CRICTETO-FL

NOUVELLES FRONTIERES

Costa Rica

Circuit en étoile
Circuit en étoile : Entre volcans et forêts

Nous avons le plaisir de vous accueillir sur l'un de nos voyages Nouvelles Frontières.
Vous trouverez dans votre programme des renseignements complémentaires vous permettant d'organiser au mieux votre voyage.

Valable pour les départs du 30/01/2027 au 11/12/2027 inclus

Nombre de participants : Minimum : 3 / Maximum : 16

Enfants à partir de 8 ans

Partez pour une aventure inoubliable à travers les merveilles naturelles du Costa Rica. Ce circuit de 8 jours vous emmène au cœur d'un pays aux paysages spectaculaires, entre volcans majestueux, forêts tropicales luxuriantes et rivières sauvages. Entre randonnées, sensations fortes, immersion culturelle et instants de détente, vivez un voyage complet et authentique, ponctué de rencontres et de découvertes inoubliables.

L'expérience Nouvelles Frontières

- Le volcan Irazú et ses panoramas spectaculaires.
- Faire du rafting sur la rivière Sarapiquí.
- Une randonnée au Río Celeste (volcan Tenorio).
- Atelier de cuisine costaricienne.
- S'aventurer sur les ponts suspendus et faire une tyrolienne à Monteverde.
- Découvrir la faune et la flore lors d'une randonnée sur d'anciennes coulées de lave (de 1968) du Volcan Arenal.
- Déjeuners typiques dans des restaurants locaux

Jour 1 : France – San José (20 km / environ)

Envol pour San José. À votre arrivée à l'aéroport international **Juan Santamaría**, notre représentant vous accueillera et vous assistera pour le transfert vers votre hébergement dans la capitale. Une fois à l'hôtel, vous pourrez vous reposer et vous acclimater après le voyage.
Dîner libre et nuit à l'hôtel.

Jour 2 : San José – Volcan Irazú – San Carlos (206 km / environ)

Vous commencerez un voyage inoubliable vers l'imposant **Volcan Irazú**, le plus haut du Costa Rica à plus de 3 400 mètres d'altitude. Accompagné de votre guide, vous découvrirez les secrets géologiques et l'histoire de ce colosse endormi tout en explorant ses cratères et en profitant de vues panoramiques à couper le souffle. Par temps clair, un spectacle exceptionnel s'offre à vous : la possibilité d'apercevoir à la fois l'océan Atlantique et l'océan Pacifique depuis un même point de vue !
Après le **déjeuner dans un restaurant local**, vous prendrez la route en direction de **San Carlos**, une région luxuriante aux paysages verdoyants. Vous rejoindrez ensuite un véritable écrin de nature, parfait pour vous détendre et vous ressourcer avant de poursuivre votre aventure.
Dîner libre et nuit à l'hôtel.

Jour 3 : San Carlos – Sarapiquí – San Carlos (120 km / environ)

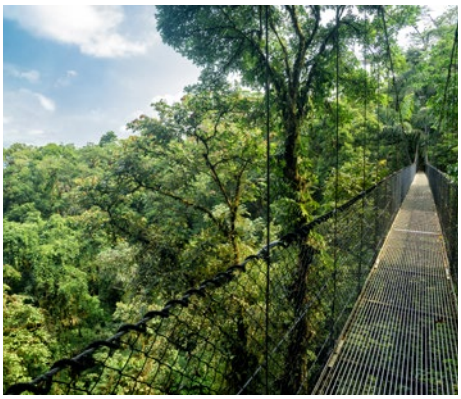
Préparez-vous pour une expérience de **rafting** inoubliable sur **la rivière Sarapiquí**. Ce sera une journée d'aventure lors d'une excursion en rafting de classe II-III. Entouré de forêts tropicales, le fleuve Sarapiquí, déclaré site du patrimoine national, offre un équilibre parfait entre beauté naturelle et l'un des meilleurs fleuves pour profiter d'une poussée d'adrénaline. Les guides vous expliqueront les procédures de sécurité pour débuter cette grande aventure. À mi-chemin de la rivière, nous nous arrêterons pour nous ressourcer et **déguster de délicieux fruits tropicaux**. À la fin de notre descente, des serviettes sèches vous accueilleront tandis que nous continuerons vers notre **restaurant** où nous dégusterons un délicieux **déjeuner costaricien**.
À la fin, nous commencerons notre voyage de retour vers l'hôtel.
Dîner libre et nuit à l'hôtel.

