

VON COSTA RICA NACH PANAMA - ENTLANG DER KARIBIK

Länderkombinationen

12 Tage ab San Jose / bis Panama City

REISEART



REISETYP



UNTERKUNFT



RUNDREISE DETAILS

Die Rundreise beginnt in Costa Rica und führt Sie zu zwei faszinierenden Höhepunkten des Landes: dem kegelförmigen Vulkan Arenal im Herzen des Landes und dem Tortuguero Nationalpark an der nördlichen Karibikküste. Hier bieten die weitläufigen Kanäle exzellente Möglichkeiten zur Tierbeobachtung. Weiter südlich lädt Cahuita zu einem entspannten Aufenthalt ein, bevor es zu den paradisischen Inseln Bocas del Toro in Panama geht. Nach einem Inlandsflug von der Atlantikküste erreichen Sie Panama City, von wo aus Sie den beeindruckenden Panama-Kanal während einer Teildurchquerung bestaunen können.



Verlauf der Rundreise

01. Tag Ankunft San José



Gleich nach der Passkontrolle begeben Sie sich durch die Gepäckausgabe und Zollkontrolle zum Ausgang des Flughafens, wo Sie unsere örtliche Flughafenreiseleitung bereits erwartet. Anschließend Transfer ins Hotel in San José und Zimmerbezug.

Ü: Palma Real Hotel & Casino o.ä.

02. Tag San José - Monteverde (F)

Am Morgen werden Sie von einem Sammeltransfer an Ihrem Stadthotel abgeholt und fahren in das Nebelwaldparadies Monteverde. Den Nachmittag haben Sie zur freien Verfügung – genießen Sie die frische Bergluft oder nehmen Sie an einem optionalen Ausflug teil. Am Abend stoßen Sie zum Rest der Gruppe und lernen Ihre Reiseleitung kennen.



Ü: Monteverde Country Lodge*** o.ä.

03. Tag Monteverde - Nebelwaldreservat - La Fortuna/Arenal Vulkan (F)



Heute besuchen Sie das bekannte Curi Cancha Reservat, wo eine etwa 2- bis 2,5-stündige Wanderung auf gut begehbaren Wegen geplant ist. Diese Region ist berühmt für ihr sattes Grün und ihre außergewöhnliche Vogelvielfalt - mit etwas Glück entdecken Sie sogar den farbenprächtigen Quetzal, den Göttervogel der Maya.

Anschließend setzen Sie Ihre Reise fort in Richtung La Fortuna. Die Route führt entlang des malerischen Arenalsees, einem Stausee, der sich harmonisch in die umliegende Landschaft einfügt und unterwegs immer wieder beeindruckende Ausblicke bietet.

Nach Ankunft haben Sie noch die Gelegenheit, ein Bad in den Thermalquellen zu genießen.

ZÜ: Hotel Arenal Paraíso Resort Spa & Thermo Mineral Hotsprings*** Superior o.ä.

04. Tag Arenal Nationalpark - Kulturelle Nachttour (F/A)



Nach dem Frühstück unternehmen Sie eine Wanderung durch den Arenal Nationalpark, stets mit Blick auf den majestätischen Vulkan. Der Weg führt Sie durch einen kleinen Waldabschnitt bis zu einem beeindruckenden Lavafeld, das beim Ausbruch im Jahr 1968 entstanden ist.

Im Anschluss haben abenteuerlustige Gäste die Möglichkeit, an einer optionalen Canopy-Tour teilzunehmen (nicht im Preis inbegriffen – gerne bei ARA Tours anfragen).

Am späten Nachmittag brechen Sie zu einem weiteren spannenden Ausflug auf, einer Nachtwanderung mit kulturellem Austausch. Erleben Sie die faszinierende Vielfalt des tropischen Regenwaldes bei Nacht. Gemeinsam halten Sie Ausschau nach farbenprächtigen Laubfröschen, Eidechsen, Insekten, Vögeln und anderen nachtaktiven Tieren. In der Mitte der Tour erwartet Sie eine köstliche Erfrischung: frisch gepresster Zuckerrohrsaft und seine Derivate, die Ihnen neue Energie für die weiteren Entdeckungen schenken. Zum Abschluss genießen Sie ein traditionelles costaricanisches Abendessen, das mit viel Liebe auf dem Holzofen zubereitet wird.

05. Tag Arenal Nationalpark - La Fortuna - Tortuguero (F/M/A)



Heute beginnt Ihr Tag sehr früh. Sie brechen gegen 05:30 Uhr auf. Die Fahrt führt Sie über Puerto Viejo und Horquetas nach Guápiles, wo Sie gegen 08:00 Uhr in einem Restaurant ein typisches costaricanisches Frühstück genießen.

