

## 0014 Costa Rica/ Panama

### Dag 1: Ankomst Tocumen flyplass

Ved ankomst på Tocumen flyplass vil dere bli møtt av Geir transport til hotell for innsjekk.  
Overnatting Panama

### Dag 2: Bytur og Panama kanalen

Etter en god frokost på hotellet dra på en bytur i Panama City. Først vil vi besøke Miraflores Locks der dere vil se det fantastiske synet av skipene som krysser Panamakanalen. Deretter blir det sightseeing av den tidligere Albrook festning som nå er et vakkert bolig- og handelsområde. Etter dette vil vi dra på sightseeing gjennom gamlebyen og så videre til Bella Vista, et kommersielt område som ligger i banksektoren i byen og Punta Paitilla, et område under utvikling.

Overnatting i Panama

### Dag 3: Gatun Lake

Frokost på hotellet før avreise for en "Gatun Safari", en eventyr tur i jungelen. Gatun er en stor kunstig innsjø. Den danner en stor del av Panamakanalen som bærer skip den 33 km lange strekken gjennom Panama eidet. Fra båten er det mulig å se skipene som krysser kanalen. Deretter vil dere observere og nyte regnskogen som omgir innsjøen. Her vil dere møte på dyr som aper, dovendyr, tukaner, krokodiller. Turen varer ca 2 timer.

Vi tar en tur til Metropolitan natur park som ligger like ved sentrum av byen og går gjennom den og ser på denne spesielle parken.

Overnatting i Panama

### Dag 4: Transkontinental togtur, festningen San Lorenzo og Puente Centenario

Etter frokost setter vi kursen mot Colon i privat transport vi vil se broen Puente Centenario.

Så besøker vi San Lorenzo festningen som ble bygget i 1595 av Phillip II for å forsvare dette strategiske punktet

På ettermiddagen tar vi toget tilbake til Panama City. Dette er en historisk tur på det første transkontinentale toget fra 1855. Togets jernbane krysser over Panamakanalen, innsjøer og regnskoger.

Overnatting Panama

### Dag 5: Panama-Costa Rica

Vi tar flyet kl 13:00 og er fremme i San Jose kl 13:25 lokaltid i Costa Rica det er 1 time forskjell mellom Panama og Costa Rica.

### Dag 6:

Vi drar på en kort byrundtur i San José og ser blant annet det sentrale torget og katedralen, som har en dramatisk historie. Den ble opprinnelig bygd i 1802, men et jordskjelv ødela den, og i 1871 ble den gjenreist. Arkitekturen er en blanding av forskjellige stilarter, blant annet nyklassisistisk og gresk-ortodoks, og det mest imponerende er katedralens indre der vakre fliser og vinduer i farget glass skaper en unik stemning.

Vi besøker Gullmuseet, som har en imponerende samling gullskatter fra den prekolumbianske perioden (ca. år 500–1500). Her kan vi beundre vakre figurer og

smykker som noen av de fineste eksemplene på datidens kunsthåndverk. Vi spiser lunsj på en kaffeplantasje, der vi også får en omvisning. Kaffe er landets eldste landbruksprodukt og er blitt eksportert siden 1790-tallet. Costaricansk kaffe er kjent for sin høye kvalitet og effektive produksjon, og det er en av landets viktigste eksportvarer. Farmen er familieeid, og her dyrker og høster man kaffen på helt tradisjonelt vis. Etter besøket er det tid til å kjøre til flyplassen.

#### **Dag 7:**

Vi kjører tidlig fra hotellet og setter kursen mot nordøst til den karibiske kysten. På veien kjører vi gjennom Braulio Carrillo nasjonalpark som består av 90% naturlig skog, fra tropisk lavland til tåkeskog i høyden. Man tror at det finnes over 6000 forskjellige plantearter her, blant annet bregner, palmer og fargesprakende heliconia- og bromeliaplantar.

Vi spiser frokost i den lille landsbyen Guápiles og deretter kjører vi til havnen La Pavona ved elva og fortsetter reisen med båt. Vi tar båten gjennom jungelen til lodgen vår. Om ettermiddagen besøker vi Tortuguero by og et museum for fredede dyr der vi får vite hvordan man jobber for å beskytte den grønne skilpadden.

Overnatting lodge i Tortuguero. Mawamba Lodge/ Casitas Clipse

#### **Dag 8:**

I dag ser vi nærmere på den fantastisk vakre Tortuguero nasjonalpark. Nasjonalparken oppsto som et vernet område for de strendene der den grønne havskilpadden legger eggene sine, men har nå vokst til å strekke seg over 51 870 hektar. Dette er et av de største områdene med tropisk regnskog i Mellom-Amerika.

Vi begynner dagen med å gå om bord i mindre båter som tar oss med dypere inn i nasjonalparken langs noen av de mange kanalene langs elva. Her lever blant annet tre apearter – edderkoppaper, brøleaper og kapusineraper. Her lever også dovendyr, oter, krokodiller, skilpadder, øgler og frosker i våtområdene langs elva. Fuglelivet er også rikt – området har blant annet åtte papegøyearter. Om ettermiddagen er det mulighet til å slappe av ved bassenget eller gå en tur i området for å se nærmere på planter og trær.

