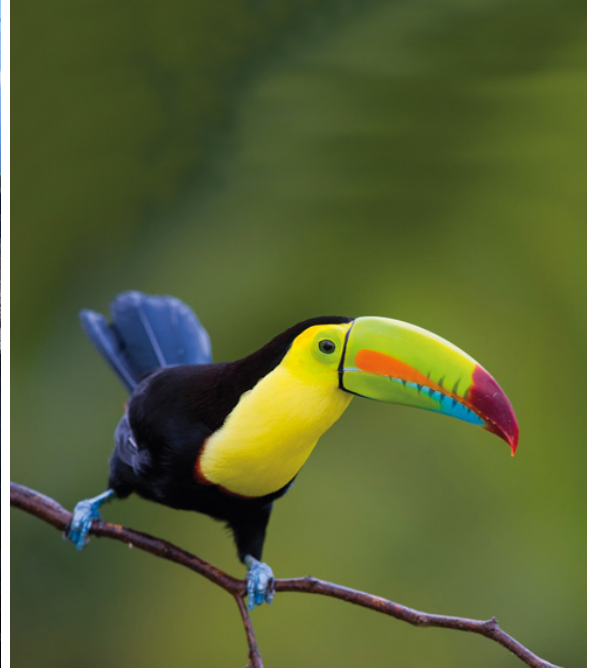


# COSTA RICA

## Une nature volcanique



### Le voyage en résumé

Savoureuse combinaison de balades, rencontres et découvertes, ce voyage au Costa Rica vous entraîne dans une véritable arche de Noé tropicale. Volcans Arenal, Poas, et Rincon de la Vieja, réserve Baru, plages du Pacifique, forêts tropicales humides et sèches : une véritable symphonie de la nature. La visite d'une plantation de café, d'une ferme biologique, d'un centre artisanal et plusieurs nuits chez l'habitant nous ferons découvrir aussi les acteurs de la préservation de ce joyau naturel qu'est le Costa Rica.

### Les points forts

- Nuits chez l'habitant
- Les volcans Poas, Irazu, Arenal, et Turiaba
- Le parc de Manuel Antonio
- Les plages du Pacifique

Date : d'octobre à juin  
Départ : Genève  
Durée : 13 jours  
Prix : à partir de chf 3245.-  
Niveau : 1  
Groupe : 5-15 personnes

# COSTA RICA

## Une nature volcanique

### Résumé Itinéraire

#### Jour 1

##### **Genève / San José**

Accueil à l'aéroport international Juan Santamaria, près de San José, à 1 150 mètres d'altitude au cœur de la Vallée centrale. Transfert à l'hôtel. Repas libres.

#### Jour 2

##### **San José - Vallée de Turrialba**

Journée dédiée à la découverte de la capitale surnommée affectueusement Chepe par ses habitants. Poursuite par la visite du Musée de l'Or précolombien qui abrite une superbe collection d'ornements remontant à l'an 500. Route vers Cartago et nuit à l'hôtel près du volcan Turrialba.

**Temps de transfert : 3 à 4h.**

#### Jour 3

##### **Vallée de Turrialba**

Le matin, vous êtes attendus pour la visite d'une plantation de café au cours de laquelle vous apprendrez tout, de la semence à la tasse. Vous parcourrez les plantations, découvrirez les techniques de torréfactions et aurez l'occasion de déguster plusieurs types et qualités de café costaricien. Après une dégustation de café et de confiseries, poursuite de votre périple. Vous traverserez le couloir biologique Balalaica que les habitants de la région protègent. Il existe également un projet de réintroduction des espèces en voie de disparition. Après une rapide explication de votre guide sur l'histoire et les objectifs de ce projet, vous partirez à pied à travers la campagne costaricienne. Nuit en chambres d'hôtes.

**Temps de marche : 2 à 3h.**

#### Jour 4

##### **Volcan Turrialba - Puerto Viejo de Sarapiquí**

Départ pour rejoindre Puerto Viejo de Sarapiquí. Cours de cuisine traditionnel en espagnol qui vous apprendra à confectionner les plats les plus typiques du Costa Rica! Préparation des différents aliments pendant une heure et demie environ, avant de passer à table pour la dégustation ! Déjeuner complet prévu sur place. Installation à l'hôtel dans la réserve Tirimba.

# COSTA RICA

## Une nature volcanique

À la tombée de la nuit, vous serez accueillis par un guide indigène local qui vous donnera des explications sur les cultures indiennes précolombiennes du Costa Rica tout en parcourant le parc archéologique « Alma Ata ». Vous rejoindrez ensuite le Palenque (ranch) où une indienne vous contera dans sa langue maternelle (traduit par le guide) une des nombreuses histoires et légendes qui se transmettent de génération en génération. La soirée se terminera autour d'un verre de chicha, boisson à base de maïs fermenté.

**Temps de transfert : 4h.**

### Jour 5

#### **Puerto Viejo de Sarapiquí - Volcan Poas - Volcan Arenal**

Le matin, route en direction du volcan Poas. Vous visiterez le Parc National du Volcan Poas, qui, avec 1,6 km de diamètre et 300 mètres de profondeur, est réputé pour posséder un des plus grands cratères actifs du monde. Puis visite du petit centre de vulcanologie et du Parc National. Une vaste terrasse offre un point de vue époustouflant sur une caldeira (cratère effondré) d'où s'échappent des fumeroles sulfureuses. En fin de journée, direction La Fortuna. Arrivée dans la vallée de San Carlos et installation à l'hôtel à proximité du volcan Arenal.

