

Inhalt

Highlights	2
Reiseziele und Routen	23
Klima und Reisezeit	30
Reisekosten	32

Verhaltenstipps	69
Versicherungen	71
Visa	73
Voluntario (Freiwilligendienst)	73
Weiterreise	73
Zeit	74
Zoll	74

Traveltipps von A bis Z 33

Anreise	34
Botschaften und Konsulate	36
Einkaufen	37
Essen und Trinken	38
Fair reisen	40
Feste und Feiertage	42
Fotografieren	44
Frauen unterwegs	44
Geld	45
Gepäck und Ausrüstung	47
Gesundheit	48
Informationen	50
Internet	51
Kinder	52
Maße und Elektrizität	53
Medien	53
Öffnungszeiten	54
Post	54
Reisende mit Behinderungen	54
Reiseveranstalter	55
Schwule und Lesben	56
Sicherheit	56
Sport und Aktivitäten	58
Sprachkurse	62
Steuern	62
Telefon	62
Transport	63
Übernachtung	68

Land und Leute 75

Geografie	76
Flora und Fauna	76
Bevölkerung	86
Geschichte	88
Politik	101
Wirtschaft	105
Religion	107
Kultur	107

San José 109

Spaziergang durch San José	110
Kirchen	119
Parks und Plazas	119
Weitere Sehenswürdigkeiten	119
Westliche Vororte	120

Valle Central 139

Alajuela und Umgebung	142
Alajuela	142
Parque Nacional Volcán Poás	146
Atenas	149
Grecia	150
Sarchí	150
San Ramón	151
Heredia und Umgebung	152
Heredia	152
Parque Nacional Braulio Carrillo / Sektor Volcán Barva	155
Cartago und Umgebung	158
Cartago	158
Parque Nacional Volcán Irazú	160
Valle de Orosi	161
Cachí	164
Ujarrás / Paraíso	165
Parque Nacional Tapantí	166
Turrialba und Umgebung	166
Turrialba	166
Monumento Nacional Arqueológico Guayabo	169
Parque Nacional Volcán Turrialba	170

Der Norden 171

La Fortuna und der Lago Arenal	174
La Fortuna	174
Parque Nacional Volcán Arenal	182
Um den Lago Arenal nach Tilarán	183

Tilarán	185
Monteverde und Santa Elena	186
Santa Elena	187
Reserva Monteverde	195
Reserva Santa Elena	197
Bosque Eterno de los Niños	197
Von Rara Avis nach Ciudad Quesada (San Carlos)	198
Privatreservat Rara Avis	199
Estación Biológica La Selva	201
Puerto Viejo de Sarapiquí	201
La Virgen / San Miguel	204
Nach Norden am Unterlauf des Río San Carlos	205
Ciudad Quesada	207
Ciudad Quesada (San Carlos) Richtung Nicaragua	208
Refugio Nacional de Vida Silvestre Caño Negro	208
Los Chiles	210
Cuevas de Venado	211
Indianerreservat Maleku	211
San Rafael de Guatuso	211
Parque Nacional Volcán Tenorio	212
Upala	213

Nord-Guanacaste 215

Liberia	218
Area de Conservación Guanacaste und Umgebung	223
Parque Nacional Rincón de la Vieja	223
Volcán Miravalles	228
Parque Nacional Guanacaste	229
Parque Nacional Santa Rosa	230
Cuajiniquil	231
Refugio Nacional de Fauna Silvestre Bahía Junquillal	232

Von der Bahía Salinas Richtung	
Nicaragua	233
Bahía Salinas	233
La Cruz	235
Peñas Blancas / Grenze nach	
Nicaragua	235

Süd-Guanacaste und die Nicoya-Halbinsel 237

Am Pazifik nach Süden	239
Playa del Coco	239
Playa Hermosa	242
Playa Panamá	243
Playa Brasilito	243
Playa Flamingo	244
Playa Potrero	245
Playa Tamarindo	246
Parque Nacional Marino Las Baulas	
de Guanacaste	252
Playa Avellanas, Playa Negra /	
Los Pargos	252
Playa Junquillal	255
Von Playa Junquillal nach Ostional	256
Refugio Nacional de Fauna	
Silvestre Ostional	256
Ostional	257
Santa Cruz	258
Nicoya	261
Parque Nacional Barra Honda	264
Playas de Nosara	266
Sámara	271
Playa Buena Vista	276
Playa Carrillo	276
Von Carrillo nach Playa Caletas	276
Der Golf von Nicoya	278
Playa Naranjo	278
Reserva Karen Mogenson	278
Die Inseln des Golfes	279

