

Di., 17.11.26 - Fr., 04.12.26 | 18 Tage ab € 3.750,-

AktivPlus

Costa Rica AktivPlus

Zu Fuß durch das Naturparadies

Highlights

› wandern im Rincón de la Vieja- und Manuel Antonio-Nationalpark

› Einblicke in den lokalen Naturschutz im Reservat Monte Alto

› der Tierwelt auf Augenhöhe in La Fortuna begegnen

› seltene Vögel im Nebelwald des Los Quetzales-Nationalpark

Auf dieser aktiven Rundreise durch Costa Rica erleben Wanderfans traumhafte und atemberaubende Naturlandschaften auf teils anspruchsvollen Wanderungen. Während wir im Rincón de la Vieja-Nationalpark den vulkanischen Ursprung Costa Ricas entdecken können, warten im Reservat Monte Alto Wasserfälle, Trockenwald, Bergregenwald und ein Aufforstungsprojekt auf uns. In La Fortuna begeben wir uns auf Augenhöhe mit der Tierwelt in den üppigen Baumkronen und wandern am Fuße des Arenal-Vulkans über das Lavagestein, bevor wir im Juan Castro Blanco-Nationalpark unsere warm gewanderten Füße im Naturbecken eines Wasserfalls erfrischen können. Am Los Quetzales-Nationalpark staunen wir über viele Vogelarten und entdecken anderntags dichten Nebelwald im Reservat Rio Blanco. In direkter Nachbarschaft des Chirripó-Vulkans wandern wir im Cloudbridge-Reservat auf 2.100 Metern Höhe, während wir im Manuel Antonio-Nationalpark den Tieflandregenwald an der Pazifikküste erkunden. Natürlich bleibt auch Zeit zum Regenerieren, wenn wir unsere müden Glieder in heißen Quellen oder an Traumstränden entspannen.

Tag 1 - Di., 17.11.26
Frankfurt – San José – Alajuela

Die Reise beginnt

Unsere Reise in das Wanderparadies Costa Rica startet im Laufe des Tages am Frankfurter Flughafen. Mit Lufthansa fliegst du von Frankfurt direkt nach San José. Dort angekommen wirst du von unserem Reiseleiter herzlich mit einem WORLD INSIGHT-Schild empfangen. 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: 10 km | Übernachtung: Brilla Sol(*) in Alajuela | Mahlzeiten: gemäß Bordservice**

Tag 2 - Mi., 18.11.26
Alajuela – 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 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 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: 200 km | Übernachtung: Rinconcito Lodge(*) oder Cañon de la Vieja Lodge **(*) am Rincón de la Vieja-Nationalpark | Mahlzeiten: F**

Tag 3 - Do., 19.11.26
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 erreichen schließlich ein natürliches Thermalbecken mitten im Wald, in dem wir unsere Füße nach der Anstrengung entspannen können. 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).

3 h (6 km ↑ 130 m ↓ 120 m)

Fahrstrecke: 10 km | Übernachtung: Rinconcito Lodge(*) oder Cañon de la Vieja Lodge **(*) am Rincón de la Vieja-Nationalpark | Mahlzeiten: F**

Tag 4 - Fr., 20.11.26
Rincón de la Vieja- Nationalpark – 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 werden. 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 Hojancha weiter nach Monte Alto und erreichen am Nachmittag die rustikale, projekteigene Herberge des Reservats und genießen ein gemeinsames Abendessen, das heute bereits in dein Reisepaket eingeschlossen ist. Hier übernachten wir in einfachen Mehrbettzimmern mit geteilten sanitären Anlagen.

3 h (5 km ↑ 280 m ↓ 270 m)

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

Tag 5 - Sa., 21.11.26
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 schweißtreibendem Aufstieg genießen wir einen herrlichen Ausblick über die Ebene von Guanacaste und die Küste der Halbinsel Nicoya auf über 880 Meter 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 fast 30 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 Hojancha, 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 (7 km ↑ 370 m ↓ 340 m)

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

Tag 6 - So., 22.11.26
Monte Alto – Schutzgebiet El Silencio – La Fortuna

Auf "stillen" Pfaden durchs Schutzgebiet

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 einen Fotostopp, um den größten Stausee Costa Ricas fotografisch festzuhalten. Nach einer ca. dreistündigen Fahrt erreichen wir das Schutzgebiet "El Silencio" (zu deutsch: die Stille), am Fuße des Arenal-Vulkans. Während unserer ausgiebigen Wanderung über die unterschiedlichen Wanderwege, begegnen wir in diesem Primärwald vielen Pflanzenarten und erhaschen mit etwas Glück auch einen Blick auf einen der hier lebenden Brüll- und Weißkopfaffen. Ein Highlight sind sicherlich die tollen Ausblicke auf den Kegel des Vulkans! Am Nachmittag erreichen wir dann unsere Unterkunft bei La Fortuna und beziehen unsere Zimmer. In fußläufiger Entfernung findest du einige Restaurants, um den Abend entspannt ausklingen zu lassen.

