



**Di., 22.10.19 - Fr., 08.11.19 | 18 Tage ab € 2.399,-**

**AktivPlus**

# **Costa Rica AktivPlus**

**Zu Fuß durch das Naturparadies**

## **Highlights**

- › wandern im Rincón de la Vieja und Manuel Antonio N.P.
  - › seltene Vögel im Nebelwald am Los Quetzales N.P.
- › Wanderungen am Fuße der Vulkane Arenal und Platanar

**Auf dieser besonders aktiven Rundreise durch Costa Rica erleben Wanderfans traumhafte und atemberaubende Naturlandschaften auf interessanten und teils anspruchsvollen Wanderungen, die gute Kondition erfordern. Während wir am Arenal-Vulkan drei Stunden über die erkalteten Lava-Felder laufen, sehen wir bei der Wanderung im Rincón de la Vieja-Nationalpark schon zu Beginn unserer Reise einer ersten sportlichen Herausforderung entgegen! Wasserfälle, Trockenwald, Bergregenwald und ein Aufforstungsprojekt sind die Highlights im Naturreservat Monte Alto. Am Los Quetzales-Nationalpark staunen wir über viele Vogelarten und entdecken dichten Primärwald auf dem Weg zum Río Savegre. In direkter Nachbarschaft des Chirripós wandern wir im Cloudbridge-Reservat auf 2.100 m Höhe, während wir im Manuel Antonio-Nationalpark den Tiefland Regenwald an der Pazifikküste erkunden. Natürlich bleibt auch Zeit zum Regenerieren, wenn wir unsere müden Glieder in Wasserfällen, heißen Quellen, Dschungelflüssen oder an Traumstränden entspannen.**

### Tag 1 - Di., 22.10.19 Flug nach San José

#### Die Reise beginnt

Am frühen Morgen startet am Frankfurter Flughafen unsere Reise in das Wanderparadies Costa Rica. Unser Flug mit Iberia via Madrid oder mit Lufthansa nach San José landet planmäßig am Nachmittag oder Abend, wo du am Flughafen von unserem Reiseleiter herzlich mit einem WORLD INSIGHT-Schild empfangen wirst. Unser erstes Hotel liegt in unmittelbarer Nähe des Flughafens, sodass wir den quirligen Feierabendverkehr der Hauptstadt größtenteils umfahren. Wer mag, erfrischt sich am Abend noch im hoteleigenen Pool oder genießt sein erstes Imperial-Bier im Restaurant, bevor am nächsten Tag die ersten Abenteuer auf uns warten.

**Fahrstrecke: 20 km | Übernachtung: Brilla Sol\*\* in Alajuela | Mahlzeiten: gemäß Bordservice**

### Tag 2 - Mi., 23.10.19 Zum Rincón de la Vieja N.P.

#### Baden im Wasserfall


Wir machen uns heute nach dem Frühstück auf den Weg in Richtung Rincón de la Vieja-Nationalpark! Nach ca. drei Stunden Fahrt legen wir eine gemütliche Picknickpause an den beeindruckenden Wasserfällen Llanos de Cortés ein, die nicht umsonst als die schönsten Wasserfälle des Landes angesehen werden. Bei der Einkaufspause vorher hat jeder Gelegenheit, sich für das Picknick mit Proviant zu versorgen. Während die Brüllaffen über unseren Köpfen durch die Bäume springen, können wir unser Mittagessen mit fantastischem Blick auf die Fälle genießen. Es bleibt Zeit für ein kurzes, erfrischendes Bad, bevor wir die letzte Etappe antreten und wir unsere Unterkunft am Nachmittag erreichen. In unserer Lodge übernachten wir die nächsten zwei Nächte in einfachen Holzhäusern, die in eine wunderschöne Gartenanlage mit Pool eingebettet sind. Aufgrund der idyllischen Lage steht uns zum Abendessen ausschließlich das Lodge-Restaurant zur Verfügung.

