

Vorwort	10
I. COSTA RICA: LAND UND LEUTE	12
Costa Rica auf einen Blick	13
Historischer Überblick	14
Landschaftlicher Überblick	26
Geografie	26
Klima und Reisezeit	27
Flora	29
Vegetationszonen 30 · Nutzpflanzen 36	
Fauna	41
Überblick über in Costa Rica heimische Tiere 42	
Politischer und wirtschaftlicher Überblick	65
Das politische System – Staat und Verwaltung	65
Wirtschaft	65
Bananen 66 · Kaffee, Rindfleisch, Zuckerrohr und Ananas 67 · Tourismus 68 · Wirtschaftliche Entwicklung 70	
Gesellschaftlicher und kultureller Überblick	72
Bevölkerung	72
Religion	76
Bildung	77
Kunst und Kultur	78
Bildende Kunst 78 · Literatur 79	
Kulinarisches	80
Speisen 80 · Getränke 82	
2. COSTA RICA ALS REISEZIEL	84
Die gelben Seiten: Allgemeine Reisetipps A–Z	85
Die grünen Seiten: Das kostet Sie das Reisen in Costa Rica	136
Routenvorschläge	139
Route 1: Von San José an die Karibikküste 139 · Route 2: Von San José in den Südwesten zur Peninsula de Osa und zur Pazifikküste 140 · Route 3: Von San José nach Guanacaste 141 · Route 4: Von San José auf die Halbinsel Nicoya und nach Norden 142 · Route 5: „Kaffeetour“ durch das Zentrale Hochland 143	

3. **SAN JOSÉ UND ZENTRALES HOCHLAND** 144

San José 145

Redaktionstipps 145

Geschichte 145

Sehenswertes 147

Museo Nacional de Costa Rica 147 · Rund um den Parque Nacional 149 · Rund um den Parque España und Parque Morazán 151 · Abstecher in das Barrio Otoya und Barrio Amon 153 · Rund um die Calle Central und Mercado Central 155 · Rund um die Plaza de la Cultura 156 · Chinatown 159 · Rund um den Parque de la Sabana 159 · Weiter entlang der Av. 10 bis ins Zentrum 162 · Außerhalb des Stadtzentrums 162

Zentrales Hochland 171

Redaktionstipps 171

Heredia und Umgebung 171

Sehenswertes 171 · INBioparque 176 · Britt-Kaffeeshow 177 · Barva 177 · Parque Nacional Braulio Carrillo – Sector Barva 178

Über Alajuela nach Grecia und Sarchí 180

Alajuela 180 · Von Alajuela Richtung La Garita 184 · Parque Nacional Volcán Poás 186 · Grecia 190 · Sarchí 193

Abstecher über Naranjo, San Ramón und Zarcero nach Ciudad Quesada/San Carlos 194

Naranjo 194 · San Ramón 196 · Zarcero 198 · Weiterfahrt zum Parque Nacional del Agua Juan Castro Blanco und nach Ciudad Quesada/San Carlos 199

Cartago und Umgebung 199

Sehenswürdigkeiten 200 · Jardín Botánico Lankester 204 · Orosí 205 · Lago Cachí und Ujarrás 208 · Parque Nacional Tapanti-Macizo Cerro de la Muerte 208 · Parque Nacional Volcán Irazú 210

Turrialba 213

Santa Cruz 216 · Parque Nacional Volcán Turrialba 216 · Archäologiepark Monumento Nacional Guayabo 218

Von Turrialba nach Siquirres 221

CATIE-Institut 221

4. **DIE NÖRDLICHE TIEFEBENE UND DER NORTHWESTEN VON GUANACASTE** 222

Die nördliche Tiefebene 223

Redaktionstipps 226

Von San José nach St. Clara 226

Parque Nacional Braulio Carrillo 227 · Rainforest Adventure 229

Von St. Clara nach Puerto Viejo de Sarapiquí 230

Puerto Viejo de Sarapiquí 232

Nach San Miguel/Sarapiquí über La Virgen 236

La Virgen 236 · San Miguel/Sarapiquí 238

Routenvarianten ab San Miguel nach San José 238

Route 1: über Vara Blanca 238 · Route 2: über Río Cuarto und Bajos del

Toro 240 · Route 3: von Río Cuarto über San Carlos/
Ciudad Quesada nach San José 243 · San Carlos/Ciudad Quesada 244 ·
Parque Nacional del Agua Juan Castro Blanco 246

