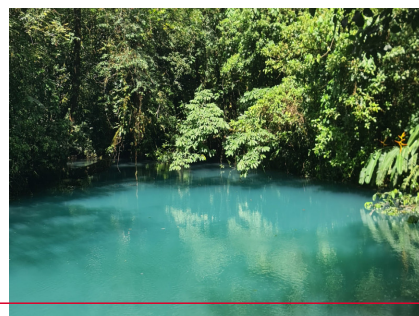




Costa Rica, Panama Panama & Costa Rica: Im Herzen Mittelamerikas

Individuelle Rundreise: Eine Entdeckungstour durch Panama und Costa Rica



Mit dieser Kombinationsreise erleben Sie zwei der landschaftlich eindrucksvollsten Länder: von Panama City mit gigantischen Panamakanal bis nach Costa Rica mit imposanten Vulkanen und traumhaften Stränden. Genießen Sie das Abenteuer und verwandeln Sie Ihr Urlaub zu einem unvergesslichen Erlebnis!

Reisetyp: Individuelle Rundreisen

Dauer: 20 Tage

Teilnehmer: 2-4

Reisestationen: 8

Ihr Link zur Reise mit allen verfügbaren Terminen:

<https://www.aventoura.de/reisen/panama-costa-rica#termine>

Ihr Reiseberater

Andreas Senkel

a.senkel@aventoura.de

0761 / 21 16 99-16



Reiseverlauf

1. Tag | Ankunft Panama City

Freuen Sie sich auf einen aufregenden Aufenthalt für diese Woche, zwischen der City Panama und der Naturwundern in Bocas del Toro.

Ein Transfer wird Sie bereits am Flughafen erwarten und zu Ihrem Hotel bringen. Übernachtung: Best Western Plus Panama Zen Hotel

Unterkunft: Panama City



2. Tag | Panama City

Die heutige ganztägige Tour ist der perfekte Weg, um Panama-Stadt zu entdecken. Als Erstes besuchen Sie die Ruinen des "Alten Panama" - der ersten Stadt am mittelamerikanischen Isthmus, die von den Spaniern gegründet und später von dem berühmten Piraten Henry Morgan im Jahr 1671 geplündert wurde. Von hier aus fahren Sie in Begleitung Ihres Reiseführers weiter zum "Casco Antiguo" oder Alten Viertel - der Stadt, die 1673 erbaut wurde, nachdem das "Alte Panama" geplündert und niedergebrannt wurde. Der vorherrschende architektonische Stil des Casco Antiguo ist eine Kombination aus italienischem, französischem und spanischem Kolonialstil. Während der Entdeckungsreise durch diesen kolonialen Teil der Stadt haben Sie Gelegenheit, einige Kirchen zu besichtigen - darunter den berühmten Goldenen Altar, der die Plünderung und Zerstörung durch den Piraten Morgan überlebte, sowie verschiedene Parks und Plätze, während Sie etwas über die Geschichte der Stadt erfahren.

Auf dem Weg von einem Stadtteil zum nächsten erhalten Sie einen Panoramablick auf den modernsten Teil Panamas. Zum Abschluss des Tages besichtigen Sie den emblematischen Panamakanal.

Das Besucherzentrum Miraflores Locks - die der Stadt am nächsten gelegene Schleusenanlage - bietet die Möglichkeit, mehr über die Geschichte und den täglichen Betrieb des Kanals zu erfahren. Dieses Besucherzentrum hat drei Haupt-Attraktionen: Das Museum, die audiovisuelle Präsentation und der Aussichtspunkt, von dem aus man die Schiffe beobachten kann, die die durch die einzelnen Kammern fahren. Übernachtung: Best Western Plus Panama Zen Hotel

