Buscar nota

ÚLTIMA HORA

# Sandra Mejía conquista la Costa Rica 200: venció a hombres y mujeres tras cruzar el país en 91 horas

Silvia Ureña | surena@larepublica.net

Miércoles, 14 mayo 2025



La atleta costarricense **Sandra Mejía** se impuso a hombres y mujeres en la exigente ultramaratón **Costa Rica 200**, una competencia de resistencia extrema que recorre el país de costa a costa.

Mejía completó los 335 kilómetros en modalidad non-stop, sin relevos, en un tiempo de 91 horas. Logró el primer lugar general, superando a todos los competidores, convirtiéndose en la primera mujer en alcanzar esta distinción.

Lea más: (FOTOS) Sandra Mejía es la primera tica en completar la ultramaratón más dura del mundo

La diferencia final fue contundente, Sandra cruzó la meta con una ventaja de ocho horas sobre el siguiente corredor.

“Entrené para rendir bien en la prueba y sacar un buen resultado. Aún estoy procesando ese gane. Cuando supe que tenía al primer hombre a dos minutos, confié en mí y dije: ‘Yo puedo pasarlo’. Una vez que lo alcancé, cambié la estrategia para marcar un buen margen y correr los últimos kilómetros más tranquila, porque sabía que serían los más difíciles. Al final, pude hacer brecha importante de ocho horas. Mi cuerpo iba muy bien preparado, pero fue mi mente la que me ayudó a conseguir la victoria”, mencionó la deportista a **La República**.

caminos agrícolas y más de 15 tipos de microclimas. Enfrentan temperaturas que oscilan entre los 2 °C y los 32 °C, con una ganancia de altitud acumulada de más de 16.400 metros.

Durante el último mes, Mejía acumuló un alto volumen competitivo en **condiciones extremas**. Corrió 50 km en El Salvador, donde se coronó campeona absoluta. En ese mismo país, compitió en otros 160 km y obtuvo el primer lugar femenino y el tercer lugar general. También participó en Nicaragua, donde corrió 100 km y subió a lo más alto del podio por cuarta ocasión consecutiva, manteniendo además el récord de la carrera.

“Todo ese volumen lo hice en un mes y creo que mi rendimiento se vio reflejado en la Costa Rica 200. Además, hice muchos entrenamientos de velocidad y fuerza. Para mí es muy satisfactorio que esta ruta incluyera sectores complicados y técnicos para completar la distancia”, indicó la atleta.

