

## Costa Rica cycling

Warum bereisen Sie das Naturparadies Costa Rica nicht einmal mit dem Fahrrad?

Geführte Gruppentour von  
avenTOURa GmbH



# 230002

 Tourenrad-Tour

 16 Tage / 15 Nächte

Unterkunft: Hotel, Pension oder Haus

Etappenlänge: 21 bis 59 km

Teilnehmerzahl: 8 bis 14

Kindertauglich: nein

### Anreise 2024

Samstag: 27.01.2024, 02.03.2024, 06.04.2024,  
18.05.2024, 27.07.2024 und 26.10.2024



Warum bereisen Sie das Naturparadies Costa Rica nicht einmal mit dem Fahrrad? Bike-Freunde wissen längst, dass sich ein Land bei einer Radtour noch viel eindrücklicher, authentischer und intensiver erleben lässt. Die von uns ausgesuchte Route führt durch Costa Ricas schönste Landschaften, vorbei an Vulkanen, Naturschutzgebieten und zu den Traumstränden der Pazifikküste. Wir haben eine Reihe spannender Führungen und Besuche eingeplant, lassen aber auch ausreichend Freiraum für individuelle Unternehmungen.

## HighlightsIhrer Reise

- Besuch des aktiven Vulkans Arenal
- Relaxen in heißen Thermalquellen
- Bilderbuchstrände an der Pazifikküste
- Fernab der Zivilisation im Regenwald

### 1. Tag Ankunft in San José

Heute beginnt unsere Reise in Costa Rica. Am Flughafen werden wir bereits von unserem Guide erwartet und in unser Hotel in San José gebracht. Dort haben wir den restlichen Tag über Zeit die Stadt näher kennenzulernen und für ein individuelles Abendessen oder für einen Drink im Hotel oder in der Umgebung Ihrer Unterkunft.

### 2. Tag Zentrales Hochland

(Fahrradstrecke: 22 km | 2 Stunden | mehrere Steigungen mittelschwer 550 HM / Asphalt)

Tropisches Frühstück, allgemeine Infos und Besprechung des Programms, danach fahren wir über CIUDAD COLON (hier wenn nötig Erledigungen wie Geldtausch oder Einkauf) und mitten durch größere Kaffeeplantagen zum Dorf EL RODEO, um einen ersten Eindruck vom Fahrradfahren in Costa Rica zu erhalten.

Nachmittag Ausspannen im tropischen Garten des Hotels.

Nach einer wohlverdienten Ruhepause treffen wir uns zum gemeinsamen Abendessen.

### 3. Tag Vulkan Poas - San Carlos - Sarapiquí

(Fahrradstrecke: 35 km, 2,5 Std. | steil bergab kl. Aufstiege mittlerer Schwierigkeitsgrad | 1.900 Hm / Asphalt)

Nach dem Frühstück fahren wir im Kleinbus in das Zentrum des Kaffeeanbaus auf den fruchtbaren Hängen des Vulkan Poas. An den Hängen des Vulkans starten wir unsere Fahrradtour bergab. Nachdem wir die Gemeinde Vara Blanca passiert haben, erreichen wir den majestätischen Wasserfall La Paz. Zeit für ein erstes Gruppenfoto. Mit etwas Glück können wir entlang des Weges ein paar Tiere beobachten. Wir beenden unsere heutige Tour in der



Gemeinde San Miguel und steigen in unseren Bus um, welcher uns ins Hotel nach Sarapiquí bringt.

#### 4. Tag Biken in der Region Sarapiquí

(Fahrradstrecke: 25 km | hoher Schwierigkeitsgrad | Schotter & Asphalt)

Optional bzw. abhängig von der Gruppe und den Wetterbedingungen starten wir mit einer Bike Tour in der dschungelartigen Region von Sarapiquí. Wir starten auf asphaltierten Straßen und kommen dann auf eine unbefestigte und geschotterte Straße, wo das Abenteuer beginnt. Es geht durch eine ländlichere Gegend vorbei an Ananasplantagen, Palmenplantagen, Weiden und zum Teil durch den Wald, wo wir mit etwas Glück Tiere wie Affen, Leguane, Insekten, Schmetterlinge und viele Arten von Vögeln sehen werden. Vorbei an Flüssen und Bächen genießen wir die Tour und die bezaubernde Landschaft.

