Lateinamerika

Costa Rica Panama Rundreise – Naturreise Selva

Individuelle Rundreise abseits der Touristenpfade

Highlights der Reise

- berühmte Vulkane und Nationalparks
- Geheimtipp Piedras Blancas Nationalpark
- Wanderparadies Boquete
- Baden an den schönsten Stränden des Pazifiks und der Karibik
- Freizeitgestaltung nach Lust und Laune vor Ort
- individuelle Verlängerung in Panama möglich

Diese 17-tägige Naturreise zu den schönsten Nationalparks bringt Sie von der quirligen Hauptstadt Costa Ricas zum lässigen Bocas del Toro an Panamas Karibikküste. Die Costa Rica – Panama Naturreise Intensiv ist eine große „Wanderung“ zu berühmten und weniger bekannten

Nationalparks.
Ob dampfende Regenwälder, sprudelnde Vulkane, traumhafte Strände oder friedliche Gewässer, jeder Nationalpark hat etwas Besonderes zu bieten. Nur eines haben alle gemeinsam: eine faszinierende und vielfältige Tier- und Pflanzenwelt. Während Sie in Costa Rica vor allem den artenreichen tropischen Regenwald und märchenhaften Nebelwald erkunden können, besuchen Sie in Panama das frühlingshafte Wanderparadies Boquete und das karibische Tauchparadies Bocas del Toro.
Dank der großzügig eingeplanten Freizeit können Sie Ihren Urlaub vor Ort nach Lust und Laune weiter gestalten.

Gerne sind wir Ihnen bei der Auswahl und Organisation der Ausflüge behilflich.

Enthaltene Leistungen

- Unterkunft wie im Programm beschrieben oder ähnlich
- Mahlzeiten wie beschrieben (F= Frühstück, M=Mittagessen, A=Abendessen)
- Flughafentransfers
- Variante 1: Shuttle-Transfers bis Manuel Antonio (Tag 6) in klimatisierten Minibussen mit spanischsprachigen Fahrern und anderen Reisenden, Privattransfers mit spanischschsprachigen Fahrern ab Tag 6
- Variante 2: Allrad Mietwagen in Costa Rica bis zur Grenze (mit Vollkaskoversicherung, 2 Fahrern zwischen 21 und 75 Jahren, Straßensteuer, Navigationsapps, Wifi Hotspot und Handy), Privattransfers in Panama
- Private Transfers in Panama mit wechselnden spanischschsprachigen Fahrern
- Inlandsflug Bocas del Toro - Panama Stadt (14 kg Gepäckgrenze)
- Englisch geführte Wanderung am Vulkan Arenal
- Selbstgeführte Hängebrückentour in Monteverde mit Eintritt zum Schmetterlings- und Kolibrigarten
- Stadtbesichtigung durch Panama City und Besuch des Panamakanals mit deutschsprachiger Reiseleitung inkl. Eintritt Miraflores Besucherzentrum
- Alle Steuern und Gebühren
- Lokaler Ansprechpartner rund um die Uhr
- Kompensation der durch die Rundreise verursachten CO?- Emmission durch Spende an ein Klimaschutzprojekt

Nicht enthaltene Leistungen

- Internationale Flüge
- CO?-Kompensation für den Flug durch Spende an ein Klimaschutzprojekt [empfohlen]
- Kosten für Übergepäck bei Inlandsflügen
- Wassertaxi von Almirante zur Isla Colon
- Optionale Touren
- Festtagszuschläge
- Nicht erwähnte Mahlzeiten
- Trinkgelder für Hotelangestellte, Gepäckträger, Fahrer etc.
- Extras in den Hotels
- Ein- und Ausreisesteuern

Tag 1: Willkommen in Costa Rica

Ankunft und Begrüßung am Flughafen von San José. Hier erwartet Sie bereits Ihr Fahrer mit einem Schild in der Hand und bringt Sie zu Ihrem Hotel im nahegelegenen Zentraltal unweit von Costa Ricas Hauptstadt.
Der Rest des Tages steht Ihnen frei.

Tag 2: Vulkan Arenal

Mietwagenannahme am Hotel oder Shuttlebus nach La Fortuna (freie Wahl)
Schon am nächsten Morgen reisen Sie weiter nach La Fortuna, einem kleinen Städtchen direkt am zeitweise aktiven Vulkan Arenal. Nach der Ankunft am Hotel bleibt Ihnen noch genügend freie Zeit zur Erkundung des beliebtesten Vulkans Costa Ricas.
La Fortuna, in dem Sie neben einigen kleinen Geschäften, Bank und Post auch zahlreiche Restaurants vorfinden, ist der ideale Ausgangspunkt für Exkursionen zum Vulkan und zu anderen umliegenden Attraktionen. Mit dem ersten Ausbruch des Vulkans nach 400 Jahren im Jahre 1968

setzte eine langsame touristische Entwicklung ein. Der Arenal zählt heute zu den 10 aktivsten Vulkanen der Welt und gilt als einer der spektakulärsten Naturräume Costa Ricas. Vor Ort haben Sie die Möglichkeit viele verschiedene Ausflüge und Aktivitäten zu buchen.