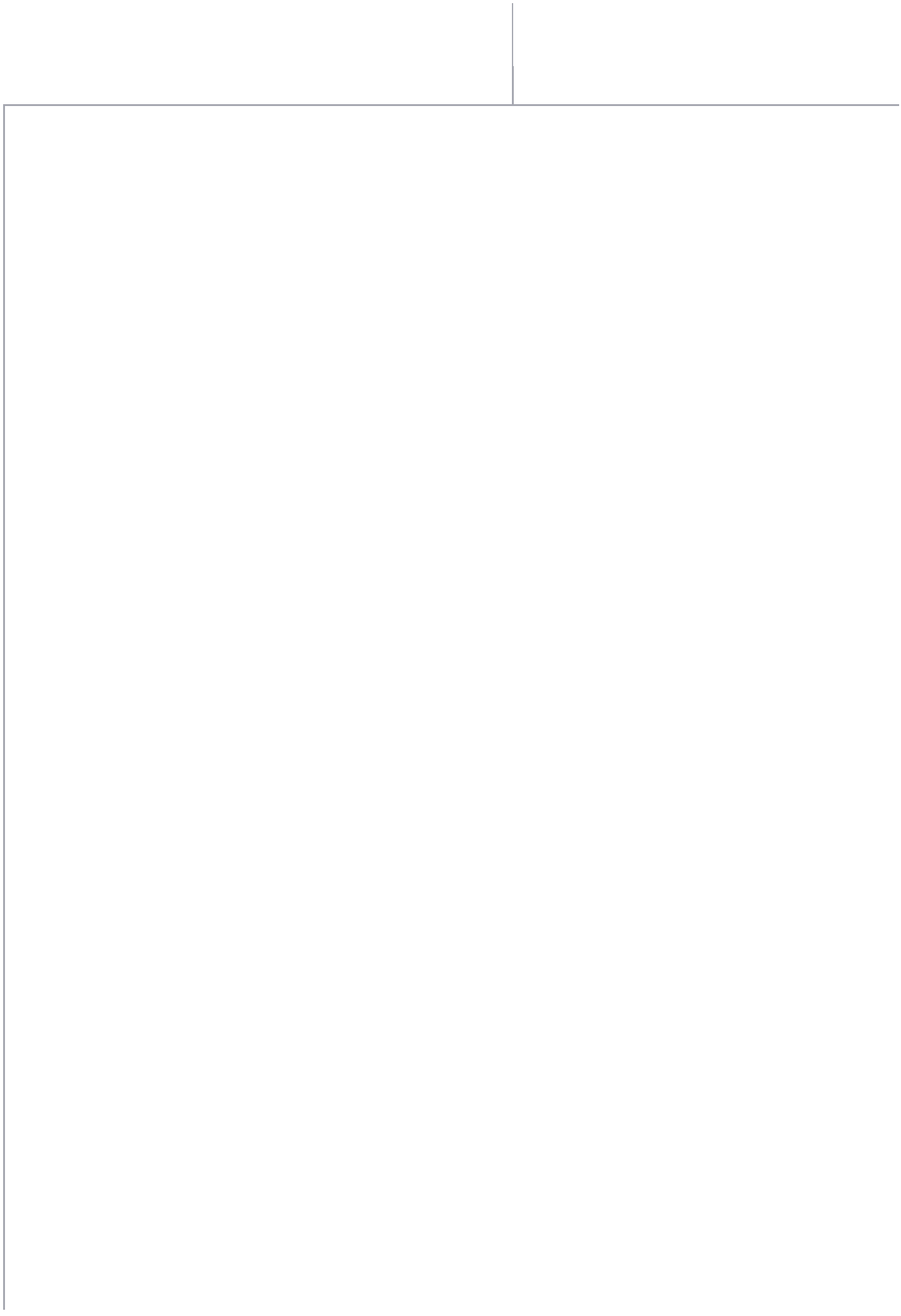
Lea más: Mamá tica todo terreno conquista una de las ultramaratones más duras de México

Con esta victoria, Sandra Mejía se reafirma como una de las ultramaratonistas más destacadas de la región.

## DETALLES DE LA COMPETENCIA

- Fechas 5 al 10 de mayo de 2025
- Dónde fue Costa caribeña de Costa Rica y hasta el océano Pacífico
- Tiempo de Sandra 91 horas
- Distancia 335 kilómetros
- Superficie senderos y trillos de montaña, senderos y caminos abandonados,senderos agrícolas, tierra, grava y algunos caminos pavimentados
- Ganancia de elevación total estimada 16.401 m

