

La Transtica 2019 fut ma première véritable expérience de « stage running », un Trail par étapes sur plusieurs jours.

Ayant lu à propos de la course, la découverte du Costa Rica à travers la course à pied m'a tout de suite tentée. J'ai réussi à convaincre ma copine de course, on s'est inscrites et seulement après on s'est demandé si on avait le niveau !

Dès l'inscription Bernard, le « papa » de ce Trail, a toujours été disponible et réactif si nous avions des questions ou besoins spécifiques. Ce soucis de notre bien-être, nous l'avons ressenti tout au long et jusqu'au bout du voyage.

Nous voici arrivées sur la version « aventure » de cette ultra Trail.

Avant de pouvoir démarrer la course il y a une journée consacrée aux vérifications techniques et médicales et l'occasion de faire la connaissance de nos coéquipiers. Une quarantaine de coureurs venus d'une dizaine de pays différents.

Le contact est d'abord un peu hésitant mais au fil des jours et des moments forts partagés, la camaraderie s'intensifie et des liens forts se tissent. Pour beaucoup c'était l'occasion de retrouver des amis faits sur d'autres courses.

En discutant avec les autres de leurs « palmarès » nous nous sommes vite rendues compte que nous étions clairement les rookies du groupe mais on s'est fait confiance et ça s'est bien passé.

Je me sentais même de plus en plus forte physiquement au fur et à mesure de la semaine et ceci malgré les nuits passées à dormir par terre dans des écoles ou grandes salles avec pour déco les affaires que nous essayions désespérément de faire sécher et pour bande sonore les ronflements des camarades !

Pas l'idéal pour le repos mais on se fait porter par le groupe, les paysages et l'équipe qui nous encadrent.

Les séances massages quotidiennes des 4 kinés étaient très appréciées et c'est grâce à eux que je repartais chaque matin les jambes légères, prête à attaquer une nouvelle journée de course.

Chaque bobo, petit ou grand, était soigné avec attention pour permettre à chacun d'aller au bout de leur aventure.

Les tracés étaient variées par leur terrain, profile, altitude et environnement. Nous sommes passées de la plage à la montagne, par la boue et des singles magnifiques dignes d'un Jurassic Parc ou Indiana Jones.

Il y en avait pour tout le monde. Chacun pouvait aller à son rythme puisque il n'y a quasi pas de barrière horaire. Le dernier coureur arrivait parfois de nuit, plusieurs heures après les premiers mais était toujours chaleureusement accueilli par tout le monde.

A ne pas oublier, l'élément « solidaire » de la course puisque nous avons fait des dotations dans deux écoles et une équipe sportive.

En achetant sur place nous avons pu contribuer à l'économie locale et cibler les dons sur les vrais besoins.

Cette première expérience m'a donné envie de refaire ce genre de course et pourquoi pas d'essayer la version « Extrême » la prochaine fois !

Claire Hirt, finisher Transtica 2019 Aventure.