Anschließend geht es im Lodgebus gemeinsam mit weiteren internationalen Gästen in Richtung La Pavona bzw. Caño Blanco. Unterwegs erfahren Sie Interessantes über den Bananananbau, der diese Region prägt - inklusive spannender Einblicke in die Chancen und Herausforderungen rund um die "gelbe Frucht".

Von dort aus beginnt der Bootstransfer zur Lodge, der Sie über ein weit verzweigtes Netz aus Flüssen und Kanälen mitten durch die üppige Natur führt. Zur Mittagszeit erreichen Sie Ihre Unterkunft für die Nacht, eine Dschungellodge, wo ein leckeres Mittagessen auf Sie wartet.

Nachmittags haben Sie die Wahl: Entspannen am Pool oder ein Besuch im Dorf Tortuguero mit Ihrem Guide. Dort können Sie das Sea Turtle Conservancy besichtigen (Eintritt USD 2 pro Person, nicht inbegriffen), das ganz dem Schutz der gefährdeten Meeresschildkröten gewidmet ist. Genießen Sie einen Drink in einem der landestypischen kleinen Restaurants (sogenannte Sodas), bevor Sie zum Abendessen wieder in die Lodge zurückkehren.

Zwischen Juli und September können Sie am späten Abend an einem optionalen Strandspaziergang teilnehmen, um die Eiablage der Meeresschildkröten zu beobachten. Ein unvergessliches Erlebnis! Tragen Sie bitte dunkle Kleidung, da die Schildkröten sehr sensibel sind und aufgrund der kleinsten Störung beschließen könnten, nicht an Land zu kommen oder umzudrehen und wieder im Meer zu verschwinden.

Info: Auf der Fahrt zum Tortuguero Nationalpark (Tage 5, 6 und 7) nehmen außer Ihrer Gruppe auch andere Gäste teil.

ZÜ: Laguna Lodge***, Standard o.ä.

06. Tag Tortuguero Nationalpark (F/M/A)

Am frühen Morgen brechen Sie in kleineren Booten gemeinsam mit Ihrer Reiseleitung zur Erkundung der engen Kanäle des Tortuguero Nationalparks auf. Die üppige Vegetation ist stellenweise so dicht, dass es wirkt, als würden Sie mit dem Boot durch einen grünen Tunnel fahren. Mit etwas Glück entdecken Sie Krokodile, Affen, Faultiere, Leguane, Süßwasserschildkröten, schlafende Fledermäuse und zahlreiche Wasservögel. Auch die Flora begeistert mit einer



nahezu unerschöpflichen Vielfalt.

Nach diesem Naturerlebnis kehren Sie zur Lodge zurück, wo bereits ein leckeres Frühstück auf Sie wartet. Anschließend unternehmen Sie einen entspannten Spaziergang durch den Garten der Lodge. Gegen Mittag wird dort auch das Mittagessen serviert.

Am Nachmittag erwartet Sie eine weitere Bootstour, die nochmals neue Eindrücke dieser faszinierenden Wasserwelt ermöglicht. Den Tag lassen Sie bei einem Abendessen im offenen Restaurant der Lodge ausklingen – umgeben von den Geräuschen des Dschungels, sobald die Nacht hereinbricht.

07. Tag Tortuguero - Puerto Viejo de Limón (F/M)



Mit dem Boot geht es zurück zum Ausgangshafen La Pavona bzw. Caño Blanco. Dort steigen Sie zunächst in den Lodgebus um; am Restaurant, wo sie auch zu Mittag essen, erfolgt der Wechsel in den komfortablen Tourbus, der Sie weiter entlang der Karibikküste bringt. Die Strecke führt vorbei an der Hafenstadt Limón, wo Sie mit etwas Glück einen Blick auf Transatlantik- oder Kreuzfahrtschiffe werfen können. Weiter geht es entlang der Küste bis nach Puerto Viejo de Limón, einem kleinen Dorf mit entspanntem, karibischem Flair.

Nach dem Zimmerbezug im Hotel steht Ihnen der Nachmittag zur freien Verfügung. Genießen Sie einen Drink in einer Reggae-Bar und lassen Sie die Atmosphäre auf sich wirken. Zum Abendessen laden zahlreiche lokale Restaurants im Dorf ein, die Sie individuell entdecken können. Auch die Strände der Karibikküste bieten sich perfekt an, um das tropische Klima und die entspannte Stimmung dieser einzigartigen Region zu genießen.

Ü: Villas del Caribe***, Superior, oder Namuwoki Lodge***, Deluxe, o.ä.

