

Trek Évasion

Voyages naturalistes et sportifs

Costa Rica

Des volcans à l'océan

Pour les amoureux de la nature

14 jours/Niveau 2



DESCRIPTIF :

Le Costa Rica est un merveilleux pays où la faune et la flore très variées permettent aux voyageurs un dépaysement immédiat. Entre mer des caraïbes et océan Pacifique vous traverserez la chaîne volcanique centrale jusqu'aux plus impressionnantes forêts tropicales d'Amérique Centrale avant de terminer sur la plus belle plage pacifique du pays. Ce séjour particulièrement réservé aux amoureux de la nature vous charmera par sa diversité.

POINTS FORTS :

Une magnifique traversée du pays d'Est en Ouest en passant par le volcan Arénal et Tenorio puis le massif montagneux du Monteverde. Visites de la réserve du sendero 1968 et de la réserve de Santa Elena. Balade sur les ponts suspendus de Monteverde et baignade dans les thermes d'eau chaude du volcan Arénal. La rencontre d'une population locale très accueillante et le coucher de soleil sur le pacifique.

Trek Évasion

LE PROGRAMME :

Jour 1 :

SAN JOSE

Arrivée à l'aéroport de San José, accueil et transfert dans un hôtel de la capitale. Votre correspondant vous remettra le dossier de réservation des hôtels, excursions et d'une carte routière de votre itinéraire. Il vous expliquera tout le déroulé de votre séjour. Vous garderez un contact d'assistance avec lui par téléphone, en cas de besoin.

Nuit : Hôtel dans la capitale - Repas inclus : Avion

Jour 2 :

TURRIALBA

Le matin votre loueur de voiture viendra à votre hôtel afin de signer votre contrat de location et vous remettra votre véhicule 4x4. Assurance de base incluse (supplément tout risque à votre charge sur place, si souhaité).

Départ en autonomie jusqu'à la petite ville de Turrialba, très connu pour ses activités de sports en eau vive. Possibilité de nombreux arrêts découverte en route à votre choix, la visite du parc national du volcan Irazu (plus haut volcan du pays 3432 mts), visite du marché de Cartago ou de sa basilique, vous approcher du volcan actif de Turrialba...

Nuit : Hôtel à Turrialba - Repas Inclus : Petit déjeuner

Jour 3 :

CAHUITA

En route, jusqu'au petit village de Cahuita, situé en bordure de la mer des caraïbes, nous traverserons les grandes plantations de bananiers. Dans l'après-midi, installation dans notre lodge et baignade dans les eaux cristallines de la mer des caraïbes. Possibilité d'une longue balade sur la plage, et d'observation de nombreux paresseux. L'endroit est particulièrement paradisiaque.

Nuit : Lodge - Repas Inclus : Petit déjeuner

Jour 4 :

CAHUITA

Journée à votre convenance sur la côte caraïbe. Il est cependant fort recommandé d'aller traverser le parc national de Cahuita (entrée libre sur donation volontaire). Le plus fascinant des parcs nationaux de la zone caraïbes est peuplé de nombreux paresseux, singes capucins, rats laveurs, coatis ainsi que d'une très riche avifaune. Le soir, c'est très agréable d'aller dîner à Puerto Viejo de Limon afin de vibrer aux rythmes afro-caribéens dans cette petite ville très animée, calypso, reggae...

Nuit : Lodge - Repas Inclus : Petit déjeuner

Jour 5 :

SARAPIQUI

Départ vers la région de Sarapiquí, haut lieu de l'ornithologie dans le pays. Dans l'après-midi installation dans notre lodge et balade sur ses sentiers pour l'observation d'un très grand nombre d'espèces d'oiseaux : toucans, colibris, rapaces, moucherolles... et observations de singes et des grenouilles venimeuses. La nature à l'état pur !

Nuit : Lodge - Repas Inclus : Petit déjeuner

Trek Évasion

Jour 6 :

LA FORTUNA

Trajet jusqu'au volcan Aréna dans la petite ville de La Fortuna. Possibilité de nombreux arrêts découverte en route à votre choix, le pont des iguanes à Muelle, la visite d'une plantation d'ananas, faire du rafting le matin sur Sarapiquí...

