



## MITTELAMERIKA & KARIBIK: COSTA RICA

# COSTA RICA ACTIVE

- > - Biketour am Arenalsee
- > - Möglichkeit zum Reiten, Kanufahren, Rafting, Canopy
- > - Wanderungen mit Ausblick auf den Vulkan Arenal
- > - Relaxen und Surfen am Traumstrand von Sámara

Auf dieser Multiaktivreise 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 4-tägigen 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!



## REISEDETAILS

### 1. Reisetag: Anreise

Willkommen in Costa Rica! Ankunft am Abend und Transfer zu unserem zentral gelegenen Hotel in San José

## **2. Reisetag: Aktives Eingewöhnen**

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 legen wir dann mit dem Fahrrad zurück. Im Anschluss machen wir einen Stopp in Pacayas. Dort nehmen wir das Mittagessen in einem landestypischen Lokal ein. Wie wär´s mit Gallo Pinto, dem Nationalgericht? Anschließend Rückfahrt zum Hotel.

## **3. Reisetag: Kaffee- und Schokoladentour in der Region Sarapiquí**

Den heutigen Tag beginnen wir mit einer Kaffeetour, wo wir einiges über Anbau, Ernte, Produktion & Geschichte des Kaffees lernen werden. Über die Zentral-Cordillera geht es im Anschluss durch die Nebel- und Regenwälder bis nach Puerto Viejo de Sarapiquí.

Am frühen 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!

## **4. Reisetag: Durch den dichten Dschungel - Schokoladentour**

Optional bzw. abhängig von der Gruppe und den Wetterbedingungen starten wir mit einer Bike Tour in der dschungelartigen Region von Sarapiquí. Wir starten auf asphaltierten Straßen und kommen dann auf eine unbefestigte und geschotterte Straße, wo das Abenteuer beginnt. Es geht durch eine ländlichere Gegend vorbei an Ananasplantagen, Palmenplantagen, Weiden und zum Teil durch den Wald, wo wir mit etwas Glück Tiere wie Affen, Leguane, Insekten, Schmetterlinge und viele Arten von Vögeln sehen werden. Vorbei an Flüssen und Bächen genießen wir die Tour und die bezaubernde Landschaft.

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.

## 5. Reisetag: Dschungellodge am Río San Carlos - Kayaktour

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 von der aus wir heute und morgen den Regenwald erkunden werden. Während der Tour sind wir so langsam unterwegs, so dass wir mit Hilfe unserer Guides so viele Tiere wie möglich entdecken und beobachten können. Unterwegs machen wir einen Stopp für ein gemeinsames Picknick.

Gemeinsames Mittagessen nach Ankunft in der Lodge.

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.

Paddelzeit: ca. 2Std. , Schwierigkeitsgrad 2 von 3

## 6. Reisetag: Dschungel satt!

Wir streifen achtsam und mit viel Ruhe geführt von unserem naturkundigen Guide 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**, von dem in Costa Rica nur noch ca. 200 Exemplare leben. Am Rande des Regenwaldes laden mehrere Lagunen zur »Wasserpirsch« in bereitstehenden Kanus ein (**optional**). Hier lassen sich eine Vielzahl von **Bromelien**, **Fledermäuse**, die über das Wasser laufenden »Jesus-Christus«- **Eidechsen** und am Abend auch **Kaimane** hautnah beobachten. Unvergesslich sind auch die Abende auf der Terrasse bei einem kühlen Drink, untermalt vom Konzert der Dschungelbewohner.

Optional: Bootstour auf dem Rio San Carlos, ca. 2 ½ bis 3 Std.

## 7. Reisetag: Der Vulkan Arenal

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. Später gönnen wir uns ein entspannendes Bad in den heißen Quellen der **Eco Termales Hot Springs** o.ä.

## 8. Reisetag: Wanderung am Vulkan Arenal

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 **Brüllaffen, Kolibris** und andere Vogelarten beobachten. Im Anschluss fahren wir zurück zu unserer gemeinsamen Unterkunft. Am Nachmittag frei für verschiedene, **optionale** Aktivitäten. Den Abend lassen wir mit einem gemeinsamen Abendessen in einem lokalen Restaurant ausklingen.

## 9. Reisetag: Biken von Nuevo Arenal nach Rio Celeste

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**.

## 10. Reisetag: Nationalpark Tenorio & Rio Celeste

Heute unternehmen wir eine mittelschwere **Wanderung zum Rio Celeste**. 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**. **Optional bzw. abhängig von der Gruppe und den Wetterbedingungen:** Alternativ haben wir auch die Möglichkeit, eine kleine, entspannte Radtour (ca. 15 km) zum Rio Celeste zu unternehmen und uns dort mit einem erfrischenden Bad und einem leckeren Picknick zu belohnen.