Unterkunft: Panama City

Verpflegung: Frühstück, Mittagessen



3. Tag | Besuch des indigenen Volk Embera

Die heutige Tour beginnt früh am Morgen um ca. 8:00 Uhr, wenn Sie zum Ende des Gatun-Flusses fahren, wo sich die indigene Gemeinschaft Embera Quera befindet. Ihr Abenteuer beginnt mit einer ungefähr 30-minütigen Fahrt durch den Fluss in einem motorisierten Kanu. Während der Fahrt können Sie die wunderschöne Flora und Fauna der Region bewundern und etwas über die Lebensweise der Gemeinde erfahren. In der Gemeinschaft angekommen, wird Ihnen eines der Mitglieder die Kultur, das Essen und die Sprache der Emberas ausführlich erklären und beantwortet alle Fragen, die Sie über ihre Lebensweise haben. Außerdem werden Sie bei einer kulturellen





Präsentation mit traditionellen Tänzen und Musik teilnehmen und können Sie mit der Gruppe und den Mitgliedern der Gemeinschaft in Kontakt treten.

Während der Tour ist ein leichtes, traditionelles Mittagessen inbegriffen, das in der Regel auf den Fang des Tages abgestimmt ist.

Am Ende haben Sie die Möglichkeit, einige, der von den Bewohnern der Gemeinschaft handgefertigten Produkte zu kaufen. Übernachtung: Best Western Plus Panama Zen Hotel

Unterkunft: Panama City

Verpflegung: Frühstück, Mittagessen

4. Tag | Auf nach Bastimentos Island

Heute werden Sie von Ihrem Transfer zum Flughafen Albrook bei Panama City gebracht und von dort nehmen Sie einen Inlandsflug bis nach Bocas del Toro. Willkommen im Paradies!

Werfen Sie unbedingt einen Blick unter Ihren Tisch, wenn Sie in Ihrer Unterkunft ankommen, Sie werden bestimmt überrascht! Lassen Sie den Abend doch im angenehmen Nass ausklingen, Sie müssen einfach nur aus Ihrer Unterkunft heraustreten und direkt die vier Stufen hinunter in die Karibik steigen. Übernachtung:

Eclipse de Mar Acqua Lodge

Unterkunft: Bastimentos Island

Verpflegung: Frühstück



5. Tag | Tierische Beobachtungen in den Gewässern der Laguna Bocatorito

Bocas del Toro ist eine bunte, karibische Inselgruppe mit unvergleichlicher Artenvielfalt und somit eine wirklich einzigartige Destination zur Beobachtung von Fauna und Flora. Die Tour beginnt am Pier von Bocas del Toro mit einer kurzen Bootsfahrt zur Laguna Bocatorito. Diese ist auch unter dem Namen Dolphin Bay bekannt, da in den umliegenden Mangroven mehrere Familien von großen Tümmlern leben. Die Wahrscheinlichkeit Delfine zu sehen, ist also fast garantiert. Sie können einige Zeit damit verbringen, den Tieren zuzusehen, wie sie um ihr Boot herumspringen und spielen. Danach werden Sie zwei der wichtigsten Schnorchelplätze in der Umgebung besuchen. Zuerst geht es zum Crawl Cay, eine winzige Insel umgeben von üppigen Korallengärten mit einer Fülle von tropischen Fischen, Korallen und bunten Schwämmen, welcher einer der beliebtesten Schnorchelplätze in Bocas del Toro ist. Zuletzt geht es zur Zapatilla Cay, welche sich südöstlich vom Bastimentos National Marine Park befindet, in ca. 30 Minuten mit dem Boot von Crawl Cay zu erreichen. Zapatilla Cay wird als die schönste Insel von Bocas del Toro angesehen und bietet den Besuchern unberührte weiße Sandstrände, kristallklares türkisfarbenes Wasser und einige der schönsten Korallenriffe in Panama mit vielen tropischen Fischen, Hummern, Krabben, Aalen und vielen winzigen wirbellosen Meerestieren. Übernachtung: Eclipse de Mar Acqua Lodge

