

# COSTA RICA

## Quetzal et rives du Pacifique



### Le voyage en résumé

Pays étonnant et méconnu que le **Costa Rica** : havre de démocratie dans l'Amérique centrale où plus d'un quart du territoire est classé en **parcs naturels et réserves biologiques**. Il faut dire qu'ici la nature est prodigieuse de beauté et de variété : **entre Pacifique et Atlantique**, sur 100 km à vol d'oiseau, ce sont une multitude de **volcans** et **hautes montagnes, longues plages** et **forêts tropicales** qui sont le royaume des **singes, jaguars, tapirs, toucans** et autres **oiseaux Quetzal...**

### Les points forts

- La beauté et diversité des parcs nationaux
- Randonnée guidée pour l'observation du quetzal
- Les entrées dans les parcs comprises
- La location d'un véhicule 4x4 pour un accès garanti à tous les sites
- l'option trek dans le parc National du Corcovado du J9 au J11.

Date : **Toute l'année**  
Départ : **Sans vol**  
Durée : **13 jours**  
Prix : **à partir de chf 2125.-**  
Niveau : **2**  
Groupe : **A partir de 2**

# COSTA RICA

## Quetzal et rives du Pacifique

### Résumé Itinéraire

#### Jour 1

##### **SAN JOSÉ / Accueil**

Accueil à l'aéroport international Juan Santamaria, près de San José, à 1 150 mètres d'altitude au cœur de la Vallée centrale. Premier contact avec le Costa Rica et réception de vos documents de voyage.

Transfert à l'hôtel. Repas libres.

#### Jour 2

##### **SAN JOSÉ - ARENAL**

Prise en main du véhicule de location et départ, le matin, nous vous suggérons d'aller à la découverte du Volcan Poas, qui, avec 1,6 km de diamètre et 300 mètres de profondeur, est réputé pour posséder le plus grand cratère actif du monde.

Visite du petit centre de vulcanologie et du Parc National. Une vaste terrasse offre un point de vue époustoufflant sur une caldeira (cratère effondré) d'où s'échappent des fumeroles sulfureuses. Par temps clair, la vue sur la mer des Caraïbes et l'océan Pacifique est magnifique. Reprise de la route pour La Fortuna et le majestueux volcan Arenal. Arrivée dans la vallée de San Carlos et installation à l'hôtel à proximité du volcan Arenal. Repas libres.

**Temps transfert : 4h.**

#### Jour 3

##### **VOLCAN ARENAL - LAC ARENAL - BIJAGUA (VOLCAN TENORIO)**

Matinée dédiée à la découverte du Volcan Arenal. Au programme, une randonnée (découverte libre) à pieds au cœur du Parc National, sur les sentiers recouverts de cendres volcaniques. Puis, vous accéderez à un sentier de 3 kilomètres traversant la forêt primaire en empruntant des ponts suspendus au-dessus de la canopée.

Dans l'après-midi, départ à destination des volcans Miravalles (2028m d'altitude) et Tenorio (1916m d'altitude). La route, rectiligne, traverse la région agricole de San Rafael de Guatuso. Installation à l'hôtel quelques kilomètres après Bijagua, au cœur d'une flore variée. Nous vous suggérons d'effectuer une randonnée entre le magnifique Rio Celeste et le Volcan Tenorio où cascades, bassins naturels d'eaux turquoise, oiseaux tropicaux et végétation luxuriante se côtoient. Nuit à l'hôtel. Repas libres.

**Temps de marche : 2h. Temps transfert : 3h.**

# COSTA RICA

## Quetzal et rives du Pacifique

### Jour 4

#### **BIJAGUA - CAÑAS - LIBERIA - RINCON DE LA VIEJA**

Départ le matin de votre hôtel pour une randonnée au cœur du Parc National Volcan Tenorio sur l'un des plus beaux sentiers du pays entre jungle, cascades et sources naturelles d'eau chaude. Vous aurez l'occasion de découvrir le Rio Céleste réputé pour son irréalisme couleur bleu turquoise (qui s'intensifie avec la réflexion des rayons lumineux) due aux minéraux de ses eaux qui contrastent avec le vert intense de la végétation tropicale. Long de 36 km, le Rio Céleste prend naissance au point de rencontre des 2 rivières, traverse des sources chaudes volcaniques, des sources soufrées, avant de former une magnifique cascade.

L'après-midi, départ à destination de la province du Guanacaste, terre de Sabaneros, ces cowboys fiers et hauts en couleurs. En chemin, il est possible de faire étape au petit parc animalier de Las Pumas de Cañas, un centre privé de protection des félins (jaguars, pumas, jaguarundis, margays, ocelots...). Puis installation à l'hôtel à Rincón de la Vieja, dans un cadre typique entre ranchs et volcans. Nuit à l'hôtel. Repas libres.

