

## COSTA RICA – PURA VIDA – CRICT05A



**11h sans escale**  
**14h30 avec escale**



**-7h Hiver/-8h Été**

Nous avons le plaisir de vous accueillir sur l'un de nos circuits avec guide. Vous trouverez dans cette fiche technique des renseignements complémentaires vous permettant d'organiser au mieux votre voyage.

**FICHE TECHNIQUE VALABLE POUR LES DEPARTS DU 07/12/20 AU 06/12/21 inclus**

*Cet itinéraire riche et original explore le sud-est du Costa Rica à travers des parcs et des réserves splendides et inédits. En plus des incontournables du Costa Rica, vous partirez à la découverte de parcs nationaux encore plus sauvages, de réserves biologiques et de plages de sable blanc. Vous explorerez une partie méconnue du Costa Rica qui enrichira votre voyage sous le signe de Dame Nature et de la "Pura vida".*

### VOTRE VOYAGE

L'itinéraire est donné à titre indicatif. Il peut être modifié en fonction des arrivées et des départs des vols internationaux, des conditions climatiques, des transports intérieurs et des lieux d'hébergement. Nous vous indiquons le nombre de kilomètres parcourus ainsi que la durée estimée du temps de transport. Cette dernière peut varier en fonction des conditions climatiques et du trafic.



## ITINERAIRE

### **Jour 1 : Paris – San José**

Arrivée à San José en fin de journée. Accueil, transfert, dîner et nuit à l'hôtel Sleep Inn 3\*.

### **Jour 2 : San José – Tortuguero • (110 km/env. 3h)**

Départ matinal avec votre guide dans un transfert collectif et en compagnie d'autres passagers se rendant à Tortuguero (où pondent les tortues). Vous traverserez le parc Braulio Carillo qui illustre bien la forêt nuageuse luxuriante du Costa Rica. Petit-déjeuner en route et arrivée à l'embarcadère. Navigation de 2 h sur les canaux bordés par la jungle de Tortuguero pour rejoindre votre hôtel, pour vous installer au Pachira Lodge 2\*sup. Déjeuner au Lodge. Visite du village de Tortuguero, aux influences afro-caribéennes. La longue plage accueille chaque année (de juillet à septembre) des milliers de tortues qui viennent pondre (excursion supplémentaire en option pendant cette période). Dîner et installation pour 2 nuits au Pachira Lodge 2\*sup.

### **Jour 3 : Tortuguero**

Départ le matin en bateau à la découverte de la flore luxuriante et de la faune du parc comme les caïmans, les paresseux, les singes, les toucans, etc. Déjeuner au Lodge. Promenade optionnelle avec votre guide dans les sentiers du Lodge et reste de l'après-midi libre. Dîner et nuit au Lodge.

### **Jour 4 : Tortuguero – Sarapiquí (tour du chocolat) – Arenal • (300 km/env. 5h30)**

Retour en bateau jusqu'à l'embarcadère où votre minibus rejoindra la zone de Sarapiquí. Déjeuner à Guápiles. Arrêt à la réserve biologique de La Tirimbina à la découverte du chocolat et de ses secrets en passant par des ponts suspendus. Poursuite vers Arenal dont le majestueux volcan vous toise de son cône parfait. Fin de journée à l'hôtel. Dîner et installation pour 2 nuits à l'hôtel Arenal 3\*.

### **Jour 5 : Arenal**

Le matin, vous visiterez le village La Fortuna. C'est un charmant village créé à la suite de l'éruption du volcan Arenal, qui a détruit les petits villages de Tabacón, Pueblo Nuevo et San Luis. Actuellement, c'est le village principal de la zone du volcan Arenal. Vous pourrez marcher dans le parc central, visiter son église, et parcourir ses petits magasins, de même que vous aurez une vue imprenable sur ce volcan au cône parfait. Déjeuner puis visite du parc national volcan Arenal. Vous accéderez à des anciennes coulées de lave par des sentiers. Pendant ce parcours, le guide vous expliquera les périodes d'activité que le volcan a eues dans le passé, tandis que vous regardez des très beaux paysages et, avec de la chance, vous apercevrez quelques espèces d'animaux qui habitent dans ce parc. À la fin de la journée, vous aurez l'occasion de nager dans les eaux thermales relaxantes riches en minéraux dans les jardins tropicaux de l'hôtel ou, si l'hôtel n'a pas de source, vous serez conduit vers les eaux thermales à l'extérieur. Dîner et nuit à l'hôtel.

