world insight



Do., 29.10.26 - Do., 26.11.26 | 29 Tage ab € 4.799,-

Erlebnisreise

Guatemala, Honduras, El Salvador, Nicaragua, Costa Rica und Panama

Die große Mittelamerika-Reise

Highlights

› koloniales Flair in Antigua und Granada

› Besuch der archäologischen Stätten Tikal und Copán

› die bezaubernde Vulkaninsel Ometepe

› Tierbeobachtungen im Naturparadies Costa Rica

› Besichtigung des Panama-Kanals

Änderungen vorbehalten Stand November 2026

Vom Zentrum der Maya-Kultur in Guatemala durch fast alle Länder bis zum berühmten Panama-Kanal – unsere vielfältige Rundreise durch Mittelamerika hält nicht nur kulturelle Highlights für uns bereit, sondern trumpft auch mit atemberaubenden Naturlandschaften auf. Wir erleben entspannende und interessante Tage an beiden Küsten, begegnen dem Phänomen Vulkan in allen Varianten, staunen über die beiden spektakulären und unvergleichlichen Seen Atitlán und Lago de Nicaragua, in den Tiefen des Dschungels treffen wir auf geheimnisvolle Ruinen der Mayas, wir besuchen malerische Kolonialstädte sowie indigene Märkte oder wandern auf abenteuerlichen Strecken durch die nahezu unberührte Wildnis. Die Reisedauer von 29 Tagen ermöglicht es zudem, nicht nur die Highlights zu besichtigen, sondern auch intensiv in die Kultur und Tradition dieser sechs Staaten einzutauchen.

Tag 1 - Do., 29.10.26
Frankfurt - Guatemala Stadt

Aufbruch nach Guatemala

Unser Abenteuer startet heute am Frankfurter Flughafen, den du umweltfreundlich mit deiner Rail&Fly-Fahrkarte erreichst. Je nach Airline fliegen wir via Madrid oder USA nach Guatemala Stadt, wo wir im Laufe des Tages landen. Am Flughafen wirst du von unserem Reiseleiter herzlich mit einem WORLD INSIGHT-Schild empfangen. In der direkten Umgebung des Hotels findest du viele Bars und Restaurants, um den Abend ausklingen zu lassen.

Fahrstrecke: 10 km | Übernachtung: Stofella* in Guatemala Stadt | Mahlzeiten: gemäß Bordservice**

Tag 2 - Fr., 30.10.26
Guatemala Stadt – Sololá – Atitlán-See

Bummel über einen der schönsten Märkte Mittelamerikas

Die meisten von uns werden durch die Zeitverschiebung eh früh wach werden. Den Effekt nutzen wir und machen uns früh direkt nach dem Frühstück über die Panamericana auf den Weg nach Sololá. Hier erleben wir direkt am ersten Tag einen der schönsten und auch authentischen Märkte des Landes. Wir unternehmen einen Orientierungsgang an der Seite unserer Reiseleitung und anschließend ist Zeit zum Marktbummel auf eigenen Faust. Danach ist es nur noch eine kurze Fahrt von 20 Minuten bis zum Atitlán-See. Fruchtbare Hügel und drei mächtige Vulkane verleihen dem See eine märchenhafte Atmosphäre. Wir genießen den Abend bei einem Bummel am See im farbenprächtigen und belebten Ort Panajachel.

Fahrstrecke: 100 km | Übernachtung: Dos Mundos **(*) oder Jardines del Lago **(*) in Panajachel | Mahlzeiten: F

Tag 3 - Sa., 31.10.26
Atitlán-See

Ausflug mit dem Boot zu den umliegenden Dörfern

Rund um den Atitlán-See befinden sich viele kleine, interessante Dörfer, die wir heute kennen lernen wollen. Nach dem Frühstück schlendern wir zur Bootsanlegestelle, die nur einige Minuten von unserer Unterkunft entfernt ist, und steigen in ein Boot, das uns heute über den See zu den verschiedenen Dörfern fahren wird. Unser erster Stopp ist Santa Cruz. Von hier aus wandern wir entlang des Ufers bis nach Jaibalito (ca. 1 Std., leicht) und genießen die wunderbare Sicht auf die Vulkane, die uns auf dem weiteren Weg begleitet. Dann geht es per Boot in einer einstündigen Fahrt in das Dorf Santiago Atitlán – am Fuße der mächtigen Vulkane gelegen und das Zentrum der Tzutujíl Maya. Das Dorf blickt auf eine jahrhundertealte Maya-Vergangenheit zurück, die noch heute im täglichen Leben auf Straßen und Märkten sichtbar ist. Wir lernen den Ort bei einem ausführlichen Rundgang kennen und haben anschließend genügend Zeit für einen Mittagssnack. Im Anschluss düsen wir mit dem Boot wieder zurück nach Panajachel. Genieße den Rest des Tages entspannt am Ufer des Sees oder beim Shoppen in der Einkaufsstraße.

