

Inhalt

2	Valle Central	78		
	Das zentrale Hochland	80		
Vorwort	4			
Kartenverzeichnis	9	Die Umgebung von San José	82	
Hinweise zur Benutzung	10	<i>Kaffee – ein sensibles Pflänzchen</i>	86	
Abkürzungen	10	Heredia	87	
Steckbrief Costa Rica	11	Die Umgebung von Heredia	91	
Die Regionen im Überblick	12	Alajuela	95	
Reise Know-How Basiswissen	14	Die Umgebung von Alajuela	101	
Reiserouten und Touren	16	<i>Die bunten Ochsenkarren</i>	110	
<i>Die Highlights kritisch betrachtet</i>	26	San Ramón und Umgebung	113	
Costa Rica: Zu jeder Zeit	30	Atenas und Umgebung	115	
Fünf Tipps für Aktive	32	Cartago	117	
Fünf Tipps für Tierbeobachter	33	Die Umgebung von Cartago	120	
Fünf Tipps für Pflanzenfreunde	34	Turrialba	130	
Fünf Tipps für Badeurlauber	35	Die Umgebung von Turrialba	132	
		<i>Schlangen, Spinnen und Skorpione</i>	136	
1	San José	36		
Das Herz des Landes				
Stadtgeschichte	38	3	Karibische Küstenebene	138
Orientierung				
Sehenswertes	43	Am Atlantik	140	
<i>Das Nationaltheater – der Stolz aller Ticos</i>	44	Von San José nach Pto. Limón	141	
Museen	48	<i>Per Seilbahn durch den Urwald</i>	148	
<i>Die Technik der „verlorenen Form“</i>	53	Die nördliche Karibikküste	155	
<i>Jade – das grüne Gold</i>	54	<i>Die Grüne Meeresschildkröte</i>	158	
Unterkunft	56	Die südliche Karibikküste	165	
Restaurants	59	<i>Der Fluch der Bananen</i>	166	
Nachtleben	65			
Unterhaltung	67	4	Der Norden	186
Infos von A bis Z	68			
Verkehrsverbindungen	69	Weite Ebenen	188	
Ausflüge	71	Region Sarapiquí	189	
	77	Über Cd. Quesada nach Los Chiles	201	
		Die Region Arenal	210	
		<i>Arenal-Stausee</i>	222	
		<i>Vulkan Arenal</i>	224	

5	Der Nordwesten	232	Von San Isidro nach Palmar Norte	404	
			Abschreiter nach San Vito	406	
			Palmar Norte	411	
	Naturparks und Cowboys	234	Die Halbinsel Osa	412	
			Golfito und seine Strände	426	
	Cordillera de Tilarán	235	Zur Grenze mit Panama	433	
	Der Göttervogel Quetzal	250	Isla del Coco	436	
	Der ewige Wald der Kinder	254			
	Die Interamericana bis Liberia	259			
	Liberia	269			
	Nördlich von Liberia	273			
6	Halbinsel Nicoya	288	9	Reisepraktische Tipps A–Z	438
	Strände ohne Ende	291	Anreise	440	
	Playas del Coco und Umgebung	294	Autofahren	444	
	Playa Tamarindo und Umgebung	299	Barrierefreies Reisen	447	
	Santa Cruz und Umgebung	310	Camping	448	
	Nicoya und seine Strände	315	Ein- u. Ausreisebestimmungen	448	
	Östlich von Nicoya	326	Einkaufen	450	
	Der Südosten der Halbinsel	330	Elektrizität	451	
			Essen und Trinken	452	
			Feiertage, Feste und Events	455	
			Fotografieren	458	
			Geld	459	
			Gesundheit	461	
			Information	462	
			Mit Kindern unterwegs	463	
7	Zentrale Pazifikküste	342	Klima und Reisezeit	464	
	Strände und Naturparks	345	Kommunikation unterwegs	465	
	Puntarenas	346	LGBT+	465	
	Von Puntarenas nach Jacó	350	Maße und Gewichte	466	
	Von Jacó nach Quepos	360	Notfälle	466	
	Quepos und Manuel Antonio	362	Öffnungszeiten	467	
	Südlich von Quepos	373	Orientierung und Landkarten	467	
8	Der Süden	388	Post	468	
	Zwischen Bergen und Meer		Reisegepäck und Ausrüstung	469	
	Von San José nach San Isidro		Sicherheit	470	
	Die Umgebung von San Isidro		Sport und Aktivitäten	472	
			THEMA Radfahren	475	
			Sprache	479	
		390	Unterkunft	480	
			Verhaltenstipps	484	
			Verkehrsmittel	486	
			Zeit	489	

10 Land und Leute**490 11 Anhang****586**

Geografie	492	Reise-Gesundheitsinformation	588
Klima	496	Literaturempfehlungen	590
Die Tierwelt Costa Ricas	500	Sprachhilfe Spanisch	591
Die Pflanzenwelt Costa Ricas	530	Glossar	595
<i>Was sind „die Tropen“?</i>	532	Pflanzennamen	597
Nationalparks und Naturschutzgebiete	544	Tiernamen	600
<i>Umweltschutz in Costa Rica</i>	550	Register	610
Geschichte	552	Der Autor	623
<i>Das Geheimnis der Steinkugeln</i>	554		
Politik und Staat	573		
Wirtschaft	575		
Bevölkerung	578		
<i>Die Ticos – ein Volk für sich</i>	580		
Kultur	583	<input checked="" type="checkbox"/> Typischer Gemischtwarenladen	