



### Costa Rica cycling

#### Costa Ricas schönste Landschaften...

##### Unvergessliche Höhepunkte

- Besuch der aktiven Vulkane Poás und Arenal
- Relaxen in heißen Thermalquellen
- Bilderbuchstrände an der Pazifikküste
- Fernab der Zivilisation im Regenwald



Warum bereisen Sie das Naturparadies Costa Rica nicht einmal mit dem Fahrrad? Bike-Freunde wissen längst, dass sich ein Land bei einer Radtour noch viel eindrücklicher, authentischer und intensiver erleben lässt. Die von uns ausgesuchte Route führt durch Costa Ricas schönste Landschaften, vorbei an Vulkanen, Naturschutzgebieten und zu den Traumstränden der Pazifikküste. Wir haben eine Reihe spannender Führungen und Besuche eingeplant, lassen aber auch ausreichend Freiraum für individuelle Unternehmungen.

##### 1. Tag - Ankunft in San José

Flug nach San José mit Iberia, Ankunft am Nachmittag und Transfer ins Hotel El Marañon in Ciudad Colón, wunderschön in einem tropischen Garten mit Blick auf den Vulkan Poás gelegen.

Falls Sie einen Tag vorher anreisen, können Sie hier einen Crashkurs Spanisch belegen (gegen Aufpreis).

mit dem Bus oder Auto 45 min.

##### 2. Tag - Ciudad Colón & Kaffeeplantagen

Tropisches Frühstück, allgemeine Infos und Besprechung des Programms, danach Fahrt mit dem Rad über Ciudad Colón und mitten durch Kaffeeplantagen zum Dorf El Rodeo, um einen ersten Eindruck vom Fahrradfahren in Costa Rica zu erhalten; am Nachmittag Ausspannen im tropischen Garten des Hotels und Abendessen.

mit dem Fahrrad ca. 30 km

##### 3. Tag - Vulkan Poás - San Carlos - Thermalquellen

Nach dem Frühstück fahren Sie im Kleinbus über die traditionsreiche Stadt Alajuela in das Zentrum des Kaffeeanbaus auf den fruchtbaren Hängen des Vulkan Poas: Wanderung im Nationalpark zum Krater und zur Lagune und auf dem Rückweg durch dichten Nebelwald. Nun startet die Fahrradtour: Zunächst geht es bergab nach Poasito, dann überqueren Sie die Zentrale Cordillera und kommen zum beeindruckenden Wasserfall La Paz. Eine Stunde später gelangen Sie ins karibische Tiefland in Ihre Lodge, die in der Nähe von Thermalquellen im Regenwald liegt - ideal zum Entspannen nach Ihrem ersten Aktivtag.

mit dem Fahrrad ca. 45 km mit dem Bus oder Auto ca. 1,5 Std.

##### 4. Tag - Karibisches Tiefland - Vulkan Arenal

Heute fahren Sie durch Kokos-, Papaya- und Maniokplantagen sowie ausgedehnte Rinderweiden durch das nördliche Flachland und kommen zum aktiven Vulkan Arenal in



## Reisebeschreibung

---

die Öko-Lodge Catarata, - direkt am Vulkan gelegen. Am Nachmittag bieten sich verschiedene optionale Fahrradausflüge z.B. zum berühmten Wasserfall Fortuna, zu den Lavafelder des Vulkans, zur Canopy-Tour oder zu Hängebrücken im Regenwald an.  
mit dem Fahrrad ca. 35 km

### 5. Tag - Biken entlang des Arenalsees - Optionen Reiten & Kayaktour

Sie befinden sich in einer der schönsten Bike - Regionen des Landes: Mit Blick auf den majestätischen Vulkan fahren Sie zum größten See des Landes. Sie umrunden den, von tropischer Vegetation gesäumten Stausee Arenal bis kurz hinter Nuevo Arenal, wo Sie in einem kleinen Hotel und Reiterhof übernachten. Am Nachmittag gibt es die Möglichkeit, zu reiten oder den See auf einer Kayaktour kennenzulernen.  
mit dem Fahrrad 50 km

### 6. Tag - Río Tempisque - Halbinsel Nicoya - Waldreservat Monte Alto

Morgens fahren Sie im Kleinbus bis kurz vor Tilarán. Von hier geht es weiter per Rad mit phantastischem Blick auf Vulkane und das pazifische Tiefland hinab zur Panamericana. Von hier aus radeln Sie auf die Halbinsel Nicoya bis in das Waldreservat Monte Alto. Übernachtung und Abendessen in der einfachen, aber wunderschön mitten im Wald gelegenen Lodge. Auch besteht die Möglichkeit, im halboffenen 1.Stock unter Moskitonetzen zu schlafen - ein ganz besonderes Naturerlebnis!  
mit dem Fahrrad ca. 60 km mit dem Bus oder Auto ca. 1 Std.