Der Nordwesten: von den Nebelwäldern an die Pazifikküste 248

Über Las Juntas de Abangares nach Monteverde / St. Elena 248

Redaktionstipps 249 · (Las) Juntas (de Abangares) 250

Monteverde / St. Elena 252

Von Las Juntas nach St. Elena 252 · Santa Elena 253 · Reserva Biológica del Bosque Nuboso Monteverde 256 · Reserva Bosque Nuboso Santa Elena 258 · Bosque Eterno de los Niños 259 · Weitere private Schutzgebiete 259

Von Monteverde über Tilarán nach La Fortuna:

rund um die Laguna de Arenal 263

Alternative: über Cañas nach Tilarán 263 · Tilarán 265 · Von Tilarán nach (Nuevo) Arenal 267 · La Fortuna de San Carlos 269 · Parque Nacional Volcán Arenal 276 · Cavernas de Venado 279 · San Rafael de Guatuso 279

Zum Parque Nacional Volcán Tenorio 280

Bijagua 281 · Parque Nacional Volcán Tenorio 283 · Alternative: über La Fortuna de Guanacaste nach Upala 285

Weiter auf der Interamericana Richtung Nordwesten 287

Bagaces 287 · Reserva Biológica Lomas de Barbudal 288 · Parque Nacional Palo Verde 290 · Liberia 294 · Parque Nacional Rincón de la Vieja 299 · Parque Nacional Santa Rosa 305 · Parque Nacional Guanacaste 309 · Refugio de Vida Silvestre (Bahía) Junquillal 311 · Parque Nacional Santa Rosa – Sector Murciélagos 313 · La Cruz und Peñas Blancas 315 · Bahía Salinas 316

Der tiefe Norden: Grenzregion zu Nicaragua 317

Upala 317 · Von Upala nach Los Chiles 319 · Refugio de Vida Silvestre Caño Negro 320 · Los Chiles 323 · Von Los Chiles zurück nach San José 325

5. DER WESTEN: DIE HALBINSEL NICOYA UND DIE STRÄNDE VON GUANACASTE 326

Überblick 327

Redaktionstipps 327

Guanacastes Strände und der Norden der Halbinsel Nicoya 329

Playas del Coco und Umgebung 331

Playa Hermosa 333 · Playa Panamá 334 · Playa Ocotal 334

Die Strände um Playa Flamingo 335

Playa Flamingo 335 · Playa Potrero 337 · Playa Prieta/Playa Penca 338 · Playa Pan de Azúcar und Playa Danta 338 · Playa Brasilito 338 · Playa Conchal 339 · Playa Real/Bahía de los Piratas 340

Santa Cruz und die Strände um Playa Tamarindo 340

Santa Cruz 341 · Guaitil 342 · Parque Nacional Diria 342 · Playa Tamarindo 344 · Playa Grande 347 · Parque Nacional Marino Las Baulas (de Guanacaste) 349 · Playa Langosta 352 · Playa Avellana(s) 352 · Playa Negra 353 · Playa Junquillal 354

Die Strände um Nosara 355

Nosara 355 · Refugio de Vida Silvestre Ostional 356 · Playa Ostional 358
· Playa Nosara, Playa Pelada und Playa Guiones 359 · Playa Garza 362

Nicoya und die Strände um Sámara 363

Nicoya 364 · Parque Nacional Barra Honda 365 · (Playa) Sámara 367 ·
Playa Carrillo 370 · Playa Islita und Playa Bejuco 371 · Playa San Miguel
372 · Playa Coyote 373

Puntarenas und die südliche Halbinsel 374**Puntarenas** 374

Stadtrundgang 375 · Die Inseln im Golf von Nicoya: meerumspülte
Naturreservate 377