Fahrstrecke: - | Übernachtung: Dos Mundos **(*) oder Jardines del Lago **(*) in Panajachel | Mahlzeiten: F

Tag 4 - So., 01.11.26
Atitlán-See – Chichicastenango – Antigua

Koloniale Perle

Heute erwartet uns ein wunderbares Highlight: Wir besuchen den bunten und quirligen Hochlandmarkt in Chichicastenango. Nach ca. einer Stunde Fahrt kommen wir in „Chichi“ an und bummeln über den wohl farbenprächtigsten Markt Mittelamerikas. Zentrum des Marktes ist die alte Kirche „Santo Tomás“, wo heute noch synkretistische

Riten zelebriert werden. Auf dem Hügel „La Democracia“, befand sich der berühmteste Opferplatz der Region: Pascual Abaj, inzwischen sind die Schamanen auf den Friedhof in Chichicatenango ausgewichen und verbrennen dort weiterhin zu Ehren des Gottes „Huyup Taḱah“ Opfergaben und bringen Tiere dar. Vielleicht haben wir Glück und werden Zeuge einer gerade stattfindenden Opferung. Wir lassen dieses schöne Fleckchen Erde hinter uns und begeben uns nach Antigua. Nach ca. drei Stunden Fahrt vertreten wir uns bei unserem Orientierungsgang durch die frühere koloniale Hauptstadt die Beine. Es gibt unzählige Kneipen, Cafés und Restaurants, eines gemütlicher und origineller als das andere! Dein Reiseleiter hat sicherlich einen guten Tipp auf Lager.

Fahrstrecke: 120 km | Übernachtung: Posada del Hermano Pedro* oder Casa Carmina*** in Antigua | Mahlzeiten: F**

Tag 5 - Mo., 02.11.26
Antigua

Citytour und Freizeit in der kolonialen Perle

Am Morgen machen wir einen ausführlichen Stadtrundgang. Wir besichtigen den schönen Hauptplatz mit der Kathedrale und spazieren weiter durch die Stadt: Überall findet man Klöster, Kirchen und Konvente. Danach bezwingen wir die vielen Treppen zum Aussichtspunkt und bestaunen die Stadt von oben. Der Blick lohnt die Anstrengung. Der Nachmittag gehört euch in einer der schönsten Städte der Welt. Schlendert durch den Markt, die kolonialen Gassen, besichtigt eine Jade Manufaktur oder betrachtet einfach mit einem Gallo-Bier oder Cappuccino in einer der Dachterrassen- oder Gartengaststätten das bunte Treiben der Einheimischen und Gäste aus aller Welt.

Fahrstrecke: - km | Übernachtung: Posada del Hermano Pedro* oder Casa Carmina*** in Antigua | Mahlzeiten: F**

Tag 6 - Di., 03.11.26
Antigua – Biotopo del Quetzal – Cobán

Wanderung im Nebelwald

Wir starten heute in aller Frühe, da wir einen langen, aber abwechslungsreichen Weg vor uns haben. Nach ca. vier Stunden Fahrt durch grüne Täler und die vollen Straßen der Hauptstadt erreichen wir den Naturpark „Biotopo del Quetzal“. Bei einer Wanderung (1-1,5 Std., leicht) halten wir Ausschau nach dem bunten Nationalvogel des Landes, dem Quetzal. Weitere drei Stunden später erwartet uns unser Hotel mit Pool bei Cobán. Die Witterung ist schon deutlich heißer als gestern in Antigua. Wer hat Lust auf einen Sprung ins Wasser?

Fahrstrecke: 120 km | Übernachtung: Park*(*) bei Cobán | Mahlzeiten: F**

Tag 7 - Mi., 04.11.26
Cobán – Flores

Inselstadt am Petén-Itza-See

Gegen 8:00 Uhr morgens geht es los. Nach einer knappen Stunde erreichen wir Cobán. Spätestens hier weckt uns ein frischer Kaffee in einem der Cafes am Hauptplatz. Wusstest du, dass die Stadt vor allem von deutschen Einwanderern geprägt wurde? Während unseres kleinen Stadtrundgangs erfahren wir, was die Deutschen damals nach Cobán geführt hat. Über Sayaxché erreichen wir die Inselstadt Flores rechtzeitig zum spektakulären Sonnenuntergang über dem idyllischen Petén-Itzá-See. Dein Reiseleiter gibt dir anschließend gerne Tipps, wo es den besten Fisch des Ortes gibt!

Fahrstrecke: 430 km | Übernachtung: Casona de la Isla* in Flores | Mahlzeiten: F**

Tag 8 - Do., 05.11.26
Flores – Tikal – Flores

Spektakuläre Maya-Ruinen inmitten des tropischen Regenwaldes

Der Morgen ist der Besichtigung der Mayastätte Tikal gewidmet, die eine Busstunde entfernt liegt. Die archäologische Stätte, welche inmitten des tropischen Regenwaldes des Petén liegt, zählt zu den wichtigsten und beeindruckendsten Maya-Stätten ganz Zentralamerikas. Wir nehmen uns ausgiebig Zeit und besuchen auf dem 16 Quadratkilometer großen Ausgrabungsgelände die wichtigsten Bauwerke der historischen Stadt. Gegen 13.00 geht es zurück. Wer mag, verbringt auch noch den Nachmittag auf eigene Faust hier und nimmt einen öffentlichen Minibus zurück nach Flores. Am Abend ist die Bootsfahrt auf dem Petén Itza See für alle der I-Punkt eines fantastischen Tages.

