivée à Pueblo Nuevo, traversée d'un pont suspendu avant d'entamer une longue ascension vers le village d'El Silencio, PC3, km 23,7 et arrivée des aventures ...

La pluie s'invite une fois de plus, un dernier col à franchir pour les Extrêmes, avant de redescendre sur le village de Pacayitas au PC4, d'où il reste encore 9.5 km vallonnés à parcourir pour rejoindre El Humo.

Vincent Rivoire a bien géré cette 4^{ème} Etape, couvrant les 41.2 km en 4h04 reprenant 10 mn à Roini Villegas(CR) en 4h14 et 23 mn à Richard Finot et Christophe Traina en 4h27.

Coté Aventure, Bernie Sandoval en 2h19 reprend 1mn à Antony Didion (FR) en 2h20 et s'empare de la 1^{ère} place au général pour une poignée de secondes.

Le campement est prévu dans les classes du collège de San Pablo. L'après-midi nous nous rendrons pour un moment festif dans espèce de corrida, où on commence à sentir la fin de l'épreuve.

De retour l'école une donation est organisée, avec les villageois. Des kits scolaires sont offerts aux élèves, en retour ils nous gratifient des danses locales et modernes. Demain c'est une journée détente, avec du rafting au programme, on sent déjà un parfum de vacance, espérons que temps sera de la partie

24 Novembre: Rafting

Nous nous levons de bonne humeur, un petit regard vers le ciel, du Soleil !!! Nous espérons profiter pleinement de cette journée.

Frisson garanti, chargé d'adrénaline lors de ce rafting sur la Rivière Pacuare de classe III à IV ! Nous embarquons sur des rafts de 6 et un barreur guide, qui nous explique les instructions de sécurité, ainsi que les 4 mouvements de base : En avant, en arrière, tenir les cordes, et se protéger dans le bateau ... on nous explique également comment sortir quelqu'un de l'eau et l'attitude à avoir si on tombe à l'eau.

Voilà on est parti, et le ton est donné. Le décor en rafting est tout simplement unique, la végétation tropicale et la puissance des eaux nous transportent dans un monde fantastique de pure magie.





On en prend les yeux, et puis le fleuve se déchaine, on a eu chaud très, très chaud, on a failli faire retourner le bateau 3 fois, mais à chaque fois de justesse, on a pu s'en sortir. Le paysage est paradisiaque, des cascades impressionnantes, une végétation luxuriante.

25 Novembre: Etape 5 Playa Negro - Manzanillo

Après une nuit sur pilotis, nous effectuons une donation de livres (financement Challenge Technip Humania) et d'un ordinateur portable (Thales Alenia Space) pour la bibliothèque de la communauté d'El Yue qui nous a hébergés.

La veille, dans la soirée, le container de 1 300 kg de fournitures scolaires donné par Monoprix, nous a été livré. Après les moments d'émotion partagés avec certains concurrents lors du déchargement du container en fin de soirée, Sylvain, Max et Elena passeront la journée à trier et préparer les donations du soir pour les écoles du Panama

Les coureurs rejoignent la Playa Negro à 4 km, pour la dernière étape du jour. On apprend alors premier abandon, sur avis médical, d'Eric Martinez de l'extrême sur blessure ...

Le soleil est pesant, très pesant.

Après la photo de famille, le départ est donné à 8h38 sur la plage, et tous se rendent instantanément compte de la difficulté du jour, il faut faire un effort considérable pour chacune des foulées.

Les premiers kilomètres sont vraiment éprouvants, difficile de trouver le meilleur tracé sur la plage. De temps à autre, traversée à gué de rivières, histoire de se rafraîchir. Au 9ème km, on arrive au premier point de contrôle, puis 4 km de macadam avant de reprendre la plage, un nouveau passage de rivière, encore quelques kilomètres de plage jusqu'au PC3 à Manzanillo avant d'entamer une dernière boucle de 3.3 km pour les Aventures et de 11.6 km pour les Extrêmes dans la jungle boueuse de Manzanillo.

On est vite dans le vif du sujet, après 3 km nous entrons dans une partie marécageuse, la boue collante allant jusqu'aux genoux voir aux cuisses pour certains ... puis retour vers la plage de Manzanillo, enfin la ligne d'arrivée...

