Résumé de course de la Transtica 2019 :

La Transtica, c'est une épreuve sportive de 200 km et 9 300 m+ en 5 étapes d'environs 40 kms de la côte pacifique à la côte Caraïbe en passant par les montagnes et parcs nationaux du Costa Rica mais c'est aussi des dotations de matériel scolaire et sportif dans les écoles le long de notre aventure.

Nous sommes 4 collègues d'une grande société d'informatique motivés à l'idée de participer à cette aventure humaine et sportive : Gaëtan, Seb et François sur le format extrême (200 km) et Laurent sur le format aventure (125 km)

Beaucoup d'inconnues et de craintes pour l'ensemble des participants tant sur le plan des paysages traversés que pour le défi sportif. ... nous aurons bien des surprises durant toute cette aventure.

Prologue:

Le cadre est idyllique, un paysage de carte postale pour ce « tour de chauffe » de 6 kms en 2 boucles sur la plage à côté du parc national Manuel Antonio.

L'ambiance est bon enfant sur la ligne de départ. Nous profitons de chaque instant dans ce cadre enchanteur mais nous avons hâte de commencer officiellement cette épreuve.

A notre grande surprise, nous mettons tous les 4 le feu sur ce prologue en prenant les devants dès les premiers mètres.

Au final, nous termineront ces 6 kms sur la plage aux 4 premières places.

Coup de bluff sur un parcours à notre avantage ? Ou allure inconsciente sur un début d'Ultra ? Dans tous les cas, les cadors de la course (costaricains et Stelve le martiniquais) restent sereins ... le plus dur est à venir !!





1^{ier} étape :

Après avoir été réveillé par des singes hurleurs, une étape de 40 kms et 3000 m de D+ nous attend avec une chaleur et un taux d'humidité extrême. La journée s'annonce compliquée ...

Comme pour le prologue, le départ est à nouveau rapide mais les costaricains sont maintenant présents ainsi que Stelve le martiniquais qui souffrira de l'altitude durant l'étape.

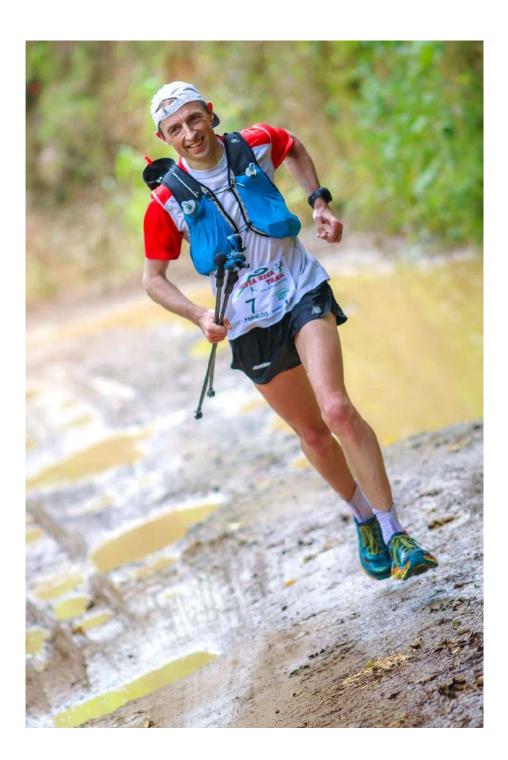


Bernard le boss de la course nous l'avait annoncé la veille, il faut boire constamment durant l'épreuve.

Malheureusement je n'ai pas suivi ces précieux conseils et durant la 1^{ier} grosse bosse de 1000 m de D+ je vais subir une déshydratation m'obligeant à réduire l'allure.

Au final, Gaëtan et Sébastien confirmeront leurs places au classement général et Roiny (Coureur costaricain 5 fois vainqueur de l'épreuve) finira 3ieme.

Laurent fera forte impression sur le format aventure en remportant cette 1iere étape. Mais Nicolas 2ieme (Français installé avec sa famille au Costa Rica depuis plusieurs mois) sera un rude concurrent par la suite en remportant les autres étapes et le classement général du format aventure.



2 ième étape :

La première étape avec son profil montagneux a fait déjà de gros écart et la 2^{ième} étape nous propose un profil équivalent mais avec un passage à mi-parcours à 2800m et une arrivée en altitude à 3000m.

Avant de partir, l'organisation, nous annonce une amélioration pour le parcours avec une belle descente dans un single sur pratiquement 1000 m de dénivelé négatif.

Le parcours sera de toute beauté à travers les forêts luxuriantes du Costa Rica. On en prend plein les yeux, les sourires des bénévoles aux ravitos nous font du bien, les coureurs s'encouragent entre eux. La compétition est bien présente mais dans un bel esprit de cohésion.

Gaëtan survolera à nouveau l'étape laissant peu de suspense pour le gain de l'épreuve. Derrière Roiny confirme qu'il reste dans la course en prenant la 2^{ième} place devant François et Sébastien.

La suite des arrivées se fera sous un déluge de pluie. Cette étape aura laissé des traces avec des arrivées après le coucher du soleil et l'abandon de Stelve au 20ieme km à cause de l'altitude (heureusement il repartira sur le parcours extrême le lendemain). Mais d'autres participants, usés par ces 2 grosses journées de course, basculeront sur le parcours aventure ... montrant que la Transtica n'est pas une balade touristique.



3ieme étape :

Avant le départ, Nous réalisons une donation de matériel scolaire dans une école à 2400m d'altitude. Cela nous réchauffe le cœur avant de nous lancer dans une étape qui s'annonce pluvieuse et très technique avec des passages dans la jungle ou des singles boueux.



