

Vorwort 12

Allerlei Wissenswertes 14

Geschichte 14

Präkolumbianische Zeit 14

Postkolumbianische Zeit 15

Regierungsform 17

Wirtschaft 19

Bevölkerung 20

Ticos, Ticas und ethnische Minderheiten 20

Indios 21

Schwarze 21

Chinesen 22

Flüchtlinge 22

Religion 23

Sprache und Namen 23

Sprache 23

Namen 23

Kultur 24

Die Provinzen Costa Ricas 25

San José 25

Alajuela 25

Heredia 26

Cartago 26

Limón 27

Puntarenas 28

Guanacaste 28

Nationalparks und Naturschutzgebiete 30

Klima und Geografie 30

Flora und Fauna 34

Praktische Reisetipps 46

An- und Abreise 46

Flugverbindungen 46

Einreisebestimmungen 46

Vertretungen deutschsprachiger Länder in Costa Rica 46

Zoll bei Einreise nach Costa Rica 47

Zoll bei Einreise nach Deutschland 48

Reisebüros und Tourenangebot 48

Reiseveranstalter in Deutschland 48

Tourenveranstalter und Reisebüro in Costa Rica 48

Flugbuchungen / IATA-Reisebüros in Costa Rica 49

Verkehrsmittel 49

Flugverkehr 49

Taxi 50

Busverkehr 51

Bahn 52

Mietwagen, Navi 52

Straßenverkehr 54

Gesundheitsvor- und -fürsorge 56

Impfungen 56

Malaria 57

Dengue-Fieber 58

Nahrung und Wasser 58

Sonne 58

Sex 59

Durchfall (Diarrhoe) 59

Schlangenbiss 60

Medizinische Versorgung 61

Sicher reisen 61

Kommunikation 64

Handy, Telefon, Telefax 64

Internet 64

Post 65

Währung, Zahlungsmittel, Geldwechsel 65

Zeitverschiebung 66

Stromversorgung	67
Essen und Trinken	67
Souvenirs und Shopping	69
Sprachschulen	70
Freizeitvergnügungen	72
Hiking & Biking	72
Surfen (Wellenreiten)	72
Windsurfen und Kitesurfing	73
Rafting und Kajakfahren	73
Tauchen	75
Reiten	75
Sportfischen	76
Gyrocopter	77
Paragliding und Ballonfahren	78
Den Urwald erleben	78
Hanging Bridges	78
Rain Forest Aerial Tram	79
Dschungel-Lodges	79
Canopy/Zip Line Tours	80
Dschungelexpeditionen	80

San José	82
Orientierung	83
Museen	86
Märkte, Kunsthandwerk, Shopping	88
Theater, Kinos, Kulturstätten	90
Tagsüber in San José	92
Stadterkundung	92
Stadt parks	94
La Sabana Park	94
Vergnügungspark	95
Freilichtmuseum	95
Freibad	95
San José bei Nacht	96
Cafés und Restaurants	97
Hotels in San José	100
Gastfamilien	103
Tagesausflüge ab San José/ Valle Central	104
Alles über Kaffee oder Kaffee über alles?	104
Vulkan Poás, Grecia, Sarchí	104
Vulkan Irazú, Cartago, Orosital, Ujarrás, Turrialba	109
Vulkan Barva Trekkingtour	115

Der Norden und Nordwesten 116

Sarapiquí-Gebiet 116

Boca Tapada, Boca San Carlos 118

Muelle de San Carlos 122

Arenal-Gebiet 123

La Fortuna 123

Rund um den Arenal-See 127

Monteverde-Gebiet 129

Unterkünfte und Highlights 131

Liberia 134

Rincón de la Vieja 136

Nationalpark Santa Rosa 136

Die Halbinsel Nicoya 138

Nicoya 139

Santa Cruz, Guaitil, San Vicente 139

Nationalpark Barra Honda und Terciopelo-Höhle 142

Schildkrötenstrand und Naturpark Playa Ostional 143

Naturreservat Cabo Blanco 146

Bahía Papagayo und Playas del Coco 146

Tamarindo 147

Nosara 148

Sámara 149

Die Südspitze und der Golf von Nicoya 151

Die Pazifikküste und der Süden 152

Puntarenas 152

Jacó 153

Quepos, Manuel Antonio 158
Dominical, San Isidro 164
Golfito 166
Puerto Jiménez, Dos Brazos 169
Nationalparks Corcovado und Piedras Blancas 172
 Isla del Caño 173
Isla del Coco 174

Die Karibikküste 176
Limón 177
Nördliche Karibikküste 178
 Parismina 180
 Tortuguero 181
 Barra del Colorado 183
Südliche Karibikküste 183
 Cahuita 184
 Puerto Viejo de Talamanca 186
Bribri, Uatsi, Bratsi und Sixaola 188
Panama/Bocas del Toro 189

Anhang 190
Top-10-Costa Rica Websites 190
Fest- und Feiertagskalender 191

Register 192

Die Autoren 196

Kleiner Sprachführer 197