### **Jour 6 : Arenal – Monteverde • (160 km/env. 4h)**

Départ pour Monteverde. Visite d'une plantation de café où tout vous sera expliqué. Vous en récolterez les grains, assisterez au lavage, au séchage, à la torréfaction, et goûterez différentes torréfactions. Déjeuner. Visite de la réserve biologique de Monteverde. Située entre 800 et 1 800 m d'altitude, elle est connue pour sa végétation abondante où les quetzals trouvent refuge. Dîner et nuit à Monteverde Country Lodge 3\*.

**Jour 7 : Monteverde – Rincón de la Vieja • (120 km/env. 3h)**

Tôt le matin, vous partirez pour la région du Guanacaste, connue pour ses nombreux élevages et grandes haciendas. Déjeuner en cours de route. Découverte du Parc National de Rincón de la Vieja, du nom du volcan doté d'une forte activité géothermique. Randonnée pendant laquelle vous verrez des mares de boue, des fumerolles et des arbres tels que le "Guanacaste", emblème du Costa Rica. Ce parc contient également des sources d'eau chaude aux vertus thérapeutiques que ne sont pas ouverts au public. Dîner et nuit à l'hôtel Cañon de la Vieja 3\* à Rincón de la Vieja.

**Jour 8 : Rincón de la Vieja – Manuel Antonio • (275 km/env. 5h)**

Départ tôt vers Manuel Antonio à travers des paysages naturels variés. En route, vous vous arrêterez sur le pont de la rivière Tárcoles pour observer des crocodiles impressionnants par leur taille. Déjeuner. Après-midi libre pour profiter du charmant village de Manuel Antonio et de ses plages. Dîner libre et installation pour 2 nuits à l'hôtel California 3\* à Manuel Antonio.

**Jour 9 : Manuel Antonio**

Visite de ce Parc National, très populaire dans toute l'Amérique centrale. On se croirait dans un paradis planté de cocotiers où il n'est pas rare d'apercevoir des paresseux et des singes. Déjeuner, après-midi et dîner libres pour profiter de tous les attraits de Manuel Antonio.

**Jour 10 : Manuel Antonio – Bahia Drake - Corcovado • (130 km/env. 2h + 1 h 30 de bateau)**

Route jusqu'à Sierpe. Bateau pour traverser le Río Sierpe qui coule jusqu'à la baie de Drake. L'hôtel est situé dans une réserve naturelle privée. Déjeuner sur ce site idéal pour combiner détente et aventure dans un cadre naturel. Installation pour 3 nuits et dîners à l'hôtel Rancho Corcovado Lodge 2\*sup.

**Jour 11 : Parc national de Corcovado**

Le parc national du Corcovado offre une nature magnifique entre criques de sable et forêt tropicale. Qualifié par un magazine de "site le plus passionnant de la planète sur le plan biologique", ce parc abrite une vaste population d'aras rouges ainsi que de nombreuses autres espèces menacées. Vous y rencontrerez certainement les quatre espèces de primates du pays. Déjeuner pique-nique. Dîner et nuit à l'hôtel.

**Jour 12 : Réserve biologique de l'île du Caño**

Le matin, bateau pour une excursion marine dans la réserve biologique de l'île du Caño. Plongée depuis le bateau avec masque et tuba pour explorer les récifs de coraux. Retour pour prendre le déjeuner à l'hôtel. Après-midi libre. Dîner et nuit à l'hôtel.

**Jour 13 : Corcovado – San Gerardo de Dota • (175 km/env. 3h30 + 1h30 de bateau)**

Route vers les hautes montagnes du Chirripó où se succèdent plantations de café et forêts de nuages baignées de fraîcheur. Déjeuner libre. Arrivée à San Gerardo de Dota. Vous pourrez y apprécier de nombreuses espèces d'oiseaux. Après-midi libre. Dîner et nuit à l'hôtel Suria 3\*.

**Jour 14 : San Gerardo de Dota – Orosi • (85 km/env. 2h)**

Tôt le matin, marche guidée à la recherche du bel oiseau, le quetzal. Transfert pour la vallée d'Orosi, au cœur des volcans. Cette vallée est célèbre pour ses paysages montagneux. Déjeuner et après-midi libres. Dîner et nuit à l'hôtel Rio Perlas 3\*.