Unterkunft: Bastimentos Island

Verpflegung: Frühstück, Mittagessen



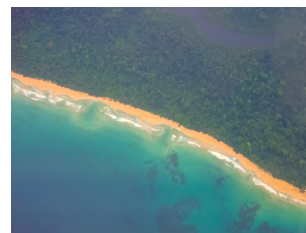


6. Tag | Freier Tag auf der Bastimentos Island

Genießen Sie Ihren freien Tag im Paradies! Lassen Sie am Strand die Seele baumeln oder genießen Sie die Annehmlichkeiten Ihres Hotels. Machen Sie ganz, wonach Ihnen heute der Sinn steht! Übernachtung: Eclipse de Mar Acqua Lodge

Unterkunft: Bastimentos Island

Verpflegung: Frühstück



7. Tag | Weiter nach Punta Cocles

Heute geht es nach dem Frühstück mit dem hoteleigenen Transferservice zum Bootssteg, von wo aus Sie dann ein Bootstransfer bis zum Festland nehmen. Dort angekommen geht es noch ca. eine Stunde mit einem weiteren Landtransfer bis zur Costaricanischen Grenze nach Sixaola. Dort verabschieden Sie sich von Panama und gehen über die Grenze nach Costa Rica. Willkommen in Costa Rica! Ein Transfer wird Sie von der Grenze direkt in Ihre nächste Unterkunft bringen. Lassen Sie den Abend doch zum Beispiel im Soda Mirna bei einem köstlichen Rice & Beans ausklingen.

Selbst Gordon Ramsay hat das Soda bereits besucht! Übernachtung: Namuwoki Lodge

Unterkunft: Punta Cocles

Verpflegung: Frühstück



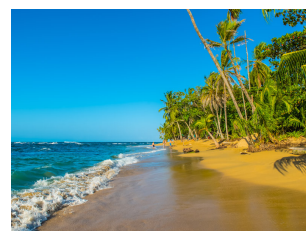
8. Tag | Unzählige Aktivitäten in Punta Cocles

Heute rufen Sonne, Strand und Meer! Es gibt unzählige Möglichkeiten Ihren Tag unvergesslich zu gestalten. Erkunden Sie mit einem Fahrrad die umliegenden, plamenbesäumten Strände und genießen Sie ein Bad in der ruhigen Bucht von Punta Uva. Oder besuchen Sie optional den Cahuita Nationalpark und unternehmen dort eine Wanderung in diesem Naturparadies. Entdecken Sie Faultiere, Affen, Ameisenbären, Schmetterlinge und noch vieles mehr. Auch eine Vielzahl an Vögeln kann beobachtet werden. Für all diejenigen, welche gerne die Tierwelt des karibischen Südens kennenlernen möchten und dabei noch ein gutes Werk tun möchten, bietet sich ein Besuch des Jaguar Rescue Centers an. Anders als viele andere

"Wildtierauffangstationen" im Land, welche lediglich aus kommerziellen Zwecken anstelle der geschlossenen Zoos gegründet wurden, kümmert sich das Jaguar Rescue Center tatsächlich noch ausschließlich um das Tierwohl. Nach Genesung werden die Schützlinge des Jaguar Rescue Centers wieder in die Natur zurückgeführt. Die Arbeit wird mit den Besuchen und den Touren vor Ort finanziert. Übernachtung: Namuwoki Lodge

Unterkunft: Punta Cocles

Verpflegung: Frühstück



9. Tag | Auf nach La Fortuna

Heute bekommen Sie nach dem Frühstück Ihren Mietwagen ans Hotel gebracht und von dort heißt es dann Abschied nehmen von der Karibik, denn die nächste aufregende Destination wartet, La Fortuna! Es geht an der Küstenstraße zurück über Limon weiter in den Norden Costa Ricas. Über "Muelle" erreichen Sie gegen Mittag die am Fuße des Bilderbuch Vulkans Arenal gelegene Ortschaft La Fortuna. Bei gutem Wetter können Sie den nahezu perfekten Kegel des Vulkans schon von weitem erspähen. Lassen Sie den Abend in den hoteleigenen Thermalquellen ausklingen. Übernachtung: Miradas





