# Circuit au Costa Rica Du 16 au 26 septembre 2024



Au cœur d'un jardin tropical, grandeur nature! Pris entre deux océans, le Costa Rica est un véritable petit paradis naturel. Partez à la découverte d'une flore luxuriante: forêts tropicales, parcs nationaux, volcans en activité, fonds marins, plages de rêves mais aussi d'une faune impressionnante: perroquets, singes, pumas, tortues, baleines, oiseaux ... la biodiversité de cette destination est d'une extrême richesse et comblera de bonheur son explorateur!

Le **Costa Rica c'est aussi le pays de la PURA VIDA** : au gré des rencontres avec les locaux vous découvrirez une vie originale centrée autour de valeurs simples et nobles et apprendrez vite à apprécier cette façon d'être tranquille, attentionnée et charmante propre aux Costa-Ricains

#### **VOTRE ITINERAIRE**

JOUR 1 : PARIS → SAN JOSE

JOUR 2: SAN JOSE / JUNGLE DES CARAIBES, TORTUGUERO

JOUR 3: SAFARI BATEAU AU PARC NATIONAL DE TORTUGUERO

JOUR 4: JUNGLE DE TORTUGUERO/ VOLCAN ARENAL

**JOUR 5: PONTS SUSPENDUS** 

JOUR 6: ARENAL/ RINCON DE LA VIEJA

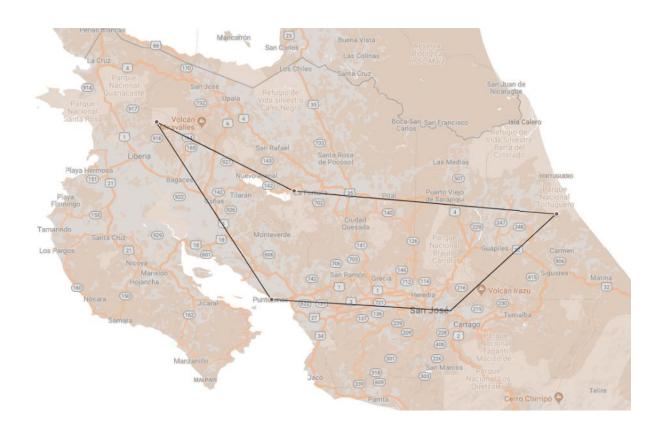
JOUR 7: PARC NATIONAL RINCON DE LA VIEJA

JOUR 8: RINCON DE LA VIEJA/ PLAGE DU PACIFIQUE, PUNTARENAS

**JOUR 9: PLAGE PUNTARENAS** 

JOUR 10: PUNTARENAS / SAN JOSE → PARIS

JOUR 11: PARIS





#### 

- 3 Parcs Nationaux pour une rencontre avec la <u>Nature</u> et une <u>biodiversité</u> <u>étonnante</u> : jungle de Tortuguero et volcan Rincon de la Vieja et Parc National Carara
- Vulcanologie sauvage, et la découverte d'un <u>monde de feu</u> avec le volcan Rincon de la Vieja!
- **De l'aventure**, comme la <u>traversée</u> de **ponts suspendus** et <u>l'immersion</u> dans **la jungle de Tortuguero** en safari bateau.
- Touche culturelle avec un cours de tortillas chez une famille costaricienne.
- Plage sous les tropiques avec un séjour balnéaire en formule all-inclusive au bord de la côte Pacifique.

#### 

 Goûtez de nouvelles saveurs! Des moments de plaisir en explorant une autre cuisine, et en découvrant des recettes originales et à travers des dégustations (café, de rhum, fruits et produits tropicaux)!



- Un engagement en faveur de la protection de l'environnement et du développement durable
- Le soutien à de petits fournisseurs locaux
- Des guides 100% francophone, expérimentés et passionnés par la nature, la faune et la flore, la culture de notre beau pays



## **ECO-TOURISME DURABLE**

#### A SAVOIR: REPAS, CUISINE LOCALE et GASTRONOMIE

La cuisine costaricienne repose sur des ingrédients frais et des produits locaux d'excellente qualité. Nous privilégions les lieux ou menus qui permettent de découvrir les légumes, viandes et autres poissons de nos tropiques que ce soit dans un restaurant populaire, familiale ou à la table de chefs qui revisitent les recettes locales. Nous communiquons avec les restaurants pour que les boissons soient servies sans pailles ou au minimum avec des pailles en bambou ou recyclables.

L'eau du robinet est potable au Costa Rica. Alors pourquoi ne pas en profiter.