3 h (9 km ↑ 300 m ↓ 250 m)

Fahrstrecke: 170 km | Übernachtung: Faro Arenal(*), Campo Verde**(*), La Pradera**(*) in/bei La Fortuna | Mahlzeiten: F**

Tag 7 - Mo., 23.11.26
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 Meter 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.

2 h (3 km ↑ 100 m ↓ 80 m)

Fahrstrecke: 60 km | Übernachtung: Faro Arenal(*), Campo Verde**(*), La Pradera**(*) in/bei La Fortuna | Mahlzeiten: F**

Tag 8 - Di., 24.11.26
La Fortuna – Juan Castro Blanco-Nationalpark – Orosi-Tal

„Nationalpark des Wassers“

Hoffentlich hast du gut geschlafen, denn der heutige Tag hat es in sich! Nach anderthalb Stunden Busfahrt 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 unsere ausgiebige Wanderung in diesem noch wenig besuchten Schutzgebiet, das nicht ohne Grund den Beinamen „Nationalpark des Wassers“ trägt. Wir erwandern die atemberaubende Natur bis zu den beiden Wasserfällen Jade und Acuarelas, wo wir einen abkühlenden Sprung in ihre Naturbecken wagen dürfen! Bei unserer Rückkehr zur Finca haben wir uns das Mittagessen redlich verdient. Wer mag, kann hier vor unserer Weiterreise ins Orosi-Tal noch eine erfrischende Dusche nehmen!

3 h (5 km ↑ 100 m ↓ 100 m)

Fahrstrecke: 220 km | Übernachtung: Paraiso ** oder Orosi Orocay ** im Orosi-Tal | Mahlzeiten: F, M

Tag 9 - Mi., 25.11.26
Orosi-Tal

Wanderung im Tapanti-Nationalpark

Heute erkunden wir bei einer ausgedehnten, mittelschweren Wanderung 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 Kaffeeplantagen, bevor wir den Nationalpark erreichen. Von hier aus können wir ca. 5 Kilometer 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 dem wir eine der ältesten Kirche 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. Zum Abendessen steht uns das Hotelrestaurant zur Verfügung, welches landestypische Küche serviert.

4 h (10 km ↑ 400 m ↓ 400 m)

Fahrstrecke: 15 km | Übernachtung: Paraiso ** oder Orosi Orocay ** im Orosi-Tal | Mahlzeiten: F

Tag 10 - Do., 26.11.26
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 Serpentinen des Orosi-Tals und an Cartago vorbei. Mit seiner beachtlichen Höhe von 3.432 Meter 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 in die Region um 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.

2,5 h (4,5 km ↑ 110 m ↓ 100 m)

Fahrstrecke: 150 km | Übernachtung: Suria Lodge **(*) oder Suenos del Bosque **(*) in San Gerardo de Dota | Mahlzeiten: F

Tag 11 - Fr., 27.11.26
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.

3 h (8 km ↑ 420 m ↓ 420 m)

Fahrstrecke: 80 km | Übernachtung: Talari Mountain Lodge oder Pelicano** in San Gerardo de Rivas | Mahlzeiten: F**

Tag 12 - Sa., 28.11.26
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. 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!

3,5 h (6 km ↑ 500 m ↓ 450 m)

Fahrstrecke: 30 km | Übernachtung: Talari Mountain Lodge oder Pelicano ** in San Gerardo de Rivas | Mahlzeiten: F**

Tag 13 - So., 29.11.26
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 den unzähligen und teilweise noch unbekannten Baum- und Pflanzenarten finden wir hier Nebelwald, tropischen Regenwald, Hochgebirgswälder und verschiedenste Klimaverhältnisse. Kein Wunder also, dass dies der 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 Meter Höhe gelegen ist. Hier können wir einen atemberaubenden Ausblick erhaschen, bevor die Wolken uns wieder die Sicht versperren. Weiter geht es bergauf bis auf ca. 2.170 Meter Höhe! Wir setzen den Weg im Reservat fort, vorbei an der Waldgrenze und zwei Wasserfällen und kommen zurück zum Eingang.