Alternativ planen wir abhängig von den Gegebenheiten eine Bike Tour zur Laguna de Rio Cuarto.

Zurück in der Lodge steht uns der Rest des Tages zur freien Verfügung. Die Region Sarapiquí hält viele Möglichkeiten an Ausflügen für uns bereit. Aktiv und abenteuerlich beim Canopying und Raften oder achtsam und leicht beim Vogelbeobachten und Wandern.

#### 5. Tag Biken entlang des Arenalsees nach El Castillo

(Fahrradstrecke: 25 km | einfach | teilweise Schotterpiste)

Mit dem majestätischen Arenal vor Augen fahren wir mit unseren Rädern auf einer Straße entlang des Arenalsees. Am größten See Costa Ricas werden wir den Blick auf den Vulkan genießen können, der sich im See spiegelt, und mehrere Flüsse passieren.

Der Nachmittag steht Ihnen zur freien Verfügung. Fragen Sie Ihren Reiseleiter nach den besten Möglichkeiten in der Umgebung.

Den Abend lassen wir entspannt in den Thermalquellen ausklingen und genießen dort ein gemeinsames Abendessen.

#### 6. Tag Bike Tour Nuevo Arenal bis San Rafael de Guatuso

(Fahrradstrecke: 35 km | mittelschwer | Schotter & Asphalt)

Nach dem Frühstück fahren wir mit dem Bus in das Dorf Nuevo Arenal, etwa eine Stunde Fahrt entlang des Arenalsees. Dort steigen wir auf die Fahrräder um und fahren über Schotter- und Asphaltstraßen mit einem atemberaubenden Blick auf die nördlichen Ebenen, Sarapiquí, die Karibikküste usw. Neben uns liegt der Vulkan Tenorio und zwischen den Dörfern erreichen wir die Stadt San Rafael de Guatuso. Von hier aus setzen wir unseren Weg durch kleine Dörfer und Yucca- und Süßkartoffelplantagen fort, bis wir einen Fluss erreichen, an dem wir einen kleinen Snack zu uns nehmen und eine Pause einlegen können. Wer eine Herausforderung sucht, kann auf den berühmten Friedensbaum klettern. Von dort fahren wir mit dem Bus zu unserem nächsten Hotel am Fuße des



Vulkans Tenorio.

## 7. Tag Wanderung Rio Celeste

Heute werden wir einmal die Fahrräder stehen lassen und zu Fuß unterwegs sein.

Wir besuchen den Tenorio-Nationalpark, berühmt für seinen gleichnamigen Vulkan und den Celeste-Fluss, seinen türkisblauen Wasserfall, vulkanische Fumarolen und die Teñideros, wo sich das Wasser vermischt und seine schöne türkise Farbe annimmt. Mit etwas Glück können wir einige Tiere wie Faultiere, Tukane, Affen, Vögel usw. beobachten. Ein etwa 3-stündigen Spaziergang durch den Wald, bei dem wir diese Wunder der Natur beobachten können.

Beim Verlassen des Parks werden wir einen wohlverdienten Kaffee trinken.

Je nach Wochentag & Wetterlage haben wir hier die Möglichkeit eine optionale Fahrradtour zu unternehmen.

## 8. Tag Biketour Quebrada Honda bis Nicoya

(Fahrradstrecke: 45 km | mittelschwer | 60 HM | Schotter & Asphalt)

An diesem Tag fahren wir nach einem frühen Frühstück mit dem Bus von den Bergen ins Flachland von Guanacaste. Wir fahren durch Ebenen mit völlig unterschiedlichen Landschaften und passieren die Amistad-Brücke, die größte Brücke des Landes über den Tempisque-Fluss. Sobald wir das Dorf Quebrada Honda erreicht haben, steigen wir auf die Bikes um.

