

Inhalt

Routenplaner 8

Highlights	8
Reiseziele und Routen	21
Klima und Reisezeit	30
Reisekosten	33

Travelinfos von A bis Z 34

Anreise	35
Botschaften und Konsulate	37
Einkaufen	38
Essen und Trinken	39
Fair reisen	41
Feste und Feiertage	44
Fotografieren	45
Frauen unterwegs	45
Geld	45
Gepäck und Ausrüstung	48
Gesundheit	48
Informationen	50
Internet	51
Kinder	51
Maße und Elektrizität	52
Medien	53
Öffnungszeiten	53
Post	54
Reisende mit Behinderungen	54
Reiseveranstalter	54

Schwule und Lesben	55
Sicherheit	55
Sport und Aktivitäten	57
Sprachkurse	62
Steuern	63
Telefon	63
Transport	64
Übernachtung	68
Verhaltenstipps	69
Versicherungen	71
Visa	72
Voluntario (Freiwilligendienst)	72
Weiterreise	73
Zeit	73
Zoll	73

Land und Leute 74

Geografie	75
Flora und Fauna	75
Nationalparks	85
Bevölkerung	87
Geschichte	89
Politik	98
Wirtschaft	99
Religion	100
Kultur	100

San José 102

Sehenswürdigkeiten	108
Spaziergang durch San José	109
Westliche Vororte	128
Wanderungen in den Cerros de Escazú	132

Valle Central 138

Alajuela und Umgebung	142
Alajuela	142
La Garita	146
Parque Nacional Volcán Poás	148
Atenas	151
Grecia	153
Sarchí	153
San Ramón	154
Heredia und Umgebung	155
Heredia	155
Parque Nacional Braulio Carrillo / Sector Volcán Barva	159
Cartago und Umgebung	161
Cartago	161
Parque Nacional Volcán Irazú	164
Valle de Orosi	164
Mit dem Rad durch das Orosi-Tal	165
Parque Nacional Tapantí	170
Turrialba und Umgebung	171
Turrialba	171
Monumento Nacional Arqueológico Guayabo	174
Parque Nacional Volcán Turrialba	175

Der Norden 176

La Fortuna und der Lago Arenal	180
La Fortuna	180
Parque Nacional Volcán Arenal	189
Um den Lago Arenal nach Tilarán	189
Tilarán	193
Monteverde und Santa Elena	194
Santa Elena	195
Reserva Monteverde	203
Reserva Santa Elena	205
Bosque Eterno de los Niños	206
Von Ciudad Quesada (San Carlos) nach Rara Avis	207
Ciudad Quesada (San Carlos)	208
Nach Norden am Unterlauf des Río San Carlos	209
La Virgen und San Miguel	211
Puerto Viejo de Sarapiquí	212
Privatreservat Rara Avis	216
Estación Biológica La Selva	217
Nördlich des Lago Arenal Richtung Nicaragua	218
Refugio Nacional de Vida Silvestre Caño Negro	218
Los Chiles	220
Cuevas de Venado	222
Indianerreservat Maleku	222
San Rafael de Guatuso	222
Parque Nacional Volcán Tenorio	223
Upala	224