Arenal Hotel und Hot Springs

Unterkunft: La Fortuna

Verpflegung: Frühstück

10. Tag | Abenteuerlustige Aktivitäten und Erkundung des Arenals

Heute wartet ein Tag voller Spannung, Action und Abenteuer auf Sie! Sie machen sich heute Morgen selbstständig mit Ihrem Mietwagen auf den Weg zur Operationszentrale des Veranstalters, wo Sie bereits erwartet werden. Sie bekommen noch eine Einweisung und dann geht es schon los: Canyoning-Spaß noch und nöcher. Sie werden sich kontrolliert verschiedene Wasserfälle herunterseilen, einen Monkey-Fall hinlegen, bei welchem Sie frei bis kurz vor einen kleinen Teich durch den Regenwald fliegen, bevor Sie Ihr Guide abbremst und es ins Nass geht. Danach gibt es zur Stärkung ein leckeres Mittagessen. Doch damit nicht genug, denn es geht weiter zum Giganten der Nachbarschaft dem Vulkan Arenal: Diese Wanderung bietet Ihnen die Möglichkeit, über die erkalteten Lavafelder des majestätischen Arenal zu wandern und den fast perfekten kegelförmigen Vulkan mit einer Höhe von 1.633 Metern zu bestaunen. Während der Tour gibt es ausreichend Möglichkeit, die üppige Flora und Fauna des Nationalparks zu bewundern und den interessanten Fakten zu lauschen, die Ihr Lokalguide über die Geschichte und vulkanischen Aktivitäten, besonders zwischen 1968 und 1992, zu berichten hat. Nach der Wanderung besuchen Sie Thermalquellen, wo Sie sich entspannen und das warme Wasser genießen können. Lassen Sie sich anschließend ein köstliches Abendessen schmecken. Übernachtung: Miradas Arenal Hotel



Unterkunft: La Fortuna

Verpflegung: Frühstück Mittagessen, Abendessen

11. Tag | Viele Möglichkeiten in La Fortuna

Für Ihren freien Tag in der Gegend um San Ramon/ Arenal stehen zahlreiche optionale Aktivitäten zur Verfügung. Egal ob Naturliebhaber, Abenteuerlustige oder Adrenalinhungrige, hier kommt jeder auf seine Kosten: Tipp für Fahrradbegeisterte: Fahrradtour am Arenal-See. Entdecken Sie den Arenal See auf zwei Rädern! Bei der ca. 2, 5 stündigen Tour erkunden Sie den Arenal See und die Umgebung der Region La Fortunas (ca. 32km). Tipp für Wanderliebhaber und Aktive: Durch üppigen Regenwald geht es zu Fuß zum El Burrito Wasserfall, wo Sie sich bei Ankunft mit einem erfrischenden Bad im Naturpool belohnen dürfen. Die Wanderung dauert ca. 4 Stunden und setzt eine gute physische Kondition voraus. Tipp für Adrenalinhungrige: Canopy-Tour - "Fliegen" Sie von Plattform zu Plattform durch den Regenwald und erleben Sie Adrenalin! Dauer ca. 3 Stunden, beinhaltet Fahrt in der Aerial Tram Tipp für Tierliebhaber: Faultiersuche - Machen Sie sich auf die Suche nach dem wohl putzigsten Bewohner Costa Ricas! Übernachtung: Miradas Arenal Hotel