POPULARES



## MÁS LEÍDAS

DÍA | 7 DÍAS | 30 DÍAS

### ÚLTIMA HORA




**Pilotos costarricenses hacen historia al comandar un Boeing 747 en suelo nacional**

### ACCIÓN



**Movimiento histórico en Saprissa: venta de acciones y cambio en la presidencia**



## NACIONALES



### Inexperiencia sería la tónica en la próxima Asamblea Legislativa

## MAGAZINE



### Hotel Grano de Oro entre los mejores de Centroamérica y el Caribe según Condé Nast Traveler

## ÚLTIMA HORA




### Ingeniera asume la gerencia general de DEKRA Costa Rica

Miércoles, 22 octubre 2025, 12:34

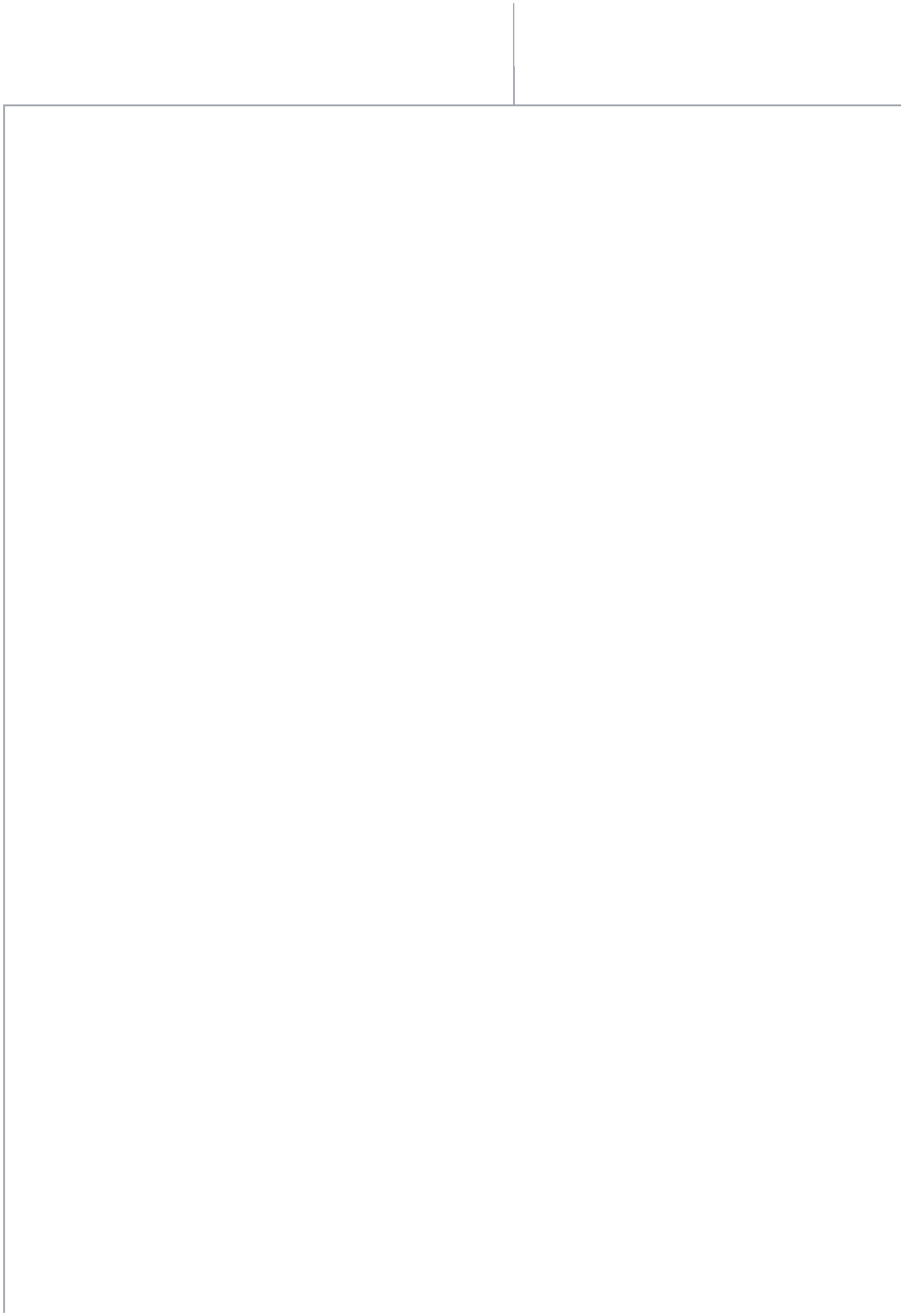


### Tres costarricenses disputarán la Copa Mundial de Para-powerlifting

Miércoles, 22 octubre 2025, 11:56

SUSCRÍBASE A LA REPÚBLICA

V



MEDIA KIT

¿QUIÉNES SOMOS?

MAPA DE SITIO

SUSCRÍBASE

© 2025 Republica Media Group todos los derechos reservados. Desarrollado por 5e Labs