Dans une ambiance chaleureuse, orga et coureurs, attendront et encourageront de leurs acclamations les coureurs de l'extrême jusqu'à ce que le dernier d'entre eux franchisse la ligne d'arrivée finale. Maintenant place au repos bien mérité, une petite tête dans la mer des caraïbes, un petit resto à l'allure rasta, et on regagne notre nouvel hôtel paradisiaque.

En soirée, l'ambassadeur de France, nous invitera pour un dîner, où aura lieu la remise des prix, ainsi qu'une donation pour des écoles voisines du Panama.

Vincent Rivoire (FR) finit 1^{er} du parcours Extrême, couvrant les 196 km et les 6 855 m de dénivelé positif en 20h devant Roini Villegas (CR) en 20h27 et Christophe Traina (BEL) en 20h 42. La 1^{ère} féminine Isabelle Moes termine 14^{ème} en 29h58 devant Naiti Del Sante 18^{ème} en 32h41.

Bernie Sandoval (CR) finit 1^{er} du parcours Aventure, couvrant les 116 km et les 3 950 m de dénivelé positif en 12h11'19'', 53 secondes devant Anthony Didion (FR) en 12h12'12'' et David Loutzenheiser (USA) en 12h 49.

La 1^{ère} féminine Françoise Leroi termine 10^{ème} en 14h33 devant Odile Lejosne 18^{ème} en 15h27 et Dominique Garcia 20^{ème} en 14h36, les derniers coureurs ayant fini en 19h00.





Conclusion :

Les 48 coureurs engagés sur cette Transtica 2010 ont pu découvrir au travers des étapes proposées, un parcours varié qui les a amenés des côtes Pacifique aux côtes Caraïbes.

Ils ont été confrontés à des conditions météo changeantes, souvent pluvieuse, alternant chaleur lourde et moite des plaines, pluies tropicales rafraichissantes, vent et pluie glaciale des forêts d'altitudes.

Ils ont pu participer activement au volet solidaire de La Transtica et les différentes donations auront été autant de moments d'émotion que les coureurs ont su partager. Nos objectifs solidaires ont été entièrement atteints et nous en ressortissons tous grandis.

Ils ont été reçus et nourris et fêtés par les communautés locales, moment de partage et d'échange privilégié à la rencontre du mode de vie des différentes populations Costaricienne.

L'organisation 2010, forte de l'expérience des éditions précédentes, s'est montrée particulièrement efficace et réactive et a permis à tous les coureurs de vivre pleinement cette aventure, en toute convivialité et en toute sécurité.

Notre objectif « La découverte d'un pays et son mode de vie à travers une compétition sportive à caractère humanitaire » a été largement atteint, au prix du travail énorme et efficace de chaque membre de l'organisation.

Le groupe des 48 coureurs de 7 nations différentes à lui aussi su répondre présent, chacun apportant sa touche, réalisant son défi et contribuant ainsi à la réussite totale de cette Transtica 2010.

Les retours chaleureux qui nous ont été faits, pendant et après la course, nous ont apporté la motivation quotidienne et l'énergie nécessaire à cette réussite.

Nous avons été 80 coureurs et organisateurs à avoir eu le privilège d'avoir pu partager une grande édition de La Transtica.

La Transtica 2011 se déroulera du 23 Novembre 2011 au 3 Décembre 2011 et sera limitée à 60 participants.

Pura Vida

Bernard Marchal





La TRANSTICA 2010 en chiffres :

- 3^{ème} édition.
- 2 formats.
- 12 jours de voyage.
- 5 étapes.
- 1 descente en rafting sur le Rio Pacuare, rapide niveau 3 à 4+.
- Un parcours Extrême de 30 à 40 km par jour, 196 km avec un dénivelé positif total de 6 855 m.
- 18 classés, 20h pour le 1^{er}, 32h41 pour le dernier, 1 abandon sur avis médical.
- Un parcours Aventure de 20 à 30 km par jour, 116 km avec un dénivelé positif total de 3950 m.
- 29 classés, 12h 11 pour le 1^{er}, 19h pour le dernier
- 48 trailers au total
- 1 abandon sur avis médical
- 7 pays représentés (France, Pays Bas, USA, Belgique, Allemagne, Suède et Costa Rica).
- 22 membres d'organisation dont 6 sapeurs pompiers
- 2 médecins
- 2 Kinés
- 11 pompiers Costa Ricains
- Plus de 20 000 € de fournitures scolaires, de livres éducatifs et de matériel divers distribués aux communautés du Costa Rica et du Panama.