6 h (13 km ↑ 1100 m ↓ 1050 m)

Fahrstrecke: - | Übernachtung: Talari Mountain Lodge oder Pelicano**in San Gerardo de Rivas | Mahlzeiten: F**

Tag 14 - Mo., 30.11.26
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.

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

Tag 15 - Di., 01.12.26
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?

2 h (4 km ↑ 70 m ↓ 70 m)

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

Tag 16 - Mi., 02.12.26
Damas – San José

Zurück in die Hauptstadt

Der Abschied naht: Wir treten die Rückreise nach San José an. Das Mittagessen können wir heute in einem Soda (ein einfacher Imbiss mit einheimischer Hausmannskost) auf dem Weg hierher einnehmen. Zum Abschluss unserer Tour genießen wir noch ein bisschen koloniale Stimmung in der Hauptstadt. Nach Bezug unserer Zimmer können wir direkt mit unserem ca. eineinhalbstündigen Stadtrundgang beginnen. Am Abend laden die vielen internationalen Restaurants von San José ein, unsere erlebnisreiche Reise Revue passieren zu lassen.

Fahrstrecke: 170 km | Übernachtung: Colonial(*) oder Fleur de Lys** in San José | Mahlzeiten: F**

Tag 17 - Do., 03.12.26
San José – Frankfurt

Ein Abenteuer geht zu Ende!

Bis zu unserem Abflug mit Lufthansa haben wir je nach Flugzeit Zeit zur freien Verfügung, um noch letzte Souvenirs zu besorgen oder eins der vielen Museen zu besuchen. Adiós Costa Rica, bis zum nächsten Mal!

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

Tag 18 - Fr., 04.12.26
Ankunft

Wieder auf deutschem Boden

Im Laufe des Tages erreichen wir Deutschland. Mit deiner inkludierten Rail&Fly-Fahrkarte kannst du vom Flughafen aus umweltfreundlich den Heimweg antreten.

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

Reiseverlauf

Tag 1	**Di., 17.11.26**	**Frankfurt – San José – Alajuela**: Ankunft im Laufe des Tages mit Lufthansa
Tag 2	**Mi., 18.11.26**	**Alajuela – Rincón de la Vieja N.P.**: Baden am Wasserfall Llanos de Cortés mit Picknick
Tag 3	**Do., 19.11.26**	**Rincón de la Vieja- Nationalpark**: Wanderung im Nationalpark, Baden in natürlichen Thermalquellen
Tag 4	**Fr., 20.11.26**	**Rincón de la Vieja- Nationalpark – Barra Honda – Monte Alto**: Wanderung am Barra Honda N.P.
Tag 5	**Sa., 21.11.26**	**Monte Alto**: Wanderung im Trockenwald, Vortrag über das Aufforstungsprojekt der Bauern, Spaziergang durch Hojancha
Tag 6	**So., 22.11.26**	**Monte Alto – Schutzgebiet El Silencio – La Fortuna**: Panoramafahrt über das Tilarán-Gebirge, Wanderung im Schutzgebiet El Silencio
Tag 7	**Mo., 23.11.26**	**La Fortuna**: Besuch des Hängebrückenparks, Wanderung am Arenal-Vulkan
Tag 8	**Di., 24.11.26**	**La Fortuna – Juan Castro Blanco-Nationalpark – Orosi-Tal**: Wanderung im Juan Castro Blanco-Nationalpark
Tag 9	**Mi., 25.11.26**	**Orosi-Tal**: Wanderung im Tapanti N.P., Nachmittag Besuch des Dorfes Orosi
Tag 10	**Do., 26.11.26**	**Orosi-Tal – Irazú-Vulkan – San Gerardo de Dota**: Wanderung am Irazú-Vulkan, Wanderung in San Gerardo de Dota
Tag 11	**Fr., 27.11.26**	**San Gerardo de Dota – San Gerardo de Rivas**: Wanderung am Los Quetzales N.P.
Tag 12	**Sa., 28.11.26**	**San Gerardo de Rivas**: Wanderung im Reservat Rio Blanco, Besuch der Thermalquellen in San Gerardo
Tag 13	**So., 29.11.26**	**San Gerardo de Rivas**: Besuch des Cloudbridge-Reservats mit Wanderung
Tag 14	**Mo., 30.11.26**	**San Gerardo de Rivas – Damas**: Fahrt nach Damas, Nachmittag frei
Tag 15	**Di., 01.12.26**	**Damas und Manuel Antonio-Nationalpark**: Wanderung im Manuel Antonio N.P., Nachmittag frei
Tag 16	**Mi., 02.12.26**	**Damas – San José**: Stadtrundgang in San José
Tag 17	**Do., 03.12.26**	**San José – Frankfurt**: Rückflug mit Lufthansa
Tag 18	**Fr., 04.12.26**	**Ankunft**: Landung im Laufe des Tages