Fahrstrecke: 210 km | Übernachtung: Casona de la Isla* in Flores | Mahlzeiten: F**

Tag 9 - Fr., 06.11.26
Flores – Rio Dulce – Quiriguá – Copán

Auf Grenzkurs

Heute heißt es Abschied nehmen vom abwechslungsreichen Guatemala, denn wir steuern auf die Grenze nach Honduras zu. Auf dem Weg machen wir Halt in der kleinen Maya-Stätte Quiriguá, die wir besichtigen und in deren Nähe sich eine gute Gelegenheit zu einem Mittagessen bietet. Von hier aus geht es dann weiter in Richtung Honduras. An der guatemaltekisch-honduranischen Grenzstation „El Florído“ erledigen wir die Einreiseformalitäten, bevor wir am späten Nachmittag Copán erreichen. Weiße Adobehäuser und Kopfsteinstraßen verleihen dem kleinen Ort eine idyllische Atmosphäre.

Fahrstrecke: 400 km | Übernachtung: Plaza Magdalena in Copán | Mahlzeiten: F**

Tag 10 - Sa., 07.11.26
Copán

Eindrucksvolle Zeugnisse der klassischen Maya-Periode

Copán gilt als eine der wichtigsten Ausgrabungsstätten Zentralamerikas. Wir nehmen uns die Zeit für einen ausführlichen Besuch der majestätischen Anlage. Das archäologische Museum zeigt die schönsten Fundstücke des hoch entwickelten Volkes. Wer mag, kann am Nachmittag bei einem Besuch des Macaw Mountain Bird-Parks auch die hiesige Fauna genauer unter die Lupe nehmen oder einen Ausflug zu Pferd machen (jeweils optional). Den Abend verbringen wir wieder in Copán. Es macht Spaß, hier durch die Straßen zu schlendern, ein Bier zu trinken, was hier „Salva Vida“ (übersetzt Lebensretter) heißt und sich ein gemütliches Restaurant für den Abend zu suchen.

Fahrstrecke: 10 km | Übernachtung: Plaza Magdalena in Copán | Mahlzeiten: F**

Tag 11 - So., 08.11.26
Copán – Joya del Cerén – Suchitoto

El Salvador – das kleinste Land in Mittelamerika

Unsere Reise führt uns heute fernab vom Massentourismus nach El Salvador! Zunächst müssen wir aber wieder zurück nach Guatemala. Von hier sind es ungefähr eineinhalb Stunden Fahrt zur Grenze nach El Salvador. Etwas mehr als eine Fahrstunde von hier befindet sich das Dorf Joyas de Cerén. Die Mayastadt wurde im 6. Jahrhundert unter Vulkanasche begraben und bietet nun faszinierend erhaltene Relikte. Nach weiteren zwei Fahrstunden erreichen wir die entzückende Kolonialstadt Suchitoto. Mit einem Spaziergang in dem sehr hübschen Kolonialstädtchen lassen wir den Tag entspannt ausklingen.

Fahrstrecke: 270 km | Übernachtung: El Tejado* oder Posada de Suchitlan**(*) in Suchitoto | Mahlzeiten: F**

Tag 12 - Mo., 09.11.26
Suchitoto – Conchagua – La Unión

Wir färben uns ein T-Shirt!

In der Sprache Nahuatl bedeutet Suchitoto „Stadt der Vögel und Blumen“. Gespickt mit Traditionen und Kultur, liegt Suchitoto inmitten einer wunderschönen Landschaft. Entspannt erkunden wir morgens die Stadt bei einem Rundgang und besuchen eine Indigo-Werkstatt, wo wir selbst Hand anlegen und ein T-Shirt oder einen Schal für uns einfärben. Anschließend fahren wir in Richtung Süden. Wenn wir nach ca. sechs Stunden Fahrt in der kleinen Ortschaft Conchagua auf einem Hügel am Fuße des gleichnamigen Vulkans ankommen, knurrt uns sicher der Magen. Deshalb trifft es sich gut, dass wir uns in diesem kleinen, kolonialen Ort mit angenehmer Brise Zeit nehmen. Wer möchte, kann hier „Pupusas“, das Nationalgericht des Landes probieren. Nach dieser kulinarischen Stärkung geht es noch eine halbe Fahrstunde weiter nach La Unión, wo wir unser Hotel für eine Nacht beziehen. Den Sprung in den Pool haben wir uns verdient!

Fahrstrecke: 200 km | Übernachtung: Comfort Inn Real La Unión* in La Unión | Mahlzeiten: F**

Tag 13 - Di., 10.11.26
La Unión – León

Auf nach Nicaragua

Heute überqueren wir eine weitere Grenze und haben den vorerst letzten langen Fahrttag vor uns. Gegen Nachmittag erreichen wir die Grenze und fahren noch ca. drei Stunden bis nach León, wo wir am Abend ankommen. Mit Nicaragua erleben wir nun den Geheimtipp Mittelamerikas und unser neuer Reiseleiter wird uns viele Details über die Eigenheiten und bewegte Geschichte des Landes erzählen. Am Abend gibt es viele Möglichkeiten, die Ankunft in Nicaragua mit einem tollen Essen zu feiern. Wie wäre es mit einer vegetarischen Lasagne in entspannter Atmosphäre?

Fahrstrecke: 150 km | Übernachtung: Europa in León | Mahlzeiten: F**

Tag 14 - Mi., 11.11.26
León – Las Peñitas - León

Koloniale Pracht und Entspannung am Strand

Am Vormittag erkunden wir die prachtvolle Kolonialstadt und bestaunen die älteste und größte Kathedrale Zentralamerikas, den quirligen Markt und die wichtigsten Gebäude der Stadt. Am frühen Nachmittag können wir uns am ruhigen Strand von Las Peñitas erholen, der nur eine halbe Fahrstunde entfernt ist. Wer Lust hat, unternimmt mit dem Reiseleiter eine optionale Bootstour durch die Mangrovenwälder im Reservat Juan Venado. Gegen Abend geht es zurück nach León. Im historischen Zentrum gibt es viele kleine Lokale, die zu einem gemütlichen Tagesabschluss einladen.