Unterkunft: La Fortuna

Verpflegung: Frühstück

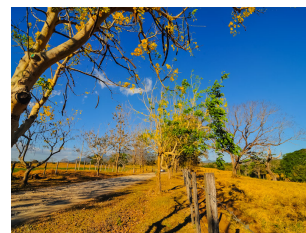


12. Tag | Inmitten des Tenorio Nationalparks

Verschiedene Vegetationszonen, von Nebelwald in den höheren Lagen bis hin zu tropischem Regenwald in niedrigen Lagen. Palmen, Farne, Bromelien & Orchideen - das erwartet Sie in der Gegend rund um den Nationalpark Tenorio! Dieser bildet außerdem den Lebensraum für Kapuziner-, - und Kongoaffen, Riesenameisenbären, Pumas, Tapire, Halsbandpekaris und zahlreiche Vogelarten, unter anderem Trogonen und Glockenvögel. Übernachtung: Hotel Catara Rio Celeste

Unterkunft: Tenorio Volcano National Park

Verpflegung: Frühstück



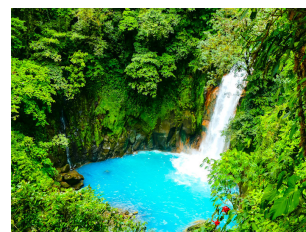
13. Tag | Den Tenorio Nationalpark entdecken!

Diese einzigartige Wanderung verbindet die Schönheit der Natur mit einer großartigen Gelegenheit, die wunderbare Flora und Fauna zu beobachten. Während der Wanderung durch den dichten Regenwald vom Nationalpark Vulkan Tenorio kommen Sie an der Lagune des Flusses vorbei, überqueren eine kleine, abenteuerliche Holzbrücke und wandern entlang zweier kristallklarer Bäche, die sich zum Rio Celeste vereinigen. Hier verwandelt sich das klare Wasser auf geheimnisvolle Weise in eine strahlend himmelblaue Farbe, die im Licht- und Schattenspiel verschiedene türkisfarbene Nuancen aufweist.

Unterwegs kommen Sie an einem Aussichtspunkt vorbei und durchqueren auf den Dschungelpfaden ein Gebiet, in dem vulkanischer Rauch bei hohen Temperaturen aus dem Boden am Grund des Flusses austritt und Schwefelblasen bildet. Weiter geht es zum Highlight der Wanderung: Dem malerischen 12m hohen Wasserfall, der sich rauschend in die celeste-farbene Lagune ergießt. Versäumen Sie es nicht, vor dieser märchenhaften Kulisse ein Erinnerungsfoto zu schießen! Übernachtung: Hotel Catara Rio Celeste

Unterkunft: Tenorio Volcano National Park

Verpflegung: Frühstück

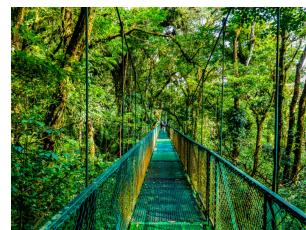


14. Tag | Santa Elena

Sie werden das Gefühl haben, auf dem Gipfel der Welt zu sein, aber in Wirklichkeit sind Sie im Zentrum der kontinentalen Kluft des Landes angekommen. In Monteverde werden die sonnenüberfluteten Gesichter der Strandbewohner durch das warme Lächeln von Bauern, Künstlern, Naturforschern und Naturliebhabern ersetzt, insbesondere in der kleinen, aber gemütlichen Stadt Santa Elena. Übernachtung: Monteverde Country Lodge

Unterkunft: Santa Elena

Verpflegung: Frühstück

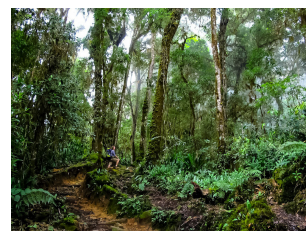


15. Tag | Nebelwald Monteverde

Tagsüber haben Sie ihre Zeit zur freien Verfügung: Besuchen Sie doch eines der vielen Reservate hier vor Ort oder besuchen Sie den Selvatura Hängebrücken Park, in welchem Sie außerdem das Schmetterlingshaus besuchen und eine Runde Canopy "fliegen gehen" können.