Rincón de la Vieja N.P.
Karibisches Meer
El Silencio
COSTA RICA
La Fortuna
Juan Castro Blanco N.P.
Barra Honda N.P.
Irazú-Vulkan
Monte Alto
San José
Orosi-Tal
San Gerardo de Dota
Damas
San Gerardo de Rivas
Pazifik
Manuel Antonio N.P.
Cloudbridge-
Reservat

Einreisebestimmungen & Impfungen

Reisepass mit mindestens 6-monatiger Gültigkeit über das Reiseende hinaus erforderlich.

Polio-, Tetanus- und Diphtherieauffrischung empfohlen sowie eine Impfung gegen Hepatitis, evtl. Typhusimpfung.

Der Nachweis einer Gelbfieberimpfung wird für alle Personen gefordert, die aus einem Gelbfieberinfektionsgebiet einreisen oder sich dort in den letzten 6 Tagen aufgehalten haben.

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 im Juan Castro Blanco-Nationalpark genießen wir ein landestypisches Mittagessen in der Finca. Die Mahlzeiten findest du in der Reisebeschreibung mit F=Frühstück, M=Mittagessen, A=Abendessen gekennzeichnet.

Unterkünfte

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

Teilnehmerzahl

6* bis 16

*bis 4 Wochen vor Reisebeginn zu erreichende Mindestteilnehmerzahl

Einzelzimmerzuschlag

Einzelzimmer	399,00 EUR

½ Doppelzimmer

Bei Buchung eines halben Doppelzimmers: Auf unserer Website findest du die Bedingungen: https://www.world-insight.de/halbesdoppelzimmer

Inkludierte Leistungen

- Linienflug (Economy) mit Lufthansa oder gleichwertiger Airline ab Frankfurt nach San José und zurück (andere Abflugorte lt. Ausschreibung; nach Verfügbarkeit buchbar)
- Rail&Fly-Fahrkarte für die Bahnreise in der ersten Klasse zum/vom Abflughafen ab/zu jedem deutschen Bahnhof (Bedingungen siehe https://www.world-insight.de/rail-fly)
- Rundreise mit Charterbus wie in der Reisebeschreibung beschrieben; Transfers
- 16 Übernachtungen, davon 14 **–*** 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 Person (nur online einlösbar)
- Passengers friend Flugentschädigungsservice (weitere Informationen siehe https://www.world-insight.de/service/fluginformationen/#c25330)

CO_2 Fußabdruck / Empfohlener Ausgleich

3619 kg CO_2 / 109 €

Abflugorte

Dresden*	150,00 EUR
Düsseldorf*	150,00 EUR
Frankfurt/Main*	ohne Zuschlag
Hamburg*	150,00 EUR
München*	150,00 EUR
Wien*	400,00 EUR
Zürich*	250,00 EUR

*Lufthansa

Fluginformationen

Voraussichtliche Fluggesellschaft:
Lufthansa

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:

Voraussichtlichen Flugzeiten ab Frankfurt mit **Lufthansa**:

Hinflug
Frankfurt – San Jose 13:30 19:00

Rückflug
San Jose – Frankfurt 20:50 15:00

Bitte beachte, dass alle anderen Abflugorte außer Frankfurt nur auf Anfrage und nach Verfügbarkeit buchbar sind und wir diese erst nach verbindlicher Buchung anfragen können. Zubringer für Reisetermine ab 01.11.2026 können frühestens 10 Monate vor Abreise von uns angefragt werden. Wir werden dir bis dahin deine Reise mit Abflughafen Frankfurt bestätigen.