




Costa Rica active


Aktivreise mit Wandern, Biken und Kanufahren


Auf dieser Aktivreise erleben wir die fantastischen Naturwunder der klassischen Destination für Öko-Tourismus beim Wandern, Biken und anderen Aktivitäten mit der richtigen Portion Spass. Wir haben das Wichtigste vororganisiert und bieten zahlreiche abenteuerliche Unternehmungen. Vor allem während des dreitägigen Aufenthalts am Pazifikstrand kann der Tagesablauf aber auch selbst ganz nach Lust und Laune bestimmt werden. Geniessen, Spass haben und ein faszinierendes Land entdecken. Costa Rica – pura vida!


AUF EINEN BLICK


 16 Tage

 ab CHF 3'840.-

 Natur & Kultur aktiv

 Gruppenreise (6-14 Teilnehmer*innen)

 Deutschsprachende Reiseleitung

- 
- Wanderungen auf Dschungelpfaden am Rande des Braulio Carillo-Nationalparks
 - Kaffeeplantage Doka und «Schokoladentour»
 - Kanutour auf einem ruhigen Regenwaldfluss
 - Biketour entlang des Arenalsees
 - Wanderung zum Wasserfall El Burrito

Reisedaten

| | | | |
|-------------------------|------------|-----------------|-------------|
| 08.03.2024 - 23.03.2024 | Ausgebucht | | CHF 4'740.- |
| 19.04.2024 - 04.05.2024 | Buchbar | | CHF 4'740.- |
| 19.07.2024 - 03.08.2024 | Buchbar | Preis ohne Flug | CHF 3'840.- |
| 09.08.2024 - 24.08.2024 | Buchbar | Preis ohne Flug | CHF 3'840.- |
| 11.10.2024 - 26.10.2024 | Buchbar | | CHF 4'840.- |
| 08.11.2024 - 23.11.2024 | Buchbar | | CHF 4'840.- |
| 21.12.2024 - 05.01.2025 | Buchbar | | CHF 4'940.- |

Reiseprogramm

1. Tag: Flug nach San José (-)

Ankunft am Abend und Transfer zu unserem zentral gelegenen Hotel in San José.
Übernachtung im Hotel in San José

2. Tag: Aktives Eingewöhnen (F/M/-)

Das Gezwitscher der Vögel wird uns sanft aus den Träumen holen. Nach unserem tropischen Frühstück erklimmen wir mit Hilfe unseres Kleinbusses den Vulkan Irazú und unternehmen eine Wanderung durch die Mondlandschaft des Hauptkraters. Die panoramareiche Talfahrt durch das Orosí-Tal legen wir dann mit dem Fahrrad zurück. Unser Ziel ist der Orosí-Kolonialtempel, wo wir anschliessend eine Hängebrücke überqueren. Dort nehmen wir das Mittagessen in einem landestypischen Lokal ein. Wie wär's mit Gallo Pinto, dem Nationalgericht? Am späten Nachmittag Rückfahrt mit dem Bus zum Hotel.

Übernachtung im Hotel in San José

Wanderzeit ca. 1,5 bis 2 Std. (auf 3'400 m) / Schwierigkeitsgrad 1 von 3

Bikezeit ca. 2.5 Std (20 km) / Höhenunterschied -250 m / Schwierigkeitsgrad 2 von 3

3. Tag: Kaffee- und Schokoladentour in der Region Sarapiquí (F/-/-)

Den heutigen Tag beginnen wir mit einer Kaffeetour, wo wir einiges über Anbau, Ernte, Produktion und Geschichte des Kaffees lernen. Natürlich haben wir die Möglichkeit verschiedene Röstungen zu probieren. Über die Zentral-Cordillera geht es im Anschluss durch die Nebel- und Regenwälder bis nach Puerto Viejo de Sarapiquí. Am Nachmittag unternehmen wir eine «Schokoladentour» im Tirimbina-Regenwaldreservat (o.ä.) und erfahren nicht nur viel Spannendes und Wissenswertes über die Geschichte des Kakaoanbaus, sondern haben auch die Möglichkeit eine der köstlichsten Leckereien des Regenwaldes zu probieren.