Heute Abend steht dann ein weiteres Abenteuer bevor:

Entdecken Sie heute Abend genau dann, wenn die meisten Tiere aktiv sind, bei Nacht,





die Wunder des Nebelwaldes. Die ca. 2-stündige Nachtwanderung bietet Ihnen die Möglichkeit Schlangen, Faultiere, Eulen oder andere Tierarten zu sehen. Die Tour findet in einem kleinen Wald in Monteverde statt.

Sie beginnen Ihre Tour mit einer Einweisung durch einen erfahrenen lokalen Guide, der Sie mit einer Taschenlampe durch versteckte Nebelwaldpfade führt. Halten Sie Ihre Augen offen für die vielen dort lebenden Tiere und Ihre Ohren gespitzt für all die Informationen, die Sie erhalten werden. Übernachtung: Monteverde Country Lodge

Unterkunft: Santa Elena

Verpflegung: Frühstück

16. Tag | Puerto Carrillo

Heute heißt es Abschied nehmen von Regenwald und Vulkanen. Sie machen sich auf an die Pazifikküste, wo Sie das kleine Städtchen Samara erwartet. Schöne Strände und eine entspannte Atmosphäre - der ideale Ort um eine Erlebnisreiche Reise ausklingen zu lassen und alle spannenden Erfahrungen Revue passieren zu lassen! Übernachtung: Nammbú Beachfront Bungalows

Unterkunft: Puerto Carrillo

Verpflegung: Frühstück



17. Tag | Freier Tag in Puerto Carrillo

An ihrem heutigen freien Tag sind Stand-Up Paddle, Wanderungen, Radtouren & Surfunterricht nur einige der zahlreichen Aktivitäten, die in Samara angeboten werden. Die langgestreckte Bucht, geschützt von einem Korallenriff, lädt ebenso zum Entspannen, Baden & Schnorcheln ein. Besuchen Sie auch den in der Nähe gelegenen, palmenumsäumten Strand Playa Carrillo. Vielleicht haben Sie Glück und können an einem der Strände in der Nähe z.B. Playa Ostional Schildkrötenbabys beim Schlüpfen beobachten! Man hat ganz in der Nähe das ganze Jahr über die Chance, Schildkröten zu sehen. Fragen Sie gerne vor Ort nach den aktuellen Schildkrötenlandungen. Übernachtung: Nammbú Beachfront Bungalows

Unterkunft: Puerto Carrillo

Verpflegung: Frühstück



18. Tag | Seele baumeln lassen

Genießen Sie Ihre freien letzten Tage in vollen Zügen! Übernachtung: Nammbú Beachfront Bungalows

Unterkunft: Puerto Carrillo

Verpflegung: Frühstück

19. Tag | Rückreise nach San José

Nach dem Frühstück treten Sie Ihre Rückreise nach San José an, wo Sie am Abend Ihren Mietwagen am Hotel abgeben werden.

Lassen Sie den letzten Abend Ihrer Reise ganz gemütlich im Hotelrestaurant ausklingen und genießen Sie die Buena Vista (schöne Aussicht)! Übernachtung: Buena Vista Chic Hotel

Unterkunft: Alajuela / San José

Verpflegung: Frühstück





20. Tag | Heimreise

Passend zu Ihrer Abflugszeit werden Sie am Hotel durch Ihren Flughafentransfer abgeholt und zum Flughafen gebracht. Hier treten Sie gut erholt und mit vielen neuen Eindrücken im Gepäck Ihre Heimreise an. Wir wünschen Ihnen eine gute Reise! Pura Vida!

