

Trek Évasion

Voyages naturalistes et sportifs

Costa Rica-Panama

Des volcans et des poissons

15 jours/Niveau 1

DESCRIPTIF :

Ce circuit enchante les amoureux d'aventure qui souhaitent avoir le plus grand aperçu des beautés naturelles d'Amérique Centrale. Un voyage qui vous mènera des volcans actifs du Costa Rica aux îles paradisiaques de l'archipel de Boca Del Toro au Panama. De l'observation de la faune et de la flore des côtes luxuriantes à la découverte des paysages montagneux et volcaniques de ces deux pays, vous resterez en haleine tout au long de votre voyage.

POINTS FORTS :

Visite de très diverses réserves et parcs nationaux : volcans Irazu et Tenorio, Côte de Cahuita et Boca Del Toro, montagneuse de Talamanca. Très nombreuses observations de la faune et de la flore. La balade en bateau dans l'archipel et la très grande possibilité de voir des dauphins. Le masque et tuba dans la mer des Caraïbes.

LE PROGRAMME :

Jour 1 :

SAN JOSE

Arrivée à l'aéroport de San José, accueil de votre accompagnateur et transfert dans un hôtel de la vallée centrale.

Nuit : Auberge

Repas inclus : Dîner

Jour 2 :

IRAZU-CARTAGO-SAN JOSE

Le matin visite du parc national du volcan Irazu. Observation des superbes cratères au centre de sa grande caldeira et du volcan voisin Turrialba. Au retour arrêt à la basilique de Cartago et visite du marché, très en couleur, de la ville. Retour à San José.

Balade : parc national Irazu : 2h, 2 km, +100m, -100m

Nuit : Auberge

Repas Inclus : Petit déjeuner-déjeuner-Dîner

Jour 3 :

POAS-TENORIO

Le matin, visite du parc national du volcan Poas, observation du cratère actif fumant et de son incroyable lagune d'acide sulfurique. En route arrêt dans une plantation de café de la vallée centrale pour une petite dégustation d'un café considéré comme le meilleur du monde.

Puis par la Panaméricaine, direction dans la zone des grands éleveurs du nord « les savaneros ».

Balade : parc national Poas : 2h, 2 km, +150m, -150m

Nuit : Lodge

Repas Inclus : Petit déjeuner-déjeuner-Dîner

Jour 4 :

TENORIO

Journée consacrée à la visite du parc national. Cette superbe balade nous amènera voir l'union de deux rivières, qui chargées de sédiments volcaniques colore l'eau en bleue céleste. Nous observerons une magnifique cascade et pourrons nous tremper dans de l'eau thermale volcanique chaude.

Balade : parc national Tenorio : 5h, 8 km, +250m, -250m

Nuit : Lodge

Repas Inclus : Petit déjeuner-déjeuner-Dîner

Jour 5 :

SARAPIQUI

Départ le matin vers la région caribéenne de Sarapiquí, haut lieu de l'ornithologie dans le pays. La zone est l'une des plus diversifiées du pays avec l'observation d'un très grand nombre de variétés d'oiseaux et de grenouilles multicolores venimeuses.

Balade : Sentier du lodge : 3h, 2 ou 3km, +0m, -0m

Nuit : Lodge

Repas Inclus : Petit déjeuner-déjeuner-Dîner

Jour 6 :

SARAPIQUI

Matinée consacrée à l'observation de la faune et de la flore de la forêt primaire de la réserve de notre lodge : grand nombre de singes, paresseux, toucans, colibris... Après-midi visite d'une plantation artisanale de cacao avec explication sur la culture et la fabrication du chocolat et terminé par une dégustation.

Balade : Sentier du lodge : 4h, 8km, +250m, -250m

Nuit : Lodge

Repas Inclus : Petit déjeuner-déjeuner-Dîner

Jour 7 :

PUERTO VIEJO DE LIMON

Le matin route vers Puerto Viejo de Limon et ces merveilleuses plages de cocotiers. Petit arrêt dans la ville portuaire de Limon.

En route, 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.

Nuit : Lodge

Repas Inclus : Petit déjeuner-déjeuner-Dîner

Jour 8 :

CAHUITA

Journée consacrée à la traversée du parc national de Cahuita. 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.

Balade : parc national : 5h, +0m, -0m

Nuit : Lodge

Repas Inclus : Petit déjeuner-déjeuner-Dîner

Jour 9 :

PANAMA-BOCA DEL TORO

Le matin départ pour la frontière du Panama. Passage des formalités d'entrées. Route jusqu'à l'embarcadère de la ville d'Almirante pour prendre un bateau qui nous amènera dans l'archipel de Bocas del Toro (nous laissons le bus). Après midi, balade sur l'île pour aller sur une superbe plage de sable blanc aux eaux cristallines.

Balade : sur l'île : 1h, +0m, -0m

Nuit : Lodge

Repas Inclus : Petit déjeuner-déjeuner-Dîner

Jour 10 :

BOCA DEL TORO

Départ en bateau pour une superbe journée en mer avec très probable observation de dauphins, plongée masque et tuba (c'est préférable d'avoir son matériel) dans le plus beau site de corail de l'archipel. Visite de la paradisiaque plage de sable blanc de « Dark Frog », baignade.

Balade : sur l'île : 1h, +0m, -0m

Nuit : Lodge

Repas Inclus : Petit déjeuner-déjeuner-Dîner

Jour 11 :

DAVID

Retour en bateau jusqu'à Almirante (récupération du bus). Puis traversée d'est en ouest du Panama par les montagnes du centre du pays jusqu'à la ville commerçante de David où nous retrouvons la Panaméricaine. Possibilité de shopping, à des prix très intéressants, dans l'après-midi.

Nuit : Auberge

Repas Inclus : Petit déjeuner-déjeuner-Dîner

Jour 12 :

COSTA RICA-TALAMANCA

Le matin, départ pour la frontière du Costa Rica. Passage des formalités. Remontée de la Panaméricaine jusqu'à la région montagneuse de Talamanca. Possibilité de balader sur les sentiers de notre lodge de montagne (à plus de 2500 mts d'altitude) à notre arrivée. Nombreuses observation de colibris et oiseaux de montagne.

Nuit : Lodge

Balade : Sentier du lodge : 2h, +200m, -200m

Repas Inclus : Petit déjeuner-déjeuner-Dîner

Jour 13 :

SAN JOSE

Tôt le matin balade sur les sentiers de la forêt d'altitude de Talamanca à la recherche du fameux oiseau mythique le quetzal. Retour sur San José.

Nuit : Auberge

Balade : 3h, +200m, -200m

Repas Inclus : Petit déjeuner-déjeuner-Dîner

Jour 14 :

DÉPART

Transfert aéroport. Retour France.

Jour 15 :

France

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.