Übernachtung im Hotel in Sarapiquí

4. Tag: Durch den Dschungel - Abenteuer Nachtwanderung (F/-/-)

Optional bzw. abhängig von der Gruppe und den Wetterbedingungen starten wir mit einer Bike-Tour zur Laguna Rio Cuarto in den Tag. Hierbei handelt es sich um den Kratersee eines erloschenen Vulkanes. Die Laguna Rio Cuarto liegt auf 400 m und ist mit einer Tiefe von ca. 75 m die tiefste natürliche Lagune Costa Ricas. Dort angekommen gönnen wir uns ein erfrischendes Bad im smaragdgrünen Wasser der Lagune. Ein echter Geheimtipp! Am Abend erwartet uns ein ganz besonderes Erlebnis: eine Nachtwanderung, die alle Sinne anspricht. Besonders aktiv sind ab Einbruch der Dunkelheit einige Reptilien wie Frösche und Schlangen. Aber auch Fledermäuse und weitere Dschungelbewohner sind zu dieser Zeit unterwegs. Packen Sie hierfür gerne Ihre Taschenlampe oder auch eine Stirnlampe ein. Da die Tour uns durch tropischen Regenwald führt, kann die Tour bei starkem Regen aus Sicherheitsgründen nicht durchgeführt werden.

Übernachtung im Hotel in Sarapiquí

Bikezeit (24 km) / Schwierigkeitsgrad 3 von 3

Wanderzeit ca. 2 Std. (6 km) / Schwierigkeitsgrad 2 von 3

5. Tag: Dschungellodge am Río San Carlos - Kayaktour (F/P/A)

Über San Miguel und Pital geht es weiter in das Tiefland von San Carlos nach Cuyito, am Ufer des Río San Carlos gelegen. Dort steigen wir in bequeme Kayaks um und befahren den ruhigen Regenwaldfluss bis zu unserer verborgenen Lodge, von der aus wir heute und morgen den Regenwald erkunden. Während der Tour sind wir so langsam unterwegs, so dass wir mit Hilfe unserer Reiseleitung so viele Tiere wie möglich entdecken und beobachten können.

Unterwegs machen wir einen Stopp für ein gemeinsames Picknick. Gemeinsames Mittagessen nach Ankunft. Der Nachmittag ist zur freien Verfügung. Wir können die Ruhe und Zeit in der Natur geniessen oder einen kleinen Streifzug durch den Regenwald in Eigenregie unternehmen.

Übernachtung im Hotel in Boca Tapada

Paddelzeit ca. 2 Std. / Schwierigkeitsgrad 2 von 3

6. Tag: Dschungel satt (F/-/A)

Wir streifen achtsam und mit viel Ruhe geführt von unserer naturkundigen Reiseleitung durch den tropischen Primärwald: Ein etwa 5 km langer Pfad ermöglicht einmalige Entdeckungen in diesem Naturparadies, das eine unvorstellbare Vielfalt an Tieren und Pflanzen bietet: rote und grüne Pfeilgiftfrösche, Affen, über 350 Vogelarten, darunter Papageien, Tukane und Kolibris. Die Gegend ist auch Hauptnistplatz des Grünen Ara (Papagei), von dem in Costa Rica nur noch ca. 200 Exemplare leben. Am Nachmittag machen wir eine gemeinsame Bootstour auf dem Rio San Carlos. Langsam bewegen wir uns durch den Fluss und können so eine grosse Vielzahl an Vögeln, Reptilien, und Säugetieren beobachten. Im Dorf San Carlos legen wir einen Zwischenstopp ein und erfrischen uns mit einem kühlen Getränk, während dem wir dem Konzert des Dschungels lauschen. Anschliessend fahren wir zurück ins Hotel und geniessen zusammen ein landestypisches Abendessen.

Übernachtung im Hotel in Boca Tapada

Wanderzeit ca. 3 Std. (5 km) / Schwierigkeitsgrad 2 von 3

7. Tag: Der Vulkan Arenal (F/-/A)

Wir nehmen Abschied von unserer Dschungellodge und fahren durch das Tiefland von San Carlos nach La Fortuna, wo wir unsere am Vulkan Arenal gelegene Unterkunft beziehen. Bei guten Wetterverhältnissen können wir bereits bei Ankunft den majestätischen Vulkan in seiner vollen Pracht bestaunen. Zum Abend hin gönnen wir uns ein entspannendes Bad in den heissen Quellen der Eco Termales Hot Springs o.ä. und beenden den Tag mit einem gemeinsamen Abendessen.

Übernachtung im Hotel in La Fortuna

8. Tag: Wanderung am Vulkan Arenal (F/-/-)

Heute Morgen unternehmen wir eine Wanderung im Nationalpark. Die Vegetation, die sich uns hier bietet, ist erst nach dem historischen Ausbruch 1968 entstanden. Es ist erstaunlich zu sehen, wie sich die Natur diesen einst zerstörten Lebensraum wieder zurücknimmt und mit Leben füllt. Wir wandern auf dem «Silencio-Trail» zu den erkalteten Lavafelsbrocken. Mit etwas Glück können wir Faultiere, Brüllaffen, Kolibris und andere Vogelarten beobachten. Im Anschluss fahren wir zurück zu unserer gemeinsamen Unterkunft. Am Nachmittag frei für verschiedene, optionale Aktivitäten.