Tag 3: Wanderung am Vulkan Arenal & optionale Aktivitäten

Am Vormittag oder am Nachmittag unternehmen Sie eine ca. 2-stündige, englisch geführte Wanderung am Fuße des imposanten Vulkans. Überall sehen wir die Relikte der letzten Ausbrüche. Neben den pechschwarzen Lavafeldern wächst dichter Regenwald und beherbergt eine vielfältige Flora und Fauna, die wir uns nicht entgehen lassen. Erfahren Sie alle Besonderheiten dieser Gegend und freuen Sie sich auf eine spannende Wanderung.
Der Rest des Tages steht frei zur Verfügung.
Sie können eine spannende Canopy-Tour unternehmen, zu La Fortuna Wasserfällen reiten, die Baumwipfel beim Besuch der Hängebrücken oder beim Canopy erkunden, einen Ausflug zum Caño Negro mit Bootstour und Tierbeobachtung machen oder in den vielen heißen Quellen entspannen. Alternativ können Sie auch eine Tagestour zum Cerro Chato buchen und im Rahmen einer anspruchsvollen Wanderung den kleinen Bruder des Arenal erklimmen.

Tag 4: Monteverde Nebelwald

Heute führt die Costa Rica Panama Rundreise weiter in Richtung Monteverde, spanisch für „Grüner Berg“. Die Fahrt führt teils über eine abenteuerliche Schotterpiste mit tollen Ausblicken auf den berühmten Nebelwald. Nach der Ankunft im Hotel steht Ihnen der Tag zur freien Verfügung. Monteverde ist durch den tropischen Berg-Nebelwald geprägt. Die hohe Luftfeuchtigkeit begünstigt ein starkes Moos- und Flechtenwachstum, was dem Wald ein märchenhaftes Ambiente verleiht. Nicht umsonst bezeichnen sogar Wissenschaftler dieses Ökosystem als Elfenwald. Hier können Sie bei ausgedehnten Spaziergängen die Seele baumeln lassen und mit etwas Glück den Paradiesvogel Quetzal entdecken.
Monteverde ist vor allem für seinen Nebelwald weltweit bekannt, aber auch für den hier produzierten Käse.
Da Monteverde durch seine Bekanntheit viele Reisende anzieht, gibt es vor Ort auch eine große Anzahl an Restaurants und Geschäften.

Tag 5: Hängebrückentour in Monteverde & optionale Aktivitäten

Heute steht eine der beliebtesten Aktivitäten einer jeder Costa Rica Rundreise auf dem Programm: die selbstgeführte Wanderung über 8 feststehende Hängebrücken durch die Baumwipfel des Nebelwaldes (auf Wunsch buchen wir Ihnen gerne einen lokalen Guide für die Wanderung dazu). Auf der ca. 3 km langen Wanderung durch den Selvatura Park lernen Sie Flora und Fauna aus einer anderen Perspektive kennen und können das Leben im Dach des Nebelwaldes in Ihrem eigenen Tempo einmal von ganz nah beobachten. Mit Glück können Sie sogar den vom Aussterben bedrohten, farbenfrohen Göttervogel „Quetzal“ sichten.
Im Anschluss besuchen Sie noch den Schmetterlings- und Kolibrigarten. Nehmen Sie sich ein wenig Zeit diese bunten, wunderschönen tropischen Tiere zu beobachten.
Der Rest des Tages steht wieder zur freien Verfügung. Entscheiden Sie selbst, ob Sie in der Lodge entspannen möchten, den Ortskern von Santa Elena erkunden oder eine weitere Aktivität buchen möchten.
Empfehlenswert ist übrigens eine geführte Wanderung durch das weltberühmte Nebelwaldreservat. Auch Nachtwanderungen werden hier organisiert. Das Naturschutzgebiet hat eine Fläche von 12000 Hektar und beherbergt über 2500 Pflanzen- und mehr als 100 Säugetierarten wie z.B. Jaguare, Pumas, Affen, Tapire und Faultiere. Weitere Aktivitäten sind z.B. eine Canopy-Tour, ein Besuch auf einer Kaffee- und Zuckerrohrplantage, wo Sie den Prozess beobachten und die Produkte direkt beim Erzeuger probieren können. Wer nicht mit Insekten auf dem Kriegsfuß steht, kann im Insektenmuseum, Schmetterlingsgarten und auf der Reptilienfarm die beeindruckende Vielfalt dieser Tiere bestaunen.