**Jour 15 : Parc national du volcan Irazú – San José – France • (115 km/env. 4h)**

Départ vers le parc national du volcan Irazú. Pendant la montée en bus, vous pourrez admirer des plantations, les vallées et les montagnes environnantes. A l'arrivée au Volcan Irazú vous vous dirigerez vers le cratère principal à pied où vous pourrez contempler un paysage lunaire unique, formé par un lac Emeraude (s'il y a eu de la pluie). Le Volcan s'élève à 3.400 mètres d'altitude. Déjeuner libre. Poursuite à la Basilique de Notre Dame des Anges à Cartago avec un style byzantin et de vitraux. La Basilique est le principal centre de pèlerinage religieux du Costa Rica, à cause de la Fête de la Vierge des Anges. La relique de la Vierge Noire reste intacte depuis la construction de la Basilique. Départ pour l'aéroport pour votre retour en France.

**Jour 16 : Arrivée en France.****A NOTER :**

Du jour 1 au jour 8 vous serez regroupés avec les clients du circuit "Merveilles du Costa Rica du nord au sud". L'ordre des visites peut varier, mais toutes les visites seront respectées.

**FORMALITES & SANTE**

Passeport valide plus de 6 mois après la date de retour.

Pas de visa pour un séjour de moins de 90 jours.

**Attention** toutefois aux vols avec transits qui peuvent nécessiter des validités de passeport de plus de 6 mois après la date de retour, ainsi qu'un visa (ESTA pour les Etats-Unis par exemple)

**VACCINS, RECOMMANDATIONS SANITAIRES**

Aucun vaccin obligatoire, mais certains sont conseillés : traitement anti paludéen (zone de Limon), mise à jour DTP. Consulter son médecin traitant.

Un répulsif anti-moustique est également recommandé.

**INFORMATIONS PAYS****Histoire et politique**

Le Costa Rica a tout comme beaucoup de pays d'Amérique du Sud, vécu 3 périodes dans son histoire. La première est la période précolombienne : avant l'arrivée de Christophe Colomb. Le pays était alors peuplé de petites tribus aux coutumes différentes.

La seconde qui a débuté en 1502 est marquée par le débarquement des espagnols. L'agriculture se développe et devient un point fort de l'île avec notamment de très nombreuses plantations de banane et café.

Enfin, c'est en 1821 que la déclaration de l'indépendance est signée : l'esclavage est aboli et les premières élections démocratiques ont eu lieu en 1889.

**Economie**

Le Costa Rica est l'un des rares pays à ne pas posséder d'armée, ce qui lui permet d'investir davantage dans l'éducation et la santé. Ses ressources principales sont le tourisme. Il est le pays qui accueille le plus de touristes en Amérique Centrale avec 1,6 millions de personnes. Sa deuxième

ressource importante est l'agriculture avec de très grandes plantations de café, banane et ananas. Enfin, le pays commence à se lancer dans l'industrie high technologie.

### **Monnaie**

La devise officielle est le Colon costaricien. 1EUR = 645,6 CRC (à titre indicatif - juin 2020).

Le premier jour du circuit, le guide vous donnera une petite bouteille d'eau dans le bus, vous pourrez ensuite l'utiliser pour la remplir d'eau potable à disposition dans votre hôtel et dans la plupart des établissements.

Si vous voulez en acheter, il faut prévoir \$2 pour une bouteille de 1litre, \$2 à \$3 pour des jus de fruits et d'autres boissons non alcoolisées ainsi que pour une bière.

Les dollars américains sont acceptés pratiquement partout. Nous vous conseillons néanmoins de changer des euros sur place en colones dans des banques ou bureau de change. Vous pouvez également faire des retraits de colones avec une carte de crédit internationale dans les distributeurs automatiques facilement accessibles.

### **Culture et religion**

« i Pura vida ! » Le pays est une terre d'accueil où il fait bon vivre et qui se dit sans classes sociales. Les habitants apprécient faire la fête et notamment lors que c'est celle du village en fin de semaine. Au programme animations traditionnelles autour des chevaux, grillades, et de nombreuses autres activités.