**Temps transfert : 2h30.**

### Jour 5

#### **RINCON DE LA VIEJA Secteur las Pailas - LIBERIA - TARCOLES**

Demi-journée de randonnée au cœur du parc National Rincón de la Vieja, sur les sentiers du secteur de Las Pailas (les fourneaux). Tout au long du parcours, vous passerez à proximité des différentes manifestations volcaniques : cascades, solfatares, fumerolles, geysers et lacs de boue bouillonnante d'où se dégagent des odeurs de soufre. Peut-être aurez-vous l'occasion de croiser le chemin des coatis, singes hurleurs et d'observer les nombreux oiseaux.

Départ en début d'après-midi à destination de la côte pacifique centrale du Costa Rica. Installation à l'hôtel aux portes du Parc National Carara. Repas libres.

Note : Parc National Rincón de la Vieja est fermé le lundi.

**Temps transfert : 3h.**

### Jour 6

#### **TARCOLES - MANUEL ANTONIO**

Journée libre pour profiter à votre gré de la côte pacifique centrale du Costa Rica.

Vous pourrez découvrir le Parc National Carara qui, bien qu'assez petit (52 km<sup>2</sup>), offre l'une des plus grandes biodiversités du pays. La population d'oiseaux y est spectaculaire, en particulier celle des aras rouges qui migrent deux fois par jour entre la forêt et les mangroves côtières voisines.

Puis, route pour rejoindre Manuel Antonio. Installation à l'hôtel. Repas libres.

**Temps transfert : 2h.**

# COSTA RICA

## Quetzal et rives du Pacifique

### Jour 7

#### **MANUEL ANTONIO / Parc National**

Journée dédiée à la découverte libre du Parc National Manuel Antonio qui allie de magnifiques plages avec un récif de corail et une faune et flore très variées : baignade dans les eaux cristallines, détente sur les plages de sable fin, promenade dans la végétation tropicale...

Le site est idéal pour l'observation de nombreux animaux comme les paresseux et les singes écureuils. Nuit à l'hôtel. Repas libres.

Note : Parc National Manuel Antonio est fermé le lundi.

### Jour 8

#### **MANUEL ANTONIO - DOMINICAL - LA PALMA**

Départ à destination de la sauvage région d'Osa. Vous longerez la côte jusqu'à Cortes, puis atteindrez Palmar Norte où vous rejoindrez la Panaméricaine. Bifurcation en direction de Puerto Jimenez et installation au lodge à La Palma.

Fin de journée libre face au Golfo Dulce. Repas libres.

**Temps transfert : 4h.**

### Jour 9 à 10

#### **LA PALMA**

Séjour libre pour vous immerger dans la nature. Vous pourrez, au gré de vos envies, vous balader sur les sentiers du lodge en pleine forêt vierge, explorer le Parc National Corcovado considéré comme le joyau des réserves tropicales humides, explorer les mangroves en kayak ...

Nuits à l'hôtel. Repas libres.

Note : activités sur place non comprises.

### Jour 11

#### **LA PALMA - SAN GERARDO DE DOTA**

Le matin départ pour San Gerardo de Dota (2 200 mètres d'altitude), le pays du Quetzal. Installation à l'hôtel au fond de la vallée escarpée du Rio Savegre. Repas libres.

**Temps transfert : 3h à 4h.**

### Jour 12

#### **SAN GERARDO DE DOTA / Observation des oiseaux**

Balade matinale sur les sentiers du Lodge pour l'observation des oiseaux. Vous découvrirez de la végétation luxuriante et des nombreux oiseaux dont l'emblématique et mystique Quetzal ainsi que des colibris, trogonidés et piverts. Nuit au lodge. Repas libres.

**Temps de marche : 1 à 2h.**



# COSTA RICA

## Quetzal et rives du Pacifique

### Jour 13

#### **SAN GERARDO DE DOTA - CARTAGO - SAN JOSÉ / Départ**

Matinée libre à proximité du Parc National de Los Quetzales (Réserve de Los Santos), pour profiter à votre gré des nombreuses possibilités de randonnée hors des sentiers battus. Cette région montagneuse ravira autant les ornithologues que les amateurs de nature et de tranquillité. Vous découvrirez de la végétation luxuriante et des nombreux oiseaux dont l'emblématique et mystique Quetzal ainsi que des colibris, trogonidés et piverts. La région est également la terre des tapirs, en cours de réintroduction.

Puis départ en direction de la capitale. Vous franchirez le Cerro de la Muerte (3 400 mètres d'altitude), baptisé ainsi en mémoire des paysans morts de froid en transportant leur récolte à San José avant la construction de la Panaméricaine avant d'atteindre Cartago, la première ville et capitale coloniale du Costa Rica, fondée en 1563 par le conquistador espagnol Juan Vasquez de Coronado qui lui donna le nom de Carthage. Possibilité de visiter la Basilique Nuestra Señora de Los Angeles baptisée ainsi en l'honneur de La Negrita, la sainte patronne du pays.

Trois heures avant le départ, restitution de votre véhicule de location à l'aéroport Juan Santamaria pour votre vol international retour.

Repas libres.

(IMPORTANT : en fonction des horaires de votre vol international, prévoir de dormir à San José la veille.)

**Temps transfert : 3h.**