Übernachtung im Hotel in La Fortuna

Wanderzeit ca. 3 Std. (7 km) / Schwierigkeitsgrad 2 von 3

9. Tag: Biken von Nuevo Arenal nach Rio Celeste (F/-/-)

Das nächste Abenteuer wartet auf uns! In der Region um den Arenal lässt es sich auch fantastisch biken! Auf unserer ersten Etappe fahren wir den von üppiger tropischer Vegetation umsäumten Arenalsee mit den Mountainbikes entlang, die uns ab heute für die nächsten Tage zur

Verfügung stehen. Bei einem grandiosen Blick auf den Vulkan Arenal und das pazifische Tiefland geht es bis nach Nuevo Arenal. Dort satteln wir ab und es geht per Tourbus weiter zum Nationalpark Vulkan Tenorio und Rio Celeste.

Übernachtung im Hotel in Vulkan Tenorio

Bikezeit ca. 2 bis 3 Std. (40 km) / Höhenunterschied ca. 300 m / Schwierigkeitsgrad 3 von 3

10. Tag: Nationalpark Tenorio & Rio Celeste (F/-/-)

Heute unternehmen wir eine mittelschwere Wanderung zum Rio Celeste im Tenorio-Nationalpark. Es bieten sich grossartige Blicke auf den umgebenden Regenwald. Wir besuchen den Färberplatz, tief im tropischen Wald gelegene, unterirdisch gespeiste Heisswasserquellen sowie den eindrucksvollen Wasserfall. Mit etwas Glück erspähen wir Tiere wie Faultiere, Tukane, Affen, Vögel und Nasenbären. Der Nachmittag steht zur freien Verfügung. Wir entspannen in unserer Lodge oder planen optional einen eigenen Ausflug. Unser Guide hält die entsprechenden Tipps bereit.

Übernachtung im Hotel in Vulkan Tenorio

Wanderzeit ca 3 Std. (8 km) / Schwierigkeitsgrad 2 von 3

11. Tag: Vom Vulkan Tenorio zum Pazifik (F/-/-)

Heute fahren wir entlang der Panamericana mit dem Bus Richtung Pazifikküste bis Limonal. Nach einer kleinen Kaffeepause, geht es weiter bis nach Quebrada Honda. Dort satteln wir unsere Räder und starten unsere Bike-Tour entlang der «Ruta de la Leche», eine landschaftlich reizvolle Route, die uns durch das Land der «Sabañeros», den costa-ricanischen Cowboys, führt. Wir durchqueren den Barra Honda-Nationalpark und geniessen die dort vorherrschende Flora und Fauna. Unser Ziel Nicoya erreichen wir nach ca. 40 km. Von dort aus nehmen wir den Bus nach Sámara und lassen den Abend in unserem Strandhotel ausklingen.

Übernachtung im Hotel in Sámara

Bikezeit ca. 3 Std. inkl. Stopps (40 km La Ruta de la Leche) / Schwierigkeitsgrad 1 von 3

12. bis 13. Tag: Welcome to Paradise! (F/-/-)

Es gibt kaum einen besseren Ort, um die Vorzüge der paradiesischen Umgebung in vollen Zügen zu geniessen, als den Traumstrand von Sámara auf der Halbinsel Nicoya. Wir wohnen in einem kleinen, gemütlichen Hotel in Meeresnähe ohne Animationsstress und die sonstigen Störfaktoren der grösseren Touristenorte. Der kleine Fischerort bietet einige Strandrestaurants, Bars, Einkaufsmöglichkeiten und vor allem einen herrlichen Sandstrand. Natürlich können hier auch verschiedenste kleinere oder längere optionale Exkursionen unternommen werden. Lokale Agenturen bieten z.B. einen Ausflug zur Delfinbeobachtung oder eine Kajaktour zur Isla Chora. Surffans finden hingegen im unweit gelegenen Nosara traumhafte Bedingungen zum Wellenreiten. Wir unternehmen zum Schluss eine letzte Fahrradtour zum wunderschönen Strand Puerto Carrillo. Wenn die Gezeiten es zulassen, fahren wir entlang des Strandes. In der Gruppe entscheiden wir, ob wir diese Tour am Morgen oder Nachmittag durchführen.

Übernachtung im Hotel in Sámara

Bikezeit (15 km) / Schwierigkeitsgrad 1 von 3

14. Tag: Zurück nach San José (F/-/-)

Vormittags können wir noch ein letztes erfrischendes Bad im Pazifik nehmen. Dann müssen wir uns wohl oder übel von unserem kleinen Strandparadies losreisen. Mit dem Transfer-Bus geht es am frühen Nachmittag zurück nach San José, wo wir gegen Abend eintreffen.