08. Tag Puerto Viejo de Limón - Kakaopflanzung - Sixaola/Panama - Bocas del Toro (F)



Nach dem Frühstück wird das Gepäck wieder in den Bus geladen und es geht zu einer über 100 Jahre alten Kakaopflanzung. Bei einer informativen Führung erfahren Sie alles Wissenswerte über den Anbau der Kakaofrucht und dürfen sie auch frisch probieren. Sie entdecken historische Maschinen, die heute als Ausstellungsstücke das kleine Museum schmücken, und erhalten spannende Einblicke in den gesamten Verarbeitungsprozess von der Frucht bis zur fertigen Schokolade. Natürlich darf auch eine Kostprobe nicht fehlen!

Anschließend Fahrt über Bribri zur Grenze in Sixaola (ca. 14h). Die Reiseleitung ist Ihnen bei den Grenzformalitäten behilflich. Über eine Brücke geht es zu Fuß über den Rio Sixaola nach Panama. In Guabito geht die Fahrt weiter zur Hafenstadt Almirante. Hier wird das Gepäck wieder auf ein Boot geladen und Sie fahren rund 30 Minuten zur Hauptinsel Colón in die kleine Stadt Bocas del Toro, wo Sie Ihr Zimmer beziehen.

Bocas del Toro ist eine Ansammlung zahlreicher idyllischer Inseln, umspült vom klaren, fischreichen karibischen Meer. Auf der Hauptinsel Colón mit der kleinen Stadt Bocas del Toro finden Sie einige gemütliche Bars, Restaurants, Souvenir-Stände und Läden. Es herrscht eine entspannte, typisch karibische Atmosphäre. Im Zentrum der Attraktionen stehen die einsamen Strände auf der Haupt- oder auch auf den Nebeninseln, sowie die Unterwasserwelt, welche zum Tauchen oder Schnorcheln einladen. Der Abend steht zur freien Verfügung.

2Ü: Hotel Swan´s Cay***, Standard, oder Divers Paradise ***(*) o.ä.

09. Tag Bocas del Toro - Bootsausflug Red Frog Beach (F)

Heute erwartet Sie ein Bootsausflug. Zunächst führt Sie das Boot durch kleinere Meeresschlingen, die sich durch die viel bewachsenen Mangrovenwälder schlängeln. Halten Sie dabei Ausschau nach Wasservögeln! Anschließend geht es zum Coral Cay, wo das Meer das ganze Jahr lang ruhig ist und somit geeignet für Schnorchler jeden Alters. Lokale Restaurants, die auf Stelzen über dem Wasser gebaut sind, bieten verschiedene Meeresfrüchte an (nicht inklusive).

Später geht die Bootsfahrt weiter zur Insel Bastimentos. Die Insel ist rundherum von Mangroven bewachsen und umgeben von Natur und guter Luft. Isla Bastimentos besteht zum Großteil noch aus Dschungel, es gibt keine Straßen oder Landebahnen, aus diesem Grund kann die Insel auch nur mit dem Boot angefahren werden.

Nicht nur Abenteurer oder Naturfreaks finden sich in Isla Bastimentos ein, denn hier befindet sich einer der bekanntesten Strände Bocas del Toros, der "Red Frog Beach", der seinen Namen von den roten Pfeilgiftfröschen erhielt. Der Strand ist nicht nur bei Touristen beliebt, sondern auch bei Surfern. Innerhalb der Insel gibt es viele Pfade und Wege durch den Dschungel, die zum Erkunden einladen. Die bekannteste Aktivität ist aber, "die Seele einfach mal baumeln zu lassen" und den Klängen des Meeres zu lauschen. Am Nachmittag Rückfahrt zur Hauptinsel.