Fahrstrecke: 50 km | Übernachtung: Europa in León | Mahlzeiten: F**

Tag 15 - Do., 12.11.26
León – Masaya – Granada

Vulkanabenteuer und traditionelles Kunsthandwerk

Entspannt beginnen wir heute unsere Fahrt über die Hauptstadt Managua nach Granada. Unterwegs halten wir an Aussichtspunkten, die einen fantastischen Blick über den Kratersee Laguna de Apoyo freigeben. Vor der Mittagszeit erreichen wir Masaya und bummeln über den Kunstmarkt. Am frühen Nachmittag fahren wir zu den berühmten „Pueblos Blancos“, den weißen Dörfern in der Umgebung, die für die Herstellung des Kunstwerkes, das wir bereits auf dem Markt bewundern konnten, berühmt sind. Mit Hilfe unseres Reiseleiters lernen wir einige der Künstler persönlich kennen. Am späten Nachmittag fahren wir zum Masaya-Vulkan: In der anbrechenden Dunkelheit beeindruckt die Lava des aktiven Vulkans umso mehr. Dann geht es weiter nach Granada, wo zahlreiche Restaurants mit echtem Latino-Ambiente auf uns warten.

Fahrstrecke: 135 km | Übernachtugn: La Pergola **(*) in Granada | Mahlzeiten: F

Tag 16 - Fr., 13.11.26
Granada

Koloniales Juwel Nicaraguas

Heute gehen wir auf Entdeckungstour in der wohl schönsten Stadt Nicaraguas: Granada. Am Vormittag führt uns unser Reiseleiter durch das vom kolonialen Einfluss geprägte Zentrum. Wir besichtigen gemeinsam die Kathedrale und die Iglesia de La Merced. Im Anschluss finden wir Zeit, Granada in unserem eigenen Tempo zu erleben und können gemütlich durch die prachtvollen Straßen schlendern, bevor ein weiteres Highlight unserer Rundreise auf dem Programm steht: Per Boot beginnen wir am Nachmittag unsere Tour zu den sogenannten „Isletas“ (Inselchen) des Nicaragua-Sees und lassen uns von den vielen kleinen grünen Fleckchen Erde verzaubern! Während unserer ca. einstündigen Fahrt werden wir Zeuge der abwechslungsreichen Vegetation und der artenreichen Vogelwelt dieser besonderen Region. Am späten Nachmittag erreichen wir wieder Granada und können den Abend in einer der lateinamerikanischen Bars der Fußgängerzone ausklingen lassen.

Fahrstrecke: - | Übernachtugn: La Pergola **(*) in Granada | Mahlzeiten: F

Tag 17 - Sa., 14.11.26
Granada

Action oder Relaxen

Der Tag steht dir zur freien Verfügung in Granada. Gehe in der Stadt auf Entdeckungstour oder unternimm eine optionale Kayaktour auf dem Nicaragua-See. Langweilig wird dir heute bestimmt nicht!

Fahrstrecke: - | Übernachtugn: La Pergola **(*) in Granada | Mahlzeiten: F

Tag 18 - So., 15.11.26
Granada – Isla Ometepe

Die weltgrößte Vulkaninsel im Süßwassersee

Wir brechen schon früh zur Hafenstadt San Jorge auf, die auch direkt am Nicaragua-See gelegen ist. Von dort aus startet um 09:30 Uhr unsere Fähre zur Vulkaninsel Ometepe. Schon auf der Überfahrt genießen wir fantastische Blicke auf die Vulkane Concepción und Maderas, die der Insel die Form einer Acht verleihen. In Moyogalpa angekommen holt uns ein Bus ab und bringt uns vorbei an zahlreichen kleinen Dörfern und Bananenplantagen zur Finca El Porvenir. Unterwegs machen wir einen Stopp am Strand von Santo Domingo, wer mag, stürzt sich in die Fluten und trinkt ein „Victoria-Bier“ an einer Beach-Bar. Nachmittags besuchen wir das Naturschutzgebiet Charco Verde: Wir wandern zum smaragdgrünen See inmitten des Reservats und beobachten die zahlreichen Vögel, die in der geheimnisvollen Lagune in den Bäumen zwitschern (1–2 Std., leicht). Den Abend können Sie auf unserer malerisch gelegenen Finca Hotel ausklingen lassen.

Fahrstrecke: 140 km | Übernachtung: Finca El Porvenir auf Ometepe | Mahlzeiten: F**

Tag 19 - Mo., 16.11.26
Isla Ometepe

Naturerlebnis auf Ometepe

Am Vormittag wandern wir am Fuße des eindrucksvollen Schichtvulkans Maderas. Gleich zu Beginn der Wanderung bestaunen wir berühmten Felsbilder der Insel, die einst von der indianischen Bevölkerung Ometepes angefertigt wurden. Danach geht es bergauf bis zu einem Aussichtspunkt mit Blick auf den Vulkan Concepcion (ca. 3 Std., mittelschwer). Lernen sie die farbenfrohe Vegetation der Insel kennen. Gegen 15:00 Uhr wartet ein weiteres Highlight auf uns: eine Kajaktour ab Playa Cayman. Entlang des Seeufers paddeln wir in Richtung des Feuchtgebiets Istian, dass sich zwischen den beiden Vulkanen der Insel erstreckt. Lautlos gleiten wir durch dichte Kanäle, umgeben von üppiger Vegetation. Mit etwas Glück beobachten wir Reiher, Eisvögel, Leguane und andere exotische Tiere in ihrem natürlichen Lebensraum – ein unvergessliches Naturerlebnis auf Ometepe.

