

# INHALT

¡Costa Rica es pura vida! 9

## ► DIE NATUR

**Ein Land der Vielfalt** 12

Landschaftliche Gliederung 12

Vulkane und Erdbeben 14

Klima 17

**Das Wunderhorn der Flora** 18

Von Kaffee und anderen Luxus-  
gewächsen 21

**Warum ist die Banane krumm?** 22

**Auf Spurensuche in der Tierwelt** 23

*Die bedrohten Meeresschildkröten*

*Costa Ricas* 28

Schwirrende Vogelwelt 31

**Naturschutz & Naturparks** 34

## ► GESCHICHTE & POLITIK

**Das Paradies vergangener**

**Kulturen** 40

Prakolumbische Zeit 40

**Hilfe! Wir werden entdeckt!** 46

Der Traum von der reichen Küste 48

**Das 19. Jahrhundert** 50

¡Independencia! 52

Die Kaffeebarone 53

La Campaña Nacional 54

Die Amerikaner kommen ... 55

**Das 20. Jahrhundert** 56

Turbulente Jahre 59

**Moderne Zeiten brechen an** 62

Costa Rica – die Schweiz Mittel-  
amerikas? 63

**Politik und Wirtschaft heute** 64

**Die unbewaffnete Neutralität** 65

*Eine Geiselnahme erschüttert  
das Land* 67

**Wirtschaft: Alles Banane?** 68

## ► MENSCHEN & KULTUR

**Ticos und Ticas** 72

**Ethische Gruppierungen** 72

Die Indígenas 73

**Bevölkerungsdaten & -fakten** 75

Sprache 76

Religion 77

Bildung 78

Ticas – Das Costa Rica der Frauen 81

**Kultur und Kunst** 82

Wohnformen & Architektur 82

Kunsthandwerk 85

Literatur aus Costa Rica 88

Malerei 90

Musik und Tanz 92

## ► VORBEREITUNG & ANREISE

**Reisevorbereitung** 96

Reisedauer & Reisezeit 96

Reisekosten, Zahlungsmittel 97

Einreisebestimmungen 98

Wichtige Adressen 99

Reiseversicherung 100

Gesundheitsvorsorge 100

Reisen mit Kindern 103

Was mitnehmen? 104

Sprachschulen 108

**An- und Welterreise** 109

Flugverbindungen 109

Grenzformalitäten 110

Einreise per Flugzeug 111

Ausreise per Flugzeug 112

**Andere Anreisewege** 113

Über Land anreisen 113

Mit dem Schiff 114

Das Fahrrad mitnehmen? 115

## ► REISEPRAXIS

- Allgemeine Reisehinweise** 118  
Zeitverschiebung,  
Öffnungszeiten 118  
Feiertage und Feste 118  
Geld wechseln 120  
Post und Telefon 121  
Wichtige Adressen in Costa Rica 123  
Presse & Medien 124  
Sicherheit 125  
Gesundheitstips 126  
Medizinische Versorgung 130  
**Von Ort zu Ort** 131  
Bus 131  
Zug, Flug 132  
Fähre und Boot 133  
Taxi, Trampen 133  
Mietwagen 133  
**Unterkunft** 135  
Camping 137  
**Essen & Trinken** 137  
Einkaufen 139  
*Buen provecho – Guten Appetit!*  
    *Die Speisekarte* 140  
**Aktiv-Urlaub** 143  
Wander- & Trekkingtouren 143  
Wassersport 144  
Diverse Ballsportarten 146  
Okologie & Umweltverhalten 146  
Was Sie tun können 147  
Fotografieren 150
- SAN JOSÉ**
- Kleine Stadt ganz groß** 152  
Stadtgeschichte 153  
Erste Orientierung 154  
**Verbindungen** 155  
Busverbindungen ab San José 156  
**Unterkunft** 161  
Außerhalb von San José 166  
**Sehenswürdigkeiten** 167  
Parkanlagen 177

## **Essen & Trinken** 183

- Cafés, Kneipen, Bars und Discos 186  
Unterhaltung 186  
**Weitere Informationen** 188  
Shopping 190

## ► ZENTRAL-REGION

- Das Herzstück Costa Ricas:**  
**Die Zentralregion** 194  
**Alajuela** 194  
Balneario Ojo de Agua 198  
Zur Schmetterlingsfarm 198  
Zum Vogelzoo Ave 198  
San Ramón 199  
**Von Alajuela nach Zarcero** 200  
Grecia, Sarchí 200  
Naranjo, Zarcero 202  
**Von Alajuela zum Vulkan Poás** 203  
Nationalpark Vulkan Poás 203  
Varablanca 206  
**Heredia** 206  
Zum Vulkan Barva 209  
Vulkan Barva 210  
**Nationalpark Braulio Carrillo** 211  
Per Seilbahn durch den  
    Bosque Lluvioso 214  
San Vicente de Moravia 215  
**Cartago** 216  
**Zum Vulkan Irazú** 219  
Nationalpark Vulkan Irazú 220  
**Von Cartago ins Orosi-Tal** 221  
El Jardín Botánico Lankester 221  
**Paraiso** 222  
Das Orosi-Tal 222  
Von Orosi nach Tapantí 224  
Um den Cachí-Stausee 225  
**Von Paraiso nach Turrialba** 227  
Vulkan und Ort Turrialba 227  
Nationalmonument Guayabo 230  
**Von Turrialba nach Siquirres** 233