Wir werden durch kleine Dörfer fahren, die Sabaneros in Aktion sehen, Melonenplantagen und große Rinderfarmen. An diesem Tag werden wir den flacheren Teil der Tour genießen, eine Fahrt von etwa 40 km, bis wir die Stadt Nicoya erreichen. Hier nehmen wir wieder den Bus in die Gegend von Hojancha ins Waldreservat Monte Alto. Hier schützt eine Bürgerinitiative vorhandene Waldbestände und forstet umliegende Hügel wieder auf, um die Wasserversorgung des Ortes und die Artenvielfalt des Rio Nosara zu sichern.

Übernachtung und Abendessen in der einfachen, aber wunderschön mitten im Wald gelegenen Lodge. Auch besteht die Möglichkeit, im halboffenen 1. Stock unter Moskitonetzen zu schlafen – ein ganz besonderes Erlebnis!

## 9. Tag Vamos a la Playa

(Fahrradstrecke: 45 km | hoher Schwierigkeitsgrad | Schotter & Asphalt)

Früh aufstehen lohnt sich! Wer möchte, kann einen Spaziergang machen, um den wunderschönen Sonnenaufgang in der Natur zu genießen.

Man könnte sagen, dass der heutige Tag einer der anspruchsvollsten Tage auf dem Fahrrad ist. Die Hitze der Gegend, die Feuchtigkeit und die Pisten werden Sie dazu bringen, Ihr fahrerisches Können unter Beweis zu stellen. Wir verlassen Monte Alto auf Schotter- und Asphaltstraßen, auf steilen Hängen, mit Blick auf die berühmte Tortura-



Piste, dann zwischen Teakholzfarmen erreichen wir den schönen Strand von Carrillo, wo wir ein wohlverdientes Picknick mit Obst und Getränken machen werden. Wir können den Strand noch eine Weile genießen, bevor wir die letzten 6 km bis zu unserem Hotel im Dorf Samara zurücklegen.

Abendessen auf eigene Faust in Samara, Ihr Reiseleiter wird Ihnen die besten Lokale empfehlen.

## 10. Tag Auf Entdeckungstour zu wunderschönen Stränden

(Fahrradstrecke: 50 km | einfach | Schotterpiste)

An diesem Tag wird Ihnen Ihr Reiseleiter die beste Zeit (je nach den Gezeiten) für die Abfahrt am Morgen oder am Nachmittag nennen. Wir fahren von Samara nach Playa Garza, die ganze Zeit auf unbefestigten Straßen, durch Dörfer und an Flüssen vorbei. Wir werden zur gleichen Zeit Playa Buena Vista, Playa Barrigona und Playa Barco Quebrado besuchen. Wenn wir in Garza ankommen, werden wir ein weiteres Picknick machen und am Strand baden. Wir haben auch die Möglichkeit, auf demselben Weg oder mit dem Bus zurückzukehren.

Abendessen auf eigene Faust in Samara, Ihr Reiseleiter wird Ihnen die besten Lokale empfehlen.

## 11. Tag Baden, Entspannen & Zeit für Ausflüge

Genießen Sie heute den Strand und die Sonne ganz nach dem Motto Pura Vida!

Wer es doch etwas aktiver mag, kann optional auch gerne einen Ausflug unternehmen. Ihr Reiseleiter hat Ihnen hierzu die besten Tipps!