Tag 6: Manuel Antonio

Heute geht es an die traumhafte Zentralpazifikküste nach Manuel Antonio. Der beliebte Badeort liegt zwischen hellem Sandstrand und üppigem Regenwald. Die idyllische Lage sowie eine gute touristische Infrastruktur machen diese Region zum idealen Erholungsgebiet.
Einige Strände entlang der Küste sind für ihre Sauberkeit mit der blauen Flagge ausgezeichnet und Besucherzahlen sind limitiert. Von Wanderungen in Naturparks über Canopy und Reittouren bis hin zu Wassersport – die Zentralpazifikküste bietet unzählige Möglichkeiten zur Freizeitgestaltung.

Tag 7: Manuel Antonio - optionale Aktivitäten

Für den heutigen Tag Ihrer Costa Rica Panama Rundreise wäre ein Besuch des Manuel Antonio Nationalparks passend (nicht inkludiert). Dieser Nationalpark ist einer der schönsten in ganz Costa Rica. Viele Tiere wie Affen, Waschbären, Faultiere und Nasenbären leben hier. Auch das seltene Totenkopfäffchen können Sie hier entdecken. Sie spazieren auf ausgeschilderten Wanderwegen durch den Park und ruhen sich anschließend an einem der zahlreichen Traumstrände aus. (Achtung: Der Nationalpark ist montags geschlossen.) Wenn Sie Ihren Tag etwas abenteuerlicher gestalten möchten, können Sie auch Reiten, Kajakfahren & Schnorcheln, oder eine Canopy- oder Raftingtour unternehmen. Zudem können auch Katamaranfahrten sowie Wal- und Delfinbeobachtungstouren organisiert werden.
Auch hier ist Accept Reisen bei der Auswahl und Buchung gerne behilflich.

Tag 8: Piedras Blancas Nationalpark

Nach dem Frühstück fahren Sie in den touristisch wenig frequentierten Süden Costa Ricas, zum Piedras Blancas Nationalpark – zu Deutsch: weiße Steine. Der Piedras Blancas-Nationalpark beherbergt eine der größten Artenvielfalten in ganz Mittelamerika und wird daher streng geschützt: nur max. 30 Personen werden gleichzeitig zugelassen und dennoch gilt er immer noch als Geheimtipp.
Der „biologische Korridor“ rund um den Golfo Dulce zwischen den Nationalparks Corcovado und Piedras Blancas verbindet wichtige Regenwälder und bildet eine 800 km² große Schutzzone für hunderte seltene Tier- und Pflanzenarten darunter auch der selten gesehene Jaguar. Der beinah unberührte Dschungel ist der ideale Ort für Naturbegeisterte und Ruhesuchende abseits der Touristenströme und ebenfalls einer der besten Ort zur Vogelbeobachtung. Die Lodge liegt wunderschön mitten im Dschungel und lädt zu Erkundungstouren durch den dichten Regenwald ein.

Hinweis: Bei Buchung der Shuttlebus-Variante wird der Transfer zur Lodge mit einem Privattransfer erfolgen (da hier keine Shuttlebusse fahren)

Tag 9: Piedras Blancas Nationalpark

Der Piedras Blancas Nationalpark, auch Regenwald der Österreicher genannt, liegt etwas nördlich von Golfito. Das Schutzgebiet wurde von Österreichern eingerichtet, um die einmalige Flora und Fauna zu schützen. Von Ihrer Lodge aus können Sie Wanderungen zur Tierbeobachtung unternehmen (Tag- und Nachtwanderungen). Im nahgelegenen Golfo Dulce leben viele Delfine und zeitweise auch Buckelwale und Walhaie, deren Spiel im Meer Sie bei geführten Bootsausflügen beobachten können. Die reiche Vegetation reicht bis ans Meer heran und hinein, was ebenfalls zu einer Erkundung der im Wasser stehenden Mangrovenwälder einlädt. Außerdem werden Radtouren, Vogelbeobachtungstouren und eine Führung zur Tropenforschungsstation La Gamba angeboten

Tag 10: Auf nach Panama - Boquete

Am frühen Morgen fahren Sie zum Grenzübergang nach Panama, wo Sie sich vom Tropenparadies Costa Rica verabschieden. Nachdem alle Grenzformalitäten erledigt wurden, werden Sie in Panama von Ihrem spanisch sprachigen Fahrer herzlich empfangen.
Einmal die Grenze überquert, geht es ca. 2,5 Stunden weiter nach Boquete, ein malerisches Bergdorf mit frühlingshaftem Klima und vielen Blumen. Der lokale Kaffee gehört zu den besten der Welt und Orangenfarmen und Gartenanlagen sind spektakulär.
Der Rest des Tages steht zur freien Verfügung. Mögliche Aktivitäten sind: Wandern, Kaffeeplantagen besuchen, Fahrradfahren, Canopy, Rafting…

Hinweis: Mietwagenabgabe an der Grenze, bei Buchung der Shuttlebus-Variante wird der Transfer zur Grenze mit einem Privattransfer erfolgen (da hier keine Shuttlebusse fahren). In Panama erfolgen fast ausschließlich private Transfers.