1 touriste sous les tropiques, ce sont au minimum 2 petites bouteilles plastique / jour. 10 personnes voyageant 10 jours au Costa Rica et ce sont 200 bouteilles que le pays d'accueil devra se charger de recycler. En utilisant une gourde, on limite les contaminations liées à la fabrication et au transport des bouteilles plastiques, les coûts de traitement pour le recyclage ou la pollution liée à l'absence de recyclage.

L'agence locale partenaire est certifiée tourisme durable (certification CST), nous privilégions des prestataires impliqués (hôtels, transporteurs, opérateurs locaux...).



#### Concrètement:

Nous respectons la législation locale et les conditions de travail de chacun

Nous menons des actions en faveur de l'éducation et de la culture

Nos unités de transport sont équipées de plusieurs poubelles afin faciliter le recyclage Tous les Guides sont des professionnels et des passionnés accrédités par l'Institut Costaricien du Tourisme.



PARIS → SAN JOSE JOUR 1

Transfert en autocar à l'aéroport Paris CDG au départ de la mairie de Garches. Assistance aux formalités d'enregistrement.

Envol à destination de **San José sur vols réguliers de la Compagnie Air France/KLM** 

Accueil à l'aéroport de San Jose par votre guide local francophone et transfert à l'hôtel (environ 30 mn)

San José se trouve au cœur d'une vaste vallée fertile, la Meseta Central (Vallée centrale).

Née au 18<sup>ème</sup> siècle, elle garde peu de témoignages de l'époque coloniale. La capitale du Costa Rica compte un million d'habitants et elle est aujourd'hui l'une des villes les plus étendues et les plus cosmopolites d'Amérique centrale.

Cocktail de bienvenue (jus de fruit sans alcool) et installation à l'hôtel.

Dîner et nuit à l'hôtel.

#### SAN JOSE/ JUNGLE DES CARAIBES, TORTUGUERO

JOUR 2 env. 3h30 de route + 1h30 de bateau - +/- 115 km



Café et biscuits à l'hôtel et départ pour la côte caraïbe nord en transfert collectif (bus du lodge).

Vous quittez la vallée centrale en franchissant l'immensité verte du **Parc National Braulio Carrillo**. Avec ses cols à 2000m et ses monts Barva (2906m) et Cacho Negro (2150m), il protège différents écosystèmes de forêt tropicale humide et forêt tropicale nuageuse, que vous pourrez observer au fur et à mesure de votre ascension.

Arrêt pour un petit-déjeuner complet en cours de route.

Poursuite de la route jusqu'à l'embarcadère et **remontée en bateau jusqu'à Tortuguero**, petit village isolé de la côte Caraïbe Nord, coincé entre un large estuaire et l'océan atlantique et accessible uniquement par avion et bateau. Ce labyrinthe de végétation tropicale humide créé par l'estuaire du fleuve Tortuguero a permis d'isoler une nature sauvage de toute agression, tel qu'en témoignerait la ponte des tortues vertes sur les plages du parc national.

Arrivée, cocktail de bienvenue (jus de fruits sans alcool) et installation au lodge.

Déjeuner buffet (1 jus naturel + café ou thé)

#### Visite du village de Tortuguero

Petite balade dans le village pour découvrir l'école, l'église.... Temps libre pour se balader, faire quelques achats ... !

Retour au lodge.

#### 

#### Présentation du guide sur les tortues marines

Le guide vous fera une présentation sur les tortues marines au Costa Rica, en commençant par l'histoire du village de Tortuguero et l'initiation du projet pour la protection des tortues et la création de l'organisme STC (Sea Turtle Concervancy). Il vous fournira des explications sur les migrations des tortues, leur biologie et les différentes méthodes mis en place pour les protéger, notamment les patrouilles qui s'organisent chaque année dans le pays.

Dîner buffet incluant 1 jus naturel + café ou thé et nuit au lodge

# **SAFARI-BATEAU AU PARC NATIONAL DE TORTUGUERO**JOUR 3



Petit-déjeuner au lodge et départ en **bateau pour la visite des canaux du Parc National** (env 2h). Observation de la flore et de la faune de cette forêt primaire de 32.000 ha, qui s'étend à perte de vue. Elle abrite des centaines d'espèces de plantes - orchidées, fougères, broméliacées - et d'arbres centenaires.

Au cœur de ce splendide décor tropical, le spectacle est partout et les yeux incroyablement aiguisés des capitaines permettront aux explorateurs de découvrir la vie à peine cachée qui se déroule devant eux. Auprès des berges, les caïmans attendent paisiblement leur tour d'entrer en scène pendant que les singes araignées s'égayent dans les branches chargées de fruits.