Jour 4 : San Carlos – Volcan Tenorio – San Carlos
(160 km / environ)

Départ matinal vers **Bijagua**, une charmante ville qui sert de porte d'entrée au parc national du **Volcan Tenorio**, qui abrite l'un des phénomènes naturels les plus étonnants du Costa Rica : **le Río Celeste**. Accompagné de votre guide, vous explorerez les sentiers du parc, entourés d'une forêt tropicale luxuriante, d'oiseaux exotiques et des cris lointains des singes hurleurs.
Au cours de la promenade, vous découvrirez les secrets derrière la mystérieuse couleur turquoise de la rivière, un effet d'optique créé par la combinaison unique de minéraux dans ses eaux. **La randonnée** vous mènera le long de sentiers jusqu'à atteindre l'impressionnante cascade du Río Celeste, une cascade qui semble sortir tout droit d'un conte de fées. Vous visiterez également **les Teñideros**, le point exact où l'eau change de couleur, ainsi que **les Borbollones,** de petites lagunes où l'eau bouillonne en raison de l'activité volcanique souterraine. Après cette immersion dans la nature, vous profiterez d'un **déjeuner costaricien dans un restaurant local**. Puis retour à l'hôtel.
Dîner libre et nuit à l'hôtel.

Jour 5 : San Carlos

Plongez dans les saveurs de la cuisine traditionnelle costaricienne, transmises de génération en génération. Cette **expérience culinaire** authentique commence par une balade dans le potager, où **vous récolterez** vous-même les herbes aromatiques et légumes issus de l'agriculture biologique. Vous participerez ensuite à **la préparation d'un "picadillo"**, plat typique du Costa Rica, avant de découvrir toutes les étapes de fabrication artisanale des tortillas de maïs : du broyage du grain à la cuisson sur un poêle à bois traditionnel. Pour parfaire ce moment gourmand, vous élaborerez également une sauce ou vinaigrette maison, selon une recette familiale savoureuse.
Retour à l'hôtel.
Dîner libre et nuit à l'hôtel.



Jour 6 : San Carlos – Monteverde – San Carlos (160 km / environ)

Partez à la découverte de la mystérieuse **forêt nuageuse de Monteverde** pour une aventure à la fois intense et envoûtante. Vous débuterez par une promenade spectaculaire sur **les ponts suspendus**, marchant au-dessus de la canopée et observant la forêt depuis les hauteurs. Puis, place à l'adrénaline avec **une traversée en tyrolienne** : survolez les cimes des arbres à toute vitesse et profitez de vues panoramiques à couper le souffle. Grâce à un équipement spécialisé et sécurisé, cette envolée au cœur de la forêt restera un moment inoubliable. Après cette immersion grandeur nature, un **déjeuner** bien mérité vous attend.
Retour à l'hôtel.
Dîner libre et nuit à l'hôtel.

Jour 7 : San Carlos – Volcan Arenal – San Carlos

Ce matin, partez à la découverte du **sentier 1968**, un parcours emblématique situé sur les anciennes coulées de lave du **Volcan Arenal**. Ce site tire son nom de l'éruption historique survenue en 1968, l'une des plus puissantes du Costa Rica, qui transforma radicalement le paysage environnant. En vous promenant à travers les champs de lave solidifiée et la forêt régénérée, vous en apprendrez davantage sur l'histoire géologique impressionnante du volcan, ainsi que sur l'incroyable biodiversité qui habite ces terres fertiles. Le sentier offre également des points de vue spectaculaires sur le cône parfait de l'Arenal et le lac du même nom.
Après cette immersion volcanique, savourez un **déjeuner dans un restaurant local**. L'après-midi es**t libre** : détendez-vous une dernière fois dans le cadre apaisant de votre hébergement ou laissez-vous tenter par des activités optionnelles, comme une visite aux sources thermales ou une excursion d'observation de la faune.
Dîner libre et nuit à l'hôtel.

Jour 8 : San Carlos – France (97 km / environ)

Petit déjeuner à l'hôtel.
À l'heure convenue, transfert à l'aéroport international Juan Santamaría pour prendre votre vol de retour pour Paris.

À noter : *Pour plus de confort, la première nuit a lieu à San José. L'hôtel de votre circuit en étoile propose de nombreuses activités (en supplément et possibilité de les réserver avant votre départ) comme une balade sur des bateaux gonflables sur la rivière Peña Blancas, des promenades à cheval, des tours nocturnes, des randonnées dans la forêt privée du ranch ou dans les jardins tropicaux pour observer les animaux dans leur écosystème naturel.*

VOTRE HÔTEL : TILAJARI RESORT 4*

Votre Hôtel

Découvrez le Tilijari Eco Resort, un hôtel niché au cœur de la forêt tropicale du nord du Costa Rica, le long des berges paisibles de la rivières San Carlos, à seulement 25 minutes du volcan Arenal.