## 11. Reisetag: Vom Vulkan Tenorio zum Pazifik

Heute fahren wir entlang der Panamericana mit dem Bus Richtung Pazifikküste bis **Limonal**. Nach einer kleinen Kaffeepause dort, 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.

## **12. Reisetag: Welcome to Paradise!**

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 kleinere oder längere optionale Exkursionen unternommen werden. Lokale Agenturen bieten zB einen Ausflug zur Delphinbeobachtung oder eine Kajaktour zur **Isla Chora**. Surffans finden hingegen im unweit gelegenen Nosara traumhafte Bedingungen zum Wellenreiten.

**Optional:** Am 12. Reisetag stehen uns auch noch unsere Bikes zur freien Verfügung. Wir bieten zwei Optionen, deren Durchführung gemeinsam in der Gruppe entschieden werden und zudem wetterabhängig sind: Wer will, kann gemeinsam mit dem Guide eine weitere Tour unternemen, um zB die fast menschenleeren Strände von Barrigona und Barco Quebrado **oder Buena Vista** zu **erkunden**. Alternativ ist eine kleine Fahrradtour zum Carrillo Beach am Nachmittag mit einem kleinen Picknick möglich. Gegen 17 Uhr geht es zurück. Bei Ebbe kann die Fahrt am Strand entlang erfolgen und außerdem gemeinsam noch der atemberaubende Sonnenuntergang genossen werden.

Hinweis: die Fahrräder stehen uns leider nicht zur individuellen Nutzung zur Verfügung. Sie dürfen aus Sicherheitsgründen nur im Rahmen der Tour zusammen mit dem Guide von uns genutzt werden.

## **13. Reisetag: Welcome to Paradise!**

Der Tag steht Ihnen zur freien Verfügung.

## **14. Reisetag: Zurück nach San José**

Der Morgen ist zur freien Verfügung. Mittags (ca. 12 Uhr) müssen wir uns wohl oder übel von unserem kleinen Strandparadies losreisen. Mit dem Transfer-Bus geht es zurück nach San José, wo wir gegen Abend eintreffen.

## **15. Reisetag: Abreise**

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

## **16. Reisetag: Ankunft in der Heimat**

Ankunft am Zielflughafen.

| TERMINE UND PREISE                                    |            |        |            |
|---|------------|--------|------------|
| von   | bis        | Plätze | Preis in € |
| 03.11.2023  | 18.11.2023 | X      | 4.310 €    |
| 19.01.2024  | 03.02.2024 | X      | 4.390 €    |
| Einzelzimmerzuschlag: 590€                            |            |        |            |
| 08.03.2024  | 23.03.2024 | X      | 4.390 €    |
| Einzelzimmerzuschlag: 590€                            |            |        |            |
| 19.04.2024  | 04.05.2024 | X      | 4.390 €    |
| Einzelzimmerzuschlag: 590€                            |            |        |            |
| 19.07.2024  | 03.08.2024 | X      | 3.676 €    |
| Einzelzimmerzuschlag: 572€ Gesamtpreis ohne Flug      |            |        |            |
| 09.08.2024  | 24.08.2024 | X      | 3.676 €    |
| Einzelzimmerzuschlag: 572€ Gesamtpreis ohne Flug      |            |        |            |
| 08.11.2024  | 23.11.2024 | X      | 3.490 €    |
| Gesamtpreis ohne Flug- Mindestteilnehmerzahl erreicht |            |        |            |
| 31.01.2025  | 15.02.2025 | X      | 4.740 €    |
| 07.03.2025  | 22.03.2025 | X      | 4.740 €    |
| 11.04.2025  | 26.04.2025 | ✓      | 4.695 €    |
| 18.07.2025  | 02.08.2025 | ✓      | 4.743 €    |
| 15.08.2025  | 30.08.2025 | ✓      | 4.792 €    |
| 10.10.2025  | 25.10.2025 | ✓      | 4.695 €    |
| 07.11.2025  | 22.11.2025 | ✓      | 3.628 €    |
| Preis ohne Flug                                       |            |        |            |
| 19.12.2025  | 03.01.2026 | ✓      | 3.628 €    |
| Preis ohne Flug                                       |            |        |            |