Fahrstrecke: 10 km | Übernachtung: Finca El Porvenir auf Ometepe | Mahlzeiten: F**

Tag 20 - Di., 17.11.26
Isla Ometepe – Liberia in der Nähe des Rincón de la Vieja N.P.

Brodelnde Mini-Vulkane

Am Morgen heißt es Abschied nehmen vom facettenreichen Nicaragua. Wir nehmen die Fähre zurück nach San Jorge und fahren weiter zum Grenzübergang Peñas Blancas, wo wir die Grenze nach Costa Rica passieren und in unseren costaricanischen Bus umsteigen. Von hier aus sind es noch etwas 2 Stunden Fahrt bis wir den Ausgangspunkt unserer Wanderung im Rincón de la Vieja Nationalpark erreichen. Die Wanderung vorbei an Fumarolen und Mini-Vulkanen ist ein einzigartiges Erlebnis (ca. 1,5 - 2 Std., leicht). Überall raucht und blubbert es! Am späten Nachmittag erreichen wir unser Hotel in Liberia. Der Rest des Tages steht zur freien Verfügung. Vielleicht möchtest du die Stadt auf eigene Faust erkunden oder ihr verabredet euch zu einem gemeinsamen Abendessen. Der Reiseleiter hat sicher einen Tipp für euch parat.

Fahrstrecke: 160 km | Übernachtung: Las Espuelas **(*) in Liberia | Mahlzeiten: F

Tag 21 - Mi., 18.11.26
Liberia – La Fortuna

Auf Augenhöhe mit den Tieren

Ungefähr drei Stunden Fahrt sind es heute bis in die Nähe eines weiteren Vulkans, dem Arenal. Unterwegs hält dein Reiseleiter Ausschau nach interessanten Tieren am Wegesrand. Am frühen Nachmittag erreichen wir das Dorf La Fortuna, von wo wir tolle Ausblicke auf den Koloss genießen und bei einer Wanderung durch einen Hängebrückenpark am Arenal See (ca. 3 Std., leicht) mit etwas Glück Nasenbären, Wildschweinen, Falken und roten Pfeilgiftfröschen begegnen. Die eigentliche Besonderheit sind die hohen, aber sehr sicheren Hängebrücken, von denen man die in den Baumkronen lebenden Affen und Vögel entdecken kann. Wer noch nicht genug Adrenalin bekommen hat, kann hier am Nachmittag noch eine Canopytour (optional) buchen und abenteuerlich über die Baumwipfel hinweggleiten.

Fahrstrecke: 135 km | Übernachtung: San Bosco **(*) oder Faro Arenal ** (*) in La Fortuna | Mahlzeiten: F

Tag 22 - Do., 19.11.26
La Fortuna – Arenal – La Fortuna

Kochen auf dem Bauernhof

Heute haben wir zwei kleinere, jedoch sehr spektakuläre Ausflüge auf dem Programm. Wir steigen für eine kurze Fahrt in unseren Bus um die Lavafelder des noch 1968 ausgebrochenen Arenal-Vulkans zu erreichen, wo wir eine Wanderung über Lavagestein und Lavabrocken unternehmen (ca. 2 Std., mittelschwer). Diverse Schmetterlinge flattern um uns herum und wir genießen eine tolle Aussicht auf Vulkan und See. Im Anschluss besuchen wir gegen Mittag ein Bauernhaus in La Fortuna , wo landwirtschaftliche Erzeugnisse noch auf traditionelle Weise hergestellt werden. Die Farm ist umgeben von Gärten und Feldern, sodass ihr bei einem Rundgang sehen könnt, was später auf eurem Teller landet. Denn jetzt heißt es Ärmel hochkrempeln: Wir helfen den Ticas in der Küche und lernen, wie man ein landestypisches Mittagessen zubereitet, das wir im Anschluss gemütlich genießen. Buen provecho! Der Nachmittag steht dir für dein individuellen Unternehmungen zur freien Verfügung.

Fahrstrecke: 60 km | Übernachtung: San Bosco **(*) oder Faro Arenal **(*) in La Fortuna | Mahlzeiten: F, M

Tag 23 - Fr., 20.11.26
La Fortuna – Puerto Viejo de Sarapiquí

Tierbeobachtung und Kakaoplantage

Gegen 08:00 Uhr fahren wir mit dem Bus nach Sarapiquí, wo wir schon gegen Mittag ankommen und in unserer herrlichen Lodge einchecken. Am Nachmittag erwandern wir das Tirimbina-Reservat mit tropischem Regenwald und seiner andersartigen Pflanzenwelt (ca. 2 Std., mittelschwer). Im Anschluss besuchen wir eine ehemalige Kakaoplantage und erfahren bei einem Rundgang, wie aus den bitteren Kakaobohnen leckere Schokolade entsteht. Im Anschluss checken wir in unsere Unterkunft ein und die Umgebung lädt noch zur Suche ganz eigener Fotomotive ein.