Nord-Guanacaste 226

Liberia 230

Area de Conservación Guanacaste und Umgebung 235

Parque Nacional Rincón
de la Vieja 235

Volcán Miravalles 242

Parque Nacional Guanacaste 242

Parque Nacional Santa Rosa 243

Cuajiniquíl 245

Refugio Nacional de Fauna Silvestre
Bahía Junquillal 246

Von der Bahía Salinas Richtung Nicaragua 246

Bahía Salinas 246

La Cruz 248

Peñas Blancas /
Grenze nach Nicaragua 249

Süd-Guanacaste und die Nicoya-Halbinsel 250

Am Pazifik nach Süden 253

Playa del Coco 253

Playa Hermosa 257

Playa Panamá 257

Playa Conchal 258

Playa Brasilito 258

Playa Flamingo 259

Playa Potrero 260

Playa Tamarindo 261

Parque Nacional Marino
Las Baulas de Guanacaste 267

Playa Avellanas,
Playa Negra / Los Pargos 268

Playa Junquillal 270

Von Playa Junquillal
nach Ostional 272

Refugio Nacional de Fauna
Silvestre Ostional 272

Ostional 273

Santa Cruz 274

Nicoya 277

Parque Nacional Barra Honda 280

Playas de Nosara 281

Sámara 287

Playa Buena Vista 293

Playa Carrillo 293

Von Carrillo nach
Playa Caletas 294

Der Golf von Nicoya 295

Playa Naranjo 295

Reserva Karen Mogenson 296

Die Inseln des Golfes 296

Die südliche Halbinsel 299

Von Playa Naranjo
nach Paquera 299

Paquera 299

Reserva de Vida Silvestre Curú 300

Tambor 301

Cóbano 302

Montezuma 304

Cabuya 308

Reserva Natural Absoluta
Cabo Blanco 309

Mal País und Santa Teresa 309

Playa Manzanillo 316

Auf der Interamericana nach Süden 317

Reserva Biológica Lomas
de Barbudal 317

Parque Nacional Palo Verde 317

Cañas 319

Die Umgebung von Cañas 320

Puente de la Amistad 321

Zentrale Pazifikküste 322

Von Puntarenas nach Jacó	324
Puntarenas	324
Parque Nacional Carara	329
Von Tárcoles nach Jacó	330
Jacó	332
Playa Hermosa	336
Weiter nach Quepos	338
Playa Esterillos und Playa Bejuco	338
Parrita / Playa Palo Seco	339
Parque Nacional La Cangreja	340
Quepos und Manuel Antonio	341
Parque Nacional Manuel Antonio	344
Von Quepos nach Süden	345
Playa Matapalo	345
Dominical und Umgebung	346
Uvita	350
Parque Nacional Marino Ballena	355
Ojochal	355

Der Süden 358

Von San José zum Cerro Chirripó	362
San Isidro de El General	363
San Gerardo de Rivas	367
Parque Nacional Chirripó	369
Aufstieg zum Chirripó	370

Vom Cerro Chirripó nach Palmar	373
Buenos Aires	373
Fundación Dúrika	373
Indianerreservat Boruca	374
Parque Internacional La Amistad	375
Palmar	377

Sierpe und der Westen

der Península de Osa	379
Sierpe	380
Bahía Drake	381
Reserva Biológica Isla del Caño	386
Der Osten der Península de Osa	386
La Palma und Playa Blanca	386
Puerto Jiménez	387
Dos Brazos	391
Cabo Matapalo	391
Carate	392
Parque Nacional Corcovado	392
Von Palmar Richtung Panama	396
Golfito	396
Zancudo	399
Pavones und Punta Banco	400
Ciudad Neily	402
Abstecher nach San Vito	403
Paso Canoas (Grenzübergang Panama)	404

Karibikküste 406

Von San José nach Puerto Limón	410
Guápiles und Cariari	410
Siquirres	412
Nördliche Karibikküste	413
Puerto Limón	413
Moín	416
Tortuguero	417
Parque Nacional Tortuguero	423
Barra del Colorado	424

Südliche Karibikküste / Talamanca	425
Reserva Biológica Hitoy Cerere	425
Cahuita	426
Parque Nacional Cahuita	430
Puerto Viejo	431
Playa Cocles, Playa Chiquita und Punta Uva	436
Manzanillo	440
Refugio Nacional de Vida Silvestre Gandoca-Manzanillo	441
Von Puerto Viejo nach Sixaola / Grenzübergang Panama	443

Anhang	444
Sprachführer	444
Glossar	454
Reisemedizin zum Nachschlagen	455
Index	460
Danksagung	472
Bildnachweis	473
Mitarbeiter dieser Auflage	474
Impressum	475
Kartenverzeichnis	476