Les oiseaux sont les plus actifs et pêchent dans le canal. La tranquillité du tableau n'est pas feinte et les paresseux qui vivent ici en nombre sont les premiers à s'en féliciter. Parmi la population animale, on recense notamment des crocodiles, singes dont les paresseux et plus de deux cent quarante espèces d'oiseaux.

Retour au lodge. Promenade sur les sentiers du lodge, traversée de la forêt tropicale et lagunes. Dans les jardins, le guide vous présentera l'incroyable diversité de plantes et fleurs tropicales, habitées par des grenouilles multicolores.

Déjeuner buffet incluant 1 jus naturel + café ou thé

Après-midi libre pour se détendre et profiter des installations du lodge.

Dîner buffet incluant 1 jus naturel + café ou thé et nuit au lodge

NB : La mer est dangereuse à Tortuguero et il est déconseillé de s'y baigner.

# **TORTUGUERO/ VOLCAN ARENAL** (1h30 de bateau+Env.3h30 de route) JOUR 4



Petit-déjeuner au lodge et départ d'une zone immergée pour rejoindre une terre de Feu. Départ en bateau avant de reprendre la route principale des caraïbes.

Déjeuner buffet en cours de route. Incluant 1 jus naturel + café ou thé

Continuation vers la région de **Sarapiqui**. C'est la région des plaines du nord du Costa Rica. Nous sommes dans l'écosystème des caraïbes, des jungles humides, des rivières sauvages et des cultures de plantes et de fruits tropicaux. Cette région est un véritable paradis pour les amoureux de la nature et aussi une région agricole : deux facettes du Costa Rica rural, entre forêts, palmeraies et plantations d'agrumes.

Continuation vers **la plaine du nord**, riche en plantations de fruits tropicaux et agrumes avec en fond le cône parfait du **volcan Arenal** qui s'élève. Végétation tropicale et luxuriante qui entoure le colosse, les eaux chaudes qui s'en échappent et le magnifique lac qui s'étale à ses pieds en font **l'un des sites les plus spectaculaires du pays.** 

Poursuite de la route, sinueuse, traversant de nombreux villages aux rues bordées d'hortensias offrant, au détour de lacets de jolis points de vue sur la vallée verdoyante. Arrivée au pied de l'imposant volcan Arenal de forme parfaitement conique.

Arrivée, cocktail de bienvenue (jus de fruits sans alcool) et installation à l'hôtel. Dîner au village (boisson non incluse) et nuit au lodge.

#### PONTS SUSPENDUS, RENCONTRE ET COURS DE TORTILLAS

JOUR 5 (Env. 1h30 de route)



Petit-déjeuner au lodge.

Le matin découvrez l'exubérante nature costaricienne sous un autre regard. Depuis un réseau de ponts suspendus à quarante mètres du sol et sur près de deux kilomètres, approchez de façon originale la faune et la flore au plus près de leur environnement.

#### ൾ INSTANT LUDIQUEൾ Balade sur les ponts suspendus d'Arenal

Sur un parcours de quelques 3000 mètres, vous traverserez la forêt tropicale par des sentiers reliés entre eux par **10 ponts fixes et 6 ponts suspendus**.

Les sentiers ont été conçus pour être accessibles à tout le monde. Les ponts sont des structures métalliques de haute technologie offrant toute la sécurité nécessaire. Ils mesurent de 8 à 98 mètres de longueur et le plus haut d'entre eux s'élève à 45 mètres de hauteur.

La succession de sentiers et de pont permet d'apprécier la flore de cette forêt tropicale humide d'une perspective différente, des racines à la canopée. Considéré comme l'un des plus beaux sites du pays, évoluez au cœur du parc dont l'imposant volcan au cône parfait a donné son nom.

Déjeuner traditionnel sur place, incluant 1 jus naturel + café ou thé

#### ് INSTANT INSOLITE visite d'une ferme écologique, trapiche tour et cours de tortillas

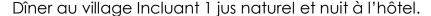
Rencontre avec la famille Gonzalez, un foyer d'agriculteurs engagés qui pratique l'agriculture biologique depuis plus de 40 ans. Sous la Troja, lieu traditionnel de vie et de discussion, vous apprendrez tout sur la canne à sucre et l'outil anciennement utilisé pour sa transformation : le trapiche, avant de goûter toutes les saveurs de la canne à sucre : le fruit frais, son jus et son alcool, le guaro artisanal, favori des ticos.

En poursuivant la visite, vous traverserez des plantations de cultures de plantes et légumes conduites suivant un mode de production biologique durable et découvrirez certaines légendes emblématiques du Costa Rica comme celle liée à la Virgen de Los Angeles (la Vierge des Anges).

