

Kartenverzeichnis	2
Impressum / Kartenlegende / Haftungsbeschränkung	4

1 FEATURES

Höhepunkte	12
Geschichte im Überblick	14
Vulkane und Erdbeben	18
Costa Ricas Pflanzenwelt	20
Faszinierende Tierwelt	22
Gallo Pinto und Patacones	26

2 LAND UND LEUTE

Landeskunde	29
Geschichte	33
Kultur	41
Wirtschaft	49

3 SAN JOSÉ

Geschichte von San José	57
Das historische Zentrum	61
Nördlich des Zentrums	73
Westlich des Zentrums	75
Studentenviertel San Pedro	78
<i>INFO: Restaurants, Sehenswürdigkeiten</i>	79-81

4 WESTLICHES VALLE CENTRAL

Heredia	85
Barva	87
Alajuela	87
Von Alajuela nach Sarchí	90
Nationalpark Volcán Poás	96
<i>INFO: Restaurants, Sehenswürdigkeiten</i>	98-99

5 ÖSTLICHES VALLE CENTRAL

Cartago	103
Orosi / Nationalpark Tapantí	108
Turrialba	110
Nationalpark Volcán Irazú	112
Nationalpark Volcán Turrialba / Los Juncos	113
Nationalpark Braulio Carrillo	115
<i>INFO: Restaurants, Sehenswürdigkeiten</i>	117

6 KARIBIKKÜSTE

Von San José nach Puerto Limón	121
Puerto Limón	122
Nationalpark Tortuguero	126

Barra del Colorado	130
Von Puerto Limón nach Süden	132
Cahuita	134
Puerto Viejo de Talamanca	136
Tierschutzgebiet Gandoca-Manzanillo	137
<i>INFO: Restaurants, Sehenswürdigkeiten</i>	139

7 ARENALSEE UND NÖRDLICHES TIEFLAND

Rara Avis	143
La Selva	144
Volcán Arenal	146
Arenalsee	148
Das Tiefland im Norden / Caño Negro	149
<i>INFO: Restaurants, Sehenswürdigkeiten</i>	151

8 DER NORDWESTEN

Nationalpark Palo Verde	156
Liberia	159
Nationalpark Rincón de la Vieja	161
Nationalpark Guanacaste	163
Nationalpark Santa Rosa	164
Nordwesten der Halbinsel Nicoya	167
Nationalpark Barra Honda	178
<i>INFO: Restaurants, Sehenswürdigkeiten</i>	178-179

9 REGION PUNTARENAS

Puntarenas	183
Monteverde	188
Nicoya-Ostküste	193
Nationalpark Isla del Coco	197
<i>INFO: Restaurants, Sehenswürdigkeiten</i>	198-199

10 MITTLERE PAZIFIKKÜSTE

Nationalpark Carara	203
Playa Jacó	205
Nationalpark Manuel Antonio	208
Meeresnationalpark Ballena	212
<i>INFO: Restaurants, Sehenswürdigkeiten</i>	215

11 DER SÜDEN

San Isidro de El General	219
Nationalpark Chirripó	222
Naturschutzgebiet Durika	223
La Amistad	224
Indianerreservat Boruca	225
Bahía Drake	227
Isla del Caño	229

San Vito	230
Golfo Dulce	232
Halbinsel Osa	237
<i>INFO: Restaurants, Sehenswürdigkeiten</i>	241

12 REISE-INFORMATIONEN

Reisevorbereitungen	242
Einreiseformalitäten	242
Kleidung	242
Klima und Reisezeit	242
Währung und Geldwechsel	242
Zoll (Einreise)	243
Reisen nach Costa Rica	243
Reisen in Costa Rica	243
Praktische Tips	244
Alkohol	244
Alleinreisende Frauen	244
Drogen	245
Einkaufen	245
Feste und Feiertage	245
Fotografieren	246
Führer	246
Geschäftszeiten	246
Gesundheit / Impfungen	246
Notruf	247
Post / Telefon / Internet	247
Preisniveau	247
Presse	247
Restaurants	248
Sicherheit / Gefahren	248
Stromversorgung	248
Taxi	248
Tiquismen	248
Trinkgeld	249
Zeitunterschied	249
Zoll	249
Botschaften	249
Botschaften in San José	249
Botschaften Costa Ricas in Europa	249
Touristeninformation	249
Touristeninformation in San José	249
Touristeninformation im Ausland	250
Sprachführer	250
Autoren	251
Register	252