**Fahrstrecke: 220 km | Übernachtung: Buena Vista Lodge\*\* am Rincón de la Vieja-Nationalpark | Mahlzeiten: F**

### Tag 3 - Do., 24.10.19 Rincón de la Vieja-Nationalpark

#### Brodelnde Mini-Vulkane

Nach dem Frühstück geht es wieder raus in die beeindruckende Natur Costa Ricas: Nach einer kurzen Fahrt mit unserem Bus erreichen wir den Fuß des Vulkans Rincón de la Vieja und starten unsere mittelschwere Wanderung vorbei an brodelnden Mini-Vulkanen, gelbgrünen Fumarolen und heißen Schlammquellen. Wir genießen diese einmalige Natur und erreichen schließlich ein natürliches Thermalbecken mitten im Wald. Zurück in der Lodge bleibt uns am Nachmittag noch Zeit, um uns von der spannenden Wanderung zu erholen. Wer noch Lust auf einen Adrenalinkick hat, kann eine Canopy-Tour in den Baumwipfeln unternehmen (optional).

 4-5 h (8,5 km ↑ 50 m ↓ 50 m)

**Fahrstrecke: 10 km | Übernachtung: Buena Vista Lodge\*\* am Rincón de la Vieja-Nationalpark | Mahlzeiten: F**

### Tag 4 - Fr., 25.10.19 Rincón de la Vieja N.P. – Barra Honda – Monte Alto

#### Auf ins Reservat!

Wir brechen früh auf und treten die Weiterreise nach Monte Alto an, damit wir noch vor der drückenden Mittagshitze unsere bevorstehende Wanderung beendet haben. Wir überqueren auf unserer Fahrt zum Nationalpark Barra Honda die Brücke La Amistad, die über den Fluss Tempisque führt. Unser Bus kann nicht ganz bis zum Parkeingang vorfahren, also beginnt unsere Wanderung schon zwei Kilometer vor dem eigentlichen Wanderweg. Unser Reiseleiter erklärt uns alle Besonderheiten dieses beeindruckenden Trockenwaldes und hilft uns, die vielen verschiedenen Vogelstimmen auseinanderzuhalten. Nach der Wanderung fahren wir über Hojanca weiter nach Monte Alto und erreichen am Nachmittag die rustikale, projekteigene Herberge des Reservats und genießen ein gemeinsames Abendessen, das heute bereits in Ihr Reisepaket eingeschlossen ist. Hier übernachten wir in einfachen Gemeinschaftszimmern

mit geteilten sanitären Anlagen.

---

 3 h (6 km ↑ 40 m ↓ 40 m)

---

**Fahrstrecke: 140 km | Übernachtung: Herberge des Monte Alto-Reservates | Mahlzeiten: F, A**

### Tag 5 - Sa., 26.10.19 Monte Alto

#### Blühender Bergregenwald

Heute erwandern wir den Trockenwald auf verschiedenen Wanderpfaden des Reservats. Eine vielfältige Flora mit Bromelien und Helikonien säumt unseren Weg und wir entdecken immer wieder einige der 175 Vogelarten, die hier gezählt wurden. Nach einem schweißtreibenden Aufstieg genießen wir einen herrlichen Ausblick über die Ebene von Guanacaste und die Küste der Halbinsel Nicoya vom Aussichtspunkt auf über 880 m Höhe. Wieder unten angekommen bestaunen wir die vielen verschiedenen Orchideenarten, die auf einem bestimmten Waldpfad zu finden sind. Am Nachmittag erwartet uns ein anschaulicher Vortrag über das Aufforstungsprojekt der Bauern, welches schon vor 25 Jahren gegründet wurde. Wir erfahren von einem der Mitarbeiter unter anderem, wie durch das Projekt die Trinkwasserversorgung gesichert und die Biodiversität geschützt wird. Im Anschluss machen wir einen Spaziergang durch das sympathische Dorf Hojanca, von dem behauptet wird, dass es hier so friedlich sei, dass die Einwohner ihre Haustüren immer offen lassen können. Vielleicht treffen wir ja einen der heimischen „Ticos“ und kommen mit ihm ins Gespräch? Am Abend sehen wir uns zum gemeinsamen Abendessen in unserer Unterkunft wieder und können die Erlebnisse des Tages Revue passieren lassen.