### 7. Tag - Vamos a la playa!

Morgens unternehmen Sie eine geführte Wanderung durch das Waldreservat und fahren anschließend über eine idyllische Landstraße durch Wälder und palmenbedeckte Hügellandschaften an den Pazifik nach Carillo, einem der Traumstrände der Halbinsel Nicoya. Nach einem ausführlichen Bad in der palmenbedeckten Bucht fahren Sie nur noch 15 Minuten nach Sámará in das Hotel Belvedere - wunderschön am Waldrand in einem tropischen Garten und 3 Minuten vom Strand gelegen.  
zu Fuß ca. 1 Std. mit dem Fahrrad 40 km

### 8. Tag - Bilderbuchstrände am Pazifik

Heute unternehmen Sie eine Tour nach Norden und kommen zuerst an die Bilderbuchstrände Buena Vista und Barigona, einsam und naturbelassen ohne jegliche Bebauung. Dann geht es weiter nach Garza, einem einsamen Fischerstrand. Diejenigen, die noch weiter nach Norden fahren möchten, können bis Guiones bei Nosara radeln.  
Übernachtung in Sámará.  
mit dem Fahrrad ca. 36 km

### 9. Tag - Tag zum Relaxen in Sámará

Heute ist Ruhe- bzw. Badetag und Cocktail-Schlürfen angesagt. Wer es etwas aktiver mag, kann sich natürlich auch gerne für eine der folgenden Ausflüge anmelden (optional):

- Bootsfahrt zur Delphinbeobachtung
- Schildkrötenbeobachtung Reservat Camaronal oder Nationalpark Ostional
- Tauchen
- Seekajak oder Schnorcheln
- Ultra-Leichtflug
- Reiten



## Reisebeschreibung

---

### 10. Tag - Fahrt nach Süden

Heute fahren Sie weiter nach Süden über Carillo, Estrada, Nationalpark Camaronal - auch hier landen Schildkröten zur Eiablage an! - Islita, Corazalito, wo Sie eine Badepause einlegen, und weiter nach Bejuco und Coyote. Übernachtung in San Francisco de Coyote.

Wer bereits genug Bewegung hatte, kann alternativ am Pazifikstrand in Sámara bleiben, sich dort für die nächsten drei Tage erholen oder optionale Ausflüge buchen (vgl. Tag 9). mit dem Fahrrad ca. 50 km

### 11. Tag - Fahrradtour entlang von Traumstränden

Heute fahren Sie weiter nach Süden durch wunderschöne Landschaften zu den menschenleeren Stränden von Ario, Manzanillo, und wenn möglich - es müssen einige Flüsse überquert werden - zu den touristisch etwas mehr entwickelten Traumstränden von Santa Teresa/Malpais und zurück nach Coyote. Übernachtung in Coyote.

Alternative: Auch der heutige Tag steht zur freien Verfügung in Sámara. Genießen Sie Sonne, Strand und Meer.

mit dem Fahrrad ca. 30 oder 80 km

### 12. Tag - San Ramón - Reserva Karen Mogensen

Heute fahren Sie ins Zentrum der Halbinsel Nicoya nach San Ramon ins Regenwaldreservat Karen Mogensen. Zu Fuß geht es weiter am Rio Blanco entlang, einem der schönsten Flüsse des Landes mit unzähligen natürlichen Becken und gigantischen Wasserfällen, die zum Baden laden. Danach erklimmen Sie die Berge des Reservats und übernachten in der Lodge Cerro Escondido, fernab der "Zivilisation", mitten im Regenwald gelegen.

Alternative: Der letzte Tag an der Pazifikküste kann entweder erneut am Strand verbracht werden oder durch einen optionalen Tagesausflug gestaltet werden.

zu Fuß ca. 4 Std. mit dem Fahrrad ca. 20 km

### 13. Tag - Fahrradtour, Fährfahrt und Transfer nach San José

Morgens kehren Sie zum Reservatseingang zurück und radeln über Jicaral und Lepanto am Golf entlang nach Playa Naranjo, wo Sie die Fähre nach Puntarenas nehmen. Dort machen Sie eine Pause an der Strandpromenade des traditionellen Badeortes und radeln anschließend 25 km auf Fahrradwegen zum Hafen Caldera. Hier endet die Fahrradtour und Sie verabschieden sich vom Pazifik. Mit dem Bus fahren Sie nach SAN JOSE in das traditionelle, ehemalige Villenviertel Escalante, 10 - 20 Gehminuten von allen Sehenswürdigkeiten der Hauptstadt entfernt.