Le tout dans un cadre naturel enchanteur et accompagnés par les propriétaires de la ferme qui ne manqueront pas de vous faire déguster le café produit sur la ferme après avoir vous avoir accueillis pour **un cours de tortillas maison**!

**Petite visite guidée du village de La Fortuna**, l'occasion d'en apprendre plus sur ce célèbre village et son volcan!

Temps libre pour se détendre ou profiter des installations du lodge.





#### ARENAL / REGION DU GUANACASTE / RINCON DE LA VIEJA

env. 4h00 de route

JOUR 6



Petit-déjeuner à l'hôtel.

#### Découverte du parc national du volcan Arenal avec votre guide francophone

Balade sur les sentiers du Parc National et sur les anciennes coulées de lave de ce volcan à l'histoire récente douloureuse : en 1968, après 500 ans d'inactivité et 10 heures d'activité sismique intense, l'Arenal a connu 3 jours d'éruption explosive, dévastant le petit village de Tabacon, 12 kilomètres carrés de forêt et tuant plus de 70 personnes. En approchant du volcan, on distingue aisément les traces des éruptions passées dont les coulées de lave se sont frayées un chemin jusqu'à la base du colosse en consumant tout sur leur passage.

**Départ pour Rincon de la Vieja.** Après le barrage qui a créé le lac le plus grand du pays, inondant les villages d'Arenal et de Tronadora, la jungle conserve une vitalité et une densité typique des Caraïbes. **Rencontre très possible avec des coatis, des singes, des toucans, et autres...** Sur le parcours, de splendides points de vue sur le volcan bordé de la jungle et du lac. Nous sommes dans une zone de grands vents où les meilleurs spécialistes viennent se défier au wind surf.

Départ pour la découverte de la région centrale du Guanacaste : zone d'élevage aux paysages de pampa et de savane. Ambiance cow-boy et ranchero.. La population est ici beaucoup plus métissée, nous sommes sur les terres des descendants des Chorotegas. La route atteint maintenant l'Interaméricaine, légendaire route qui relie toute l'Amérique, depuis l'Alaska au Chili. Déjeuner en cours de route (boisson non incluse)

Arrivée au **volcan Rincón de la Vieja**. Le nom de l'endroit, littéralement le « coin de la vieille », vient d'une légende indienne selon laquelle une princesse retirée du monde des hommes soignait avec des bains de boues...Le volcan Rincón de la Vieja, composé de neuf cratères, a depuis toujours fait parler de lui. Ainsi, à une époque lointaine, il est dit que le volcan était si souvent en éruption qu'il servait de phare aux navigateurs qui longeaient la côte du Pacifique!

Arrivée, cocktail de bienvenue (jus de fruits sans alcool) et installation au lodge. Dîner incluant 1 jus naturel et nuit au lodge.

### PARC NATIONAL VOLCAN RINCON DE LA VIEJA JOUR 7



Petit-déjeuner au lodge

#### Découverte du parc national du Volcan Rincon de la Vieja

<u>Instant Aventure</u>: Marche de deux heures, sur un parcours relativement facile dans le secteur de « Las Pailas ».

**Découverte de la forêt tropicale sèche**, de ses chaudrons de boue, de ses fumerolles et de ses arbres gigantesques. Il abrite à notre connaissance le plus gros arbre (accessible) du Costa Rica.

De nombreux arbres sont parasités par des Ficus Matapalo, qui se développent autour de leur victime jusqu'à la dépasser et l'étouffer...Les arbres sont ainsi souvent doublement gigantesques. Cette forêt est traversée par des cours d'eau et des veines de gaz brûlants qui ont créé des "chaudrons" de boues en ébullition. Vous sentirez vivre la terre à vos pieds!

Retour au lodge.

Déjeuner. Incluant 1 jus naturel

<u>Instant Ludique</u>: Après-midi libre pour se détendre, **profiter des thermes et bains de boue** de l'hôtel

Dîner Incluant 1 jus naturel

Nuit au lodge.

## RINCON DE LA VIEJA / PLAGES DU PACIFIQUE CENTRE/PUNTARENAS

JOUR 8 env. 3h30 de route - +/- 142 km



Petit-déjeuner au lodge.

**Départ pour les plages du Pacifique Centre.** Ce site bénéficie non seulement du plus fort ensoleillement du pays mais aussi de superbes plages de sable blanc frangées de forêt tropicale et de mangroves.

Arrivée et cocktail de bienvenue (jus de fruits sans alcool) avec un petit cookie chaud.