Très croyant, le Costa Rica est à majorité catholique mais il reste très tolérance et bienveillant envers les autres religions.

### **Langue**

La langue officielle est l'espagnol mais on y parle aussi l'anglais, le créole ainsi que des dialectes indiens.

## **INFORMATIONS CIRCUIT**

### **BON A SAVOIR**

Les excursions prévues à Tortuguero peuvent se faire en espagnol et en anglais en fonction des autres clients. Le temps de trajet (en bus) est donné à titre indicatif. En raison d'évènements spéciaux (conditions météorologiques, état des routes et des situations imprévisibles comme grèves ou travaux sur les routes), certaines étapes pourront être modifiées.

### **REMARQUE**

Les itinéraires sont donnés à titre indicatif. Ils peuvent être modifiés en fonction des conditions climatiques du moment, des critères techniques ou de la condition des participants. En dernier ressort, votre guide reste seul juge du programme.

### **ENCADREMENT/ACCOMPAGNEMENT**

La personne qui vous accompagne saura vous faire partager son goût du voyage et sera votre interlocuteur privilégié pendant tout le circuit afin qu'il se déroule en toute sérénité.

Il saura mieux que quiconque vous faire découvrir son pays. Il répond à vos attentes et à vos questions sur le pays, sa culture, ses traditions, et joue souvent les interprètes avec les populations rencontrées. Le guide connaît la nature et aura plaisir à partager ses connaissances avec vous.

## NIVEAU DE DIFFICULTÉ

Toutes les activités sont accessibles aux débutants et sans danger.

Si les activités proposées - bien qu'accessibles à tous et sans danger - (telles que Canopy tour-tyrolienne ou Rafting) vous semblent trop sportives, des activités plus calmes sont proposées en remplacement.

Il n'y a pas de porteur dans les hôtels. Prévoyez une valise à roulette.



Vous serez transporté dans de véhicules type HIACE (1-7 places) ou COASTER (8 à 17 places), ou SENIOR (18-20 places) selon le nombre de personnes qui voyagent.

Ces véhicules sont équipés d'une prise allume-cigare de 120 volts, de l'air conditionné, et d'un microphone.

Transferts vers et depuis Tortuguero et l'hôtel, en bateau collectif avec d'autres touristes.



Hôtels sélectionnés pour leur qualité. Selon l'état des réservations nous pouvons être amenés à vous loger dans des hôtels similaires dans certains endroits. La liste définitive des hôtels est disponible auprès de votre agence de voyage 15 jours avant le départ.

### Les hôtels (ou similaire) :

San José : l'hôtel Sleep Inn 3\*.

Tortuguero : Pachira Lodge 2\*sup.

Arenal : l'hôtel Arenal Paraiso 3\*.

Monteverde : Monteverde Country Lodge 3\*.

Rincón de la Vieja : l'hôtel Cañón de la Vieja 3\*.

Manuel Antonio : l'hôtel California 3\*.

Corcovado : l'hôtel Rancho Corcovado Lodge 2\*sup.

San Gerardo de Dota : l'hôtel Suria 3\*.

Orosi : l'hôtel Rio Perlas 3\*.

Cette liste n'est pas contractuelle, sous réserve de disponibilité.

## EXCURSIONS OPTIONNELLES

Ces excursions sont optionnelles: il n'y a aucune obligation de votre part de les acheter.

Voici la liste des excursions (donnés à titre indicatif, à reconfirmer avec le guide sur place):

À Tortuguero:

La ponte des tortues: L'observation de la ponte des tortues est une activité de juillet à octobre en option. C'est une activité qui se propose en général une fois arrivé au lodge. Le guide conseille le tour aux passagers et ceux qui veulent sont inscrits dès leur arrivée au lodge. Bien évidemment comme les guides locaux parlent seulement anglais et espagnol, le guide francophone du groupe vous accompagnera.

Le tour commence après le dîner. Il faut porter des vêtements sombres de préférence noirs pour ne pas effrayer les tortues. On vous conduira à la plage puis le guide cherchera un endroit où une tortue est en train de pondre. Avec une lumière rouge, le guide illuminera l'endroit afin que tout le monde puisse voir. Puis le guide recherche une autre tortue en train de pondre. Le tour a une durée aléatoire en fonction du nombre de tortues visibles cette nuit-là.