L'hôtel s'étend dans un environnement verdoyant, bordé de **jardins tropicaux**, prairies et **forêts primaires**, avec une vue spectaculaire sur le volcan Arenal. Grâce à sa proximité de la rivière vous profiterez d'un atmosphère paisible mais également un accès direct à la faune locale : oiseaux, iguanes et même crocodiles selon certains séjours.

Que vous soyez amateur de sport, de détente ou de nature, Tilajari a tout pour plaire : piscines, courts de tennis, salle de sport, spa, sentiers de randonnée... chaque recoin de l'hôtel est une invitation au bien-être et à l'évasion.

Idéalement situé à seulement quelques minutes de **San Carlos**, l'hôtel Tilajari permet de profiter pleinement des trésors naturels de la région tout en restant facilement accessible.

Votre hôtel propose des **navettes** pour s'y rendre. Coût: 10 USD par personne A/R. A réserver auprès de la réception.

Un restaurant entre tradition et fraîcheur locale

Au cœur du domaine Tilajari, le **restaurant Katira** vous accueille dans un cadre ouvert sur la nature, avec une vue apaisante sur la rivière San Carlos et ses jardins tropicaux. Son atmosphère paisible en fait un lieu privilégié pour savourer les richesses culinaires du Costa Rica tout au long de la journée.

Le restaurant propose un service sous forme de **buffet** pour le petit-déjeuner, le déjeuner et le dîner, avec une cuisine variée qui allie **spécialités locales**, recettes **internationales** et **produits frais du terroir**. Vous y trouverez notamment :

- Des fruits tropicaux fraîchement coupés
- Des plats traditionnels costariciens comme le gallo pinto, les ceviches, ou les viandes grillées
- Des options végétariennes et légères, inspirées par la nature environnante
- Une sélection de desserts maison et de jus naturels

Que ce soit pour un repas en famille, un dîner romantique ou une pause après une journée d'excursion, le restaurant Katira incarne l'esprit de Tilajari : authenticité, simplicité et harmonie avec la nature.

Le soir venu, vous avez la liberté de dîner au restaurant Katira dans un cadre apaisant, ou bien explorer les adresses gastronomiques locales situées à quelques minutes de l'hôtel.

Votre chambre

La chambre **Classic** de l'hôtel Tilajari offre un espace **chaleureux** et **fonctionnel**, idéal pour un séjour agréable en pleine forêt tropicale.

Pensée pour votre confort, **la chambre Classic** vous accueille avec deux lits doubles douillets, une salle de bain privative, la climatisation, le Wi-Fi, une télévision et un sèche-cheveux, tout le nécessaire pour un séjour agréable et serein.

La demande d'un lit King size est possible, mais sa disponibilité ne peut être garantie.

Luminosité, simplicité et calme se conjuguent pour vous offrir un cadre reposant après une journée d'exploration ou d'activités sportives. Que vous voyagiez en solo, en couple ou en famille, la chambre Classic allie praticité et ambiance chaleureuse pour vous garantir un séjour confortable et paisible.

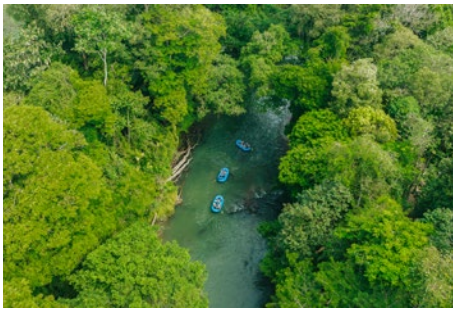
Excursions depuis l'hôtel : ce qu'il ne faut pas manquer

Pour enrichir votre séjour, l'hôtel de votre circuit en étoile propose de **nombreuses activités** aux alentours : randonnées en forêt, balade à cheval dans un ranch, ou descente de rivière en bateau gonflable. Ces excursions sont proposées en supplément et peuvent être réservées **avant votre départ** pour garantir votre place.

Voici un aperçu des expériences qui vous attendent :

Une balade sur des bateaux gonflables sur la rivière Peña Blancas :

À seulement 5 minutes de marche, embarquez pour une expérience unique : une paisible descente en **rafting** sur les eaux cristallines de la rivière Peñas Blancas. Laissez-vous porter par le courant tout en découvrant la richesse de la faune et de la flore locales, guidé par nos **experts naturalistes**. Singes curieux, oiseaux colorés et arbres majestueux vous accompagneront tout au long du parcours. Durée : demi-journée.
A partir de 64 USD par adulte et 26 USD par enfant. <h1> </h1>



Des promenades à cheval dans le ranch de la propriété :

Offrez-vous une **escapade inoubliable à cheval** à travers un **ranch écologique** de plus de 300 hectares de pâturages verdoyants. Après une agréable chevauchée d'environ 30 minutes, vous pénétrerez dans notre forêt privée pour une **promenade guidée à pied** au cœur d'une jungle tropicale foisonnante de vie.
Parfaite pour les familles, les couples ou les groupes d'amis, cette activité douce vous plonge dans un environnement naturel préservé. Nos guides passionnés vous feront découvrir des sentiers secrets et la richesse d'un **écosystème unique**, avant de regagner l'hôtel à cheval. Durée : 3 heures.
A partir de 73 USD par adulte et 37 USD par enfant.