Fahrstrecke: 95 km | Übernachtung: Ara Ambigua(*), Tirimbina **(*) oder El Bambù in Sarapiquí | Mahlzeiten: F**

Tag 24 - Sa., 21.11.26
Puerto Viejo de Sarapiquí – Bocas del Toro

Über die Brücke nach Panama

Ein spannender Tag erwartet uns: Nach einem frühen Frühstück verlassen wir das Dschungelreservat und fahren an die Karibikküste. Wir fahren ca. 4-5 Stunden entlang der Küste. Vor der Grenze nach Panama verabschieden wir unseren costa-ricanischen Busfahrer und überqueren zu Fuß mit unserem Gepäck den Grenzfluss Río Sixaola über eine abenteuerliche Brücke. Unser Reiseleiter ist uns bei den Grenzformalitäten behilflich. und verabschiedet sich. In Guabito begrüßt uns die panamesische Reiseleitung und ein neuer Bus, der uns weiter zur Hafenstadt Almirante bringt. Hier laden wir das Gepäck wieder auf ein Boot und fahren rund 30 Minuten zum Inselarchipel Bocas del Toro, wo uns eine traumhafte Idylle mit kristallklarem Wasser erwartet. In der kleinen Stadt „Bocas“ beziehen wir unser einfaches Hotel. Das karibische Flair, mit gemütlichen Bars, Restaurants und kleine Läden lockt uns direkt wieder hinaus, denn heute wollen wir Karibikfeeling live erleben!

Fahrstrecke: 220 km | Übernachtung: Swan´s Cay* oder Gran Hotel Bahia** auf der Isla Colón | Mahlzeiten: F**

Tag 25 - So., 22.11.26
Bocas del Toro

Ausflug zur traumhaften Inselwelt des Archipels

Bei einem Bootsausflug in typischen Fischerbooten erkunden wir die zahlreichen engen Meeresgassen, die sich durch die vielbewachsenen Mangrovenwälder schlängeln. Anschließend geht es weiter zum Coral Cay, wo das Meer ganzjährig ruhig ist und somit perfekt geeignet zum Schnorcheln ist. Wir halten im türkisblauen Wasser Ausschau nach Delfinen, die manchmal direkt neben unserem Boot aus dem Wasser springen. Wer mag, kann hier abtauchen und die bunte Unterwasserwelt per Schnorchel erkunden (Ausrüstung wird gestellt). Zu Mittag kehren wir meist in einem kleinen lokalen Restaurant ein, wo wir frisch gefangene Meeresfrüchte probieren können. Am Nachmittag schippern wir weiter zum sogenannten Red Frog Beach, wo wir ausreichend Zeit zum Schwimmen haben oder uns mit einem guten Buch unter Palmen entspannen, bevor es zurück auf die Hauptinsel geht.

Fahrstrecke: - | Übernachtung: Swan´s Cay* oder Gran Hotel Bahia** auf der Isla Colón | Mahlzeiten: F**

Tag 26 - Mo., 23.11.26
Bocas del Toro – Panama Stadt

Ein Blick auf den weltberühmten Panama-Kanal

Rechtzeitig vor unserem Abflug werden wir am Hotel abgeholt und zur Flugpiste von Bocas del Toro gebracht. Nach nur einer Stunde Flug landen wir in der pulsierenden Metropole und starten mit unserer Besichtigung der Hauptstadt. Das historische Panama finden wir in den Ruinen von Panama Viejo, die 1671 durch den Piraten Sir Henry Morgan zerstört wurde und im alten Stadtteil Casco Viejo mit seinen farbenfrohen, im Kolonialstil erbauten Gebäuden. Anschließend fahren wir auf den sogenannten Causeway, von wo aus wir einen eindrucksvollen Blick auf die Skyline der Stadt genießen. Natürlich darf das Highlight Panama-Kanal nicht fehlen! So fahren wir im Anschluss zu den Miraflores-Schleusen des Kanals und beobachten, wie die riesigen Schiffe hinein- und wieder hinausfahren. Zum Abschluss genießen wir den Aufenthalt im Hilton Hotel mit Jacuzzi über den Dächern der Stadt ganz besonders. Zahlreiche Restaurants, Bars und Geschäfte sind zu Fuß gut erreichbar.

Fahrstrecke: 50 km | Übernachtung: Hilton Garden Inn * in Panama Stadt | Mahlzeiten: F**

Tag 27 - Di., 24.11.26
Panama Stadt

Freizeit in der spannenden Metropole

Zum Abschluss hast du vielfältige Möglichkeiten, deine Freizeit am letzten Tag zu gestalten. Einfach Souvenirs shoppen auf den lebhaften Märkten und Einkaufstraßen oder stundenlang durch das Altstadtviertel

Casco Viejo schlendern. oder sogar einen Ganztagsausflug auf die Blumeninsel Taboga? Du hast die Wahl. Unternehmungslustige können einen Tagesausflug zum indigen Volk der Embéra (optional) unternehmen. Deine panamaische Reiseleitung informiert dich gerne am ersten Tag in Panama über die Buchungsmöglichkeiten.