Sortie nocturne: la ponte des tortues (de juillet à octobre uniquement): \$45,00 par personne.

## INFORMATIONS PRATIQUES



Climat tropical – La saison sèche de décembre à avril est la saison la plus touristique. La saison des pluies ou saison verte dure de mai à octobre. La température entre 25° et 30° toute l'année selon les régions.

En général, pendant la saison des pluies, il pleut les après-midi et les matinées sont ensoleillées et c'est durant cette période que l'on voit le plus d'animaux et que tout est plus vert (les plantes aiment l'eau !). Les cascades sont à leur débit maximum et c'est la meilleure saison pour les activités d'eau.



Circuit en pension complète à l'exception de 6 repas.

Les repas sont pris dans des restaurants locaux, en route, lors des activités ou dans des hôtels. La cuisine est variée et équilibrée.

La cuisine costaricienne est loin d'être aussi variée que la cuisine française car on y retrouve assez souvent les mêmes ingrédients : la tortilla, la galette de farine de maïs, du riz, des haricots rouges, des crudités, du poulet ou du poisson. D'ailleurs le plat traditionnel que vous aurez l'occasion de goûter s'appelle le « casado » (qui signifie « marié ») et c'est le plat que « toute bonne épouse doit savoir servir à son mari » (!). C'est une grande assiette où l'on retrouve : une salade de crudités (le plus souvent du chou), du riz, des haricots et de la viande ou du poisson. Les plats sont assez peu épicés et souvent agrémentés de coriandre et d'oignons. En dessert, les costariciens mangent habituellement des fruits ou un gâteau de lait ou du riz au lait.



Pour les appareils photos numériques, prévoir des cartes mémoires suffisantes, une batterie de rechange et votre chargeur. Un filtre UV sera une protection efficace pour votre objectif. Un téléobjectif de 80-135 ou 200 mm est très apprécié pour les photos d'animaux. Votre aimable diplomatie et votre courtoisie sont indispensables pour vous faire accepter des peuples.



110 volts. Prises américaines (prévoir un adaptateur).



Pourboire à votre discrétion au guide et au chauffeur. Comptez environ 4€/jour/personne pour le guide et pour le chauffeur à titre indicatif.

Pourboires au restaurant ; La taxe de service.

## BOUCLER SA VALISE



- Une valise à roulettes est conseillée. Ne dépassez pas les 15 Kg si possible.
- Un petit sac à dos de 30 à 35 litres pour les effets utiles dans la journée (veste, gourde, crème solaire...)

### **Chaussures :**

- une paire de chaussure de randonnée basse, imperméables ou une paire de baskets confortables.
- une paire de sandales de marche.

### **Vêtements :**

- une veste imperméable
- une veste polaire ou pull
- un pantalon de toile type randonnée
- short ou bermuda
- chemises à manches longues et T-shirts.
- chaussettes en coton pour la marche
- maillot de bain
- chapeau ou casquette

### **Matériel :**

- lunettes de soleil à verres filtrants
- crème solaire (lèvres et peau)
- une paire de jumelles
- pharmacie personnelle : un collyre, un anti diarrhéique, un désinfectant externe (alcool à 90°), une crème anti-inflammatoire, du paracétamol, des pansements, une bande, un coton hémostatique, une crème anti-moustique, une épingle à nourrice.



## VOYAGE ET PARTAGE

### La vie en groupe

Pour faciliter les échanges et la convivialité, nous limitons la taille de nos groupes à 20 participants, et parfois moins. Néanmoins, vous allez vivre plusieurs jours en communauté et certaines concessions sont indispensables à la cohésion du groupe. Nos équipes s'occupent de tout, ainsi vous ne serez pas contraints d'effectuer les tâches collectives, mais votre aide sera toujours appréciée et renforcera vos liens avec vos accompagnateurs, guides, chauffeurs et cuisiniers...