Tours nocturnes au sein de la propriété de l'hôtel :

Dès 17h30, embarquez pour une **aventure sensorielle** hors du commun, à l'heure où la nature opère sa plus belle transformation : le passage du jour à la nuit. Accompagné de nos **guides expérimentés**, partez à la rencontre d'un monde fascinant et discret, où amphibiens, reptiles, insectes et mammifères nocturnes s'éveillent et interagissent dans leur habitat naturel. Durée: 2 heures.
A partir de 49 USD par adulte et 24 USD par enfant.

Randonnées dans la forêt privée du ranch :

Partez pour une aventure inoubliable à travers notre **ranch** jusqu'à notre **forêt privée**, et laissez-vous guider lors d'une **randonnée** au cœur d'un écosystème naturel d'une beauté rare. Chaque pas vous plonge dans un univers de végétation luxuriante, où la faune et la flore s'épanouissent en toute liberté.
Cette forêt en constante régénération vous surprendra par sa palette de couleurs, ses sons envoûtants et son atmosphère apaisante. Écoutez le chant des oiseaux, respirez l'air pur et admirez la diversité des plantes et des arbres qui font de ce lieu un véritable sanctuaire naturel. Durée : 2 heures.
A partir de 49 USD par adulte et 24 USD par enfant.

Randonnées dans les jardins tropicaux pour observer les animaux dans leur écosystème naturel :

Partez pour une visite immersive à travers plus de 20 hectares de jardins luxuriants entourant l'hôtel. **Explorez notre jardin** des colibris et notre jardin des grenouilles, où vous pourrez observer ces créatures fascinantes dans leur habitat naturel. Découvrez également nos **pépinières hydroponiques**, véritables laboratoires de verdure innovants. Durée : 1 heure.
A partir de 30 USD par adulte et 16 USD par enfant.

Les lieux de vie de l'hôtel :

Pour rendre votre séjour aussi agréable que dynamique, Tilajari met à votre disposition plusieur**s espaces communs** accueillants et bien équipés, accessibles tout au long de la journée.

Dès le matin, profitez librement de **la salle de sport, de la piscine semi-olympique et du jacuzzi,** ouverts de 6h30 à 22h00, pour commencer la journée en pleine forme ou vous détendre après vos excursions.

Envie d'un moment de convivialité ? Installez-vous confortablement au **Río Lounge Bar** pour savourer une boisson ou simplement vous détendre dans un cadre naturel. Le midi, profitez d'un **jus de fruits frais**, d'un café expresso ou d'une bière bien fraîche dans une ambiance détendue. En soirée, l'atmosphère devient plus chaleureuse : dégustez un **verre de vin** haut de gamme ou un **cocktail**, idéal pour se retrouver entre voyageurs après une journée d'exploration.

Découvrez **le spa** de l'hôtel, un véritable sanctuaire de bien-être où des massages apaisants et revitalisants vous attendent pour offrir à votre corps et votre esprit un moment de pure détente.

Sur place, une boutique vous permet également de trouver des articles souvenirs, des produits locaux ou de première nécessité, afin de compléter votre expérience en toute simplicité.

INFORMATIONS PARTICULIÈRES

REPAS
Demi-pension à l'exception de 2 repas : le dîner du jour 1 et le déjeuner du jour 12.

Le vol du dernier jour doit obligatoirement s'opérer en fin de la journée.
Maximum 1 enfant de 8 à - 11 ans dans la chambre de 2 adultes.

La randonnée (env. 3h) à Tenorio pourra se faire si les conditions climatiques le permettent. L'ordre des visites pourra varier sans qu'aucune ne soit supprimée du programme.

L'observation des animaux dépendant de la saison et du climat, elle n'est jamais garantie.

Informations passeport
Merci de vous munir des informations figurant sur votre passeport lors de la réservation. Ces informations sont indispensables pour la réservation des entrées des parcs nationaux. Sans ces informations, ces activités peuvent ne pas être garanties.