Alternative: Per Bustransfer geht es zurück Richtung San José, wo Sie den Rest der Gruppe wiedertreffen.

mit dem Boot ca. 1 Std. mit dem Fahrrad ca. 45 km

### 14. Tag - San José

Heute lernen Sie die Hauptstadt San José mit quirligen Märkten, der alten Post, dem Nationaltheater, Parks und Kulturzentren kennen. Der Nachmittag ist für einen Museumsbesuch oder/und zum Shopping reserviert. Am Abend Abschiedsessen im Hotel

### 15. Tag - Heimreise oder Verlängerungsprogramm

Je nach Abflugzeit werden Sie zum Flughafen gebracht, um Ihren Rückflug nach Deutschland anzutreten. Wenn Sie noch etwas länger Zeit haben, können Sie optional



## Reisebeschreibung

---

noch einige Tage länger bleiben. Wie wäre es zum Beispiel mit einem Abstecher an die Karibikküste?

Frühstück

16. Tag - Ankunft in Deutschland

Anforderungen

Anspruchsvolle Tour mit Tagesetappen von 30 - 70 km pro Tag mit Mountain Bikes auf asphaltierten Straßen und Schotterpisten

Mountain Bike Kenntnisse vorausgesetzt

Das feuchtheiße Klima der Tropen verlangt dem aktiven Urlauber mehr ab als gewohnt, jedoch stellt dies mit einer normalen Konstitution kein Problem dar.

Bei allen Etappen besteht die Möglichkeit, auf den Begleitbus umzusteigen, der auch das Hauptgepäck durchgehend transportiert.

Falls Sie das eigene Fahrrad benutzen möchten, reduziert sich der Reisepreis um 195EUR. (Es fallen allerdings Zusatzkosten für die Fahrradmitnahme im Flugzeug an)

Sonstige Hinweise

Impfungen: Hepatitis A, Tetanus und Diphtherie empfohlen, Malariaprophylaxe ist nicht notwendig, Standby sinnvoll

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

Anzahlung in Höhe von 10% des Reisepreises

Restbetrag 30 Tage vor Reisebeginn fällig

Letzte Rücktrittsmöglichkeit von Seiten avenTOURas bei Nichterreichen der

Mindestteilnehmerzahl: 30 Tage vor Reisebeginn

Empfohlener Atmosfair-Beitrag: 113EUR

CO2 - Bilanz dieser Reise pro Teilnehmer: 7418,5 kg

Transportvoraussetzungen für eigene Fahrradmitnahme

Diese Regelungen gelten nur für einsitzige Zweiräder ohne Hilfsmotor.

Das Fahrrad muss vor Abflug angemeldet werden. Der Lenker muss quergestellt, die Luft aus den Reifen gelassen und die Pedale abmontiert werden.

Das Fahrrad muss entweder in einer entsprechenden Transport-Tasche oder fest in Kartonage verpackt sein. Iberia verfügt an vielen Flughäfen über Verpackungen in der Größe 131+72+21 cm (bei Überschreiten dieser Maße muss der Passagier selbst für eine geeignete Verpackung sorgen). Der Preis für diese Kartons beträgt pro Fahrrad 20EUR. Sie können diese auf Wunsch am Flughafen erhalten. Bei nichtsachgemäßer Verpackung behält sich Iberia das Recht vor, das Fahrrad mit dieser Kartonage zu versehen. (hiervon ausgenommen sind u.a. die Flughäfen in Berlin und Düsseldorf).

Iberia behält sich das Recht vor, sperriges Sportgepäck als begleitetes Reisegepäck abzulehnen und den Transport per Luftfracht durchzuführen. Bedingungen und Gebühren weichen von den vorgenannten ab.



## Reisedetails

---

Sie haben folgende Reisedaten gewählt:

<b>Reiseziel</b>	Costa Rica cycling Costa Ricas schönste Landschaften...
<b>Veranstalter</b>	avenTOURa GmbH
<b>Reiseart</b>	geführt
<b>Buchungsnummer</b>	803111-1302371
<b>Beginn</b>	17.06.2017
<b>Ende</b>	02.07.2017
<b>Reisedauer</b>	16 Tage
<b>Preis ab</b>	EUR 3.120,00
<b>Unterkunftsart</b>	Hotel
<b>Etappenlänge</b>	50 - 70 km
<b>Teilnehmerzahl</b>	6 / 14
<b>Kindertauglich</b>	nein
<b>Leistungen</b>	Linienflug in der Regel mit Iberia via Madrid ab München, Frankfurt oder Düsseldorf; Flughafentransfers; 14 Übernachtungen in Hotels und Lodges inkl. tägliches Frühstück; Abendessen am 2. - 6. & 11. und 14.Tag; Mittagessen am 12.Tag; Genannte Aktivitäten und Exkursionen; Eintritte für Besichtigungen, Nationalparks etc.; Deutschsprachige Betreuung am 2. & 14.Tag; Englischsprachiger qualifizierter Fahrradguide vom 2. - 13. Tag; Fahrräder vom 2. - 13.Tag, Begleitfahrzeug 3. - 13.Tag; Aktueller Reiseführer Costa Rica & Reisemitnahmeempfehlungen; Squeezy Leichtgewichtsrucksack von unserem Ausrüster Tatonka
<b>Zusatzkosten/ -leistungen</b>	EZ-Zuschlag 291,- EUR - 300,- EUR; Persönliche Ausgaben und Trinkgelder; als "optional" gekennzeichnete Exkursionen und Eintritte.
<b>Preisnachlässe</b>	



## Mögliche Termine

---

Die Reise wird zu folgenden Terminen angeboten:

<b>Beginn</b>	<b>Ende</b>	<b>Preis</b>
11.02.2017	26.02.2017	ab EUR 3.190,00
10.04.2017	25.04.2017	ab EUR 3.120,00
17.06.2017	02.07.2017	ab EUR 3.120,00
12.08.2017	27.08.2017	ab EUR 3.120,00
23.12.2017	07.01.2018	ab EUR 3.800,00

Bei einer Buchung der Reise für einen anderen als dem unten im Buchungsformular eingetragenen Termin können die Reisedetails abweichen. Insbesondere die Preise, Zusatzkosten und Preisnachlässe unterscheiden sich zwischen den verschiedenen Terminen.

Bitte senden Sie das ausgefüllte Buchungsformular per Fax an:  
(02227) 92 43-42

oder per Post an:

Die Radreisen-Datenbank  
Mittelstraße 9  
D-53332 Bornheim



## Buchungsanfrage per Fax an (02227) 924342

Ich (Wir) möchte(n) an folgender Reise teilnehmen. Bitte prüfen Sie die Verfügbarkeit der entsprechenden Anzahl von Plätzen.

Die Verantwortung für den Ablauf der Buchung und die Durchführung der Reise obliegt einzig und allein dem jeweiligen Veranstalter. Die Reisebuchung wird erst durch schriftliche Bestätigung des Veranstalters wirksam. Es gelten die AGB des Veranstalters.

Name \_\_\_\_\_  
Straße \_\_\_\_\_  
PLZ/Ort \_\_\_\_\_  
E-Mail \_\_\_\_\_  
Telefon \_\_\_\_\_

<b>Reiseziel</b>	Costa Rica cycling Costa Ricas schönste Landschaften...
<b>Veranstalter</b>	avenTOURa GmbH
<b>Buchungsnummer</b>	803111-1302371
<b>Beginn</b>	17.06.2017
<b>Ende</b>	02.07.2017
<b>Reisedauer</b>	16 Tage
<b>Preis ab</b>	EUR 3.120,00
<b>Leistungen</b>	Linienflug in der Regel mit Iberia via Madrid ab München, Frankfurt oder Düsseldorf; Flughafentransfers; 14 Übernachtungen in Hotels und Lodges inkl. tägliches Frühstück; Abendessen am 2. - 6. & 11. und 14.Tag; Mittagessen am 12.Tag; Genannte Aktivitäten und Exkursionen; Eintritte für Besichtigungen, Nationalparks etc.; Deutschsprachige Betreuung am 2. & 14.Tag; Englischsprachiger qualifizierter Fahrradguide vom 2. - 13. Tag; Fahrräder vom 2. - 13.Tag, Begleitfahrzeug 3. - 13.Tag; Aktueller Reiseführer Costa Rica & Reisemitnahmeempfehlungen; Squeezy Leichtgewichtsrucksack von unserem Ausrüster Tatonka
<b>Zusatzkosten/-leistungen</b>	EZ-Zuschlag 291,- EUR - 300,- EUR; Persönliche Ausgaben und Trinkgelder; als "optional" gekennzeichnete Exkursionen und Eintritte.

### Preisnachlässe

Bitte tragen Sie hier Ihre Sonderwünsche (EZ, Leihrad, Abflughafen etc.), die Namen aller Mitreisenden, den Reisebeginn sowie Kommentare und Anmerkungen ein:

---

---

---

---

\_\_\_\_\_  
Ort, Datum, Unterschrift