---

 3 h (3 km ↑ 80 m ↓ 80 m)

---

**Fahrstrecke: 20 km | Übernachtung: Herberge des Monte Alto-Reservates | Mahlzeiten: F, M, A**


### Tag 6 - So., 27.10.19 Monte Alto – Coter-See – La Fortuna

#### Abenteuer am „Lago Coter“

Nach dem Frühstück brechen wir auf und begeben uns auf die Panoramafahrt über das Tilarán-Gebirge entlang des Arenal-Stausees, der einer der wichtigsten Stromerzeuger des Landes ist. Gerne machen wir Halt für einen Fotostopp, um den größten Stausee Costa Ricas fotografisch festzuhalten. Nach einer ca. dreistündigen Fahrt erreichen wir den malerischen Coter-See, der besonders für Fischfang und Energieerzeugung genutzt wird. Auf unserer ausgiebigen Wanderung um ein Drittel des Sees herum ergeben sich immer wieder tolle Aussichtsöglichkeiten auf den Coter-See

und bei klarem Wetter auch auf den dahinterliegenden Arenal-See! Am Nachmittag erreichen wir dann unsere Unterkunft, die einen herrlichen Blick auf den Arenal-Vulkan bietet und beziehen unsere Zimmer. In fußläufiger Entfernung findest du einige Restaurants, um den Abend entspannt ausklingen zu lassen.

---

 4 h (10 km ↑ 350 m ↓ 450 m)

---

**Fahrstrecke: 170 km | Übernachtung: El Castillo Arenal\*\* bei La Fortuna | Mahlzeiten: F**

### Tag 7 - Mo., 28.10.19 La Fortuna

#### In schwindelerregender Höhe am Arenal-Vulkan

Heute steht ein besonderes Highlight auf dem Programm! Am Vormittag besuchen wir den berühmten Hängebrückenpark von La Fortuna mit seinen teilweise bis zu 45 m hohen, aber sehr sicheren Brücken, von denen man tolle Blicke in die Dschungellandschaft genießt. Mit etwas Glück entdecken wir hier Nasenbären, Brüllaffen, Greifschwanzotter und rote Pfeilgiftfrösche und befinden uns auf Augenhöhe mit der Tierwelt in den Baumkronen. Das Parkcafé eignet sich anschließend für die Mittagspause oder einen stärkenden Kaffee. Nach einer kleinen Pause schnüren wir erneut die Wanderschuhe: Der Arenal ruft! Am Fuße des Vulkans wandern wir über das Lavagestein, während diverse Schmetterlinge um uns herum flattern und wir die tolle Aussicht auf den Vulkan bewundern. Wie wäre es nach all der Anstrengung am Abend mit einem Besuch der legendären Thermalbäder des Ortes? Oft kann man ein günstiges Paket mit Eintritt und Abendessen buchen. Dein Reiseleiter berät dich gerne.

---

 5 h (7 km ↑ 120 m ↓ 120 m)

---

**Fahrstrecke: 60 km | Übernachtung: El Castillo Arenal\*\* bei La Fortuna | Mahlzeiten: F**

### Tag 8 - Di., 29.10.19 La Fortuna – Platanar-Vulkan – Orosi-Tal

#### Der Weg ist das Ziel

Hoffentlich hast du gut geschlafen, denn der heutige Tag hat es in sich! Nach anderthalb Stunden kommen wir am Juan Castro Blanco-Nationalpark an, wo wir erst mal den 40-minütigen Anstieg zur Finca von Don Guillermo bewältigen müssen. Nach einer kurzen Verschnaufpause beginnt dann der Aufstieg zum ca. 2.200 m hohen Vulkan Platanar. Vorbei an den Viehweiden der Finca erreichen wir das Eingangstor des Nationalparks: Die heutige Wanderung (mittelschwer bis schwer) führt zwar durch den Nationalpark selbst, die Finca, auf der wir wandern, ist jedoch im Privatbesitz

