

ETAPE 5, Playa Negra - Manzanillo

Jeudi 11 Décembre 2024

Extrême : 27,6 Km, dénivelé + 230 m. / - 240 m.

Terrain : sable, sentier, boue, bitume

Végétation : cocotiers, forêt tropicale.

Particularité : traversée d'estuaire, soleil. Avertissement : prévoir change dans bus

Températures relevées en 2017: Min 25°, Max 32°.

Km	Cum	Alt	
0,0	0,0	2	Départ Extrême et Aventure plage de Playa Negra
2,8	2,8	3	Entrée dans le village de Puerto Viejo, suivre la plage au plus proche,
0,0	2,8	3	puis prendre le sentier le long de la plage.
2,4	5,2	8	Playa Coclés, suivre la plage.
1,0	6,2	1	Rio Coclés, traverser la rivière (si mauvais temps emprunter le pont)
1,7	7,9	3	Sortir de la plage (petit panneau " salida ").
0,3	8,2	13	PC01 - PR, route principale, prendre à gauche, suivre la route.
1,5	9,7	15	Prendre à gauche sentier en direction de la plage.
0,3	10,0	8	Prendre à droite le long de la plage.
2,5	12,5	1	PC02 hôtel " Arrecife ", suivre la plage à droite
1,2	13,7	10	Hotel Suerre, suivre la plage
2,8	16,5	2	PC03 - PR - PS Attention ! Recharger en eau, pas d'eau au PC04
0,0	16,5	2	Boucle pour course EXTREME
0,0	16,5	2	Continuer le long du chemin le long de la plage
0,9	17,4	3	Rivière, traverser et continuer en face
0,2	17,6	5	Intersection, suivre le sentier de gauche au bord de la mer
1,0	18,6	25	Arrivée sur le chemin principal, PC de pointage,
0,0	18,6	25	Tourner à gauche et continuer le long du chemin
3,5	22,1	15	PC04, Attention pas de ravitaillement au PC04
3,5	25,5	15	retourner sur ses pas sur le chemin principal jusqu'au PC de pointage
2,1	27,6	895	PC03, Arrivée EXTREME



Playa Negra - Manzanillo



Extreme 27.6 km