Die südliche Halbinsel	280
Von Playa Naranjo nach Paquera	280
Paquera	280
Reserva de Vida Silvestre Curú	281
Tambor	282
Cóbano	284
Montezuma	285
Cabuya	289
Reserva Natural Absoluta	
Cabo Blanco	290
Mal País und Santa Teresa	290
Playa Manzanillo	295
Auf der Interamericana nach Süden	296
Reserva Biológica Lomas de	
Barbudal	296
Parque Nacional Palo Verde	296
Cañas	298
Die Umgebung von Cañas	299
Puente de la Amistad	299

Zentrale Pazifikküste 301

Von Puntarenas nach Jacó	302
Puntarenas	302
Parque Nacional Carara	307
Von Tárcoles nach Jacó	307
Jacó	310
Playa Hermosa	314
Weiter nach Quepos	315
Playa Esterillos	315
Parrita / Playa Palo Seco	315
Quepos	316
Parque Nacional Manuel Antonio	320
Von Quepos nach Süden	320
Playa Matapalo	320
Dominical und Umgebung	322
Uvita	324
Parque Nacional Marino Ballena	327
Ojochal	327

Der Süden..... 329

Von San José zum Cerro Chirripó.....	332
San Isidro de El General	333
San Gerardo de Rivas	337
Parque Nacional Chirripó.....	338
Vom Cerro Chirripó nach Palmar	341
Buenos Aires	342
Privatreservat Dúrika	342
Indianerreservat Boruca	344
Parque Internacional La Amistad	344
Palmar	345
Sierpe und der Westen der	
Península de Osa	347
Sierpe	348
Bahía Drake.....	348
Reserva Biológica Isla del Caño.....	351
Der Osten der Península de Osa	351
La Palma und Playa Blanca	351
Puerto Jiménez.....	352
Dos Brazos	355
Cabo Matapalo.....	355
Carate	356
Parque Nacional Corcovado.....	356
Von Palmar Richtung Panama	360
Golfito	360
Zancudo.....	363
Pavones und Punta Banco	364
Ciudad Neily	365
Abstecher nach San Vito.....	366
Paso Canoas (Grenzübergang	
Panama)	367

Karibikküste..... 369

Von San José nach Puerto Limón.....	372
Guápiles und Cariari	372
Siquirres	373
Nördliche Karibikküste	374
Puerto Limón.....	374
Moín	378
Tortuguero	378
Parque Nacional Tortuguero	382
Barra del Colorado	383
Südliche Karibikküste / Talamanca.....	383
Reserva Biológica Hitoy Cerere	384
Cahuita	384
Parque Nacional Cahuita	388
Puerto Viejo	389
Von Puerto Viejo nach Manzanillo.....	393
Refugio Nacional de Vida Silvestre	
Gandoca-Manzanillo.....	397
Von Puerto Viejo nach Sixaola /	
Grenzübergang Panama	398

Süd-Nicaragua..... 399

Rivas	401
San Juan del Sur und seine Strände	404
San Juan del Sur.....	404
Die südlichen Strände	410
Die nördlichen Strände.....	411
San Jorge.....	412
Isla de Ometepe.....	413
Moyogalpa	413

San José del Sur und die Reserva	
Charco Verde	418
El Tesoro del Pirata.....	419
Um den Volcán Concepción.....	419
Um den Volcán Maderas.....	423
Río San Juan und die Isias de	
Solentiname	427
San Carlos.....	427
Refugio de Vida Silvestre Los Guatuzos	430
Solentiname.....	431
Auf dem Río San Juan nach	
San Juan de Nicaragua	436
Aktiv: Fluss der Hoffnung –	
der Río San Juan.....	437
Sábalos	443
El Castillo	444
Gran Reserva Biológica Río Indio-Maíz	446
San Juan de Nicaragua	447

II Anhang	449
Sprachführer.....	450
Glossar	459
Reisemedizin zum Nachschlagen	460
Index.....	465
Danksagung	476
Mitarbeiter dieser Auflage	477
Bildnachweis	478
Impressum	479
Kartenverzeichnis	480