

Inhalt

Pura vida, pura natura

Das wahre Leben in unberührter Natur 6

Chronik der Geschichte Costa Ricas

Aus der Armut zu einem selbstbewussten Volk 23

RÜNDREISE DURCH COSTA RICA

- 1** **Programm: San José** 36
Chaos mit Charme: Die Hauptstadt San José 45
Zusatzprogramm: Osa-Halbinsel und
Nationalpark Tortuguero 58
Wasser von oben und von unten
In den Nationalparks Corcovado und Tortuguero 62
- 2** **Route: San José – Alajuela – Vulkan Poás – Waterfall**
Gardens – Heredia – Sarchi – San José (183 km) 70
Bizarre Formen und leuchtende Farben
Ausflüge im Valle Central, nordwestlich von San José . . 74
Exkurs: Mit dem Teufel Lambada tanzen
Rafting auf dem Río Reventazón 84
- 3** **Route: San José – Nationalpark Vulkan Irazú –**
Cartago – Orosi – Turrialba (164 km) 86
Paradies im Schatten des grollenden Berges
Orosí-Tal und Vulkan Irazú 90
- 4** **Route: Turrialba – Guayabo – Turrialba – Siquirres –**
Puerto Limón (133 km) – Cahuita (178 km) 100
Auf dem Basar der alten Kulturen
Vom zentralen Bergland an die Karibikküste 102
Exkurs: Im gelben Ding steckt sozialer Zündstoff
Bananen 110
- 5** **Route: Puerto Limón – Nationalpark Cahuita –**
Puerto Viejo de Talamanca – Manzanillo (61 km) 114
Karibische Träume: Badeurlaub an der
»reichen Küste« 118
- 6** **Route: Puerto Viejo – Puerto Limón – Puerto Viejo**
de Sarapiquí (226 km) 128
Mit der Seilbahn im Kronendach des Dschungels
Im Nationalpark Braulio Carrillo 131
- 7** **Route: Puerto Viejo de Sarapiquí – La Fortuna (106 km)** 138
Ein Feuerwerk wie auf Kitschpostkarten
Vulkan Arenal 141

Zusatzroute: Wo der Pfeffer wächst

In der Laguna del Lagarto Lodge 148

8 Programm: La Fortuna – Arenal-See und Umgebung 150
Aktivitäten um Costa Ricas größten See
Laguna de Arenal 153

9 Route: La Fortuna – Arenal – Tilarán – Las Cañas –
Liberia (148 km) 159
Blütenpracht der Tropen
Die trockene Provinz Guanacaste 162

10 Programm: Nationalpark Santa Rosa und Baden
am Pazifik 168
Stationen der Geschichte: Im Nationalpark Santa Rosa 170
Exkurs: Pferdetour vor einer Westernkulisse
Am Fuß des Vulkans Cacao 178
Zusatz-Infos: Strände 180
Strände am Pazifik und am Golf von Nicoya
Von der Playa Hermosa bis Malpaís 183

11 Route: Liberia – Jacó – Quepos – Manuel Antonio
(Variante 1: 343 km; Variante 2: 257 km) 188
Vom Tummelplatz der Wasservögel zu den
schönsten Stränden
Nationalpark Carara und Playa de Jacó 194
Zusatzprogramm: Monteverde 201
Faszinierendes Schauspiel
Im Nebelwald von Monteverde 206

12 Route: Manuel Antonio – Dominical (47 km)/Ma-
nuel Antonio – San José (180 km) 208
Affentreff am Kathedralenkap
Im Parque Nacional Manuel Antonio 210

13 Route: Dominical – San Isidro – Cerro de la Muerte –
Cartago – San José (170 km) 216
Der König der Vögel gibt sich die Ehre
Mirador Quetzales 219

Service von A–Z 224
Sprachhilfen 237

Orts- und Sachregister 240
Namenregister 244
Zeichenerklärung 246
Bildnachweis und Impressum 248