Fahrstrecke: - | Übernachtung: HIlton Garden Inn * in Panama Stadt | Mahlzeiten: F**

Tag 28 - Mi., 25.11.26
Panama Stadt – Frankfurt

Lust auf Shopping?

Je nach Flugzeit hast du noch Zeit, das Stadtpanorama zu genießen oder shoppen zu gehen. Der Transfer erfolgt am Morgen oder Nachmittag zum internationalen Flughafen von Panama Stadt , wo der Rückflug nach Deutschland startet.

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

Tag 29 - Do., 26.11.26
Ankunft

Wieder zu Hause

Willkommen zurück in Deutschland! Mit zahlreichen Erlebnissen und Eindrücken im Gepäck landest du am Flughafen in Frankfurt. Mit deiner inkludierten Rail&Fly-Fahrkarte erreichst du umweltfreundlich deinen Heimatbahnhof.

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

Reiseverlauf

Tag 1	**Do., 29.10.26**	**Frankfurt - Guatemala Stadt**: Ankunft im Laufe des Tages
Tag 2	**Fr., 30.10.26**	**Guatemala Stadt – Sololá – Atitlán-See**: Marktaufenthalt in Sololá, Orientierungsgang in Panajachel
Tag 3	**Sa., 31.10.26**	**Atitlán-See**: Bootstour und Wanderung von Santa Cruz nach Jaibalito, Besuch des Dorfes Santiago Atitlán
Tag 4	**So., 01.11.26**	**Atitlán-See – Chichicastenango – Antigua**: Martk und Friedhof von Chichicastenango, Orientierungsgang durch Antigua
Tag 5	**Mo., 02.11.26**	**Antigua**: Citytour, u.a. zum Aussichtspunkt, Nachmittag frei
Tag 6	**Di., 03.11.26**	**Antigua – Biotopo del Quetzal – Cobán**: Wanderung durch den Naturpark "Biotopo del Quetzal", Freizeit am Pool
Tag 7	**Mi., 04.11.26**	**Cobán – Flores**: Stadtrundgang durch Cobán
Tag 8	**Do., 05.11.26**	**Flores – Tikal – Flores**: Ausführlicher Besuch von Tikal, Bootsfahrt zum Sonnenuntergang
Tag 9	**Fr., 06.11.26**	**Flores – Rio Dulce – Quiriguá – Copán**: Besuch der Maya-Stätte Quiriguá, Grenzübertritt nach Honduras
Tag 10	**Sa., 07.11.26**	**Copán**: ausgiebige Besichtigung der Ruinen, Nachmittag frei
Tag 11	**So., 08.11.26**	**Copán – Joya del Cerén – Suchitoto**: Mayastadt Joyas de Cerén in El Salvador
Tag 12	**Mo., 09.11.26**	**Suchitoto – Conchagua – La Unión**: Besuch einer Indigo-Werkstatt, Stadtrundgang Suchitoto
Tag 13	**Di., 10.11.26**	**La Unión – León**: Überquerung der Grenze nach Nicaragua, Orientierungsgang in der kolonialen Stadt León
Tag 14	**Mi., 11.11.26**	**León – Las Peñitas - León**: Stadtrundgang León, nachmittags frei
Tag 15	**Do., 12.11.26**	**León – Masaya – Granada**: Besichtigung des Kunstmarktes von Masaya, nachmittags Besuch des Masaya-Vulkans
Tag 16	**Fr., 13.11.26**	**Granada**: Stadtrundgang Granada, Bootstour zu den Isletas im Nicaragua-See
Tag 17	**Sa., 14.11.26**	**Granada**: frei
Tag 18	**So., 15.11.26**	**Granada – Isla Ometepe**: Überfahrt zur Isla Ometepe, Wanderung im Naturschutzgebiet Charco Verde
Tag 19	**Mo., 16.11.26**	**Isla Ometepe**: Wanderung am Fuße des Maderas Vulkans und Kajakfahrt
Tag 20	**Di., 17.11.26**	**Isla Ometepe – Liberia in der Nähe des Rincón de la Vieja N.P.**: Grenzübergang nach Costa Rica und Wanderung im Rincón de la Vieja N.P.
Tag 21	**Mi., 18.11.26**	**Liberia – La Fortuna**: Besuch des Hängebrückenparks am Arenal See
Tag 22	**Do., 19.11.26**	**La Fortuna – Arenal – La Fortuna**: Wanderung auf Lavafeldern des Arenal-Vulkans, Besuch eines Bauernhauses in La Fortuna mit gemeinsamen Kochen
Tag 23	**Fr., 20.11.26**	**La Fortuna – Puerto Viejo de Sarapiquí**: Wanderung im Tirimbina-Reservat, Besuch einer Kakaoplantage
Tag 24	**Sa., 21.11.26**	**Puerto Viejo de Sarapiquí – Bocas del Toro**: per Bus und Boot nach Bocas del Toro in Panama
Tag 25	**So., 22.11.26**	**Bocas del Toro**: Bootstour durch Mangrovenwälder, Schnorcheln am Coral Cay, Baden am Red Frog Beach
Tag 26	**Mo., 23.11.26**	**Bocas del Toro – Panama Stadt**: Flug, dann Stadtrundfahrt und Besuch Panama Viejo mit dem Panama-Kanal
Tag 27	**Di., 24.11.26**	**Panama Stadt**: freier Tag
Tag 28	**Mi., 25.11.26**	**Panama Stadt – Frankfurt**: Rückflug im Laufe des Tages
Tag 29	**Do., 26.11.26**	**Ankunft**: Landung in Frankfurt