## 12. Tag Biketour von Porozal nach Colorado

(Fahrradstrecke: 30 km | einfach | Asphalt)

An diesem Tag werden wir nach dem Frühstück mit dem Bus in Richtung Puente de la Amistad fahren. Dort nehmen wir die Fahrräder und fahren auf einer Strecke nach Porozal, die zwischen Teakholz- und Rinderfarmen verläuft und durch kleine Dörfer führt. Wir nehmen wieder den Bus, um nach Monteverde zu fahren, das für seine Nebelwaldreservate, seine üppigen Bäume und die Heimat des berühmten Quetzals bekannt ist.

## 13. Tag Naturreservat Santa Elena

An diesem Tag werden wir nach dem Frühstück den Bus nehmen, die Fahrräder beiseitestellen und eine Wanderung durch den Nebelwald unternehmen. In Begleitung unseres Guides geht es zum Santa Elena Reservat, einem der wichtigsten in dieser Gegend. Es wird von den Eltern und einem Schulausschuss des Colegio Tecnico de Santa Elena betrieben, die mit ihrem Besuch die Ausbildung unterstützen.

Wir werden durch das Reservat wandern und dabei alle Details des Nebelwaldes kennen lernen.

Der Nachmittag steht zur freien Verfügung, um einige Optionen in der Umgebung zu genießen. Ihr Reiseführer gibt Ihnen natürlich auch hier gerne die besten Empfehlungen.



## **14. Tag Biketour von Monteverde bis zur Lagarto Brücke & zurück nach San José**

An diesem Tag werden wir nach dem Frühstück ein letztes Mal mit den Fahrrädern fahren (wetterabhängig) und dabei unglaubliche Ausblicke auf die Küste, die Berglandschaft, die Kaffeeplantagen usw. genießen.

Die Tour führt uns bis zum Rio Lagarto, wo wir bei gutem Wetter die Möglichkeit haben im Fluss zu baden und ein Picknick zu genießen.

Anschließend fahren wir mit dem Bus zu unserem Hotel in San José, wo wir uns von unserem Reiseleiter und Fahrer verabschieden. Abschiedsessen im Hotel.

## **15. Tag Abreise**

Je nach Abflugzeit werden Sie zum Flughafen gebracht, um Ihren Rückflug nach Deutschland anzutreten. Wenn Sie noch etwas länger Zeit haben, können Sie optional noch einige Tage länger bleiben. Wie wäre es zum Beispiel mit einem Abstecher an die Karibikküste?

## **16. Tag Ankunft am Zielflughafen**

Willkommen zuhause!



## Leistungen

- Internationaler Flug ab/bis Frankfurt (in der Regel mit Iberia via Madrid, andere Abflughäfen auf Anfrage). Bei kurzfristigen Anfragen (weniger als 2 Monate vor Reisebeginn) ist der Flug i.d.R. mit einem Aufpreis verbunden
- 14 Übernachtungen im Doppelzimmer (Einzelzimmer gegen Aufpreis) mit Frühstück, sowie an 7 Tagen Halbpension und 2 Tage Vollpension
- Englischsprachiger qualifizierter Fahrradguide (2. - 13.Tag)
- Fahrräder vom 2. - 13.Tag
- Fahrradhelme vom 2. - 13.Tag
- Begleitfahrzeug vom 3. - 13.Tag während der Fahrradtouren
- Eintritte und Gebühren für: Thermalquellen am 4. Tag, Reservate Monte Alto und Karen Mogensen
- Hochwertiges Giveaway

## Zusatzkosten

- Optionale Ausflüge
  - Persönliche Ausgaben und Trinkgelder
  - Nicht genannte Mahlzeiten und Getränke
- 

## Anreise und Basis-Preise 2024

ab **3.290,- €** (EZ ab 3.921,- €) Samstag: 26.10.2024

ab **3.390,- €** (EZ ab 4.001,- €) Samstag: 27.07.2024

ab **3.392,- €** (EZ ab 4.022,- €) Samstag: 18.05.2024

ab **3.990,- €** (EZ ab 4.620,- €) Samstag: 27.01.2024

ab **4.070,- €** (EZ ab 4.700,- €) Samstag: 02.03.2024 und 06.04.2024