Von Puntarenas zur Südspitze der Peninsula de Nicoya 381

Paquera 381 · Refugio Nacional de Vida Silvestre Curú 383 · (Playa)
Tambor/(Playa) Pochote 385 · Cóbano 386 · Montezuma 387 · Cabuya
391 · Reserva Natural Absoluta Cabo Blanco 392 · Mal País/Santa Teresa
395

6. DER SÜDEN 400**Überblick** 401**Zentrale Pazifikküste:****Von Puntarenas/San José nach Palmar Norte** 401

Redaktionstipps 402

Nach Quepos und zum Parque Nacional Manuel Antonio 402

Parque Nacional Carara 402 · (Playa) Tárcoles und Umgebung 407 ·
(Playa) Herradura 409 · (Playa) Jacó 410 · Playa Hermosa 413 · Playas
Esterillos 414 · Parrita und Umgebung 416 · Quepos 418 · Parque
Nacional Manuel Antonio 424

Von Quepos über Santiago de Puriscal**zurück nach San José** 430

Parque Nacional La Cangreja 430 · Santiago de Puriscal 433

Von Quepos weiter entlang der Pazifikküste 433

Playa Savegre 434 · (Playa) Matapalo 434 · Playa und Hacienda Barú 435 ·
(Playa) Dominical 435 · Abstecher von Dominical nach San Isidro de El
General 438 · Uvita 438 · Parque Nacional Marino Ballena 441 · Playa
Tortuga und Ojochal 445

Durchs Landesinnere:**Von San José zum Chirripó und nach Palmar Norte** 446

Redaktionstipps 446 · Parque Nacional Los Quetzales 447 · San Gerardo
de Dota 448 · San Isidro de El General 450 · San Gerardo de Rivas 454 ·
Parque Nacional Chirripó 456

Von San Isidro de El General nach Palmar Norte 460

Buenos Aires 460 · Palmar Norte 462

Der tiefe Süden: Richtung panamaischer Grenze 464

Redaktionstipps 464 · Parque Nacional Piedras Blancas 464 · Ciudad
Neily 466 · Paso Canoas 468

Über San Vito nach Ciudad Neily oder zum Parque La Amistad	469
San Vito 470 · Jardín Botánico Wilson 472 · Zona Protectora Las Tablas 474 · Parque Internacional La Amistad 474	
Rund um den Golfo Dulce und die Halbinsel Osa	480
Redaktionstipps 480	
Golfito und Umgebung	480
Golfito 480 · Refugio Nacional de Vida Silvestre Golfito 484 · Die Strände in der Umgebung von Golfito 486	
Nach Puerto Jiménez und zum Parque Nacional Corcovado	491
Um die Bahía Rincón 491 · Puerto Jiménez 492 · Das Cabo Matapalo und die Strände südlich von Puerto Jiménez 495 · Carate 497 · Parque Nacional Corcovado 497	
Von Puerto Jiménez nach Bahía Drake und Sierpe	503
La Palma 503 · Bahía Drake 504 · Sierpe 506 · Humedal Nacional Térraba Sierpe 509 · El Sitio Arqueológico Finca 6 510	
Reserva Biológica Isla del Caño	512
 7. DER OSTEN: AN DIE KARIBIKKÜSTE	 514
Überblick	515
Redaktionstipps 515	
Von San José an die Karibikküste	516
Guápiles	516
Abstecher: über Cariari nach Tortuguero	518
Tortuguero 520 · Parque Nacional Tortuguero 526 · Nach Norden: Barra del Colorado 528	
Siquirres	528
Sub Corredor Biológico y Parque Nacional Barbilla 530	
(Puerto) Limón	532
Überblick 533 · Sehenswertes 534 · Isla Uvita 535 · Playa Bonita 536 · Moín 536	
Von Limón nach Süden	539
Reserva Biológica Hitoy Cerere (Parque Internacional La Amistad) 539 · Cahuita 542 · Parque Nacional Cahuita 546 · Puerto Viejo (de Talamanca) 549 · Reserva Indígena Kékoldi 553 · Playa Cocles und Playa Chiquita 553 · Punta Uva und Manzanillo 554 · Refugio Nacional de Vida Silvestre Gandoca-Manzanillo 557	
Zur panamaischen Grenze	558
Bribri 558 · Sixaola 559	
 ANHANG	 560
Literaturverzeichnis	560
Kleiner Sprachführer	561
Glossar Flora und Fauna	563
Stichwortverzeichnis	568
Entfernungstabelle	573