GUATEMALA
Tikal
Flores
Río Dulce
Lanquín
Chichicastenango
Copán Ruinas
HONDURAS
Copán
Antigua
Guatemala Stadt
Suchitoto
La Unión
EL SALVADOR
León
NICARAGUA
Granada
Ometepe
Rincón de la Vieja N.P.
Liberia
Puerto Viejo de Sarapiqui
El Castillo
COSTA RICA
Bocas del Toro
Panama Stadt
PANAMA
Karibisches Meer
Pazifischer Ozean

Einreisebestimmungen & Impfungen

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

Für die Einreise in Kanada oder in die USA (bei Flügen mit kanadischen oder US-amerikanischen Fluggesellschaften) muss man via Internet eine elektronische Einreiseerlaubnis beantragen. Nähere Hinweise findest du in deinen Länderinformationen. Bei vorangegangenen Reisen seit 01.03.2011 nach Iran, Sudan, Kuba (Reisen seit 12.01.2021) u.a.: In diesen Fällen gilt reguläre Visumpflicht der USA, siehe Länderinformationen.

Für die Einreiseanträge in Nicaragua sende uns bitte umgehend nach Buchung eine Kopie deines Reisepasses und gib uns deinen Beruf an. Es wird bei Einreise seit Januar 2025 häufig ein Nachweis über die Ausreise aus Costa Rica verlangt. Du erhältst vom Reiseleiter für die Einreise nach Costa Rica einen Voucher, der die Ausreise auf dem Landweg bestätigt.

Nähere Hinweise findest du in deinen Länderinformationen.

Generell sind keine Impfungen für die Region vorgeschrieben. Polio-, Tetanus- und Diphtherieauffrischung, evtl. Typhus- und Hepatitisimpfung werden empfohlen. Malariaprophylaxe ist lediglich für manche Teile Panamas, Guatemalas und Honduras empfohlen.

Anforderungen & reisespezifische Hinweise

Keine besonderen Anforderungen. Normale Kondition und Gesundheit sind ausreichend. Bitte beachte: Beim Inlandsflug von Bocas del Toro nach Panama Stadt beträgt das Freigepäck 23 kg, Handgepäck 4 kg. Die Kosten für Übergepäck betragen US $ 3,–pro Kilo(Stand: Okt 2023).

Verpflegung

Die Verpflegung auf dieser Reise basiert im Wesentlichen auf Frühstück. In La Fortuna genießen wir auf dem Bauernhof ein gemeinsames Abendessen. Die Mahlzeiten findest du in der Reisebeschreibung mit F=Frühstück, M=Mittagessen, A=Abendessen gekennzeichnet.

Unterkünfte

Bei unseren Unterkünften in Guatemala, Honduras, El Salvador, Nicaragua, Costa Rica und Panama handelt es sich überwiegend um kleine landestypische**–*** Hotels, alle mit Bad oder Dusche/WC auf dem Zimmer. Einige unserer Häuser verfügen über einen Swimmingpool. Die Hotels in Honduras und das Hotel in Bocas del Toro sind wesentlich einfacher als die übrigen Hotels.

Teilnehmerzahl

8* bis 16
*bis 4 Wochen vor Reisebeginn zu erreichende Mindestteilnehmerzahl

Einzelzimmerzuschlag

Einzelzimmer	799,00 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 United Airlines, Iberia oder gleichwertiger Fluggesellschaft ab Frankfurt nach Guatemala Stadt und zurück von Panama Stadt (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 Charterbussen, Inlandsflug und Booten wie in der Reisebeschreibung aufgeführt; Transfers
- 27 Übernachtungen in **–*** Hotels im Doppelzimmer mit Bad oder Dusche/WC (sollten einzelne der in der Reisebeschreibung genannten Unterkünfte einmal nicht verfügbar sein, greifen wir auf möglichst gleichwertige Alternativen zurück)
- Mahlzeiten gemäß Reisebeschreibung: 27 x F, 1 x M (F=Frühstück, M=Mittagessen, A=Abendessen)
- Eintrittsgelder und Nationalparkgebühren
- deutschsprachige WORLD INSIGHT-Reiseleitung (außer während des freien Tages an Tag 27)
- 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

3846 kg CO_2 / 116 €

Abflugorte

Frankfurt/Main* ohne Zuschlag
*United Airlines

Fluginformationen

Voraussichtliche Fluggesellschaft:
United Airlines

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:

Exemplarische Flugzeiten mit Lufthansa/United Airlines sind:

Hinflug
Frankfurt – Houston 10:00 – 13:35
Houston - Guatemala 16:58 – 18:49

Rückflug
Panama – Chicago 07:50 – 13:17
Chicago - Frankfurt 16:00 – 07:20 (+1)

Für den Transit über Kanada und die USA benötigst du die ETA-Einreisegenehmigung und die ESTA Einreisegenehmigung, ggf. auch ein reguläres USA Visum (vorherige Reisen nach Iran, Kuba u. a.).Informationen dazu findest du in der Länderinformation.

Wir teilen dir mit der Buchungsbestätigung, oder spätestens wenn die Mindestteilnehmerzahl der Reise erreicht ist, deine persönlichen Flugzeiten in deiner Buchungsbestätigung mit.

Diese Reise wird durchgeführt von
WORLD INSIGHT Zentralamerika