Übernachtung im Hotel in San José

15. Tag: Abreise (F/-/-)

Je nach Abflugzeit steht der Vormittag noch zur freien Verfügung. Anschliessend Transfer zum Flughafen und Rückflug oder individuelle Verlängerung.

16. Tag: Ankunft in der Heimat (-)

Ankunft in der Schweiz im Verlaufe des Tages.

Hinweise: F = Frühstück, M = Mittagessen, P = Picknick, A = Abendessen

Programm-, Unterkunfts- und Preisänderungen vorbehalten

Reiseroute



Im Preis inbegriffen

- Flüge Zürich – San José – Zürich in Economyklasse
- Flughafentaxen und Treibstoffzuschlag
- Alle Transfers und Überlandfahrten im eigenen klimatisierten Kleinbus
- Übernachtungen gemäss Programm in Mittelklasshotels und Lodges im Doppelzimmer
- Ausflüge, Wanderungen und Aktivitäten gemäss Programm
- Mountainbikes mit Helm an den Tagen 2, 9 und 11, nur Bikes an den Tagen 12 und 13
- Mahlzeiten gemäss Programm
- Lokale, deutschsprechende Reiseleitung
- Reiseliteratur Costa Rica
- Hochwertiges Giveaway

Im Preis nicht inbegriffen

- Flugaufpreis je nach Verfügbarkeit
- Nicht erwähnte Mahlzeiten und Getränke
- Optionale Ausflüge und Aktivitäten
- Trinkgelder

Preise

- Preis pro Person bei 6-14 Personen ab CHF 3'840.- (Abreisen Juli und August)
- Einzelzimmerzuschlag ab CHF 590.- (je nach Reisedatum)
Aufgrund von Wechsel-/Währungskursschwankungen können die Preise variieren. Es gilt der Preis am Buchungstag.
Bei Buchung bis 6 Monate vor Reisebeginn, erhalten Sie einen Frühbucherrabatt von 3% auf den Landleistungen.

Hinweise

Internationale Gruppenreise «Natur & Kultur aktiv» mit lokaler, deutschsprechender Reiseleitung.

Bitte beachten Sie: In Ausnahmefällen kann auch eine englischsprachige Reiseleitung eingesetzt werden. Hierüber informieren wir Sie frühzeitig.

Wanderungen: Für die auf der Reise vorgesehenen Wanderungen ist eine gewisse Grundfitness notwendig. Die Nettowanderzeit beträgt pro Tag 2 bis 3 Stunden.

Biken: Biketouren maximal 40 km mit Mountainbikes auf asphaltierten Strasse und über Schotter. Das Gelände ist teils hügelig. Mittlere Anforderungen.

Generell: Das feuchtheisse Klima der Tropen verlangt den Reisenden mehr ab, als wir dies in europäischen Breitengraden gewöhnt sind; jedoch mit einer gesunden, normal guten Konstitution stellt dies kein Problem dar.

In Costa Rica läuft nicht immer alles wie geplant, so dass Sie ein gesundes Mass an Flexibilität mitbringen müssen. Um sich gut auf die Reise vorbereiten zu können, empfehlen wir Ihnen das Studium eines Reisehandbuchs.

Hinweis Biketouren: Alle Biketouren finden mit einem Begleitfahrzeug statt, so dass Sie auch jederzeit absatteln und mit dem Bus weiterfahren können.

Klima: Costa Rica zählt zu den Ländern mit tropischem Klima. Die Trockenzeit dauert in der Regel von Ende Dezember bis April. Dabei gibt es deutliche regionale Unterschiede bei den Niederschlagsmengen: An der Karibikküste fällt fast doppelt so viel Regen im Vergleich zum Tiefland an der Küste des Pazifischen Ozeans. Sowohl die Pazifik- als auch die Karibikküste sind ganzjährig relativ heiss und schwül, die Luftfeuchtigkeit ist ganzjährig sehr hoch. An der Nordwestküste von Costa Rica (Puntarenas) fällt etwa zwischen Dezember und April kein oder kaum Niederschlag. Dann ist es hier trocken, heiss und sonnig. An der Karibikküste muss man das ganze Jahr mit Niederschlägen rechnen. Auch in der Trockenzeit werden Sie den ein oder anderen tropischen Schauer auf Ihrer Reise erleben. Zwar regnet es statistisch von Dezember bis April deutlich weniger als im Rest des Jahres, jedoch machen sich die Klimaveränderungen auch in Mittelamerika bemerkbar, so dass sich das Wetter immer schwerer voraussagen lässt.

Verlängerung: Optional können Sie eine beliebige Anzahl Zusatznächte in Sámara anhängen. Es sind aber auch andere Verlängerungen möglich. Gerne erstellen wir Ihnen ein entsprechendes Angebot.