Overnatting på lodge i Tortuguero.

#### **Dag 9:**

Etter frokost tar vi båten tilbake til La Pavona og fortsetter senere til Tirimbina regnskogsenter som dekker en stor del fredet skog. Her på sentret pågår det forskning innen biomangfold, og dagens tema er sjokolade! Vi besøker en tidligere kakaoplantasje og får vite mer om kakaoplantens historie. Vi får også se forarbeidningen av kakaobønner på dens vei til å bli sjokolade. Selvfølgelig får vi også smaksprøver på forskjellige lokalt fremstilte sjokoladetyper.

Vi forlater Tirimbina og kjører nordover til vi kommer fram til La Fortuna by. Området er kjent for sin nasjonalpark, der den 1633 meter høye Arenalvulkanen troner over det grønne landskapet. Fram til 2010 var vulkanen Costa Ricas mest aktive, men nå har den gått i dvale. Men den fantastiske naturen rundt vulkanen er i aller høyeste grad levende!

Overnatting i La Fortuna.

### **Dag 10: La Fortuna**

Denne morgenen drar vi på fottur til La Fortuna-fossen, som ligger midt i den frodige regnskogen ved foten av den sovende Chato-vulkanen. Vannet kommer fra Arenal-elva, og faller 75 meter ned i et naturlig basseng. Ved lunsjtid skal vi besøke ekteparet Aguinaldo og Felicidad, som har en gård der de dyrker forskjellige avgrøder, heriblant matbananer og papaya. Vi skal se sukkerrørmøllen deres og smake på den søte sukkerrørsaften. Besøket avrundes med en herlig, typisk bondelundelunsj tilberedt av familien.

**Overnatting i La Fortuna.**

### **Dag 11:**

dag får vi muligheten for å se regnskogen fra oven når vi begir oss ut på vandring langs hengebroene! I et privat naturreservat som dekker 250 hektar regnskog ved foten av Arenalvulkanen har man anlagt et system av stier og hengebroer. Dette systemet gjør det mulig å gå på oppdagelsesferd i regnskogens tette, grønne verden og samtidig få en vakker utsikt over landskapet. Broene er konstruerte både med sikkerheten for øye og for å påvirke naturen minst mulig. Fotturen har en del stigninger og foregår i meget skiftende terreng, så man er nødt til å være god til bens for å kunne delta.

Om ettermiddagen skal vi nyte de varme kildene i La Fortuna. Her kan vi bade i basseng med vulkanoppvarmet vann på 30-40 grader og la kaskadene av vann fra stedets lille 'fossefall' skylle over oss. Det finnes omkleddningsfasiliteter og håndklær deles ut på stedet (men husk badetøy).

Overnatting i La Fortuna.

### **Dag 12 :**

Vi forlater La Fortuna og skal ut til kysten igjen. Dagens høydepunkt er en krokodillesafari i Tárcolesdeltaet. Elvedeltaet er omgitt av mangroveskog, og vi drar ut i båt for å se naturen fra sjøsiden. Vi holder utkikk etter elvas kaldblodige innbyggere – her er det nemlig en stor bestand av en mellomamerikansk krokodilleart som vanligvis blir rundt fire meter lang og veier opp mot fire hundre kilo. Mens båten glir fram på det stille vannet mellom trærne skal vi huske å løfte blikket fra vannflaten av og til, for mange spennende fuglearter holder også til i deltaet. Kolibrier og andre fargerike fugler lever her året rundt, og er vi heldige får vi se den utrolig flotte, regnbuefargede arapapegøyen.

Etter en spennende reise gjennom krokodillenes rike og en hyggelig lunsj fortsetter vi til Manuel Antonio nasjonalpark. Vi overnatter på et hotell nært nasjonalparken.

Overnatting i Manuel Antonio.

### **Dag 13: Manuel Antonio**

Manuel Antonio ligger ut mot Stillehavet på vestkysten av Costa Rica, og det er en av landets vakreste nasjonalparker. Det er et av de stedene i verden med høyest artsrikdom. Her lever det 109 forskjellige dyrearter. Den frodige, grønne skogen strekker seg helt ned til strendene, som er lange, hvite og idylliske. Vi får en guidet tur i nasjonalparken om formiddagen, og ettermiddagen er fri til å utforske området ytterligere på egen hånd for den som ønsker det.

Overnatting i Manuel Antonio.

### **Dag 14: Manuel Antonio**

Fri dag til bading

### **Dag 15:**

**Fly Manuel Antonio /San jose**

**Overnatting i San Jose**

### **Dag 16:**

Fly fra San Jose til Norge

Det er ikke inkludert fly Fra Norge til Costa Rica.

Inkludert:  
Hotel 3 stjerner

Inkludert Transport

Frokostl

Innlandflybilleter

Turistik tikets

Tour Guider

Norsk reiseleder