VOS HEBERGEMENTS

Voici les noms des hôtels prévus pour ce circuit.
Selon l'état des réservations, nous pouvons être amenés à vous loger dans des hôtels similaires de même catégorie. La classification des hôtels est donnée en normes locales.

San Jose : hôtel Sleep Inn 3* (ou similaire)

San Carlos : hôtel Tilajari 4* (ou similaire).

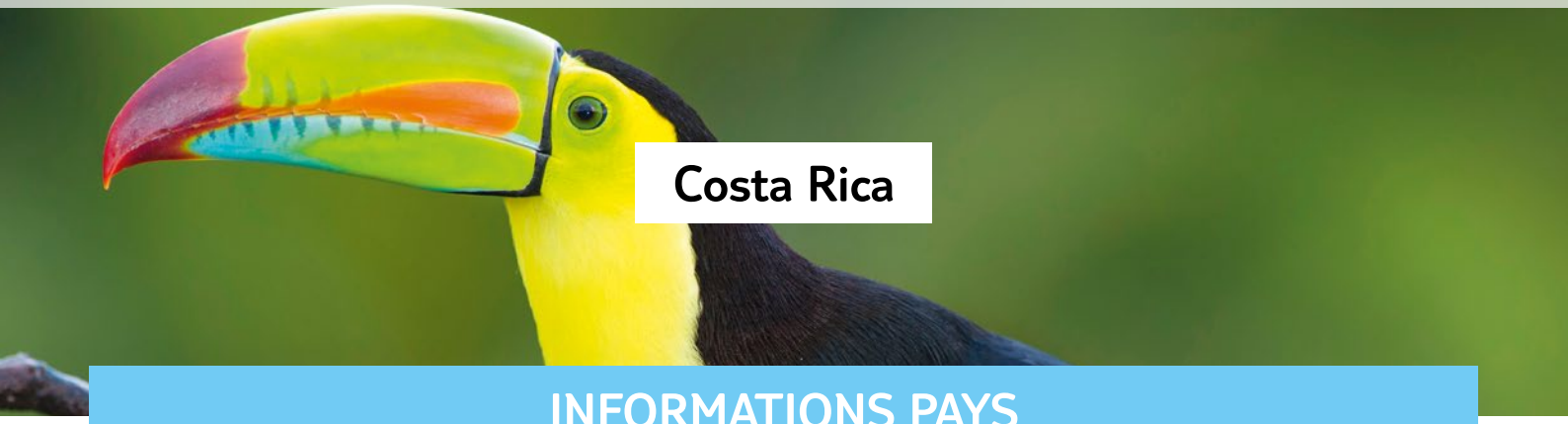
La liste définitive des hôtels est disponible auprès de votre agence de voyage environ 15 jours avant le départ.

Hôtels:
L'enregistrement dans la plupart des hôtels s'effectue à partir de 13 h.
Les chambres triples ont un lit double et un lit d'appoint.

RECOMMANDATIONS

Des vêtements **confortables, frais et légers** sont les meilleurs pour voyager au Costa Rica. Crème solaire, lunettes de soleil, maillot de bain, casquette ou chapeau, veste de pluie, chaussures de randonnée ou de tennis, sandales et anti-moustique peuvent être très utiles pendant votre séjour.

NOUVELLES
FRONTIERES
mon circuit
vietnam
NOUVEAU
Voyagez avec l'essentiel.
Billets d'avion, carnet de voyage, itinéraire détaillé...
Retrouvez tout votre voyage sur l'appli Nouvelles Frontières
Téléchargez
l'appli
TUI France IM 093120002 - RCS Nanterre 331 089 474. Crédit photo : Getty images.



Costa Rica

INFORMATIONS PAYS

Décalage horaire : -8h en été, -7h en hiver.
Temps de vol : 11h sans escale, environ 15h avec escale.

Histoire et politique

Comme de nombreux pays d'Amérique du Sud, le Costa Rica a connu trois périodes majeures dans son histoire. La première est la période précolombienne, qui a précédé l'arrivée de Christophe Colomb. Le pays était alors peuplé de petites tribus aux coutumes diverses. La seconde, qui a débuté en 1502, est marquée par le débarquement des Espagnols. L'agriculture se développe et devient un point fort de l'île, avec notamment de très nombreuses plantations de banane et de café. Enfin, la troisième débute en 1821 avec la signature de la déclaration d'indépendance. L'esclavage est aboli et les premières élections démocratiques ont eu lieu dans le pays en 1889.

Économie

Le Costa Rica est l'un des rares pays à ne pas posséder d'armée, ce qui lui permet d'investir davantage dans l'éducation et la santé. Le tourisme est la principale ressource du Costa Rica, qui est le pays d'Amérique Centrale accueillant le plus de visiteurs : 1,6 million de personnes par an. Sa deuxième ressource est l'agriculture avec de très grandes plantations de café, de banane et d'ananas. Enfin, le pays commence à se lancer dans les industries de haute technologie.