der regionalen Elektrizitätskooperative. Die Steigung ist zu Beginn noch moderat, wird aber von Kilometer zu Kilometer anspruchsvoller. Immer wieder erklimmen wir freiliegende Baumwurzeln und umwandern umgestürzte Bäume auf unserem Weg zum Gipfel. Kurz bevor wir unser Ziel erreichen, machen wir Halt an einem besonderen Ort: In den 1970er Jahren stürzte in diesen Gefilden ein Kleinflugzeug ab, welches auf dem Weg von Nicaragua nach San José war. Die Überreste des Flugzeugwracks hängen nach wie vor zwischen den Bäumen. Oben angekommen halten wir dann inne und genießen die weite Sicht, die sich bei schönem Wetter über den gesamten Nationalpark erstreckt: Von Aguas Zarcas im Norden bis zum Poás-Vulkan im Süden! Nach dem Abstieg haben wir uns ein Mittagessen redlich verdient, welches zurück in der Finca serviert wird und heute bereits in Ihrem Reisepreis enthalten ist. Wer mag, kann hier auch eine erfrischende Dusche nehmen! Auf unserer anschließenden Weiterfahrt ins Orosi-Tal erholen wir uns von den Strapazen des Tages und freuen uns auf unsere sehr komfortable Unterkunft, in der wir die kommenden zwei Nächte verbringen.

---

 4 h (7,5 km ↑ 600 m ↓ 600 m)

---


**Fahrstrecke: 220 km | Übernachtung: Rancho Río Perlas\*\*\* im Orosi-Tal | Mahlzeiten: F, M**

### Tag 9 - Mi., 30.10.19 Orosi-Tal

#### Wanderung im Tapanti-Nationalpark

Heute erkunden wir bei einer ausgedehnten Wanderung (mittelschwer) den naheliegenden Nationalpark Tapanti. Wir befinden uns in einer der regenreichsten Gegenden Costa Ricas, die nicht umsonst „gebrochener Himmel“ genannt wird. Daher ist die richtige Regenkleidung heute Pflicht! Wir starten unsere Wanderung bereits vor dem Eingang des eigentlichen Parks und laufen vorbei an zahlreichen Kaffeepflanzungen, bevor wir den Nationalpark erreichen. Von hier aus können wir ca. 5 km in den Park hineinwandern. Die genaue Wanderroute ist abhängig von den Wetterbedingungen und wird daher von unserer Reiseleitung vor Ort festgelegt. Am Nachmittag besuchen wir das Dorf Orosi, in der wir eine der ältesten Kirchen des Landes finden. In der Pulpería, wie der „Tico“ einen Kiosk nennt, kauft unser Reiseleiter einen kleinen landestypischen Snack für uns und wir schlendern weiter durch den Ort und beobachten die spielenden Kinder auf dem Fußballplatz. Anschließend hast du bis zum Einbruch der Dunkelheit noch Zeit, um die Vorzüge des Hotels zu nutzen. Zum Abendessen steht uns das Hotelrestaurant zur Verfügung, welches landestypische Küche serviert.

---

 4,5 h (11 km ↑ 270 m ↓ 270 m)

---


**Fahrstrecke: 15 km | Übernachtung: Rancho Río Perlas\*\*\* im Orosi-Tal | Mahlzeiten: F**

### Tag 10 - Do., 31.10.19 Orosi-Tal – Irazú-Vulkan – San Gerardo de Dota

#### Urwald-Feeling am Rio Savegre

Die etwa einstündige Fahrt zum mächtigen Irazú-Vulkan führt uns durch enge Serpentinien des Orosi-Tals und an Cartago vorbei. Mit seiner beachtlichen Höhe von 3.432 m ist er der höchste Vulkan Costa Ricas. Auf schwarzgrauem Lavasand, der noch vom großen Ausbruch im Jahre 1963 stammt, wandern wir in der sogenannten „Caldera“ (Spanisch für Kessel) des alten Megakraters und blicken in die beiden ehemals aktiven Krater. Anschließend geht unsere Reise weiter nach San Gerardo de Dota, wo wir am Río Savegre eine mittelschwere Wanderung durch den Primärwald unternehmen. Am Abend beziehen wir unsere Zimmer der Lodge und lassen den aufregenden Tag inmitten unberührter Natur ausklingen.