#### Déjeuner à l'hôtel en ALL INCLUSIVE

NB: Remise des clés en chambre à partir de 15h00/16h00.

Après-midi libre en balnéaire en formule all-inclusive.

Dîner et nuit à l'hôtel

# PARC DE CARRARA





Petit-déjeuner buffet à l'hôtel et départ pour la visite guidée du parc Carrara.

Le parc est connu pour son biotope tout à fait exceptionnel qui réunit **la faune** des forêts humides des plaines de la côte du Pacifique Sud et celle de la forêt sèche du nord-ouest du Costa Rica. C'est un véritable point de jonction et de transition entre deux milieux naturels très différents.

En plus de sa flore aux caractéristiques tout à fait exceptionnelles, ses arbres abritent une **grande diversité d'espèces d'oiseaux**. La plus connue et l'une des plus en danger est l'Ara rouge (Lapas en Tico). Ce perroquet, emblème du Costa Rica aux couleurs flamboyantes, est facilement observable dans le parc.

Retour à l'hôtel et après-midi libre.

Déjeuner et dîner buffet à l'hôtel en formula All Inclusive

Nuit à l'hôtel.

# PUNTARENAS/ SAN JOSE → PARIS

JOUR 10



Petit déjeuner à l'hôtel.

Matinée et déjeuner libres.

Transfert à l'aéroport de San José.

Assistance aux formalités d'enregistrement.

Envol à destination de Paris sur vol régulier direct de la Compagnie **Air France/Klm**. Repas et nuit à bord.

## PARIS JOUR 11

Arrivée à Paris, récupération de vos bagages et transfert à Garches en autocar.

# Merveilles du Costa Rica

#### 11 Jours & 9 Nuits

Tarifs établis sur la base de 1 USD = 0,94 €

Période de réalisation : DU 16 AU 26 SEPTEMBRE 2024

Prix net par personne en chambre double: 2 595 €

Supplément chambre individuelle : + 320 €

Base de réalisation : 30-35 personnes

#### & Ce prix comprend &:

- L'assistance à l'aéroport de Paris.
- Le transport aérien PARIS / SAN JOSE / PARIS sur vols réguliers de la Compagnie Air France
- Les taxes d'aéroport : 304 € (valeur en date du 10/09/2023).
- Guide francophone pendant le transfert du J1, et en accompagnement permanent durant le séjour du J2 au J8
- Hébergement 9 nuits base chambre double en lodges, et en hôtels 3\* et 4\*
- Tous les transferts indiqués en bus
- Le transport terrestre (J2) et fluvial collectif à Tortuguero
- Pension Complète (du diner du J1 au petit déjeuner du jour 10)
- Les activités, visites et entrées des parcs mentionnés dans le programme
- La formule all-inclusive lors du séjour balnéaire
- 1 dégustation de fruits et produits tropicaux et de rhum
- L'assurance assistance, rapatriement.
- Un E-carnet de voyage.
- Les assurances annulations / bagages/Pandémie
- Les transferts aéroport A/R

### & Ce prix ne comprend pas & :

- Les boissons (sauf celles indiquées au programme), les excursions en option, les repas libres
- Les dépenses personnelles,
- Le port de bagages
- Les pourboires guides et chauffeur
- Le supplément en chambre individuelle

## INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES

# LES TRANSPORTS

#### Les routes au Costa Rica...

Le pays étant petit, les temps de route sont raisonnables. Les volcans sont à 1h30 du centre de la capitale, les premières plages sont à 2h de l'aéroport. On compte plutôt en temps de route qu'en kilomètres et il faut parfois s'armer de patience, cependant, les paysages à admirer sont magnifiques.

La route la plus utilisée est la route Interaméricaine, appelée aussi Panaméricaine. Cette route mythique traverse le pays du Nord au Sud, et permet d'écourter certains trajets. Selon les portions elle offre de 2 à 4 voies. La vitesse y est limitée à 90 km/h.

Les routes nationales, sont faites dans l'ensemble de deux voies souvent à 1 voie lors de la traversée des nombreuses rivières. Les routes secondaires sont rarement bitumées. C'est tout le charme des pistes en terre mais qui peut surprendre les voyageurs habitués au confort des routes européennes.

Les bus sont récents, confortables et font l'objet d'un contrôle technique obligatoire. Ils sont équipés de ceinture de sécurité. Plusieurs capacités disponibles selon la taille et les besoins des groupes.

En fonction de l'itinéraire et du véhicule les bagages voyagent sur le toit, dans les soutes ou à l'arrière du bus.