Monnaie

La devise officielle du Costa Rica est le colon costaricien.
Le premier jour du circuit, à bord du bus, le guide vous donnera une petite bouteille d'eau. Vous pourrez ensuite l'utiliser pour la remplir d´eau potable, à disposition dans votre hôtel et dans la plupart des établissements. Si toutefois vous souhaitez acheter des boissons durant votre séjour, il faut prévoir 2 $US pour une bouteille d'eau d'un litre, ou 2 à 3 $US pour un jus de fruit, une autre boisson non alcoolisée ou une bière.
Les dollars américains sont acceptés pratiquement partout. Nous vous conseillons néanmoins de changer des euros en colones sur place, dans des banques ou des bureaux de change. Vous pouvez également retirer des colones avec une carte de crédit internationale dans les distributeurs automatiques, facilement accessibles.

Culture et religion

"¡ Pura vida !" Le pays est une terre d'accueil où il fait bon vivre et qui se dit sans classes sociales. Les habitants apprécient faire la fête, et notamment celle de leur village en fin de semaine. Au programme : animations traditionnelles autour des chevaux et grillades, parmi de nombreuses autres activités.
Très croyant, le peuple costaricien est à majorité catholique mais il reste très tolérance et bienveillant envers les autres religions.

Langue

La langue officielle du pays est l'espagnol mais l'on y parle aussi l'anglais, le créole ainsi que des dialectes indiens.

FORMALITÉS & SANTÉ

FORMALITÉS ADMINISTRATIVES*

• **Passeport en cours de validité** et en bon état, valable 6 mois après la date de retour.
• À leur entrée sur le territoire costaricien, les voyageurs doivent disposer d'un **billet aller/retour** ou d'un billet vers une autre destination, de la preuve d'un hébergement sur place pour la durée de leur séjour et des ressources suffisantes pour la durée de celui-ci.
• Pour un séjour au Costa Rica inférieur à 90 jours, le visa n'est pas exigé.
• Il est vivement recommandé de disposer d'un contrat d'assistance ou d'une assurance permettant de couvrir tous les frais médicaux (chirurgie, hospitalisation, etc.) et de rapatriement sanitaire, au risque de ne pas avoir accès aux soins, y compris en cas d'urgence vitale.
• Nous vous recommandons de vous munir d'une copie papier recto-verso de vos certificats et formulaires ou de numériser ceux-ci sur votre propre adresse électronique.

• Les **mineurs** voyageant seuls ou avec une personne ne disposant pas de l'autorité parentale doivent être munis d'une autorisation de sortie de territoire.

FORMALITÉS SANITAIRES

Vaccination obligatoire :
• Vaccination contre la fièvre jaune exigée pour les voyageurs en provenance d'un pays où sévit un risque de transmission de celle-ci. Cette vaccination devra être effectuée au moins 10 jours avant l'entrée au Costa Rica.
Vaccination et/ou traitements conseillés :
• Vaccinations habituelles à jour (DTP et ROR).
• Anti-moustique recommandé.

*Toutes ces informations, valables pour les ressortissants français, sont données à titre indicatif. Elles peuvent évoluer sans préavis et concernent exclusivement les vols directs de/vers la France. En cas de transit, certains pays peuvent exiger des formalités supplémentaires. Si votre voyage inclut plusieurs destinations, merci de vous référer aux formalités en vigueur pour chacune d'entre elles. Compte tenu de l'évolution rapide de la situation administrative et sanitaire dans certains pays, nous vous recommandons de consulter le site du ministère des Affaires étrangères jusqu'au jour de votre départ.

INFORMATIONS UTILES

Bon à savoir

Le temps de trajet (en bus) est donné à titre indicatif. En raison d'évènements spéciaux (conditions météorologiques, état des routes, situations imprévisibles telles que des grèves ou des travaux sur les routes), certaines étapes pourront être modifiées.

Remarque

Les itinéraires sont donnés à titre indicatif. Ils peuvent être modifiés en fonction des conditions climatiques du moment, des critères techniques ou de la condition des participants. En dernier ressort, votre guide reste seul juge du programme. Tous les campements et bivouacs sont équipés de sanitaires fixes ou mobiles. Toutes les activités en option indiquées dans le texte, payantes, ne sont pas obligatoires : il est donc possible de rester au campement si vous le souhaitez.