Tag 11: Boquete - optionale Aktivitäten

Boquete liegt eingebettet in einer prächtigen Berglandschaft und wird aufgrund der ganzjährigen angenehmen Temperaturen auch als ?Tal des ewigen Frühlings? bezeichnet. So bieten sich zahlreiche Ausflugsmöglichkeiten und Aktivitäten an. Sie können u.a. folgende Aktivitäten wählen: Kaffee-Tour, Wanderung auf dem Quetzales Weg, Vogelbeobachtung, Besuch des erloschenen Vulkans Barú (3.475 m), Canopy Tour, Rundgang durch das Städtchen Boquete, Entspannung in den Thermalquellen uvm.

Tag 12: Bocas del Toro in der Karibik

Über Land geht es mit Ihrem spanisch sprachigen Fahrer nach Puerto Almirante an die karibische Küste. Die Fahrt führt Sie über eine einzigartige und schöne Route mit atemberaubender Sicht, sowohl auf den Pazifischen als auch auf den Atlantischen Ozean.
In Almirante angekommen, bringt Sie ein Boot zur Hauptstadt Bocas del Toro auf die Insel Colon. Hier lassen Sie sich vom lässige Karibikflair anstecken. Die langen Sandstrände, der tropische Regenwald, die beeindruckenden Mangroven aber vor allem das kristallklare Wasser machen das

Archipel zu einem wahren Paradies.

Gegen Aufpreis können Sie auch in höherwertigen Unterkünfte übernachten (weitere Infos auf Anfrage)

Tag 13: Bocas del Toro - optionale Aktivitäten

Auch in Bocas del Toro steht Ihnen wieder freie Zeit zur Verfügung.
Die angenehme Atmosphäre durch das lässige Flair und die freundliche Bevölkerung verführt zum Nichtstun und die kleinen Sandstrände laden bei tropischer Hitze zum Abkühlen ein. Sicherlich lauschen Sie einmal bei einem frischen Cocktail oder einem lokalen Fischgericht dem Sound der Karibik: Reggae Musik erwartet Sie.
Für mehr Action sorgen das kommerzielle Zentrum, Surf-, Tauch- und Schnorchelangebote im und um den Nationalpark Bastimentos sowie viele optionale Ausflüge zu benachbarten Inseln und Stränden. Auch ein Besuch zu den indigenen Gemeinden, Dschungelwanderungen und Höhlentouren können unternommen werden.

Tag 14: Flug nach Panama Stadt

Heute verlassen Sie die karibische Inselwelt und fliegen weiter nach Panama Stadt.
Ein Transfer bringt Sie zum Flughafen von Bocas del Toro, von wo aus Sie weiter nach Panama Stadt fliegen. Nach Ankunft am nationalen Flughafen Albrook in Panama Stadt werden Sie erwartet und zu Ihrem Hotel gebracht. Der Rest des Tages steht zur freien Verfügung

Tag 15: Panama Stadt - City Tour

Panama Stadt bietet eine imposante Kulisse aus modernen Wolkenkratzern, grünen Hügeln, kolonialen Gebäuden und dem Meer sowie das lebhafte Treiben einer der wichtigsten Handelsregionen Lateinamerikas.
Der Tag beginnt mit einem Besuch der ersten Siedlung Panamas, Panama La Vieja, welche im 17. Jahrhundert von Piraten zerstört wurde. Anschließend geht es weiter zur wunderschönen, kolonialen Altstadt, dem Casco Viejo. Hier ältesten Stadtteil befindet sich auch die San José Kirche mit dem bekannten Goldaltar

Am Nachmittag fahren Sie durch das Bankenviertel bis zu den Miraflores Schleusen des Panamakanals, wo Sie das Panamakanal-Museum besuchen.

Tag 16: Abreise

Nach dem Frühstück endet Ihre Costa Rica Panama Rundreise leider schon mit dem Transfer zum Flughafen. Adios Panama!

Gerne organisieren wir Ihnen ein individuelles Verlängerungsprogramm. Wie wäre es mit einer Bootsfahrt durch den Panamakanal, einem Besuch des Embera Volks oder ein paar Tagen Entspannung am Pazifikstrand oder bei den Kuna auf den San Blas Inseln?