## ► NORDEN & KARIBIK

- Das weite Land im Norden** 236  
Ciudad Quesada de San Carlos 236  
**La Fortuna & Arenal-See** 239  
Organisierte Ausflüge 243  
Trekking-Touren 244  
*Feuerspeiender Berg: Gefahr am Vulkan Arenal* 245  
Rund um den Arenal-See 246  
Tilarán 251  
**Von Ciudad Quesada nach Norden** 253  
Muelle 253  
San Rafael de Guatuso 254  
Upala 254  
Von Muelle nach Los Chiles 254  
Los Chiles 255  
Tierschutzgebiet Caño Negro 257  
**Von San José nach Puerto Viejo de Sarapiquí** 258  
La Virgen 259  
Puerto Viejo de Sarapiquí 262  
**Von Puerto Viejo an die Karibikküste** 264  
Estación Biológica La Selva 264  
Las Horquetas 265  
Über den Bäumen:  
    Privatpark Rara Avis 265  
  
**Die reiche Küste: die karibische Seite Costa Ricas** 267  
**Von San José nach Puerto Limón** 267  
Guápiles, Siquirres 268  
Puerto Limón 269  
Die Strände nahe Limón 271  
Moín 272  
**Nationalpark Tortuguero** 272  
Die Siedlung Tortuguero 275  
Tierschutzgebiet Barra del Colorado 277

## Von Puerto Limón nach Sixaola 278

- Naturschutzgebiet Hitoy-Cerere 279  
Cahuita 279  
Nationalpark Cahuita 282  
Puerto Viejo de Talamanca 283  
Zur Playa Manzanillo, Tierschutzgebiet Gandoca-Manzanillo 288  
Bribri und Sixaola 289

## ► NORDWESTEN & NICOYA

- Weiden, Nebelwälder, Kakteen und Strände: Der Nordwesten** 290  
**Zu den Naturschutzgebleten Santa Elena & Monteverde** 293  
Tierschutzgebiet Peñas Blancas 293  
Santa Elena 294  
Waldreservat Santa Elena 297  
Rund um den Cerro Plano: Die Region Monteverde 298  
*Die Probleme der Region Monteverde* 300  
Sehenswertes 302  
Nebelwaldreservat Monteverde 303  
**Von Monteverde Richtung Liberia** 306  
Cañas 306  
Bagaces 308  
Nationalpark Palo Verde 308  
Naturschutzgebiet Lomas de Barbudal 310  
Liberia 311  
**Nördlich von Liberia** 315  
Nationalpark Rincón de la Vieja 315  
Nationalpark Santa Rosa 319  
Nationalpark Guanacaste 322  
La Cruz 323  
Tierschutzgebiet Isla Bolaños 324  
**Die Strände bei Liberia** 324  
Playa del Coco 325  
Playa Ocotál, Playa Hermosa 327  
Playa Panamá 328

**»Land mit Wasser zu bilden**

***Selten: Die Halbinsel Nicoya*** 329

**Von Liberia nach Nicoya** 329

Santa Cruz 329

Playa Tamarindo 332

Playa Brasilito 336

Playa Conchal, Playa Flamingo 337

Playa Junquillal 338

**Nicoya** 339

Die Strände nahe Nicoya 341

Tierschutzgebiet Ostional 341

Playa Sámarra 343

Playa Carrillo 346

**Von Nicoya zur Rio-Tempisque-Fähre** 346

Nationalpark Barra Honda 346

**Der Süden der Halbinsel** 348

Playa Naranjo 348

Zur Playa Montezuma und zum

Cabo Blanco 348

Tierschutzgebiet Curú 349

Isla Tortuga 349

Playa Tambor 349

Cóbano 350

Playa Montezuma 351

Naturschutzgebiet Cabo Blanco 354

► **PAZIFIK & SÜDEN**

***Dunkle Strände und Naturoasen:***

***Die zentrale Pazifikküste*** 356

**Puntarenas** 356

Naturschutzgebiet Islas Guayabo,

Negritos y Pájaros 363

**Von Puntarenas zur Playa de Jacó** 363

Playa Doña Ana 363

Puerto Caldera 364

Naturschutzgebiet Carara 364

Playa Tárcoles 365

Playa Herradura 366

Playa de Jacó 366

Playa Hermosa 370

Quepos 371

**Zum Nationalpark Manuel**

**Antonio** 376

Nationalpark Manuel Antonio 381

**Von Quepos nach Palmar Norte** 384

Playa Dominical 385

Uvita 386

***Urwüchsig und abenteuerlich:***

***Der Süden*** 388

***Von San José nach San Isidro del General***

**General** 388

San Isidro del General 389

***Zum Nationalpark Chirripó*** 391

Nationalpark Chirripó 392

***Von San Isidro zum Nationalpark La Amistad*** 395

Nationalpark La Amistad 395

Absteher nach San Vito 397

Botanischer Garten Wilson 399

***Auf der Interamericana***

***Richtung Panama*** 400

Absteher nach Sierpe 401

Golfito 401

Tips für Golfitos Umgebung 405

Playa Zancudo 408

Ciudad Neily 408

Paso Canoas 409

***Die Halbinsel Osa*** 411

Puerto Jiménez 411

Zum Nationalpark Corcovado 414

Praktische Infos zum Park 418

Die Drake-Bucht 418

*Isla del Coco* 419

*Isla del Caño* 420

► **REGISTER**

Register der Orte & Sehenswürdigkeiten

422

Kartenlegende & Verzeichnis 428