Nuit : Hôtel La Fortuna - Repas Inclus : Petit déjeuner

Jour 7 :

LA FORTUNA

Entrée de la réserve du « senderos 1968 » incluses afin d'aller visiter les anciennes coulées de lave du volcan Aréna ainsi que de nombreux points de vue sur cet immense colosse. Ce lieu est particulièrement apprécié des naturalistes en quête d'observations d'animaux. Le soir, entrée aux thermes d'eau chaude du volcan afin de passer une agréable soirée de détente.

Excursions : réserve senderos 1968 et thermes d'eau chaude du volcan

Nuit : Hôtel La Fortuna - Repas Inclus : Petit déjeuner

Jour 8 :

TENORIO

Trajet à travers la chaîne des volcans du Nord où les observations d'oiseaux multicolores sont assez importantes. Il est particulièrement recommandé d'aller dans le parc national du volcan Tenorio afin d'y observer l'incroyable Rio Celeste, sa cascade d'eau bleue céleste, ses lagunes bleues et la jonction des deux rivières qui engendrent ce phénomène.

Nuit : Hôtel Tenorio - Repas Inclus : Petit déjeuner

Jour 9 :

MONTEVERDE

Départ le matin avec votre 4x4 en direction du Monteverde. Possibilité de voir des coatis et des toucans en chemin. Arrivée dans l'après-midi dans le petit village de Santa Elena très prisé des ornithologues. Nombreuses activités possibles sur place : tyroliennes, musée aux insectes, ranarium...

Nuit : Hôtel de montagne - Repas Inclus : Petit déjeuner

Jour 10 :

MONTEVERDE

Journée de découverte des montagnes du Monteverde et de son incroyable forêt brumeuse. Visite de la réserve de Santa Elena prévue avec un guide naturaliste spécialisé de la région afin de découvrir une multitude d'oiseaux et mammifères. Puis visite des Ponts suspendus au-dessus de la canopée. Une vue incroyable au-dessus d'arbres de plus de 70 mètres de haut.

Nuit : Hôtel de montagne - Repas Inclus : Petit déjeuner

Jour 11 :

MANUEL ANTONIO

Départ en direction du versant pacifique et de ses magnifiques plages de cocotiers. Vous allez rejoindre la fameuse route Panaméricaine avant de vous diriger vers le sud du pacifique et le petit village de pêcheurs de Quepos et sa station balnéaire Manuel Antonio. L'endroit est idyllique pour le farniente et le coucher de soleil. Possibilité d'arrêt à la rivière des crocodiles à Tarcoles.

Nuit : Hôtel - Repas Inclus : Petit déjeuner

Trek Évasion

Jour 12 :

MANUEL ANTONIO

A votre choix vous pourrez profiter des nombreuses activités proposées dans la petite station, balade à cheval, en bateau, visiter le parc national, manger dans un petit restaurant de poisson, faire du shopping dans Quepos... Tout est réuni ici pour passer un très agréable moment à la plage. Une des plus belle du pays !

Nuit : Hôtel - Repas Inclus : Petit déjeuner

Jour 13 :

DEPART

Départ dans la matinée pour un retour dans la vallée centrale et la capitale. Retour chez votre loueur de voiture pour la restitution du 4x4 qui vous transférera ensuite à l'aéroport. Pensez à vous y prendre suffisamment de temps à l'avance. Enregistrement et embarquement pour votre retour.

Le vol aérien doit impérativement être dans l'après-midi.

Repas Inclus : Petit déjeuner

Jour 14 :

Arrivée en France dans la journée

Le prix comprend :

- L'hébergement avec petit déjeuner en base chambre double ou triple (3 participants)
- Le transfert aéroport - hôtel le jour 1
- La location d'un véhicule 4x4 tel que indiqué avec assurances de base incluses
- L'entrée aux senderos 1968 le jour 7
- L'accès aux sources d'eau chaude le jour 7
- L'entrée et la visite guidée (anglais ou espagnol) de la Réserve Santa Elena le jour 10
- L'entrée aux ponts suspendus le jour 10
- L'assistance locale de votre correspondant
- Les bons d'échange : remis sur place
- Une carte routière : remise sur place

Le prix ne comprend pas :

- Le billet d'avion (le rendez-vous se fait à l'aéroport de San Jose, Costa Rica. Code aéroport SJO)
- Les boissons
- La chambre individuelle (compter 750€)
- Les faux frais et pourboire

Formalités : Passeport

Pour les ressortissants **français, belges, luxembourgeois et suisses** : passeport valide au moins un jour après la date prévue de sortie du pays.