---

 3 h (4 km ↑ 0 m ↓ 0 m)

---

**Fahrstrecke: 150 km | Übernachtung: Suria Lodge\*\*\* oder Sueños del Bosque\*\*\* in San Gerardo de Dota | Mahlzeiten: F**

### Tag 11 - Fr., 01.11.19 San Gerardo de Dota – San Gerardo de Rivas

#### Der Ruf des Göttervogels

Wer den Göttervogel der Mayas noch nicht entdecken konnte, bekommt heute eine neue Gelegenheit! Wir wandern durch den dichten Hochgebirgswald auf mittelschweren Rundwanderwegen am Los Quetzales-Nationalpark entlang. Immer wieder ziehen Nebelschwaden durch den Wald, die dem Gebirge einen mystischen Charme verleihen. Durch das hier vorherrschende feuchte Klima fühlt sich der Quetzal besonders wohl – die Chancen, ihn zu entdecken, stehen also gut! Am Nachmittag treten wir die Weiterfahrt nach San Gerardo de Rivas an, wo wir unsere Unterkunft für die nächsten drei Nächte beziehen. Der liebevoll angelegte Garten verfügt über einen Pool und ist der ideale Ort, um inmitten der Natur Entspannung zu finden.

---

 4 h (9 km ↑ 430 m ↓ 430 m)

---


**Fahrstrecke: 80 km | Übernachtung: Rancho La Botija\*\* in San Gerardo de Rivas | Mahlzeiten: F**

**Tag 12 - Sa., 02.11.19**  
**San Gerardo de Rivas**

**Costa Ricas Natur erwandern**

Nach dem Frühstück schnüren wir wieder unsere Wanderschuhe und steigen in den Bus, der uns nach ca. 20 Minuten zum Eingang des Reservats Rio Blanco bringt. Hier erwarten uns viele Wanderwege, die uns über das ca. 100 Hektar große Grundstück führen, und ein lokaler Guide, der uns auf der Wanderung begleitet. Auf den Pfaden durch den Nebelwald kreuzen verschiedene Spezies der Pflanzen- und Tierwelt unseren Weg, die hier ihr Zuhause gefunden haben. Das Reservat beherbergt auch einen Orchideengarten, der seit über 10 Jahren bei der Regenerierung der Natur hilft. Der Nachmittag steht dann ganz im Zeichen der Entspannung und wir besuchen die Thermalquellen des nahegelegenen Ortes San Gerardo, um Kraft zu tanken!

---

 5 h (12 km ↑ 50 m ↓ 50 m)

---

**Fahrstrecke: 30 km | Übernachtung: Rancho La Botija\*\* in San Gerardo de Rivas | Mahlzeiten: F**

**Tag 13 - So., 03.11.19**  
**San Gerardo de Rivas**

**Trekkingtour auf 2.100 Meter Höhe**

Heute besuchen wir das Cloudbridge-Reservat, das in direkter Nachbarschaft zum Chirripó-Nationalpark liegt. Das Reservat wurde 2002 von Privatleuten gekauft, die sich seitdem der Wiederaufforstung und dem Wiederaufbau der Biodiversität Costa Ricas gewidmet haben. Neben der unzähligen und teilweise noch unbekanntes Baum- und Pflanzenarten finden wir hier Nebelwald, tropischen Regenwald, Hochgebirgswälder und verschiedenste Klimaverhältnisse. Kein Wunder also, dass dies der perfekte Lebensraum für viele Vögel und Insekten sowie Reptilien- und Affenarten ist! Am Eingang beginnen wir unsere Wanderung entlang des steilen Gefälles und hängender Böschung. Im Zick Zack geht es entlang des Gebirgskamms zu einem Pfad, der mitten im Urwald auf über 1.900 m Höhe gelegen ist. Hier können wir einen atemberaubenden Ausblick erhaschen, bevor die Wolken uns wieder die Sicht versperren. Weiter geht es ca. 1,5 km bergauf bis auf ca. 2.170 m Höhe! Wir setzen den Weg im Reservat fort, vorbei an der Waldgrenze und zwei Wasserfällen und kommen zurück zum Eingang. Heute Abend haben wir uns ein deftiges Abendessen redlich verdient!