### Votre environnement

Les itinéraires que vous allez parcourir ont été choisis pour leur beauté, leur authenticité ou leur originalité. Quelques principes permettront à d'autres voyageurs d'apprécier ces mêmes paysages. L'eau est un bien précieux dans de nombreux pays (désertiques ou non), ne la souillez pas (prévoyez toujours des savons et shampoings biodégradables). Les animaux que vous pouvez rencontrer sont chez eux, ne les dérangez pas et essayez de passer inaperçus... Enfin certains sites ou parcs naturels sont protégés et imposent un règlement qu'il est important de respecter. Bref, ne laissez aucune trace derrière vous, ramassez vos déchets et suivez les conseils de votre guide ! Si, malgré toutes les attentions que nous portons à l'environnement, vous constatez une négligence quelconque, nous vous demandons de la communiquer à votre agence.

### Vos rencontres

Sur votre route, vous aurez souvent l'occasion de rencontrer les populations locales. Où que vous soyez, sachez faire preuve de discrétion et d'humilité. La multiplicité des cultures et des traditions fait que certaines attitudes sont perçues différemment selon les pays. Pour ne pas commettre d'impair, prenez le temps de comprendre les personnes que vous rencontrez, prenez le temps de créer des liens. Là aussi, écoutez les conseils de votre guide ! Il connaît mieux que quiconque les comportements à éviter ou à adopter. Par exemple, si vous souhaitez prendre une personne en photo, demandez-lui toujours sa permission. Le meilleur moyen qu'elle accepte est d'avoir établi un contact préalable. De même, ne distribuez pas des cadeaux à tout va... Cela incite souvent les enfants à mendier, pour éviter ce genre de dérive, mieux vaut se référer aux structures locales compétentes (faire un don à l'école, à l'hôpital, aux autorités locales etc.). Enfin, veillez à ne pas porter de tenue trop légère (short court, décolleté...) et éviter les comportements exubérants.

## RECOMMANDATIONS

Comme dans tout voyage, évitez d'emporter des objets de valeur. Assurez votre matériel vidéo et photo. - N'emportez jamais d'objets dont la perte serait source d'ennuis. - Emportez également une photocopie de vos papiers d'identité. - Ne donnez pas l'impression de porter des objets de valeur en exhibant des T-shirt avec des marques apparaissant en gros. Cela vous fera paraître aussi riche que si vous portiez des bijoux. - Gardez un peu de monnaie sous la main, loin de vos économies, afin de ne pas devoir sortir une grosse somme à chacun de vos achats. - Suivez attentivement les conseils de vos guides locaux et accompagnateurs. - Ne laissez jamais vos objets de « valeurs » (argent, passeport, billets d'avions) « traîner » dans le véhicule, restaurants... chaque fois que cela est possible, laissez-les dans le coffre de l'hôtel.

## ANIMAUX SAUVAGES

Même si les animaux sont habitués aux véhicules, le silence, lors de l'observation, est de rigueur afin de ne pas les effrayer. - Ne laissez pas apparaître vos bras ou vos mains, vous ne voyez peut-être pas toujours les animaux mais eux vous observent. La faune n'est pas toujours visible et la vue d'un lion ou d'un léopard peut parfois paraître difficile à réaliser en sachant que son territoire peut couvrir une superficie de 20 à 200kms<sup>2</sup>. Les chauffeurs-guides communiquent par radio afin de localiser les animaux, ce qui facilite leur position. Durant votre circuit, vous vivrez en parfaite osmose avec la nature. Dans les réserves et les parcs nationaux, les animaux sont généralement habitués aux véhicules et peuvent paraître dociles, mais ils ne restent pas moins des animaux sauvages. Suivez les conseils de votre guide. -Il est strictement interdit de nourrir les animaux.

### BIBLIOGRAPHIE

- Costa Rica: voyage au cœur du vivant / Stéphane Bonneau
- Le Costa Rica: volcans, fleurs et quetzals / Christian Rudel
- *Costa Rica - Rencontres au dernier Jardin d'Éden* / Sabine Bernert et Michel Denis-Huot  
Littérature costaricienne
- Une musique magique / Lara Ríos
- Les contes de la tante Panchita / Carmen Lyra

### MINI LEXIQUE

Bonjour / Bonsoir	Buenos días / Buenas tardes
Comment allez-vous ?	¿Cómo estás?
Très bien, merci, et vous ?	Muy bien, gracias, ¿y usted?
Au revoir	Adiós
Bienvenue	Bienvenido
Merci (beaucoup)	(Muchas) Gracias
Excusez-moi/SVP	Por favor
Non merci	No gracias
Oui/Non	Sí / No

**Nous vous souhaitons un très beau voyage !**