


Costa Rica active

Multiaktivreise mit Wandern, Biken, Kanufahren, Rafting und anderen Aktivitäten

Geführte Gruppentour von
avenTOURa GmbH



500476

 Mountainbike-Tour

 16 Tage / 15 Nächte

Unterkunft: Hotel, Pension oder Haus

Etappenlänge: 20 bis 40 km

Teilnehmerzahl: 6 bis 14

Kindertauglich: nein

Anreise 2024

Freitag: 19.01.2024, 08.03.2024, 19.04.2024,
19.07.2024, 09.08.2024, 11.10.2024 und
08.11.2024

Samstag: 21.12.2024



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!

HighlightsIhrer Reise

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

Reiseverlauf

1. Tag Ankunft in San José

Heute beginnt unsere Reise in Costa Rica. Am Flughafen werden wir bereits von unserem Guide erwartet und in unser Hotel in San José gebracht. Dort haben wir den restlichen Tag über Zeit die Stadt näher kennenzulernen. Wie wäre es denn mit einem Ausflug in den Stadtteil Escalante? Dort tummeln sich seit ein paar Jahren zahlreiche bunte und einladende Restaurants und Bars. Hier lässt sich auch der erste Cocktail hervorragend genießen!

2. Tag Aktives Eingewöhnen

Nach unserem tropischen Frühstück fahren wir in den "Gemüsegarten" Costa Ricas an den Hängen des Vulkans Irazú. Hier werden Kartoffeln noch auf 3.000 m Höhe angebaut! In der indigenen Sprache wird der Vulkan Irazú – grollender Berg – genannt und ist mit 3.432 m der höchste und auch aktivste Vulkan Costa Ricas. Am Gipfel kann man bei klarer Sicht beide Meere sehen, das Karibische Meer und den Pazifik. Einer Serpentinstraße folgend schlängeln wir uns bis in die baumlose Páramo-Vegetation des Nationalparks hinauf. Am Ausgangspunkt angekommen, machen wir einen Spaziergang in der Mondlandschaft, die zur türkis schimmernden Schwefellagune des 1.050 m breiten und 300 m tiefen Hauptkraters führt.

Nach kurzer Pause satteln wir erstmalig unsere Räder und starten mit einer landschaftlich reizvollen und gut machbaren Tour durch das bezaubernde Orosí-Tal. Wir starten am alten Tempel von Ujarras, einem der ersten Tempel Costa Ricas umgeben von vielen Kaffeeplantagen, einem See und Vögeln, die uns auf unserem Weg immer wieder begegnen werden. Es ist eine leicht hügelige asphaltierte Strecke mit wenig Verkehr und tollem Ausblick. Zur



linken Seite können wir immer wieder einen Blick auf den Tapanti-Nationalpark erhaschen und zur rechten Seite blicken wir auf den Río Grande de Orosí. Unser Ziel ist der Orosí- Kolonialtempel, wo wir abschließend eine Hängebrücke überqueren und von dort aus per Bus zu unserer Unterkunft gebracht werden. Anschließend Mittagessen und Zeit zur freien Verfügung.

3. Tag 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. Tag Durch den Dschungel - Abenteuer Nachtwanderung

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. Tag Dschungellodge am Rio 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.

6. Tag 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 - 3 Std.

7. Tag 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. Tag Wandern am Vulkan

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.

Am Nachmittag stehen zahlreiche Möglichkeiten für optionale Exkursionen zur Auswahl:

- Mistico Arenal Hanging Bridges US \$ 30 (nur Eintritt)
- Sky Tram ca. US \$ 48 p.P.
- SkyTram & SkyTrek Combo ca. US \$ 84 p.P.

Den Abend lassen wir mit einem gemeinsamen Abendessen in einem lokalen Restaurant ausklingen.



9. Tag 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.

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

10. Tag Nationalpark Tenorio & Rio Celeste

Der heutige Tagesausflug führt uns hinein in den Regenwald im Nationalpark Tenorio und zum hellblauschimmernden Rio Celeste. Der himmelblaue Fluss verdankt seinen Namen der hellen, fast türkisblauen, etwas milchigen Farbe, die durch eine natürliche chemische Reaktion an einer Stelle entsteht, an der zwei Flüsse zusammenfließen, die völlig verschiedene chemische Eigenschaften haben und durch deren Reaktion die Färbung hervorgerufen wird. Diese Stelle wird Färberplatz genannt und liegt mitten im dichten Regenwald versteckt.

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. Tag 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. Tag 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.



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.

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. Tag Sport oder Entspannung

Tag zur freien Verfügung. Natürlich können auch heute noch verschiedenste kleinere oder längere optionale Exkursionen unternommen werden. Lokale Agenturen bieten z.B. einen Ausflug zur Delphinbeobachtung oder eine Kajaktour zur Isla Chora. Surffans finden hingegen im unweit gelegenen Nosara traumhafte Bedingungen zum Wellenreiten. Oder lassen Sie einfach am letzten Tag am Strand die Seele baumeln!

14. Tag Rückfahrt 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. Tag Abreise

Heute heißt es Abschied nehmen von Costa Rica. Wir werden an den Flughafen gebracht, wo wir den Rückflug nach Europa antreten.

16. Tag Ankunft am Zielflughafen

Willkommen zuhause!

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



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 5, Früchtepicknick an Tag 5 (während der Kanutour) & am Tag 11 (am Strand), Abendessen an Tag 5 und 6 sowie 8 (variiert je nach Unterkunft)
- Lokale deutschsprachige avenTOURa - Reiseleitung
- Alle Transfers im eigenen klimatisierten Kleinbus
- Bereitstellung von Mountain-Bikes mit Helm an Tag 2, 9, 11, 12
- Eintritte für Besichtigungen, Nationalparks etc.
- Genannte Aktivitäten und Exkursionen, bei der Kanutour zusätzlicher lokaler Guide
- Reiseführer Costa Rica & Praktische Reiseinfos
- Hochwertiges Giveaway

Zusatzkosten

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

Anreise und Basis-Preise 2024

- | | |
|---------------------------------------|--|
| ab 3.790,- € (EZ ab 4.362,- €) | Freitag: 19.07.2024, 09.08.2024, 11.10.2024 und 08.11.2024 |
| ab 3.890,- € (EZ ab 4.482,- €) | Samstag: 21.12.2024 |
| ab 4.390,- € (EZ ab 4.980,- €) | Freitag: 19.01.2024, 08.03.2024 und 19.04.2024 |