**Temps de marche : de 1 à 2h. Temps de transfert : 5h.**

### Jour 6

#### **Volcan Arenal**

Vous empruntez un parcours de 3 kilomètres traversant la forêt primaire sur des ponts suspendus au-dessus de la canopée. Définie comme l'étage sommital d'une forêt, la canopée est une zone d'interface entre la partie culminante des arbres et l'atmosphère. Vous profiterez, en toute sécurité d'une vue imprenable sur la végétation tropicale et sur le Volcan Arenal, tout en franchissant 8 ponts fixes et 6 suspendus ! Visite du centre Danaus qui protège une forêt secondaire et se consacre à la recherche des écosystèmes tropicaux. Au programme : balade sur les sentiers, observation des papillons colorés et découverte des jardins botaniques.

**Temps de marche : de 3 à 4h.**

### Jour 7

#### **Volcan Arenal - Bagaces - Volcan Rincon de la Vieja**

Départ pour la province du Guanacaste terre de Sabaneros, ces cowboys fiers et hauts en couleurs. Vous longerez le lac Arenal, avant d'atteindre Cañas où il est possible de faire étape au parc animalier de Las Pumas de Cañas, un centre privé de protection des félins (jaguars, pumas, jaguarundis, margays, ocelots...). Puis arrivée dans la région du Parc National Rincon de la Vieja. À quelques km de Bagaces se trouve un secret bien gardé, la cascade de Llanos de Cortes. Après une chute de 12 m l'eau s'écoule "paisiblement" dans un bassin naturel propice à la baignade.

**Temps de marche : 1h. Temps de transfert : 5h.**

# COSTA RICA

## Une nature volcanique

### Jour 8

#### **Volcan Rincon de la Vieja**

Journée de randonnée au cœur du Parc National Rincon de la Vieja. 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 (toucans, congo..). Vous découvrirez les particularités de cette forêt sèche où pousse abondamment la Guaria Moarada, l'orchidée symbolique du Costa Rica. Temps libre bien mérité pour vous baigner. Au programme : application de boue volcanique aux vertus bienfaisantes et vivifiantes, sauna et eaux thermales en pleine nature. En prime, pour une relaxation totale, possibilité de vous faire masser sur place.

**Temps de marche : de 2 à 4h.**

### Jour 9

#### **Volcan Rincon de la Vieja - Barra Honda**

Départ pour rejoindre Barra Honda, via Liberia, la ville blanche, capitale de la province. En chemin vous visiterez le Parc National de Barra Honda, rendu célèbre pour ses grottes calcaires de 250 mètres de profondeur, uniques au Costa-Rica. Vous profiterez de la randonnée pour découvrir l'abondante faune et flore environnante : fourmiliers, singes, plantes médicinales, oiseaux colorés... L'après-midi vous effectuerez une petite étape à Guaitil réputé pour son artisanat en céramique dans la plus ancienne tradition chorotega (culture précolombienne). Nuit et petit déjeuner chez l'habitant à La Casita de Estela et Luis.

***En option :*** Possibilité de découvrir une de ses nombreuses grottes (environ 17 usd), à confirmer et réserver sur place. Ne peut se faire que le matin.

**Temps de transfert : 3h.**

### Jour 10

#### **Barra Honda - Parc National Manuel Antonio - Dominical**

Départ pour la côte Pacifique costaricienne, dans les environs de Dominical, petite station balnéaire prisée des surfeurs, située le long de la plage de sable brun, à l'embouchure du Río Barú. En chemin vous ferez étape dans le 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. Installation dans votre hébergement. En séjournant à l'hacienda Baru, vous avez accès aux 7km de sentiers de la

# COSTA RICA

## Une nature volcanique

réserve Baru, ainsi qu'à une petite serre de papillons, un petit jardin d'orchidées et une tour d'observation pour les oiseaux.

### Jour 11

#### **Dominical**

Le matin, randonnée jusqu'aux Cataratas de Nauyaca, une des cascades les plus spectaculaires du pays. Vous poursuivrez la promenade au cœur d'une végétation luxuriante jusqu'à un canyon d'environ 80 mètres de large. Arrivée aux cascades dont certaines atteignent 45 mètres de haut. Vous pourrez alors profiter pleinement des piscines naturelles pour vous baigner et vous détendre tout en profitant de la nature environnante. Reste de la journée libre pour profiter de Dominical et du Parc National Marino Ballena. Créé pour protéger le plus grand récif corallien du pays, le Parc National doit son nom aux baleines à bosses qui arpentent ses eaux chaudes pour se reproduire. Vous pourrez également profiter du Refuge National de Vie Sylvestre Barú une forêt tropicale humide située le long d'une belle plage à l'embouchure du Rio Barú.

**Temps de marche : de 4 à 5h.**

### Jour 12

#### **Dominical - San José**

Route pour rejoindre la capitale du Costa Rica en fonction des horaires de votre vol. Trois heures avant le départ, transfert à l'aéroport Juan Santamaria pour votre vol international retour. Repas libres.

**Temps de transfert : 4h.**

### Jour 13

Arrivée en Suisse.