Encadrement/Accompagnement

La personne qui vous accompagne vous fera partager son goût du voyage et sera votre interlocuteur privilégié pendant tout le circuit, de manière à ce que celui-ci se déroule en toute sérénité. Elle saura mieux que quiconque vous faire découvrir son pays et répondra à vos attentes et à vos questions sur le Costa Rica, sa culture et ses traditions. Votre guide jouera également les interprètes avec les populations rencontrées. Il connaît la nature et aura plaisir à partager ses connaissances avec vous.

Niveau de difficulté

Toutes les activités sont accessibles aux débutants et sans danger.
Si les activités au programme - bien qu'accessibles à tous et sans danger - vous semblent trop sportives, à l'image du canopy tour-tyrolienne ou du rafting, des activités plus calmes seront proposées en remplacement.

Transport

Selon le nombre de voyageurs, vous serez transportés dans des véhicules type HIACE (1 à 7 places), COASTER (8 à 17 places) ou SENIOR (18 à 20 places). Tous ces véhicules sont équipés de l'air conditionné et d'un microphone. Les transferts vers et depuis Tortuguero et l'hôtel sont effectués en bateau collectif avec d'autres touristes.
Selon le nombre de participants, des bagages pourront être rangés au fond du véhicule.

Hébergement

Les hôtels ont été sélectionnés pour leur qualité. Selon l'état des réservations, nous pouvons être amenés à vous loger dans des hôtels similaires à certains endroits. La liste définitive des établissements est disponible auprès de votre agence de voyage 15 jours avant le départ.

INFORMATIONS PRATIQUES

Climat

Le Costa Rica bénéficie d'un climat tropical. La saison sèche, de décembre à avril, est la plus touristique. La saison des pluies, ou saison verte, dure de mai à octobre. La température oscille entre 25 °C et 30 °C toute l'année selon les régions. En général, pendant la saison des pluies, il pleut les après-midis et les matinées sont ensoleillées. C'est durant cette période que l'on voit le plus d'animaux et que les paysages sont les plus verdoyants (les plantes aiment l'eau !). Les cascades sont à leur débit maximum et c'est la meilleure saison pour les activités aquatiques.

Cuisine

Les repas sont pris dans des restaurants locaux, en route, lors des activités ou dans des hôtels. La cuisine locale est bonne et équilibrée.
La cuisine costaricienne est loin d'être aussi variée que la cuisine française, car on y retrouve assez souvent les mêmes ingrédients : la tortilla, la galette de farine de maïs, le riz, les haricots rouges, les crudités, le poulet ou le poisson. Le plat traditionnel que vous aurez l'occasion de goûter, et qui s'appelle le "casado" (ce qui signifie "marié"), est celui que "toute bonne épouse doit savoir servir à son mari" (!). C'est une grande assiette dans laquelle on retrouve justement une salade de crudités (le plus souvent du chou), du riz, des haricots et de la viande ou du poisson. Les plats locaux sont assez peu épicés et souvent agrémentés de coriandre et d'oignons. En dessert, les Costariciens mangent habituellement des fruits, un gâteau de lait ou du riz au lait.

Budget

Les pourboires au guide et au chauffeur sont à votre discrétion (à titre indicatif, comptez environ 4 € par jour et par personne).
Au restaurant, la taxe de service est comprise dans la facture mais un pourboire peut toujours être laissé si le service le mérite.

Voltage

110 volts. Prises américaines (pensez à emporter un adaptateur).

Photos

Pour les appareils photos numériques, prévoyez des cartes mémoires suffisantes, une batterie de rechange et votre chargeur. Un filtre UV permettra de protéger efficacement votre objectif. Un téléobjectif de 80-135 ou 200 mm est recommandé pour les photos d'animaux. Votre aimable diplomatie et votre courtoisie seront indispensables pour vous faire accepter des peuples rencontrés.

BOUCLER SA VALISE

La valise

- une valise à roulettes est conseillée (si possible, ne dépassez pas les 15 kg).
- un petit sac à dos de 30 à 35 litres vous permettra de transporter les effets utiles dans la journée (veste, gourde, crème solaire, etc.).

Soucieux de réduire l'impact des voyageurs sur l'environnement, nous limitons autant que possible l'usage de bouteilles d'eau en plastique. Nous vous conseillons d'emporter une gourde que vous pourrez remplir sur place. Merci pour votre action à nos côtés.

Chaussures / Vêtements

- une paire de chaussure de randonnée basses et imperméables, ou une paire de baskets confortables.
- une paire de sandales de marche.
- une veste imperméable.
- une veste polaire ou un pull.
- un pantalon de toile type randonnée.
- un short ou un bermuda.
- des chemises à manches longues et des t-shirts.
- des chaussettes en coton pour la marche.
- un maillot de bain.
- un chapeau ou une casquette.