Viele = ✓ Wenige = ! keine = X

## LEISTUNGEN

- > - Linienflug, i.d.R. mit Iberia via Madrid; bei kurzfristigen Anfragen (weniger als 2 Monate vor Beginn der Reise) kann es zu Aufpreisen kommen
- > - 14 Übernachtungen in Hotels und Lodges inkl. tägliches Frühstück
- > - Mittagessen an Tag 2 und Tag 5, Früchte-Picknick am Tag 5 (während der Kanu Tour) & Picknick am Strand an Tag 11; Abendessen an Tag 5, 6 und 8 (abhängig von den jeweiligen Unterbringungen kann dies variieren).
- > - Lokale deutschsprachige avenTOURa - Reiseleitung
- > - Alle Transfers im eigenen klimatisierten Kleinbus
- > - Bereitstellung von Mountain-Bikes mit Helm an Tag 2, 9 + 11, Tag 12-13: nur Bikes
- > - Eintritte für Besichtigungen, Nationalparks etc.
- > - Genannte Aktivitäten und Exkursionen, bei der Kanutour zusätzlicher lokaler Guide
- > - Reiseführer Costa Rica & Praktische Reiseinfos
- > - Squeezy Leichtgewichtsrucksack von unserem Ausrüster Tatonka
- > Bitte beachten Sie: In Ausnahmefällen kann auch eine englischsprachige Reiseleitung eingesetzt werden. Hierüber informieren wir Sie frühzeitig.

## ZUSATZLEISTUNGEN

- > Einzelzimmerzuschlag (590 €)
- > Einzelzimmerzuschlag (795 €)
- > Einzelzimmerzuschlag (771 €)
- > Einzelzimmerzuschlag (825 €)

## NICHT ENTHALTENE LEISTUNGEN

- > - Optionale Ausflüge
- > - Persönliche Ausgaben und Trinkgelder
- > - Nicht genannte Mahlzeiten und Getränke

## TEILNEHMER/INNEN

Mindestanzahl von Personen: 10

Maximalanzahl von Personen: 14

## ZAHLUNGSMODALITÄTEN

- > Höhe der Anzahlung in Prozent des Reisepreises: 20%
- > Fälligkeit der Restzahlung: 30 Tage vor Reisebeginn
- > Sofern bei der Reise eine Mindestteilnehmerzahl ausgeschrieben ist, ist bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl ein Rücktritt vom Reisevertrag seitens des Veranstalters bis spätestens 30 vor Reisebeginn möglich.
- > Nach Rechnungseingang sind 20% Anzahlung zu leisten. Die Restzahlung muss bis 30 Tage vor Reiseantritt erfolgen.

## WEITERE INFOS

### Programmhinweise

- > Anforderungen
- > - Generell: leichte bis schwere Tour (Schwierigkeitsgrad 1-3)
- > - Biken: an Tag 2 leicht (ca. 20 km bergab), an Tag 4 (Schwierigkeitsgrad 3 von 3), an Tag 9 + 11 Etappen von 40 - 50 km, mittelschwer
- > - Wandern: an den Tagen 2, 3, 6, 8, 10, Gehzeiten von 1 - 4 Std., leicht-mittelschwer
- > - Paddeln: an Tag 5 ca. 3 Std. (Schwierigkeitsgrad 2 von 3)
- > - Optionale Aktivitäten wie Rafting, Canopy oder Reiten, ca. 2 - 5 Std., leicht
- > Sonstige Hinweise
- > - Empfohlene Impfungen: Hepatitis A, Tetanus und Diphtherie empfohlen; eine Malariaphylaxe ist nicht notwendig
- > - Ideale Reisezeit: ganzjährig bereisbar
- > - Visum/Pass: keine Visumpflicht; Reisepass mind. 6 Monate gültig. Für den Flug über die USA müssen die dort geltenden Einreisebestimmungen beachtet werden
- > - Empfohlener Atmosfair-Beitrag: 87 € - Sie kompensieren Ihren Flug und wir schenken Ihnen einen Bonus. Hier bekommen Sie weitere Infos.
- > - CO2 - Bilanz dieser Reise pro Teilnehmer: 6,9 t
- > - Höhe Anzahlung: 20% des Reisepreises
- > - Restbetrag fällig: 30 Tage vor Reisebeginn
- > - Unsere letzte Rücktrittsmöglichkeit bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl: 21 Tage vor Reisebeginn
- > - Die Ausreisesteuer in Höhe von 29 USD ist bereits im Flugpreis enthalten
- > - In Costa Rica besteht Helmpflicht!
- > Für die Einreise ist ein noch mind. 6 Monate gültiger Deutscher, Österreichischer oder Schweizer Reisepass erforderlich. Sollten Sie eine andere Staatsbürgerschaft als die hier genannten besitzen, so teilen Sie uns bitte bei Ihrer Anfrage oder Buchung ihre Nationalität mit, so dass wir Sie über die entsprechenden Einreisebestimmungen informieren können.

Alle Fragen zur Ausschreibung beantwortet Ihnen der jeweilige Veranstalter unter den oben aufgeführten Kontaktdaten, der für die Angaben und Informationen zur Reise verantwortlich ist.