---

 4,5 h (8 km ↑ 1000 m ↓ 1000 m)

---

**Fahrstrecke: - | Übernachtung: Rancho La Botija\*\* in San Gerardo de Rivas | Mahlzeiten: F**

**Tag 14 - Mo., 04.11.19**  
**San Gerardo de Rivas – Damas**

**Mangrovenwälder per Kayak erkunden**

Wir lassen die beeindruckende Bergwelt Costa Ricas hinter uns und fahren entlang der südlichen Küstenstraße zum kleinen Ort Damas, der auf der gleichnamigen Halbinsel gelegen ist. Unsere Lodge macht ihrem Namen alle Ehre und so hast du am Nachmittag die Möglichkeit eine Kajaktour unter Führung eines erfahrenen Guides durch die umliegenden Mangrovenwälder zu unternehmen (optional, wetterabhängig). Für alle, die es heute lieber entspannt angehen lassen möchten, ist der hoteleigene Pool der perfekte Ort, um die Seele baumeln zu lassen. Alternativ hast du auch die Möglichkeit, ins ca. 10 km entfernte Quepos zu fahren, um am palmenumsäumten Sandstrand zu relaxen.

---

**Fahrstrecke: 100 km | Übernachtung: Kajak Lodge\*\*(\*) in Damas | Mahlzeiten: F**

---

**Tag 15 - Di., 05.11.19**  
**Damas und Manuel Antonio-Nationalpark**

**Seltene Fauna**

Heute ist Kontrastprogramm angesagt: Nachdem wir die letzten zwei Wochen abseits der Touristenpfade die Ruhe der Natur genießen konnten, besuchen wir heute den weltberühmten Manuel Antonio-Nationalpark. Auch wenn wir hier die touristische Seite Costa Ricas kennenlernen, ist der Park nicht weniger sehenswert. Auf gut begehbaren Pfaden wandern wir durch den Tiefland-Regenwald entlang verschiedener Strände und bewundern die Artenvielfalt des Nationalparks (leicht bis mittelschwer). Kannst du ein Faultier oder eine der diversen Affenarten in den Baumwipfeln entdecken? Auch vorwitzige Leguane sonnen sich oft Seite an Seite mit den Menschen an der herrlichen Küste. Am Nachmittag hast du die Wahl: Durchstreifst du weitere Pfade durch den Park oder relaxt und badest du an den herrlichen Stränden des Pazifiks?

---

 3 h (7 km ↑ 80 m ↓ 80 m)

---

**Fahrstrecke: 40 km | Übernachtung: Kajak Lodge\*\*(\*) in Damas | Mahlzeiten: F**

---

**Tag 16 - Mi., 06.11.19**  
**Damas – San José**

**Zurück in die Hauptstadt**

Der Abschied naht: Wir treten die Rückreise nach San José an. Zum Abschluss der Tour genießen wir noch ein bisschen koloniale Stimmung in der Hauptstadt. Dein Mittagessen kannst du heute in einem Soda (ein einfacher Imbiss mit einheimischer Hausmannskost) auf dem Weg hierher einnehmen, damit wir nach Bezug unserer Zimmer direkt

mit unserem ca. eineinhalbstündigen Stadtrundgang beginnen können. Am Abend laden die vielen internationalen Restaurants von San José ein, unsere erlebnisreiche Reise Revue passieren zu lassen. Mit vielen neuen Eindrücken vom Naturparadies in Mittelamerika kann es am nächsten Tag heim nach Europa gehen.

**Fahrstrecke: 170 km | Übernachtung: Colonial\*\*(\*) oder Vesuvio\*\* in San José | Mahlzeiten: F**

### **Tag 17 - Do., 07.11.19**

## **San José, nachmittags Rückflug**

#### **Ein Abenteuer geht zu Ende!**

Bis zu unserem Abflug mit Iberia oder Lufthansa am Nachmittag bzw. Abend haben wir Zeit zur freien Verfügung, um noch letzte Souvenirs zu besorgen oder eins der vielen Museen zu besuchen. Mittags fahren wir zum Flughafen und treten am späten Nachmittag die Heimreise an. Adiós Costa Rica, bis zum nächsten Mal!

**Fahrstrecke: 20 km | Übernachtung: Flugzeug | Mahlzeiten: F, gemäß Bordservice**

### **Tag 18 - Fr., 08.11.19**

## **Ankunft in Deutschland**

#### **Wieder auf deutschem Boden**

Nach einem kurzen Zwischenstopp in Madrid mit Iberia bzw. ohne Umstieg mit Lufthansa erreichst du je nach Airline am Nachmittag oder gegen Abend Deutschland.