Cette étape sera marquée par l'impressionnant retour de Stelve le martiniquais aux premières places sur un terrain qu'il affectionne. A l'arrivée il sera ex-aequo avec Gaëtan devançant nettement Roiny à la 3^{ième} place.





4^{ième} étape :

Les corps sont meurtris après déjà 3 étapes difficiles et 7 000 m+ de D+. Mais l'envie est là en chacun de nous pour aller au bout de cette 4ieme étape qui sur le papier ne s'annonce pas forcement difficile avec 40 km et 1 300 m+.

Mais c'est la dernière étape longue pour espérer remonter un peu au classement.

Comme à chaque fois le départ sur le plat se fait à « tombeau ouvert » pour essayer, d'entrée, de faire des écarts avec les costaricains avant les premières bosses.

A ma grande surprise, je terminerai à la 2^{ième} place de cette étape somptueuse en termes de paysages. Les 4 premiers finiront dans un mouchoir de poche. L'écart ne sera en effet que de 11' entre les 4 premiers scellant le classement général de la course extrême avec l'incontestable victoire de Gaëtan suivi de Roiny (12 fois sur le podium de la Transtica), Sébastien et François.







5ième étape :

Les pluies tropicales se sont abattues sur la côte Caraïbe toute la nuit. Le débit des rivières que l'on doit traverser le long de la plage s'annonce trop important sans risquer de perdre des coureurs. L'étape s'annonce dantesque.

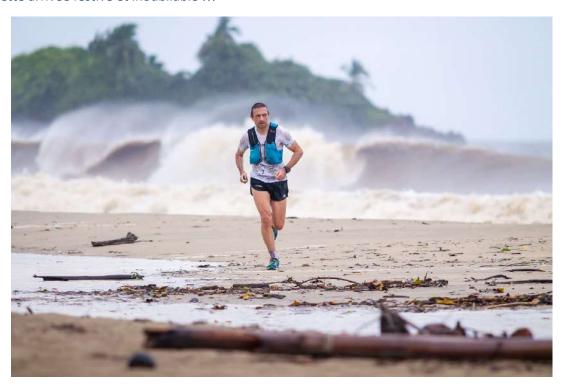
Le départ est retardé car il faut changer d'itinéraire. Certaines traversées de rivières deviennent dangereuses.

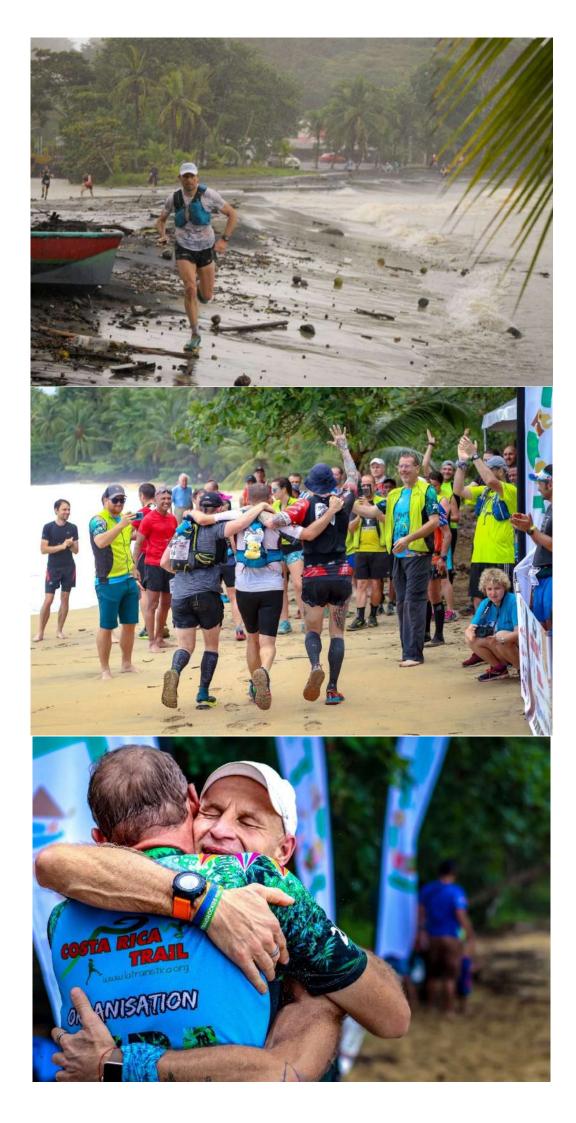
Le départ sera donné mais les conditions se compliqueront encore pour la traversée des rivières et pour l'organisation qui sera bloquée entre 2 PC à cause de la chute d'un arbre sur la route.

La course sera neutralisée au 13^{ième} kilomètre ... Les coureurs seront frustrés de cet arrêt de course car très motivés pour faire la partie jungle dans ces conditions dantesques.

Mais au final tous les coureurs sans exception seront aussi contents d'arriver au bout de cette aventure.

Un rayon de soleil viendra même fêter l'arrivée de l'ensemble des participants ... l'organisation est là aussi pour rendre cette arrivée festive et inoubliable !!!





A la fin, on en oublie le classement. On garde en mémoire une épreuve riche en termes humain et sportif.

L'organisation aura été très professionnelle pour cette 12ieme édition. Une épreuve qui vous marque à vie.

Comme ils disent au Costa Rica : « Pura Vida »

François Catteau, Finisher Transtica 2019 Extrême