10. Tag Bocas del Toro - Panama City (F)



Transfer zum Flugplatz von Colón/Bocas del Toro und ca. einstündiger Flug nach Panama City. Anschließend unternehmen Sie eine Stadtrundfahrt. Zuerst geht es zu den Miraflores Schleusen des Panama-Kanals. Hier erhalten Sie einen ersten Einblick in die Funktionsweise und Ausmaße des berühmten Panama-Kanals. Die Terrasse bietet einen einmaligen Blick auf die Schleusen und auf die Schiffe, die die Schleusen auf ihrem Weg in Richtung Pazifik oder Atlantik passieren. Der Panama-Kanal ist eine der wichtigsten Wasserstraßen der Welt. Pro Jahr passieren ihn etwa 14.000 Schiffe, etwa sechs Prozent des Welthandels werden durch ihn abgewickelt. Im dazugehörigen Museum erfahren Sie viel Wissenswertes rund um den Kanal. Danach geht es am Ufer entlang in die historische Altstadt. Heute finden sich hier die ältesten Einrichtungen und Gebäude der modernen Stadt; lokal wird das Viertel Casco Viejo oder Casco Antiguo genannt. Auf einem Rundgang zu Fuß sehen Sie viele einzigartige Kolonialbauten, wobei einige noch weitgehend im Originalzustand erhalten sind und andere liebevoll und farbenfroh restauriert wurden. Das historische Viertel ist UNESCO-Weltkulturerbe und hat sich in den letzten Jahren zum Zentrum des Landes für Kunst, Design und kulturellen Aufschwung entwickelt. Viele neue Bars, Dachterrassen, Restaurants und Hotels haben hier eröffnet. Auch ein Stopp an der Küstenstraße Cinta Costera oder in Punta Pacifica darf nicht fehlen. Hier befinden sich Panamas bekannter Wolkenkratzer! Zum Abschluss besuchen Sie die Ruinen von Panama Viejo aus dem 16. Jahrhundert (montags geschlossen), die 1671 durch den Piraten Sir Henry Morgan zerstört wurden. Am späteren Nachmittag Check-in und Zimmerbezug im Hotel, das direkt im Zentrum liegt und viele Einkaufsmöglichkeiten, Restaurants und Bars in der Nähe hat.

2 Ü: Hotel Hilton Garden Inn***, Standard, o.ä.

11. Tag Teildurchquerung des Panama-Kanals (F/M)



Heute brechen Sie zu einem ganz besonderen Erlebnis auf, der Teildurchquerung des weltbekannten Panama-Kanals. Sie lernen das sogenannte 8. Weltwunder auf einer Bootsfahrt von Panama Stadt nach Gamboa kennen. Am Morgen werden Sie von Ihrem Hotel zum Hafen am Causeway Amador gefahren, von wo Sie einen herrlichen Blick auf die Skyline von Panama City haben. Von dort startet die ca. 4-stündige Fahrt durch den legendären Panama-Kanal. Sie passieren in dieser Zeit die Miraflores-Schleusen, den Miraflores-See, die Pedro Miguel-Schleuse und das Gaillard Cut (engste Stelle) bis zum Gatún-See. Genießen Sie das Mittagessen an Bord. Diese Reise hinterlässt bei jedem Reisenden einen bleibenden Eindruck. Vom Hafen in Gamboa geht es mit dem Bus zurück nach Panama Stadt an der Pazifikküste.

12. Tag Panama City (F)



Der Tag steht zur freien Verfügung. Zeitgerechte Abholung für Ihren Transfer zum Flughafen. Heim- oder Weiterreise.

WICHTIGE INFORMATIONEN

Inkludierte Leistungen

- Beförderung gemäß Programmbeschreibung per Auto, Minibus oder Bus sowie im Boot
- Unterkunft in den angegebenen Hotels oder ähnlich in Zimmern mit privatem Bad
- Verpflegung lt. Programm (F=Frühstück, M=Mittagessen, A=Abendessen)
- Durchgehende Begleitung durch eine Deutsch sprechende Reiseleitung
- Ausflüge im Tortuguero Nationalpark im internationalen Teilnehmerkreis
- Alle Eintrittsgelder und Gebühren laut Programm
- Ausreisesteuer Costa Rica
- Inlandsflug Bocas de Toro - Panama City

Teilnehmeranzahl

Teilnehmeranzahl: min. 2 Personen / max. 12

Nicht inkludierte Leistungen

- Persönliche Ausgaben
- optionale Ausflüge
- Trinkgelder
- Grenzübertittsgebühren USD 3,- pro Person

Information

Der Ausflug "Teildurchquerung des Panama-Kanals" findet ausschließlich englischsprachig statt.

Komplette Kanaldurchfahrt

Eine Teildurchquerung des Kanals ist jeden Samstag im regulären Reiseverlauf enthalten.

Bitte geben Sie bei der Buchung an, ob Sie eine komplette oder eine teilweise Kanaldurchfahrt wünschen.

An nachfolgenden Terminen ist eine komplette Durchfahrt des Panama-Kanals gegen Aufpreis möglich. Bitte beachten Sie, dass diese Option nicht für alle Reiseternine verfügbar ist.

Termine komplette Durchfahrt des Panama-Kanals (vorbehaltlich Änderungen durch die Schiffsgesellschaft):

15.11.25, 20.12.25, 17.01.26, 20.06.26, 18.07.26, 15.08.26, 19.09.26, 17.10.26

Termin-Anmerkungen

Abfahrt: Mittwoch in San José

Ende der Rundreise: Sonntag in Panama City