Weiterführende Informationen:

Ethnische Gruppen	15	Vorsicht vor den „Killerbienen“	308
Kaffeebarone und Bananenmultis	17	CIA und Contras	
Das Militär im „Land des Friedens“	19	im Land des Friedens	314
Das Goldene Zeitalter	21	Bandera Azul Ecológica	330
Kompromiss und Legitimation	25	Die Krokodiljäger von Ortega	342
El Niño	28	Lederschildkröten als Opfer des	
Die Coyolpalme – vielseitig ver-		Tourismus	350
wendbar und allseits geschätzt	41	Die Geschichte einer Freundschaft	
Vom Plan des Präsidenten Lincoln,		oder wie der Río Tempisque zu	
ehemalige Sklaven nach Costa Rica		seiner Brücke kam	363
umzusiedeln	72	Refugio de Vida Silvestre Isla San	
Migranten in Costa Rica	74	Lucas: vom Knast zum	
Die indianische Urbevölkerung:		Ausflugziel	376
vergessen und vernachlässigt	75	Nationalpark auf hoher See:	
Ceviche	80	Parque Nacional Isla del Coco	380
Exotische Früchte	81	Die Hacienda El Coyolar –	
Der Präsident und die		Costa Rica als Land der kleinen	
costa-ricanische Stunde	160	Bauern?	403
Juan Santamaría	181	„Ökoparadies“ Costa Rica?	407
Spitzname <i>Jesucristo</i>	191	Landeigentümer vs. Landbesetzer –	
Costa Ricas Raketenabschussrampen		die Rechte der Squatter	409
im Blick des US-Militärs	220	Das Schicksal des Stammes	
Costa-ricanische		der Quepo	418
Osterspezialitäten	227	Korallentiere: bedrohte	
Wie der Baum der Reisenden zu		„Baumeister“ der Meeresriffe	442
seinem Namen kam	231	Paraquat – Pflanzenschutz für die	
Pogrom in Las Juntas	251	Ananas, Gift für Selbstmörder	451
Vom Patriot zum Vaterlandsverräter –		Die rätselhaften Steinkugeln	
Cañas' Namenspatron General José		der Diquis	462
María Cañas	264	Bosque Esquinas – der	
Vulkantouren – einst und heute	277	„Regenwald der Österreicher“	465
Holz aus Palo Verde – gut zum		Goldsucher im Corcovado-	
Boßeln und zum Kurieren	291	Nationalpark	499
Wie der „Rincón“ zu seinem		Der Fall Harry Männil:	
Namen kam	299	Wem gehören die Steinkugeln?	511

Karten:

Alajuela	183	Liberia	296
Cahuita	545	Montezuma	389
Cartago	203	Nationalparks und	
Corcovado	498	Naturschutzgebiete	112
Golfito	482	Nicoya	364
Heredia	174	Norden	224/225
Jacó	411	Nosara, Playa Pelada,	
La Fortuna/Volcán Arenal	270/271	Playa Guiones	360

Orosí und Valle Orosí	206	San Isidro de El General	453
Playa Tamarindo	344	San José: Innenstadt	148
Puerto Jiménez	493	San José: Umgebung/	
Puerto Limón	537	Valle Central	172/173
Puerto Viejo de Talamanca –		Santa Teresa, Mal País,	
Manzanillo	551	Naturreservat Cabo Blanco	397
Puntarenas	374/375	St. Elena/Naturschutzgebiet	
Quepos/Nationalpark		Monteverde	254/255
Manuel Antonio	420/421	Tortuguero und Umgebung	523
Sámara	369	Turrialba	214
San Gerardo de Rivas/		Volcán Tenorio, Río Celeste,	
Nationalpark Chirripó	455	Bijagua	282

Karten in den Umschlagklappen:

vorne: Costa Rica Übersicht mit Seitenweisen

hinten: San José Innenstadt