Matériel

- des lunettes de soleil à verres filtrants.
- de la crème solaire (lèvres et peau).
- une paire de jumelles.
- une pharmacie personnelle : collyre, antidiarrhéique, désinfectant externe (alcool à 90°), crème anti-inflammatoire, paracétamol, pansements, bande, coton hémostatique, crème anti-moustique, épingle à nourrice.

VOYAGE ET PARTAGE

La vie en groupe

Vous allez vivre plusieurs jours en communauté et certaines concessions sont indispensables à la cohésion du groupe. Nos équipes s'occupent de tout, ainsi vous ne serez pas contraints d'effectuer les tâches collectives. Toutefois, votre aide sera toujours appréciée et contribuera à renforcer vos liens avec vos accompagnateurs, guides, chauffeurs et cuisiniers.

Votre environnement

Les itinéraires que vous allez parcourir ont été choisis pour leur beauté, leur authenticité ou leur originalité. Quelques principes permettront à d'autres voyageurs d'apprécier ces mêmes paysages dans les meilleures conditions. Ainsi, l'eau est un bien précieux dans de nombreux pays, désertiques ou non : ne la souillez pas ! Pour ce faire, prévoyez toujours des savons et shampoings biodégradables. Les animaux que vous pouvez rencontrer dans la nature y sont chez eux : ne les dérangez pas et faites-vous discrets. Enfin, certains sites ou parcs naturels sont protégés et imposent un règlement qu'il est important de respecter. En bref : ne laissez aucune trace derrière vous, ramassez vos déchets et suivez les conseils de votre guide !
Si malgré toutes les attentions que nous portons à l'environnement, vous constatez une négligence quelconque, nous vous demandons d'en faire part à votre agence.

Vos rencontres

Sur votre route, vous aurez souvent l'occasion de rencontrer les populations locales. Où que vous soyez, sachez faire preuve de discrétion et d'humilité. La multiplicité des cultures et des traditions fait que certaines attitudes sont différemment perçues selon les pays. Pour ne pas commettre d'impair, prenez le temps de comprendre les personnes que vous rencontrez et de créer avec elles des liens privilégiés. Là encore, les conseils de votre guide seront précieux ! Il connaît mieux que quiconque les comportements à éviter ou à adopter. À titre d'exemple, il convient de demander sa permission à toute personne que vous souhaitez prendre en photo. Établir un contact préalable est le meilleur moyen qu'elle réponde favorablement. De même, ne distribuez pas des cadeaux à tout-va. Cela peut en effet inciter les enfants à mendier. Afin d'éviter ce genre de dérive, mieux vaut s'en remettre aux structures locales compétentes (pour faire un don à l'école, à l'hôpital, aux autorités locales, etc.). Enfin, veillez à ne pas porter de tenue trop légère (short court, décolleté, etc.) et à éviter les comportements exubérants.

Recommandations

Comme dans tout voyage, évitez d'emporter avec vous des objets de valeur ou dont la perte serait une source d'ennuis. Pensez également à assurer votre matériel photo et vidéo avant votre départ, et à prendre avec vous une photocopie de vos papiers d'identité que vous conserverez séparément des originaux.
Sur place, ne donnez pas l'impression de porter des objets de valeur en exhibant des t-shirts aux marques ou logos ostensibles, qui pourraient vous faire paraître aussi riche que si vous portiez des bijoux. Gardez aussi un peu de monnaie sous la main, indépendamment du reste de vos économies, pour éviter d'avoir à sortir une grosse somme à chacun de vos achats. Plus généralement, suivez attentivement les conseils de vos guides locaux et accompagnateurs et ne laissez jamais vos objets de valeur (argent, passeport, billets d'avion) visibles dans le bus, à l'hôtel ou au restaurant. Chaque fois que cela est possible, mettez-les plutôt dans le coffre-fort de l'hôtel.

POUR EN SAVOIR PLUS

Bibliographie

- "Costa Rica : voyage au cœur du vivant" / Stéphane Bonneau
- "Costa Rica : volcans, fleurs et quetzals" / Christian Rudel
- "Costa Rica - Rencontres au dernier Jardin d'Éden" / Sabine Bernert et Michel Denis-Huot
- "Une musique magique" / Lara Ríos
- "Les contes de la tante Panchita" / Carmen Lyra

Mini-lexique

Bonjour / Bonsoir = Buenos días / Buenas tardes
Comment allez-vous ? = ¿ Cómo estás ?
Très bien, merci, et vous ? = ¿ Muy bien, gracias, y usted?
Au revoir = Adiós
Bienvenue = Bienvenido
Merci (beaucoup) = (Muchas) Gracias
Excusez-moi / s'il vous plait = Por favor
Non merci = No gracias
Oui / Non = Si / No