Durée autorisée dans le pays pour un séjour sans visa : 3 mois.

Aérien :

Quel vol choisir : SAN JOSE COSTA RICA (Code aéroport SJO)

De nombreuses compagnies aériennes desservent le pays depuis l'Europe

- IBERIA, via Madrid – quotidien,
- AIR FRANCE, via Paris CDG, 2 ou 3 fois par semaine, suivant la saison,
- KLM, via Amsterdam, 3 fois par semaine,

Trek Évasion

- LUFTHANSA, via Francfort, 3 fois par semaine,
- BRITISH AIRWAYS, via Londres Heathrow.

Toutes ces compagnies permettent de partir depuis un peu partout en Europe, via leurs *hubs* respectifs ; éventuellement aussi avec un vol vers Panama puis une continuation Panama – San Jose (billet unique du départ à l'arrivée).

* aller : départ d'Europe le matin, arrivée San Jose le même soir.

* retour : départ de San Jose l'après-midi ou en soirée, arrivée Europe le lendemain.

Les compagnies américaines, AMERICAN AIRLINES, DELTA, UNITED ont de nombreux vols quotidiens pour San Jose depuis leurs *hubs* respectifs (Atlanta, Houston, Miami, New York, etc). Elles peuvent être aussi une bonne solution pour se rendre à San Jose depuis l'Europe ; être attentif cependant aux formalités (formulaire ESTA nécessaire pour un transit aux Etats Unis).

Argent :

Le Colon

La monnaie est le Colon – CRC.

1 Euro = 700 colones environ.

Change possible à l'aéroport en arrivant ; ainsi qu'aux guichets des banques.

Néanmoins, le plus simple est de retirer des colones aux DAB, disponibles un peu partout dans les villes grandes et moyennes ; retrait en colones ou en dollars US.

Tout ce que vous voulez savoir sur le Costa Rica :

- *Wikipedia* pour une vue d'ensemble sur le pays
- *Inbio* pour en savoir plus sur la biodiversité (site en espagnol ou anglais)
- *L'observatoire volcanologique de l'université du Costa Rica*, avec les webcams des différents volcans.

Décalage horaire par rapport à la France :

- été : moins 7 heures
- hiver : moins 8 heures

La sécurité :

Le Costa Rica est une destination jugée sûre. Partout dans le pays, le niveau de sécurité est bon. Bien sûr, il faut être attentif, à ses documents et valeurs, dans les villes et les endroits avec beaucoup de monde (marchés, plages...).

Santé :

Le Costa Rica est le premier pays d'Amérique latine en termes de qualité des soins. Les techniques utilisées sont modernes, et les médecins bien formés.

Aucun vaccin n'est obligatoire. Nous vous conseillons cependant d'être à jour pour les vaccinations classiques. Un traitement antipaludéen, parfois conseillé, n'est pas nécessaire. Toutefois, nous vous recommandons vivement de vous protéger soigneusement contre les piqûres de moustiques (crème répulsive et chemises à manches longues).

Nous vous recommandons d'effectuer une visite de contrôle chez votre dentiste et médecin avant votre départ.

Electricité :

Le Costa Rica a un système électrique de 110 volts. Les prises sont de type plate américaine. Il faudra donc prévoir un adaptateur que vous trouverez facilement à l'aéroport.

Trek Évasion

Téléphone :

- Pour appeler le Costa Rica depuis la France, il faut composer le 00 506 + numéro du correspondant.
- Pour appeler la France depuis le Costa Rica, il faut composer le 00 33 + numéro du correspondant (sans le 0).
- La couverture GSM est relativement bonne à proximité de centres urbains et des lieux touristiques.

Adresses utiles :

Ambassade du Costa Rica en France

4, square Rapp - 75007 Paris

Tél. : 01 45 78 50 93

Email : consulat.cr@gmail.com

Web : www.ambassade-costarica.org

Ce programme est à titre indicatif et nous nous réservons le droit de le changer ou de le modifier en cas d'événements imprévisibles sur place.

Trek Évasion S.A.S au capital de 10 000€ - R.C.S Nîmes 821 003 563 - N° Siret : 821 003 563 000 11 - Code Naf : 7912Z activités des voyagistes
N° TVA intra : FR 87 821 003 563 – Assurances de responsabilités civiles : MMA PRO-PME n° 000000146382580 – Garantie financière apportée par APST – N° d'immatriculation au registre des opérateurs de voyages et de séjours : IM030230002