

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	42
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 83	
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 · Absteher in die Barrios Otoya und 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 Avenida 10 bis ins Zentrum 162 · Außerhalb des Stadtzentrums 162

Zentrales Hochland **171**

Redaktionstipps 171

Heredia und Umgebung **171**

Sehenswertes 171 · 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

Absteher 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 Tapantí-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 NORDWESTEN 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 **235**

La Virgen 235 · San Miguel/Sarapiquí 237

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 Ciudad Quesada/San Carlos nach

San José 242 · Ciudad Quesada/San Carlos 243 · Parque Nacional del Agua Juan Castro Blanco 245	
Der Nordwesten: Von den Nebelwäldern an die Pazifikküste	247
Redaktionstipps 247	
Über Las Juntas de Abangares nach Monteverde/St. Elena	248
(Las) Juntas (de Abangares) 249	
Monteverde/Santa Elena	251
Von Las Juntas nach Santa Elena 251 · Santa Elena 252 · Reserva Biológica Bosque Nuboso Monteverde 253 · Reserva Bosque Nuboso Santa Elena 257 · Bosque Eterno de los Niños 257 · Weitere private Schutzgebiete 258	
Von Monteverde über Tilarán nach La Fortuna:	
Rund um die Laguna de Arenal	261
Alternative: Über Cañas nach Tilarán 262 · Tilarán 264 · Von Tilarán nach (Nuevo) Arenal 266 · La Fortuna de San Carlos 268 · Parque Nacional Volcán Arenal 275 · Cavernas de Venado 278 · San Rafael de Guatuso 278	
Zum Parque Nacional Volcán Tenorio	279
Bijagua 279 · Parque Nacional Volcán Tenorio 282 · Alternative: Über La Fortuna de Guanacaste nach Upala 284	
Weiter auf der Interamericana Richtung Nordwesten	286
Bagaces 286 · Reserva Biológica Lomas de Barbudal 287 · Parque Nacional Palo Verde 289 · Liberia 293 · Parque Nacional Rincón de la Vieja 298 · Parque Nacional Santa Rosa 304 · Parque Nacional Guanacaste 309 · Refugio de Vida Silvestre (Bahía) Junquillal 311 · Parque Nacional Santa Rosa – Sector Murciélagos 313 · La Cruz und Peñas Blancas 314 · Bahía Salinas 315	
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 332 · Playa Panamá 333 · 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 340 · Guaitil 342 · Parque Nacional Diría 342 · Playa Tamarindo 343 · Playa Grande 347 · Parque Nacional Marino Las Baulas (de Guanacaste) 349 · Playa Langosta 351 · Playa Avellana(s) 352 · Playa Negra 352 · Playa Junquillal 353	
Die Strände um Nosara	354
Nosara 354 · Refugio de Vida Silvestre Ostional 355 · Playa Ostional 358 · Playa Nosara, Playa Pelada und Playa Guiones 358 · Playa Garza 362	

Nicoya und die Strände um Sámará	362
Nicoya 363 · Parque Nacional Barra Honda 365 · (Playa) Sámará 367 · Playa Carrillo 370 · Playa Isleta und Playa Bejuco 371 · Playa San Miguel 372 · Playa Coyote 372	
Puntarenas und die südliche Halbinsel	373
Puntarenas	373
Strandrundgang 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 387 · 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 417 · Parque Nacional Manuel Antonio 424	
Von Quepos über Santiago de Puriscal zurück nach San José	429
Parque Nacional La Cangreja 430 · Santiago de Puriscal 432 · Ciudad Colón 433	
Von Quepos weiter entlang der Pazifikküste	434
Playa Savegre 434 · (Playa) Matapalo 434 · Playa und Hacienda Barú 435 · (Playa) Dominical 436 · 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 447 ·	
Nach San Isidro de El General und zum Chirripó	446
Parque Nacional Los Quetzales 447 · San Gerardo de Dota 449 · 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 461 · Palmar Norte 463	
Der tiefe Süden: Richtung panamaischer Grenze	464
Redaktionstipps 464 ·	
Von Palmar Norte Richtung panamaischer Grenze	464
Parque Nacional Piedras Blancas 465 · Ciudad Neily 467 · Paso Canoas 468	
Über San Vito nach Ciudad Neily oder zum Parque La Amistad	470
San Vito 470 · Jardín Botánico Wilson 472 · Biolley und ASOMOBÍ 474 · Parque Internacional La Amistad 475	

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 · Der Cabo Matapalo und die Strände südlich von Puerto Jiménez 495 · Carate 496 · Parque Nacional Corcovado 497	
Von Puerto Jiménez nach Bahía Drake und Sierpe	503
La Palma 503 · Bahía Drake 504 · Sierpe 507 · Humedal Nacional Terraba 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 525 · Nach Norden: Barra del Colorado 527 · Nach Süden: Parismina 528	
Siquirres	529
Amphibian Research Center 530 · Parque Nacional Barbilla 531	
(Puerto) Limón	533
Überblick 533 · Sehenswertes 534 · Isla Uvita 536 · Playa Bonita 536 · Moín 536	
Von Limón nach Süden	539
Reserva Biológica Hitoy Cerere (Biosphärenreservat La Amistad) 540 · Cahuita 542 · Parque Nacional Cahuita 547 · Puerto Viejo (de Talamanca) 549 · Reserva Indígena Kéköldi 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	572