

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
	COSTA RICA IN 13 TAGEN UND MEHR ENTDECKEN	
1. Tag	Programm: San José	36
	Chaos mit Charme	
	Die Hauptstadt San José	45
Zusatztage	Programm: Osa-Halbinsel und Nationalpark Tortuguero	58
	Wasser von oben und von unten	62
2. Tag	Route: San José – Alajuela – Vulkan Poás – Waterfall Gardens – Heredia – Sarchi – San José (183 km)	70
	Bizarre Formen und leuchtende Farben	74
Zusatztag	Mit dem Teufel Lambada tanzen Rafting auf dem Río Reventazón	84
3. Tag	Route: San José – Nationalpark Vulkan Irazú – Cartago – Orosí – Turrialba (164 km)	86
	Paradies im Schatten des grollenden Berges	90
4. Tag	Route: Turrialba – Guayabo – Turrialba – Siquíres – Puerto Limón (133 km) – Cahuita (178 km)	100
	Auf dem Basar der alten Kulturen	102
Exkurs	Im gelben Ding steckt sozialer Zündstoff	110
5. Tag	Route: Puerto Limón – Cahuita –Nationalpark Cahuita – Puerto Viejo de Talamanca (61 km)	114
	Karibische Träume an der »reichen Küste«	118
6. Tag	Route: Puerto Viejo – Puerto Limón – Siquíres – Guápiles – Puerto Viejo de Sarapiquí (226 km)	128
	Mit der Seilbahn im Kronendach des Dschungels	131

7. Tag	Route: Puerto Viejo de Sarapiquí – Fortuna (106 km)	138
	Ein Feuerwerk wie auf Kitschpostkarten	141
Zusatztag	Wo der Pfeffer wächst	
	In der Laguna del Lagarto Lodge	148
8. Tag	Programm: Fortuna – Arenal-See und Umgebung	150
	Aktivitäten rund um den Arenal-See	153
9. Tag	Route: Fortuna – Arenal – Tilarán – Las Cañas – Liberia (148 km)	159
	Blütenpracht der Tropen	
	Die trockene Provinz Guanacaste	162
10. Tag	Programm: Nationalpark Santa Rosa – Baden am Pazifik	168
	Stationen der Geschichte	170
	Pferdetour vor einer Westernkulisse	178
Zusatztag	Programm: Strände	180
	Strände am Pazifik und Golf von Nicoya	183
11. Tag	Route: Liberia – Jacó – Quepos – Manuel Antonio (Variante 1: 343 km; Variante 2: 257 km)	188
	Vom Tummelplatz der Wasservögel zu den schönsten Stränden	194
Zusatztag	Programm: Monteverde	201
	Faszinierendes Schauspiel im Nebelwald	206
12. Tag	Route: Manuel Antonio – Dominical (47 km)/ Manuel Antonio – San José (180 km)	208
	»Affentreff« am Kathedralenkap	210
13. Tag	Route: Dominical – San Isidro – Cerro de la Muerte – Cartago – San José (170 km)	216
	Der König der Vögel gibt sich die Ehre	219
	SERVICE	
	Reiseplanung	224
	Reisedaten	231
	Sprachhilfen	237
	Orts- und Sachregister	240
	Namenregister	244
	Zeichenerklärung	246
	Bildnachweis und Impressum	248