Verpflegung: Frühstück



Unsere Leistungen

Hotels 19 Übernachtungen in genannten oder gleichwertigen Hotels laut Reiseplan. Hotelauswahl unterliegt der bei Buchung aktueller Hotelverfügbarkeit. Finale Hotelauswahl wird mit der Reservierungsübersicht übermittelt vor Abschluss des Buchungsprozesses. Touren/Eintrittsgebühren

- Panama City Tour
- Embera Quera Indigenen Tour
- Dolphin Bay Schnorchel-Bootstour
- Pure Trek Combo Tour Canyoning + Nationalpark + Hot Springs
- Eintritt Tenorio Nationalpark
- Monteverde Nachtwanderung

Transfers

- Privater Transfer In Flughafen - Panama City
- Charter Flug Panama City - Bocas del Toro
- Privater Transfer Bocas del Toro - Sixaola
- Shuttle Transfer Sixaola - Puerto Viejo
- Privater Transfer San Jose - Flughafen

Mietwagen

- Von Tag 9 bis Tag 19 Mietwagen Mid Size Mietwagen: Geely CoolRay AT oder ähnlich
- Basisversicherung und Vollkaskoversicherung, ohne Selbstbehalt, keine Kilometerbegrenzung und Kautionsreduzierung auf 100\$
- Zusatzfahrer und Wifi



Rundum Service

- Meet & Greet, einer unserer Repräsentanten erwartet Sie am Flughafen zu einem Informationsgespräch
- 24 Stunden Kontakttelefon in Deutsch/Englisch
- Digitale Reiseunterlagen mit allen Kontaktinformationen, sowie Abhol- und Abgabezeiten

Nicht enthaltene Leistungen

- Persönliche Ausgaben und persönliche Trinkgelder
- Kraftstoff / Parkgebühren für den Mietwagen
- Als "optional" markierte Touren und Eintritte
- Nicht aufgelistete Verpflegung
- Kosten für frühen Check-IN oder späten Check-OUT
- Reise- und Krankenversicherung

Details zur Reise

Den Reiseablauf können wir Ihnen auf Wunsch gerne individuell anpassen.

- Die Daten (wie Reisezeiten, Distanzen, etc.), welche in den Tages- und Aktivitätsbeschreibungen zu finden sind, sind stets eine voraussichtliche Angabe und unterliegen operativen Änderungen vor Ort. Diese Angaben sind keine vertragliche Zusicherung der Umsetzung entsprechender Kilometer- und Zeitangaben, da diese den jeweiligen örtlichen Gegebenheiten unterliegen. Die Zeitangaben sind als reale Fahr-, bzw. Wanderzeiten zu verstehen, zu denen dann noch Pausen für Fotos, etc. hinzukommen.

Hinweise zum Mietwagen in Costa Rica

- Unser Reisepreis / Mietpreis enthält bereits die BASISVERSICHERUNG und VOLLKASKOVERSICHERUNG.
- Bei Mietwagenübernahme ist ein Sicherheitsdeposit von US\$ 100 in Form eines Blanko-Kreditkartenbelegs zu



hinterlegen, das Ihnen selbstverständlich nach Rückgabe des Wagens in einwandfreiem Zustand wieder ausgehändigt wird. Folgende Kreditkarten werden akzeptiert: AMEX, VISA, Master Card.

- Das Mindestalter für die Wagenmiete beträgt 21 Jahre oder bei Ausnahmen mit zwei Jahren Fahrerfahrung auch U21.
- Notwendige Dokumente für die Wagenmiete: Nationaler Führerschein im Original, Reisepass, Internationale Kreditkarte mit ausreichend Kreditrahmen für das Sicherheitsdeposit (Debit- Cards, Reiseschecks oder Bargeld werden für das Sicherheitsdeposit NICHT akzeptiert)
- Bestätigt wird jeweils nur eine Mietwagenkategorie, ein bestimmtes Modell kann nicht garantiert werden. Bitte bei Buchung Präferenz (Manuell oder Automatik) angeben!

Für weitere Informationen, Bilder und Eindrücke zu dieser Reise, besuchen Sie gerne auch unseren Onlinekatalog hier.