**Fahrstrecke: - | Übernachtung: - | Mahlzeiten: gemäß Bordservice**

## Reiseverlauf

- Tag 1 Di., 22.10.19** **Flug nach San José:** Ankunft am Nachmittag/Abend (je nach Airline)
- Tag 2 Mi., 23.10.19** **Zum Rincón de la Vieja N.P.:** Baden am Wasserfall Llanos de Cortés mit Picknick
- Tag 3 Do., 24.10.19** **Rincón de la Vieja-Nationalpark:** Wanderung im Nationalpark, Baden in natürlichen Thermalquellen
- Tag 4 Fr., 25.10.19** **Rincón de la Vieja N.P. – Barra Honda – Monte Alto:** Wanderung am Barra Honda N.P.
- Tag 5 Sa., 26.10.19** **Monte Alto:** Wanderung im Trockenwald, Vortrag über das Aufforstungsprojekt der Bauern, Spaziergang durch Hojancha
- Tag 6 So., 27.10.19** **Monte Alto – Coter-See – La Fortuna:** Panoramafahrt über das Tilarán-Gebirge, Wanderung am Coter-See
- Tag 7 Mo., 28.10.19** **La Fortuna:** Besuch des Hängebrückenparks, Wanderung am Arenal-Vulkan
- Tag 8 Di., 29.10.19** **La Fortuna – Platanar-Vulkan – Orosi-Tal:** Wanderung am Vulkan Platanar
- Tag 9 Mi., 30.10.19** **Orosi-Tal:** Wanderung im Tapanti N.P., Nachmittag Besuch des Dorfes Orosi 10 Orosi-Tal – Irazú-Vulkan
- Tag 10 Do., 31.10.19** **Orosi-Tal – Irazú-Vulkan – San Gerardo de Dota:** Wanderung am Irazú-Vulkan, Wanderung in San Gerardo de Dota
- Tag 11 Fr., 01.11.19** **San Gerardo de Dota – San Gerardo de Rivas:** Wanderung am Los Quetzales N.P.
- Tag 12 Sa., 02.11.19** **San Gerardo de Rivas:** Wanderung im Reservat Rio Blanco, Besuch der Thermalquellen in San Gerardo
- Tag 13 So., 03.11.19** **San Gerardo de Rivas:** Besuch des Cloudbridge Reservats mit Wanderung
- Tag 14 Mo., 04.11.19** **San Gerardo de Rivas – Damas:** Fahrt nach Damas, Nachmittag frei
- Tag 15 Di., 05.11.19** **Damas und Manuel Antonio-Nationalpark:** Wanderung im Manuel Antonio N.P., Nachmittag frei
- Tag 16 Mi., 06.11.19** **Damas – San José:** Stadtrundgang in San José
- Tag 17 Do., 07.11.19** **San José, nachmittags Rückflug:** Vormittag zur freien Verfügung, Nachmittag/Abend Rückflug (je nach Airline)
- Tag 18 Fr., 08.11.19** **Ankunft in Deutschland:** Landung am Abend/Nachmittag (je nach Airline)



## Einreisebestimmungen & Impfungen

Reisepass mit mindestens 6-monatiger Gültigkeit über das Reiseende hinaus erforderlich. Für die Einreise in die USA (bei Flügen mit US-amerikanischen Fluggesellschaften) muss man via Internet eine elektronische Einreiseerlaubnis beantragen. Nähere Hinweise findest du in deinen Reiseinformationen. Polio-, Tetanus- und Diphtherieauffrischung, evtl. Typhus- und Hepatitisimpfung werden empfohlen.

## Anforderungen & reisespezifische Hinweise

Die Wanderungen sind wegen des Untergrundes und der Länge der Wanderungen durchaus anspruchsvoll, jedoch sind normale Kondition und Gesundheit für diese Reise ausreichend. Sollten einzelne Wanderwege aufgrund von klimatischen Bedingungen (Regen, Schlammlawinen etc.) völlig unpassierbar sein oder nur mit größerem Risiko begehbar sein, behalten wir uns kurzfristige Änderungen der Wanderungen vor.

