



## PROGRAMME \*

### **1<sup>er</sup> jour : Mercredi 3 Décembre 2025**

Arrivée en soirée des participants à San José, aéroport Juan Santamaria.  
Accueil aéroport et transfert bus vers l'hôtel.  
Installation et nuit à l'hôtel, diner libre.

### **2<sup>ème</sup> jour : Jeudi 4 Décembre 2025**

Petit déjeuner à l'hôtel.  
Déjeuner. Cérémonie d'ouverture.  
Vérifications techniques, administratives et visites médicales.  
Diner et soirée libre, nuit à l'hôtel.

### **3<sup>ème</sup> jour : Vendredi 5 Décembre 2025**

#### ***Transfert Côte Pacifique (Manuel Antonio) et Prologue.***

Petit déjeuner à l'hôtel.  
Transfert vers Manuel Antonio en bus privé.  
Déjeuner.  
Prologue de 6 kms sur la plage de Manuel Antonio.  
Diner.  
Nuit à l'hôtel.

### **4<sup>ème</sup> jour : Samedi 6 Décembre 2025**

#### ***Etape 1 : Villa Nueva - Sta Maria de Dota***

Petit déjeuner  
Transfert vers la ligne de départ.  
1 à 3 points de ravitaillement sur le parcours  
Collation à l'arrivée.  
Diner et Nuit au bivouac (Rancho).

### **5<sup>ème</sup> jour : Dimanche 7 Décembre 2025**

#### ***Etape 2: Sta Maria de Dota - Ojo de Agua***

Petit déjeuner.  
1 à 3 points de ravitaillement sur le parcours.  
Collation à l'arrivée.  
Diner et Nuit au bivouac (école La Esperanza).

### **6<sup>ème</sup> jour : Lundi 8 Décembre 2025**

#### ***Etape 3: La Esperanza - El Humo***

Petit déjeuner.  
2 à 4 points de ravitaillement sur le parcours.  
Collation à l'arrivée.  
Diner et Nuit au bivouac (Salle des Fêtes de El Humo)



**7<sup>ème</sup> jour : Mardi 9 Décembre 2025**

***Etape 4: El Humo - San Pablo***

Petit déjeuner.  
2 à 4 points de ravitaillement sur le parcours.  
Collation à l'arrivée.  
Dîner et Nuit au bivouac (école de San Pablo).

**8<sup>ème</sup> jour : Mercredi 10 Décembre 2025**

***Etape transfert Cote Caraïbes, journée récupération***

Petit déjeuner.  
Transfert (environ 3h30 de bus)  
Déjeuner  
Nuit et dîner au bivouac ou hôtel.

**9<sup>ème</sup> jour : Jeudi 11 Décembre 2025**

***Etape 5 : Playa Negra - Manzanillo***

Petit déjeuner.  
4 points de ravitaillement sur le parcours.  
Cérémonie podium.  
Dîner.  
Nuit à l'hôtel.

**10<sup>ème</sup> jour : Vendredi 12 Décembre 2025**

***Transfert retour San José***

Petit déjeuner.  
Transfert en bus privé jusqu'à San José.  
Déjeuner pendant le transfert.  
Installation à l'hôtel.  
Après midi libre.  
Dîner libre.  
Nuit à l'hôtel.

**11<sup>ème</sup> jour : Samedi 13 Décembre 2025**

***Départ San José - Pays de résidence***

Petit-déjeuner à l'hôtel.  
Transfert à l'aéroport des participants pour un retour vers leurs pays respectifs.

\* Ce programme est susceptible d'être modifié en fonction d'aléas de dernière minute.