## Verpflegung

Die Verpflegung dieser Reise basiert im Wesentlichen auf Frühstück. Im Reservat Monte Alto haben wir ein Mittagessen und zwei Abendessen inkludiert, nach unserer Wanderung am Platanar-Vulkan genießen wir ein landestypisches Mittagessen in der Finca. Die Mahlzeiten findest du im Reiseverlauf mit F=Frühstück, M=Mittagessen, A=Abendessen gekennzeichnet.

## Unterkünfte

Bei unseren Häusern in Costa Rica handelt es sich um charmante kleine \*\*-\*\*\* Hotels, alle mit Bad oder Dusche/ WC auf dem Zimmer. Einige Unterkünfte verfügen über einen Swimmingpool. In Monte Alto übernachten wir in einer einfachen Herberge mit Gemeinschaftsschlafräumen und gemeinschaftlichen sanitären Einrichtungen.

## Teilnehmerzahl

6\* bis 16

\*bis 4 Wochen vor Reisebeginn zu erreichende Mindestteilnehmerzahl

## ½ Doppelzimmer

Bei Buchung eines halben Doppelzimmers: Sollte sich kein Zimmerpartner für dich finden oder bei gemeinsamen Doppelzimmerbuchungen dein Zimmerpartner stornieren, müssen wir dir bei dieser Reise den vollen Einzelzimmer-Zuschlag berechnen.

## Inkludierte Leistungen

- Linienflug (Economy) mit Iberia oder Lufthansa oder gleichwertiger Fluggesellschaft ab Frankfurt nach San José und zurück (andere Abflugorte lt. Ausschreibung; nach Verfügbarkeit buchbar)
- Rundreise mit Charterbus wie in der Reisebeschreibung aufgeführt; Transfers
- 16 Übernachtungen, davon 14 in \*\*-\*\*\* Hotels im Doppelzimmer mit Bad oder Dusche/WC, 2 in einfachen Gemeinschaftsschlafräumen in der Herberge des Monte Alto-Reservates (sollten einzelne in der Reisebeschreibung genannten Unterkünfte einmal nicht verfügbar sein, greifen wir auf möglichst gleichwertige Alternativen zurück)
- Mahlzeiten gemäß Reisebeschreibung: 16 x F, 2 x M, 2 x A (F=Frühstück, M=Mittagessen oder Picknick, A=Abendessen)
- Eintrittsgelder
- deutschsprachige WORLD INSIGHT-Reiseleitung
- deutsche Flughafensteuern und Sicherheitsgebühren
- 1 hochwertiger Reiseführer deiner Wahl von MairDumont aus unserem Sortiment pro Buchung (nur online einlösbar)

## CO<sub>2</sub> Fußabdruck / Empfohlener Ausgleich

5115 kg CO<sub>2</sub> / 118 €

## Abflugorte

Frankfurt/Main	ohne Zuschlag
Düsseldorf*	50,00 EUR
München*	50,00 EUR
Berlin*	50,00 EUR
Hamburg* <sup>1</sup>	80,00 EUR
Wien* <sup>1</sup>	150,00 EUR

\*Iberia

1 - Verbindung geht nicht täglich und ist an manchen Flugtagen nicht verfügbar; wenn verfügbar, dann ist mindestens auf dem Hinflug eine Übernachtung in Madrid notwendig, die nicht im Preis inbegriffen ist.

## Fluginformationen

Voraussichtliche Fluggesellschaft:

**Iberia**

Als Reiseveranstalter liegen uns die endgültigen Flugzeiten noch nicht final vor. Für dich als Orientierung teilen wir dir gerne den vorläufigen Flugplan der jeweiligen Fluggesellschaft mit. Dieser sieht derzeit wie folgt aus:

Voraussichtliche Flugzeiten ab Frankfurt mit Iberia:

## Hinflug

Frankfurt – Madrid 07:55 - 10:40

Madrid – San José 11:40 -



15:40

**Rückflug**

San José – Madrid 17:05 - 10:30 (+1)

Madrid – Frankfurt 16:00 - 18:40

(+1) = Ankunft am folgenden Tag

Diese Reise wird durchgeführt von  
**WORLD INSIGHT Zentralamerika**